



JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
<http://ojs.uninus.ac.id/index.php/JPKM>
DOI: <https://doi.org/10.30999/jpkm.v14i2.3398>



PELATIHAN KETERAMPILAN ASERTIF BERBASIS INTERACTIVE LEARNING SEBAGAI UPAYA PENGUATAN MENTAL DAN EMOSIONAL BAGI SISWA SEKOLAH DASAR DALAM MELAWAN PERILAKU BULLYING

Anastasia Wulandari, Eka Fauziyya Zulnida, Siti Chotidjah,

Muhammad Ariez Musthofa, Syahnur Rahman

Program Studi Psikologi, Universitas Pendidikan Indonesia

Jln. Dr. Setiabudhi No. 229, Kota Bandung

email:diangem2_psi@upi.edu

Naskah diterima; Agustus 2024; disetujui September 2024; publikasi online Oktober 2024

Abstrak

Kasus perundungan atau bullying di Indonesiabanyak menelan korban jiwa. Sebaran 30 kasus perundungan tersebut antara lain SMP (50%), SD (30%), SMA (10%), dan SMK (10%). Dari 30 kasus perundungan ini, terdapat kasus yang sampai menelan korban jiwa, yakni satu siswa SDN di Kabupaten Sukabumi dan satu santri MTs di Blitar (Jawa Timur). Keduanya meninggal dunia usai mengalami kekerasan dari teman sebaya di lingkungan satuan pendidikan (Rosa, 2023). Peningkatan jumlah laporan perundungan terhadap anak menjadi perhatian serius bagi Program Studi Psikologi di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Tujuan dari pelatihan ini adalah memberikan pembekalan kepada guru-guru Sekolah Dasar agar dapat melatih anak didiknya mengenai pentingnya perilaku asertif dan mengembangkan perilaku asertif dalam upaya pencegahan perilaku bullying. Metode yang digunakan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah pemberian materi mengenai komunikasi asertif, jumlah peserta pelatihan sebanyak 116 orang yang merupakan guru-guru SD yang tersebar di wilayah Kabupaten Sukabumi. Terdapat pre test dan post test untuk menguji pengetahuan para guru, hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan secara signifikan dan peserta pelatihan memberikan respons positif dari segi pematerian dan penyelenggaraan.

KataKunci: *Bullying, Komunikasi Asertif, Anak.*

Abstract

Cases of bullying or bullying in Indonesia claim many lives. The distribution of the 30 bullying cases included middle school (50%), elementary school (30%), high school (10%), and vocational school (10%). Of these 30 cases of bullying, there were cases that claimed lives, namely one elementary school student in Sukabumi Regency and one MTs student in Blitar (East Java). Both died after experiencing violence from peers within the educational unit (Rosa, 2023). The increasing number of reports of bullying against children is a serious concern for the Psychology Study Program at the Indonesian University of Education (UPI). The aim of this training is to provide training to elementary school teachers so they can train their students about the importance of assertive behavior and develop assertive behavior in an effort to prevent bullying behavior. The method used in this community service was providing material regarding assertive communication. The number of training participants was 116 people who were elementary school teachers spread across the Sukabumi Regency area. There is a pre-test and post-test to test the teachers' knowledge. The results of the analysis show that there is a significant increase in knowledge and the training participants gave a positive response in terms of teaching and implementation.

Keywords: *Bullying, Assertive Communication, Children.*

A. PENDAHULUAN

UNICEF bersama dengan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) mengungkapkan sebanyak 2 dari 3 anak perempuan atau laki-laki berusia 13-17 tahun pernah mengalami setidaknya satu jenis kekerasan selama hidupnya. Sebanyak 3 dari 4 anak-anak dan remaja yang pernah mengalami salah satu jenis kekerasan atau lebih melaporkan bahwa pelaku kekerasan tersebut berasal dari teman sebayanya. Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) juga mencatat, sepanjang 2023 terdapat 30 kasus perundungan di satuan pendidikan. Jumlah ini meningkat 9 kasus dari tahun sebelumnya yang menandakan aturan yang dibuat belum terealisasi dengan optimal (Aranditio, 2024).

Perundungan atau bullying adalah bentuk penindasan atau intimidasi yang terjadi berulang-ulang, baik secara fisik maupun verbal, terhadap individu yang dianggap lebih lemah, baik itu terjadi di lingkungan sekolah, di perjalanan menuju sekolah, atau saat pulang dari sekolah. Pelaku bullying seringkali memiliki kekuatan sosial, verbal, atau fisik yang lebih besar dibandingkan dengan korban mereka (Andersen, 2007).

