

UPAYA PENCEGAHAN TINDAK PERUNDUNGAN (BULLYING) MELALUI PROGRAM KONSELING REGULER PADA SISWA SDN 1 TOYA

Alfiani Nur Izzati¹, Andi Sulastri², Dr.Trianto³

Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar

alfianinurizzati10@gmail.com, andilastry@hamzanwadi.ac.id,
triyantomuhamad924@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan upaya pencegahan tindak perundungan (bullying) melalui program konseling reguler pada siswa SDN 1 Toya, mengidentifikasi hambatan yang dihadapi, serta menemukan solusi untuk mengatasinya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek penelitian guru kelas, guru Pendidikan Agama Islam (PAI), guru psikologi, kepala sekolah, dan siswa. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya pencegahan dilakukan melalui konseling individu, konseling kelompok, dan workshop/pelatihan karakter. Hambatan yang muncul meliputi keterbatasan waktu, kurangnya pemahaman guru, keberanian siswa yang rendah untuk melapor, serta pengaruh lingkungan luar sekolah. Solusi yang ditawarkan antara lain pelatihan guru, penyediaan ruang konseling yang nyaman, pelibatan orang tua, penjadwalan yang fleksibel, serta pemberian jaminan kerahasiaan bagi siswa pelapor. Penelitian ini menyimpulkan bahwa program konseling reguler mampu menjadi strategi efektif dalam pencegahan bullying meskipun sekolah belum memiliki guru BK khusus.

Kata kunci: Bullying, Konseling Reguler, Sekolah Dasar, Pencegahan

ABSTRACT

This study aims to describe efforts to prevent bullying through regular counseling programs at SDN 1 Toya, identify the obstacles encountered, and find solutions to overcome them. The research uses a descriptive qualitative approach with research subjects including classroom teachers, Islamic Religious Education (PAI) teachers, psychology teachers, the school principal, and students. Data were collected through interviews, observations, and documentation, and analyzed using data reduction, data presentation, and conclusion drawing.

The results of the study show that prevention efforts are carried out through individual counseling, group counseling, and character-building workshops/training. The obstacles identified include limited time, lack of teacher understanding, students' low confidence to report incidents, and external environmental influences. Proposed solutions include teacher training, provision of comfortable counseling spaces, parent involvement, flexible scheduling, and ensuring confidentiality for student reporters. This study concludes that regular counseling programs can serve as an effective strategy for bullying prevention, even though the school does not yet have a dedicated school counselor.

Keywords: Bullying, Regular Counseling, Elementary School, Prevention

PENDAHULUAN

Pasal 28 H Undang-undang Dasar Tahun 1945 memberikan jaminan terhadap setiap orang untuk berhak mendapat kemudahan dan perlakuan khusus untuk memperoleh kesempatan dan manfaat yang sama guna mencapai persamaan dan keadilan. Perlakuan khusus ini juga dapat diberikan kepada ABK anak berkebutuhan khusus . Bullying diartikan sebagai perilaku agresif dan kasar yang bersifat disengaja untuk menyerang, menyakiti dan/atau memberikan rasa ke tidak nyamanan kepada korban, baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun verbal demi keuntungan serta kepuasan pelaku bullying. Pelaku bullying biasanya berasal dari status sosial atau posisi kekuasaan yang lebih tinggi, seperti anak-anak yang lebih besar, lebih kuat, atau dianggap populer sehingga dapat menyalahgunakan posisinya .

Perilaku bullying tidak boleh dibiarkan terjadi, baik di keluarga. maupun di sekolah. Keduanya merupakan institusi terpenting yang memberikan pengaruh besar dalam predisposisi anak untuk mencintai atau membenci sesama. Melalui keluarga dan sekolah, anak dapat memperoleh dan mempelajari hal-hal baik yang membentuk konsep diri anak. Diharapkan, sekolah dan rumah berperan untuk mencegah perkembangan lebih lanjut dari berbagai perilaku kekerasan pada anak.

