



## **Implementation of Bullying Danger Psychoeducation to Prevent Bullying Behavior among Elementary School Students**

**Muhammad Kevin Duta Maulana<sup>1</sup>, Ima Fitri Sholichah<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Gresik, Gresik, Indonesia

**Abstract :** Bullying behavior remains a serious issue in elementary school settings, particularly in verbal and social forms that negatively affect students' psychological well-being and the overall school climate. This study aimed to implement and examine the effectiveness of psychoeducation on the dangers of bullying as a preventive intervention among elementary school students. The research employed a quantitative approach using a quasi-experimental design with a one-group pretest–posttest format. The participants were sixth-grade students of UPT SD Negeri 26 Gresik who were identified as having tendencies toward bullying behavior. Data were collected through a bullying questionnaire administered before and after the psychoeducational intervention to measure students' understanding and tendencies related to bullying behavior. Prior to its use, the instrument was tested and confirmed to be valid and reliable for measuring bullying-related constructs. The psychoeducation program was conducted intensively through structured sessions focusing on the definition, forms, psychological impacts, and prevention of bullying. Data analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test indicated a significant difference between pretest and posttest results, showing a reduction in bullying tendencies and an increase in students' awareness and preventive attitudes. These findings demonstrate that psychoeducation on the dangers of bullying is an effective intervention for reducing bullying behavior and fostering prosocial awareness among elementary school students. This study highlights the importance of integrating psychoeducational programs into school-based guidance and counseling services to promote a safe, supportive, and bullying-free school environment.

**Keywords :** Psychoeducation; Bullying; Elementary School Students; Prevention.

## **Penerapan Psikoedukasi tentang Bahaya Bullying dalam Mencegah Perilaku Bullying di Kalangan Siswa Sekolah Dasar**

**Abstrak :** Perilaku bullying masih menjadi permasalahan serius di lingkungan sekolah dasar, terutama dalam bentuk verbal dan sosial yang berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis siswa serta iklim sekolah secara keseluruhan. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan dan menguji efektivitas psikoedukasi tentang bahaya bullying sebagai upaya pencegahan perilaku bullying pada siswa sekolah dasar. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen semu melalui satu kelompok dengan pengukuran pretest dan posttest. Subjek penelitian adalah siswa kelas VI UPT SD Negeri 26 Gresik yang teridentifikasi memiliki kecenderungan perilaku bullying. Data dikumpulkan melalui angket bullying yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi untuk mengukur tingkat pemahaman dan kecenderungan perilaku bullying siswa. Instrumen yang digunakan telah melalui uji validitas dan reliabilitas sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian. Intervensi psikoedukasi dilaksanakan secara terstruktur dengan materi yang mencakup pengertian bullying, bentuk-bentuk bullying, dampak psikologis, serta strategi pencegahan. Hasil analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi, yang mengindikasikan penurunan kecenderungan perilaku bullying serta peningkatan kesadaran dan sikap preventif siswa. Temuan ini menegaskan bahwa psikoedukasi tentang bahaya bullying merupakan strategi yang efektif untuk mencegah perilaku bullying dan membangun kesadaran prososial siswa sekolah dasar. Penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi layanan bimbingan dan konseling sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan suportif.

**Kata Kunci :** Psikoedukasi; Bullying; Siswa Sekolah Dasar; Pencegahan.

### **Article history**

*Received: 09 12, 2024*

*Revised: 29 01, 2025*

*Accepted: 30 01, 2025*

*This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution ([CC-BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)) license*



*Corresponding Author: Ima Fitri Sholichah; [ima\\_fitri@umg.ac.id](mailto:ima_fitri@umg.ac.id)*

## PENDAHULUAN

Lingkungan sekolah idealnya menjadi ruang yang aman, nyaman, dan supportif bagi perkembangan akademik serta psikososial peserta didik. Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa sekolah masih dihadapkan pada permasalahan perilaku agresif yang dikenal sebagai bullying, yang menjadi isu global dalam pendidikan dasar dan menengah (Olweus, 2019; Espelage & Hong, 2017). Bullying didefinisikan sebagai tindakan negatif yang dilakukan secara berulang oleh individu atau kelompok terhadap individu lain yang berada dalam posisi lebih lemah dan ditandai oleh ketidakseimbangan kekuasaan (Olweus, 2019). Perilaku ini terbukti berdampak serius pada korban, termasuk meningkatnya kecemasan, depresi, stres psikologis, penurunan prestasi akademik, serta rendahnya keterikatan siswa terhadap sekolah (Craig & Pepler, 2018; Arseneault, 2018; Moore et al., 2017).