Sebaran 30 kasus bullying tersebut antara lain SMP (50%), SD (30%), SMA (10%), dan SMK (10 %). Dari 30 kasus bullying ini, terdapat kasus yang sampai menelan korban jiwa, yakni satu siswa SDN di Kabupaten Sukabumi dan satu santri MTs di Blitar (Jawa Timur). Keduanya meninggal dunia usai mengalami kekerasan dari teman sebaya di lingkungan satuan pendidikan (Rosa, 2023).

Di Indonesia, kasus bullying sepanjang 2023 terus meningkat dibanding tahun sebelumnya, tersebar di 12 provinsi dan mencakup 24 kabupaten/kota. Berdasarkan data dari Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), penyebaran kasus bullying di Jawa Barat cukup masif, antara lain di Kabupaten Bogor, Garut, Bekasi, Kota Bandung, Kabupaten Bandung, Sukabumi, dan Cianjur. Lebih jauh lagi, kasus bullying yang mengakibatkan korban jiwa ditemukan di

Kabupaten Sukabumi, dimana salah satu kasusnya terjadi pada anak dengan jenjang pendidikan Sekolah Dasar (Muhamad, 2023).

Menurut American Psychology Association (APA), bullying dapat diidentifikasi sebagai tindakan agresif yang terjadi secara berulang-ulang dan bertujuan untuk menyakiti atau membuat orang lain merasa tidak nyaman. Dalam konteks ini, bullying juga dianggap sebagai bentuk pelanggaran terhadap hak asasi manusia (Andersen, 2007), yang tercermin dari tujuannya yang ingin menyakiti orang lain. Whitehouse (2006) menambahkan bahwa motivasi di balik perilaku bullying seringkali muncul dari keinginan untuk menimbulkan stres fisik maupun psikologis pada korban, sehingga dapat dijelaskan bahwa bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang terhadap individu yang dianggap lebih lemah, dengan potensi menyebabkan dampak fisik dan psikologis yang serius.

Peningkatan jumlah laporan bullying terhadap anak menjadi perhatian serius bagi Program Studi Psikologi di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI), terutama sejalan dengan salah satu misi prodi yaitu mewujudkan kesejahteraan masyarakat. Kesejahteraan anak-anak merupakan bagian integral dari kesejahteraan masyarakat, dengan salah satu indikatornya dapat diukur sesuai dengan Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak. Undang-undang ini menegaskan bahwa setiap anak, termasuk anak usia dini, berhak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal yang harus dijamin, dilindungi, dan dipenuhi oleh orang tua, keluarga, masyarakat, dan negara. Sementara itu, perilaku agresif di kalangan anak, termasuk kekerasan dan bullying, memiliki kaitan dengan meningkatnya resiko gangguan psikis dalam rentang kehidupan, fungsi sosial yang buruk dan proses pendidikan.

Dokumen Konvensi PBB tahun 1989 tentang Hak-Hak Anak juga menyoroti pentingnya perlindungan anak, termasuk hak anak untuk dilindungi dari segala bentuk kekerasan, keterlantaran, eksploitasi, dan diskriminasi. Melalui pemahaman ini, Program Studi Psikologi

UPI bertujuan untuk memberikan kontribusi yang signifikan dalam upaya melindungi hak-hak anak dan memastikan kesejahteraan mereka sesuai dengan ketentuan hukum dan nilai-nilai kemanusiaan yang mendasari perlindungan anak. Salah satu program yang ditawarkan untuk melawan perilaku bullying di kalangan anak adalah dengan memberikan bekal mengenai pentingnya menerapkan perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari.

Perilaku asertif merupakan pilihan komunikasi yang membantu seseorang mempertahankan kedudukannya tanpa menyalahkan atau memperlakukan orang lain sebagai musuh. Perilaku asertif ini menghasilkan perilaku langsung yang positif, sopan, dan berorientasi pada tujuan, yang memaksimalkan kekuatan dan efisiensi interaksi sosial. Perilaku asertif membangun keterampilan penting, seperti mengatakan "tidak" dalam situasi yang diperlukan, mengungkapkan perasaan positif dan negatif, memulai dan mempertahankan komunikasi, membentuk kekuatan persuasi, membela haknya sendiri tanpa melanggar hak orang lain, dan meningkatkan penghargaan pada diri sendiri (Anghel & Jitaru, 2019).