Pada jenjang sekolah dasar, bullying paling sering muncul dalam bentuk verbal dan sosial, seperti ejekan, pemberian julukan negatif, body shaming, serta pengucilan dari kelompok sebaya (Sánchez et al., 2016; Menesini & Salmivalli, 2017). Bentuk bullying ini kerap dipersepsikan sebagai perilaku ringan atau bagian dari interaksi sosial anak, padahal penelitian menunjukkan bahwa bullying non-fisik memiliki dampak jangka panjang yang signifikan terhadap perkembangan emosional, harga diri, dan kesehatan mental anak (Espelage, 2014; Arseneault, 2018). Paparan bullying sejak usia dini juga dikaitkan dengan meningkatnya risiko masalah perilaku, kesulitan regulasi emosi, serta gangguan relasi sosial pada tahap perkembangan selanjutnya (Moore et al., 2017; Zych et al., 2015). Oleh karena itu, pencegahan bullying di sekolah dasar merupakan bagian penting dari pendidikan karakter dan promosi kesehatan mental siswa.

Fenomena tersebut juga ditemukan dalam konteks lokal di UPT SD Negeri 26 Gresik, di mana hasil observasi awal menunjukkan bahwa perilaku bullying masih terjadi, terutama dalam bentuk verbal dan sosial. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian nasional yang melaporkan bahwa bullying di sekolah dasar Indonesia masih relatif tinggi dan sering tidak terdeteksi secara sistematis (Amawidyati et al., 2017; Lestari et al., 2023). Meskipun tidak selalu disertai kekerasan fisik, perilaku bullying tetap berdampak pada rasa aman, kenyamanan belajar, serta kualitas hubungan interpersonal antar siswa. Mengingat siswa sekolah dasar berada pada fase krusial pembentukan moral, empati, dan kontrol diri, intervensi preventif yang bersifat edukatif menjadi sangat mendesak untuk mencegah terbentuknya pola perilaku bullying yang menetap (Yusuf, 2009; Menesini & Salmivalli, 2017).

Salah satu pendekatan yang dinilai efektif dalam upaya pencegahan bullying adalah psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan intervensi psikologis yang bertujuan meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan keterampilan individu atau kelompok dalam menghadapi permasalahan psikososial melalui pemberian informasi yang terstruktur, reflektif, dan aplikatif (Nastiti & Damayanti, 2021; Donker et al., 2009). Dalam konteks bullying, psikoedukasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana transfer pengetahuan mengenai definisi dan bentuk bullying, tetapi juga sebagai media pengembangan empati, kesadaran dampak psikologis pada korban, serta penguatan sikap prososial dan preventif pada siswa (Amawidyati et al., 2017; Zych et al., 2015).

Berbagai penelitian terdahulu, baik internasional maupun nasional, menunjukkan bahwa program psikoedukasi yang dilaksanakan secara terstruktur mampu menurunkan kecenderungan perilaku bullying dan meningkatkan sensitivitas sosial siswa (Midgett et al., 2015; Menesini & Salmivalli, 2017; Dzikrulloh et al., 2017). Intervensi berbasis diskusi kelompok, simulasi peran, dan refleksi terbimbing terbukti efektif dalam mengubah posisi siswa dari sekadar bystander pasif menjadi upstander yang berani menolak dan mencegah perilaku bullying (Midgett et al., 2015; Espelage & Hong, 2017). Namun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada jenjang pendidikan menengah, sementara kajian empiris yang secara khusus menguji efektivitas psikoedukasi bullying pada siswa sekolah dasar, terutama dalam konteks lokal Indonesia, masih relatif terbatas.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) pada penerapan psikoedukasi bahaya bullying secara terstruktur sebagai intervensi preventif pada siswa sekolah dasar, dengan fokus pada peningkatan pemahaman, kesadaran, dan sikap preventif terhadap perilaku bullying. Penelitian ini tidak hanya menilai perubahan pengetahuan siswa, tetapi juga

mengkaji perubahan kecenderungan perilaku bullying sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk menerapkan dan menguji efektivitas psikoedukasi tentang bahaya bullying dalam mencegah perilaku bullying pada siswa UPT SD Negeri 26 Gresik. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian psikologi pendidikan dan bimbingan konseling, serta kontribusi praktis bagi sekolah dalam merancang program pencegahan bullying yang berkelanjutan dan berbasis kebutuhan siswa.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi-experimental research*). Desain penelitian yang diterapkan adalah *One Group Pretest–Posttest Design*, yaitu desain yang melibatkan satu kelompok subjek yang diukur dua kali, sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Desain ini dipilih karena sesuai untuk mengevaluasi efektivitas suatu intervensi psikologis dalam konteks pendidikan, khususnya ketika pembentukan kelompok kontrol tidak dimungkinkan secara etis maupun praktis (Sugiyono, 2019). Pengukuran dilakukan pada tahap pretest untuk mengetahui kondisi awal kecenderungan perilaku bullying siswa dan pada tahap posttest untuk melihat perubahan setelah penerapan Psikoedukasi Bahaya Bullying.

Subjek penelitian adalah siswa kelas VI UPT SD Negeri 26 Gresik yang telah teridentifikasi memiliki kecenderungan perilaku bullying, baik sebagai pelaku maupun siswa yang berisiko terlibat dalam perilaku bullying. Pemilihan subjek dilakukan secara purposif berdasarkan hasil *screening* awal dan rekomendasi guru kelas serta guru bimbingan dan konseling. Teknik purposive sampling dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh subjek yang sesuai dengan karakteristik dan tujuan penelitian (Azwar, 2012).

Teknik pengumpulan data utama dalam penelitian ini menggunakan angket (kuesioner) yang berfungsi sebagai instrumen pretest dan posttest. Angket disusun untuk mengukur tingkat pemahaman siswa tentang bullying serta kecenderungan perilaku bullying, yang mencakup aspek verbal, sosial, dan sikap preventif. Instrumen ini digunakan karena angket dinilai efektif untuk mengungkap kecenderungan sikap dan perilaku peserta didik secara sistematis dalam penelitian psikologi dan bimbingan konseling (Yusuf, 2016). Selain itu, dokumentasi dan observasi terbatas digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat interpretasi hasil penelitian.

Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen angket terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan teknik korelasi *item-total*, yang bertujuan untuk memastikan bahwa setiap butir pernyataan mampu mengukur konstruk perilaku bullying secara tepat. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh butir angket memiliki koefisien korelasi positif dan berada di atas nilai kritis, sehingga seluruh item dinyatakan valid dan layak digunakan. Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Hasil pengujian menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang baik, yang mengindikasikan konsistensi internal instrumen dalam mengukur kecenderungan perilaku bullying siswa. Dengan demikian, angket yang digunakan dinyatakan memenuhi persyaratan sebagai alat ukur yang sah dan andal (Azwar, 2012; Suryabrata, 2015).

Intervensi utama dalam penelitian ini adalah Psikoedukasi Bahaya Bullying yang dilaksanakan secara terstruktur selama sepuluh hari. Materi psikoedukasi mencakup pengertian dan jenis-jenis bullying, dampak psikologis bagi korban, serta pengembangan empati, kesadaran sosial, dan keterampilan penyelesaian konflik secara prososial. Pelaksanaan psikoedukasi dilakukan melalui metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi sederhana yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan siswa sekolah dasar. Pendekatan ini dipilih karena psikoedukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman, sikap, dan perilaku preventif peserta didik terhadap permasalahan psikososial (Amawidyati et al., 2017; Nastiti & Damayanti, 2021).