Fontana dalam Anghel dan Jitaru (2019) juga mengungkapkan komunikasi asertif membantu orang berinteraksi satu sama lain dan membantu mereka menyadari ekspresi perasaan mereka sendiri dan orang lain. Kesulitan dalam mengkomunikasikan perasaan negatif diri sendiri ataupun orang lain adalah masalah yang sering terjadi. Sebagian besar individu memilih untuk menghindari komunikasi dan menekan perasaan mereka. Anak-anak yang mengalami kekerasan juga menghadapi kesulitan dalam mengomunikasikan peristiwa negatif yang dilakukan orang lain pada diri mereka.

B. METODE

Untuk meminimalisir dan menanggulangi efek negatif dari kesulitan dalam menunjukkan perilaku asertif, Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia bermaksud memberikan pembekalan kepada guru-guru atau training for trainer

(TOT) untuk melatih anak-anak didiknya dalam mengembangkan perilaku asertif yang tepat sebagai upaya pencegahan perilaku bullying. Dengan melatih anak mengembangkan perilaku asertif, anak diberi kesempatan untuk berpikir lebih mendalam dan lebih kritis tanpa dipengaruhi oleh orang lain, dapat mengenali lebih dalam mengenai perasaan dirinya ataupun orang lain, sehingga mampu membuat keputusan untuk menyampaikan emosi serta memutuskan bagaimana menanggapi perasaan orang lain. Selain itu, anak dengan mudah untuk mempertahankan hak dan kepercayaan dirinya untuk menolak dan membela seseorang apabila terjadi perilaku bullying baik terhadap diri sendiri maupun orang lain di lingkungan mereka. Anak diberikan pembekalan untuk mengikuti perilaku yang dirasa benar berdasarkan nilai-nilai dan norma yang telah dipelajarinya.

Metode yang digunakan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah pemberian pelatihan berbasis interactive learning.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dilaksanakan dalam bentuk daring (dalam jaringan) dan luring (luarjaringan), pemaparan materi dan tanya jawab yang disampaikan oleh lima orang narasumber, dan dipimpin oleh satu orang moderator.

Pelatihan ini juga disertai dengan pretest dan post test, untuk menguji sejauh mana peserta pelatihan mengetahui tentang perilaku bullying dan bagaimana menerapkan komunikasi asertif yang efektif pada anak. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan software JASP for windows. Selain mengolah data, tim PkM menganalisis, menginterpretasikan, dan menyusun hasil pelatihan berdasarkan landasan teori dan studi terdahulu yang berkaitan dengan pelatihan yang dilakukan. Tindak lanjut pada pelatihan daring, guru diberikan tugas untuk melakukan menganalisa perilaku bullying di sekolah masing-masing, lalu dibahas pada saat pelatihan luring untuk menerapkan perilaku asertif pada kasus-kasus yang telah mereka analisis.

Adapun poin-poin yang dibahas dalam

pelatihan ini antara lain : sekolah ramah anak sebagai support system, peran orang tua, guru dan masyarakat, kaitan perkembangan sosioemosi anak usia sekolah dasar dengan perilaku bullying, memahami lebih dalam fenomena dan bentuk perilaku bullying, analisa kasus berdasarkan berita-berita di media sosial, aplikasi pelatihan keterampilan asertif dalam melawan perilaku bullying.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelatihan ini memberikan pengetahuan baru bagi para guru SD di Kabupaten Sukabumi. Paraguru dapat menerima informasi yang relevan terkait pentingnya komunikasi asertif, contoh contoh kasus yang diberikan selama pematieran sangat bermanfaat

Paired Samples T-Test

Measure 1	Measure 2	t	df	p
Score Pretest (Y1)	Score Posttest (Y2)	-11.198	26	< .001

Note. Student's t-test.

Assumption Checks

Test of Normality (Shapiro-Wilk)

	W	p
Score Pretest (Y1) - Score Posttest (Y2)	0.964	0.460

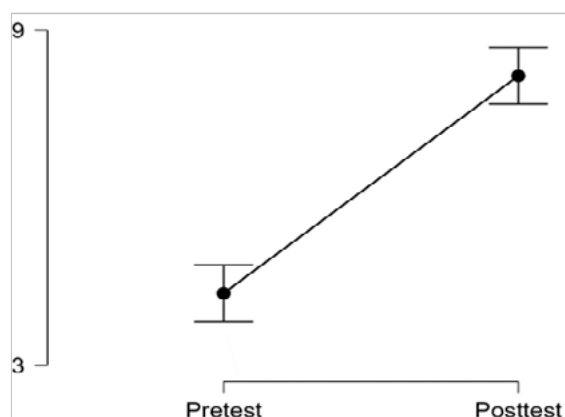
Note. Significant results suggest a deviation from normality

Descriptives

	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
Score Pretest (Y1)	27	4.296	1.750	0.337	0.407
Score Posttest (Y2)	27	8.185	1.241	0.239	0.152

Descriptives Plots

Pretest - Posttest



Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis, Uji-t sampel berpasangan menunjukkan ada perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah pelatihan ($t(26) = -11.198, p < .001$). Hasil plots sebelum dan sesudah pelatihan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan pelatihan.