Data kuantitatif yang diperoleh dari hasil pretest dan posttest dianalisis menggunakan statistik nonparametrik, yaitu Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Uji ini digunakan karena data tidak berdistribusi normal dan jumlah subjek relatif terbatas. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi

psikoedukasi diberikan (Field, 2018). Selain itu, hasil skor angket dikategorikan ke dalam tingkat rendah, sedang, dan tinggi menggunakan metode kategorisasi berbasis rerata dan simpangan baku sebagaimana dikemukakan oleh Azwar (2012), sehingga perubahan kecenderungan perilaku bullying siswa dapat diinterpretasikan secara lebih sistematis dan bermakna. Metode kategorisasi level menghasilkan 3 kategorisasi

Berdasarkan 3 norma kategorisasi diatas menjelaskan terdapat jenjang untuk masing – masing variabel adalah sebagai berikut:

**Tabel 1. Norma Kategorisasi**

No	Pendoman	Skor	Kategori
1	$X < M - 1SD$	$X < 26$	Rendah
2	$M - 1SD \leq X \leq M + 1SD$	$26 \leq X \leq 40$	Sedang
3	$M + 1SD \leq X$	$40 \leq X$	Tinggi

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

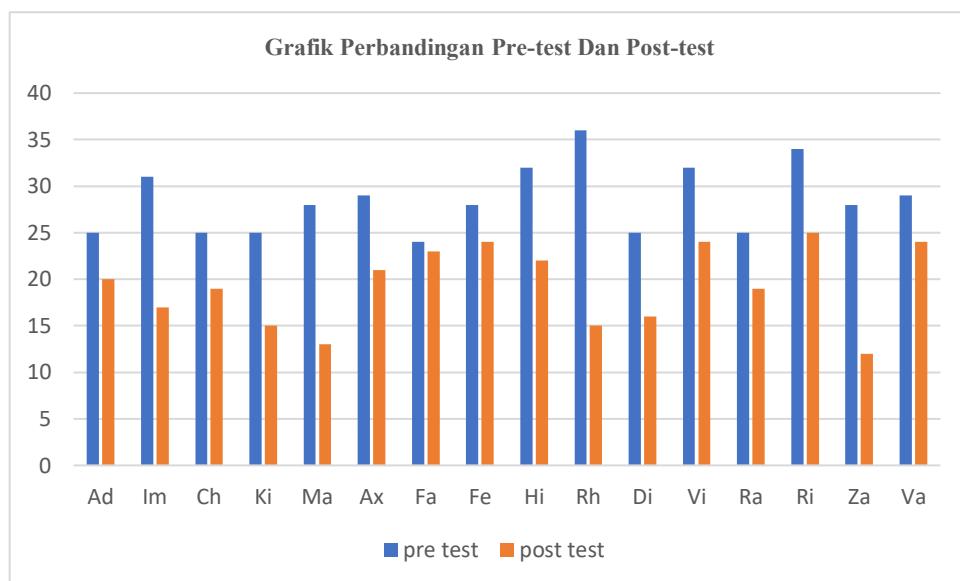
### **Hasil Penelitian**

Dari hasil magang yang telah dilakukan mengenai penerapan psikoedukasi bahaya bullying untuk mencegah perilaku bullying pada siswa UPT SDN 26 Gresik menunjukkan adanya penurunan signifikan dari pre-test ke post-test. Grafik memperlihatkan bahwa seluruh siswa memperoleh skor post-test yang lebih rendah dibandingkan pre-test. Hal ini mengindikasikan bahwa psikoedukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya bullying serta mendorong sikap preventif terhadap perilaku tersebut hal ini dapat dilihat dari tabel tersebut:

**Tabel 2. Hasil Perbandingan Pre-test dan Post-test**

No	Nama Subjek	Hasil Pre Test	Kategori	Hasil Postest	Kategori
1	Ad	25	Rendah	20	Rendah
2	Im	31	Sedang	17	Rendah
3	Ch	25	Sedang	19	Sedang
4	Ki	25	Rendah	15	Sedang
5	Ma	28	Sedang	13	Rendah
6	Ax	29	Sedang	21	Rendah
7	Fa	24	Rendah	23	Rendah
8	Fe	28	Sedang	24	Rendah
9	Hi	32	Sedang	22	Rendah
10	Ra	36	Sedang	15	Rendah
11	Di	25	Rendah	16	Rendah
12	Vi	32	Sedang	24	Rendah
13	Ra	25	Rendah	19	Rendah
14	Ri	34	Sedang	25	Rendah
15	Za	28	Sedang	12	Rendah
16	Vi	29	Sedang	24	Rendah

Berdasarkan tabel 2 di atas, penurunan skor post-test ini dapat dijelaskan melalui teori *retrieval practice*, yaitu bahwa proses tes dan diskusi yang diberikan selama psikoedukasi membantu siswa mengingat serta memperkuat pemahaman mereka (Roediger & Butler, 2011). Selain itu, psikoedukasi memberikan informasi terstruktur tentang definisi, bentuk, dampak psikologis, serta strategi pencegahan bullying, sehingga siswa lebih peka dan mampu mengenali konsekuensi negatif dari bullying (Espelage, 2014).

**Gambar 1. Grafik Perbandingan Hasil Pre-test dan Post-test**

Selanjutnya, data pretest dan posttest dilakukan mengujian statistic dengan menguji perbedaan sebelum dan sesudah intervensi yang sudah dilakukan, berikut hasil uji hipotesis dengan menggunakan SPSS.

**Tabel 3. Wilcoxon Signed Ranks Test**

<b>Ranks</b>				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	16 <sup>a</sup>	8.50	136.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	16		

**Tabel 4. Test Statistics<sup>a</sup>**

Posttest - Pretest	
Z	-3.519 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

Hasil analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap preventif yang signifikan setelah intervensi Psikoedukasi Bahaya *Bullying* diterapkan. Nilai statistik yang diperoleh adalah  $Z = -3,519$  dengan nilai signifikansi  $p < 0,000$ . Karena nilai signifikansi ( $p$ ) lebih kecil dari tingkat signifikansi yang ditetapkan (0,05), maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, yang berarti terdapat perbedaan skor yang signifikan antara kondisi *pre-test* (sebelum psikoedukasi) dan *post-test* (sesudah psikoedukasi). Rata-rata skor pada *post-test* menunjukkan penurunan kecenderungan perilaku *bullying* dan peningkatan pemahaman tentang bahaya *bullying* dibandingkan dengan skor *pre-test*. Secara deskriptif, sebelum intervensi, perilaku *bullying* dominan berada pada kategori Verbal (ejekan, panggilan buruk) dan Sosial (pengucilan), namun setelah intervensi 10 hari, frekuensi perilaku tersebut dalam pengamatan harian menurun secara nyata.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa Psikoedukasi Bahaya *Bullying* sangat efektif dalam mencegah dan mengurangi perilaku *bullying* pada siswa Kelas VI UPT SD Negeri 26 Gresik.

Keberhasilan intervensi ini dapat dijelaskan melalui mekanisme Psikoedukasi, yang fokus pada peningkatan literasi psikologis siswa. Melalui sesi interaktif yang mencakup identifikasi jenis-jenis *bullying*, pemahaman mendalam tentang dampak trauma pada korban, serta pelatihan teknik *assertiveness* dan peran sebagai *Upstander*, siswa tidak hanya memperoleh informasi, tetapi juga terjadi perubahan kognitif dan afektif. Peningkatan kesadaran tentang konsekuensi jangka panjang dari *bullying* - khususnya *body shaming* dan pengucilan yang marak - telah memicu empati dan mendorong siswa untuk menginternalisasi norma perilaku pro-sosial. Efektivitas ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menegaskan bahwa intervensi berbasis edukasi kelompok mampu memodifikasi perilaku maladaptif dengan menyediakan kerangka pengetahuan yang kuat dan keterampilan emosional praktis. Oleh karena itu, Psikoedukasi direkomendasikan sebagai program pencegahan utama yang harus diintegrasikan secara berkala dalam kurikulum sekolah dasar.