Hasil simulasi dipaparkan berupa video dan diupload di google drive yang telah disiapkan oleh tim PkM. Para guru berhasil menjejarkan dan menerapkan komunikasi asertif pada siswa-siswinya. Perilaku asertif menghasilkan perilaku langsung yang positif, sopan, dan berorientasi pada tujuan, serta memaksimalkan kekuatan dan efisiensi interaksi sosial. Keterampilan penting yang dibentuk melalui perilaku asertif ini antara lain mengatakan tidak dan rasa tidak nyaman ketika situasi yang diperlukan, mengutarakan permintaan jika membutuhkan bantuan, mengungkapkan emosi positif dan negatif, memulai dan mempertahankan komunikasi, membentuk kekuatan persuasi, sikap membela haknya sendiri tanpa melanggar hak orang lain, serta memperkuat penghargaan pada diri sendiri (Anghel & Jitaru, 2019).

D. KESIMPULAN

Dari data diatas dapat disimpulkan pemberian materi kepada para guru berhasil dan terdapat perubahan pengetahuan yang sesuai dengan tujuan terlaksananya program pengabdian kepada masyarakat. Para guru sangat antusias dalam pematieran dan banyak memberikan pertanyaan dan contoh kasus. Dari hasil pelatihan ini diharapkan para guru dapat menjadi agen perubahan yang dapat terus memberikan pengetahuan mengenai komunikasi yang asertif pada siswa dan lingkungan sekitarnya sebagai upaya memutus mata rantai kekerasan seksual pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Anghel, I. O., & Jitaru, O. (2019). *Strategies of Assertive Communication in The Teaching Profession*. Edu World 2018. UK: Future Academy.
- CNN Indonesia. (2023, Januari 28). CNN Indonesia. Retrieved from [cnnindonesia.com:https://www.cnnindonesia.com](https://www.cnnindonesia.com)

- cnnindonesia.com/nasional/20230127173509-20-905780/kemenpppa-ri-darurat-kekerasan-seksual-anak-9588-kasus-selama-2022
- detikedu.(2023, Februari 19). Detikedu. Retrieved from <https://www.detik.com/edu/sekolah>: <https://www.detik.com/edu/sekolah/d-6577189/awal-2023-fsgi-catat-86-anak-jadi-korban-kekerasan-seksual-di-satuan-pendidikan>
- detikJabar. (2023, Februari 9). detikJabar. Retrieved from [detik.com:https://www.detik.com/jabar/berita/d-6560509/kasus-kekerasan-anak-dan-perempuan-di-jabar-melonjak](https://www.detik.com/jabar/berita/d-6560509/kasus-kekerasan-anak-dan-perempuan-di-jabar-melonjak)
- Johnson, C. F. (2004). *Child Sexual Abuse*. Columbus, Ohio: Ohio State University College of Medicine.
- Karmakar, N., Arora, S., & Franky, S. (2020). Effectiveness of Assertiveness Training Programme on Knowledge and Attitude of Adolescent Girls Regarding Prevention of Sexual Abuse. *Journal of Nursing Science & Practice*, 57-61.
- Kellogg, N. (2005). *The Evaluation of Sexual Abuse in Children*. American Academy of Pediatrics.
- Kupastuntas. (2023, Maret 9). Kupastuntas.co. Retrieved from Kupastuntas.co: <https://kupastuntas.co/2023/03/09/dp2kbp3a-lambar-catat-2-kasus-kekerasan-seksual-anak-banyak-masyarakat-takut-lapor>
- Lalor,K.,&McElvaney,R.(2010).Childsexual abuse, links to later sexual exploitation/ high-risk sexual behavior, and prevention/ treatmentprograms. *Trauma, Violence, & Abuse*, 11(4), 159–177. <https://doi.org/10.1177/1524838010378299>
- Merdekacom. (2022, Juli 7). merdeka.com. Retrieved from merdeka.com: <https://www.merdeka.com/jabar/dua-kakek-di-kuningan-cabuli-bocah-perempuan-belasan-kali-pakai-modus-semako.html>
- Pipas, M. D., & Jaradar, M. (2010). Assertive Communication Skills. *Annales UniversitatisApulensisSeriesOeconomica*