## **Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan sebuah temuan yang melegakan sekaligus strategis: Intervensi Psikoedukasi Bahaya *Bullying* tidak hanya mengurangi intensitas perilaku *bullying* pada siswa UPT SD Negeri 26 Gresik, tetapi juga secara signifikan menumbuhkan pemahaman dan kesadaran emosional mereka. Data menunjukkan lompatan drastis dari skor *pre-test* ke *post-test*, yang secara statistik dikonfirmasi melalui Uji *Wilcoxon Signed Rank* ( $Z = -3,519$  dengan signifikansi  $p < .000$ ). Angka ini bukan sekadar statistik, melainkan cerminan keberhasilan program dalam memutus rantai perilaku negatif yang sebelumnya didominasi oleh ejekan verbal dan pengucilan sosial. Psikoedukasi, melalui penyampaian materi dampak psikologis dan pelatihan empati, berhasil mengubah *mindset* siswa, menjadikan mereka lebih peka terhadap perasaan teman sebaya. Dengan kata lain, intervensi ini telah membuka 'mata batin' siswa, mengajarkan mereka bahwa tindakan kecil sekalipun, seperti *body shaming*, meninggalkan luka yang nyata.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi tentang bahaya *bullying* efektif sebagai intervensi preventif pada siswa sekolah dasar, ditandai oleh perubahan yang bermakna antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi. Temuan ini menguatkan literatur bahwa pencegahan *bullying* tidak cukup hanya melalui aturan disiplin, tetapi membutuhkan intervensi edukatif yang membangun *awareness*, pemahaman bentuk-bentuk *bullying*, dan kesadaran konsekuensi psikologisnya sehingga norma kelas bergerak ke arah yang lebih prososial. Secara konseptual, *bullying* merupakan perilaku agresif yang terjadi berulang dengan ketimpangan kekuatan, sehingga pencegahan yang efektif perlu menyasar bukan hanya "pelaku", tetapi juga iklim sosial kelas yang memungkinkan perilaku tersebut terus terjadi (Olweus, 2019). Dampak *bullying* pada anak juga terbukti luas dan persisten mulai dari masalah kesehatan mental hingga keterhubungan sosial—sehingga intervensi pencegahan sejak sekolah dasar memiliki relevansi psikologis dan edukatif yang kuat (Arseneault, 2018; Moore et al., 2017).

Efektivitas psikoedukasi pada penelitian ini dapat dijelaskan melalui mekanisme perubahan pada tiga level: kognitif, afektif, dan perilaku. Pada level kognitif, psikoedukasi meningkatkan pengetahuan siswa mengenai definisi, bentuk, dan dampak *bullying*—terutama bentuk verbal dan relasional yang sering "dinormalisasi" sebagai candaan. Literatur menyebutkan bahwa *bullying* relasional sering luput dari perhatian karena minim bukti fisik, padahal dampaknya pada harga diri, kecemasan sosial, dan rasa aman di sekolah sangat signifikan (Menesini & Salmivalli, 2017; Zych et al., 2015). Dengan pemahaman yang lebih jelas, siswa cenderung mampu melakukan *labeling* terhadap perilaku yang sebelumnya dianggap wajar, sehingga terjadi koreksi norma sosial di kelas. Hasil ini sejalan dengan temuan program psikoedukasi *bullying* pada konteks pendidikan yang menunjukkan peningkatan pemahaman anti-*bullying* setelah intervensi edukatif berbasis sesi terstruktur dan partisipatif (Amawidyati et al., 2017; Sari & Arisandy, 2025).

Pada level afektif, komponen psikoedukasi yang menekankan dampak psikologis korban dan penguatan empati berperan penting untuk mengurangi pemberian perlaku *bullying*. Pendekatan ini konsisten dengan kajian intervensi yang menekankan bahwa pencegahan *bullying* perlu

menumbuhkan empati, sensitivitas sosial, dan tanggung jawab moral kolektif, bukan sekadar larangan perilaku (Menesini & Salmivalli, 2017). Dalam konteks perkembangan anak sekolah dasar, penguatan empati dan kesadaran konsekuensi merupakan pintu masuk yang efektif karena anak sedang berada pada fase pembentukan nilai, regulasi emosi, dan kemampuan mengambil perspektif orang lain. Upaya seperti ini juga tampak pada program psikoedukasi di Indonesia yang melaporkan peningkatan kesadaran dan sikap anti-bullying ketika materi disampaikan dengan cara yang dekat dengan dunia anak (misalnya visual, diskusi, dan aktivitas partisipatif) (Nastiti & Damayanti, 2021; Jafar et al., 2025).

Pada level perilaku, perubahan pasca intervensi dapat dipahami melalui konsep bahwa bullying adalah fenomena sosial: perilaku bertahan karena adanya penguatan sosial (tawa, dukungan teman sebaya, atau diamnya saksi). Karena itu, psikoedukasi menjadi lebih efektif ketika bukan hanya mengedukasi “korban”, tetapi juga membekali siswa untuk menjadi bystander yang aktif (upstander) mampu menolak, menghentikan, atau melaporkan perilaku bullying secara aman. Penelitian psikoedukasi bystander menunjukkan bahwa pelatihan singkat pun dapat meningkatkan kesiapan siswa mengambil peran prososial dalam situasi bullying dan memperbaiki iklim kelompok sebaya (Midgett et al., 2015). Temuan Anda yang menunjukkan penurunan kecenderungan bullying setelah program sejalan dengan argumen bahwa perubahan norma kelompok dan peningkatan respons prososial saksi merupakan kunci menekan keberlanjutan bullying di sekolah (Menesini & Salmivalli, 2017; Zych et al., 2015).

Selain dari sisi intervensi, kekuatan penelitian ini juga didukung oleh kualitas instrumen yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Instrumen yang valid membantu memastikan bahwa perubahan skor pretest–posttest benar-benar merepresentasikan perubahan konstruk yang diteliti (kecenderungan bullying/pemahaman), sedangkan reliabilitas yang baik menunjukkan konsistensi internal sehingga hasil pengukuran lebih dapat dipercaya. Dalam penelitian kuantitatif intervensi psikopedagogis, kualitas instrumen menjadi prasyarat penting agar kesimpulan tentang efektivitas program tidak bias oleh ketidakstabilan alat ukur (Azwar, 2012). Dengan memasukkan narasi validasi dan reliabilitas pada metode, artikel ini lebih memenuhi ekspektasi reviewer ICP terkait transparansi prosedur pengukuran.

Implikasi praktis dari temuan ini sangat kuat bagi layanan bimbingan dan konseling (BK) sekolah dasar. Psikoedukasi dapat diposisikan sebagai layanan preventif yang terjadwal (misalnya layanan klasikal/kelompok) dan diintegrasikan dengan kebijakan sekolah ramah anak, penguatan karakter, serta pengelolaan iklim kelas. Program seperti “Aku Siswa Anti Bullying” pada konteks sekolah juga menunjukkan bahwa layanan psikoedukasi yang dirancang sistematis dapat mendorong budaya saling menghargai dan memperkuat pencegahan (Wibowo et al., 2022). Dengan demikian, hasil penelitian ini memberi dasar empiris bahwa sekolah tidak harus menunggu kasus berat terjadi; intervensi edukatif preventif dapat dilakukan lebih awal untuk membangun norma anti-bullying dan keterampilan sosial yang adaptif.

Meski demikian, pembahasan ini juga perlu mempertimbangkan keterbatasan desain *one-group pretest–posttest*. Tanpa kelompok kontrol, perubahan dapat dipengaruhi faktor lain (misalnya efek pengukuran ulang, dinamika kelas, atau faktor musiman). Literatur metodologi menyarankan interpretasi kausal dilakukan secara hati-hati pada desain pra-eksperimen, sekalipun uji statistik menunjukkan perbedaan bermakna (Field, 2018). Karena itu, penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain dengan kelompok pembanding atau *waitlist control*, memperpanjang masa tindak lanjut (*follow-up*) untuk melihat keberlanjutan efek, serta menambahkan data observasi guru/sebaya agar triangulasi perubahan perilaku bullying lebih kuat. Namun sebagai studi implementatif berbasis sekolah, penelitian ini tetap memberi kontribusi praktis yang penting: psikoedukasi yang terstruktur, partisipatif, dan sesuai perkembangan anak dapat menjadi strategi efektif untuk memperkuat pencegahan bullying di sekolah dasar.

## SIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian yang telah diuji secara empiris, dapat disimpulkan bahwa penerapan psikoedukasi tentang bahaya bullying merupakan strategi intervensi preventif yang efektif dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan suportif di UPT SD Negeri 26 Gresik. Perbandingan kondisi sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan adanya perubahan yang bermakna, yang mengindikasikan peningkatan pemahaman siswa mengenai bentuk-bentuk bullying dan dampak psikologisnya, sekaligus penurunan kecenderungan perilaku bullying, khususnya dalam bentuk verbal dan sosial. Psikoedukasi yang dilaksanakan secara terstruktur tidak hanya berfungsi sebagai sarana transfer pengetahuan, tetapi juga mampu menumbuhkan kesadaran, empati, serta kemampuan pengendalian diri pada siswa kelas VI, sehingga mendorong berkembangnya sikap prososial dalam interaksi sehari-hari. Temuan ini mempertegas bahwa psikoedukasi memiliki peran strategis sebagai fondasi pencegahan bullying sejak usia dini. Oleh karena itu, integrasi psikoedukasi sebagai bagian dari layanan bimbingan dan konseling sekolah secara berkelanjutan menjadi penting untuk menjamin terbentuknya iklim sekolah yang aman, inklusif, dan mendukung kesejahteraan psikologis seluruh peserta didik.

## REFERENSI

- Amawidyati, S. A. G., Muhammad, A., & Purwanto, E. (2017). Program psikoedukasi bullying untuk meningkatkan efikasi diri guru dalam menangani bullying di sekolah dasar. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(3), 258–266.
- Arseneault, L. (2018). Annual research review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(4), 405–421. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12841>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi keempat). Pustaka Pelajar.
- Craig, W. M., & Pepler, D. J. (2018). Identifying and targeting risk for involvement in bullying and victimization. *Canadian Journal of Psychiatry*, 63(7), 486–493. <https://doi.org/10.1177/0706743718761387>
- Donker, T., Griffiths, K. M., Cuijpers, P., & Christensen, H. (2009). Psychoeducation for depression, anxiety and psychological distress: A meta-analysis. *BMC Medicine*, 7, 79. <https://doi.org/10.1186/1741-7015-7-79>
- Dzikrulloh, M. H. A., et al. (2017). Pencegahan perilaku bullying melalui program psikoedukasi berbasis nilai moral. *Interventions*, 22, 240–253.
- Espelage, D. L. (2014). Ecological theory: Preventing youth bullying, aggression, and victimization. *Theory Into Practice*, 53(4), 257–264. <https://doi.org/10.1080/00405841.2014.947216>
- Espelage, D. L., & Hong, J. S. (2017). Cyberbullying prevention and intervention efforts: Current knowledge and future directions. *Canadian Journal of Psychiatry*, 62(6), 374–380. <https://doi.org/10.1177/0706743716684793>
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed.). SAGE.
- Jafar, E., Sufartianinsih, E., Riandra, M., Lathifah, A. D., Maharani, Z., & Utami, A. A. M. (2025). Efektivitas psikoedukasi visual dan partisipatif dalam meningkatkan pemahaman anti-bullying pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Dedikasi*. <https://doi.org/10.26858/dedikasi.v27i1.72905>
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: The state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, 22(sup1), 240–253. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740>
- Midgett, A., Doumas, D. M., Sears, D., Lundquist, A., & Hausheer, R. (2015). A bystander bullying psychoeducation program with middle school students. *The Professional Counselor*, 5(4), 486–500. <https://doi.org/10.15241/am.5.4.486>
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., & Scott, J. G. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence. *World Journal of Psychiatry*, 7(1), 60–76. <https://doi.org/10.5498/wjp.v7.i1.60>

- Nastiti, D. R., & Damayanti, M. (2021). Efektivitas psikoedukasi dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan regulasi diri remaja. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 121–133. <https://doi.org/10.15575/psy.v8i2.11503>
- Olweus, D. (2019). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Wiley-Blackwell.
- Sánchez, C., Ortega-Ruiz, R., & Menesini, E. (2016). Teachers' responses to bullying. *Educational Psychology*, 36(8), 1389–1407. <https://doi.org/10.1080/01443410.2015.1091872>
- Sari, S. P., & Arisandy, D. (2025). Psikoedukasi bullying kepada siswa kelas 5 di SD Negeri 14 Bangun Jaya Kecamatan Tanjung Batu Kabupaten Ogan Ilir. *Jurnal Pengabdian Inovasi Masyarakat Indonesia*, 4(2), 161–166. <https://doi.org/10.29303/jpimi.v4i2.6135>.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2015). *Metodologi penelitian*. RajaGrafindo Persada.
- Wibowo, D. H., Christy, Z. A., & Unter, R. (2022). “Aku Siswa Anti Bullying”: Layanan psikoedukasi untuk mencegah bullying di sekolah. *Magistrotum et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- Yusuf, S. (2016). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Remaja Rosdakarya.
- Zych, I., Ortega-Ruiz, R., & Del Rey, R. (2015). Scientific research on bullying and cyberbullying. *Aggression and Violent Behavior*, 23, 1–21. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.04.015>.