Kasus bullying di sekolah juga berdampak pada proses belajar peserta didik berkebutuhan khusus di sekolah. Hal tersebut mengakibatkan anak menjadi terganggu dan tidak nyaman berada di sekolah. Bimbingan dan konseling adalah suatu layanan bantuan yang dilakukan seorang konselor kepada klien atau peserta didik, agar klien dapat memahami dirinya sendiri, mengambil keputusan, memahami potensi yang dimilikinya, mengetahui cara mengembangkan potensi yang dimilikinya itu serta selalu bertanggung jawab atas setiap keputusan yang diambilnya.

Konseling harus di lakukan secara optimal di Sekolah dasar agar siswa mendapatkan pelayanan atau bantuan. Suatu layanan pemberian bantuan dilakukan oleh konselor kepada seorang klien atau peserta didik dengan tujuan agar klien dapat memahami dirinya sendiri, dapat membuat keputusan, memahami potensi atau kemampuan yang dimilikinya, mengetahui cara mengembangkan potensi tersebut, serta dapat bertanggung jawab atas setiap keputusan yang diambilnya. Kondisi ini membuat anak menjadi pendendam kepada siswa maupun orang lain dilingkungannya. Oleh karena itu, peneliti akan mengambil judul penelitian upaya pencegahan tindak perundungan melalui program konseling reguler pada siswa sdn tahun 2025. Kelebihan program konseling reguler dalam pencegahan bullying:1.bersifat preventif dan edukatif . Program ini berfokus pada pencegahan dengan memberikan pemahaman kepada siswa tentang dampak buruk bullying dan cara membangun hubungan sosial yang sehat. 2. Meningkatkan kesadaran dan karakter siswa program membantu menumbuhkan sikap empati, toleransi, dan saling menghargai antar siswa 3.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Metode deskriptif kualitatif adalah metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat *pos positivisme* digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen) di mana peneliti adalah sebagai instrumental kunci teknik pengumpulan data dilakukan secara tringulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi (Sugiyono, 2016).

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Metode deskriptif kualitatif adalah metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat pos positivisme digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah di mana peneliti adalah sebagai instrumental kunci teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi. Penelitian deskriptif kualitatif bertujuan untuk menggambarkan, melukiskan, menerangkan, menjelaskan dan menjawab secara lebih rinci permasalahan yang akan diteliti dengan mempelajari semaksimal mungkin seorang individu, suatu kelompok atau suatu kejadian. Dalam penelitian kualitatif manusia merupakan instrumen penelitian dan hasil penulisannya berupa kata-kata atau pernyataan yang sesuai dengan keadaan sebenarnya. Lokasi penelitian ini bertempat di SDN 1 TOYA Kecamatan Aikmel, kabupaten lombok timur, provinsi nusa tenggara barat. Penelitian dilakukan selama satu bulan lebih. Sumber data dalam penelitian kualitatif adalah berupa kata-kata dan tindakan. Data lainnya yang dapat mendukung adalah dokumen dan lain-lain, Selain itu, menurut arikunto «sumber data adalah subjek dari mana data dapat diperoleh». Jadi sumber data merupakan informasi yang diperoleh oleh peneliti untuk menjawab pertanyaan dalam penelitian. Dalam penelitian ini, sumber data yang digunakan yaitu sumber data primer dan sekunder seperti:

Data utama diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi dari kepala sekolah, guru, dan siswa SD Negeri 1 Toya sebagai subjek yang terlibat dalam penelitian ini. Data sekunder yaitu data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti sebagai penunjang dari sumber pertama. Dapat dikatakan data yang tersusun dalam bentuk dokumen. Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah data siswa yang mengalami bullying di SDN 1 TOYA

HASIL PEMBAHASAN

Namun, masih ditemukan beberapa perilaku yang mengarah pada ejekan, seperti menyebut nama orang tua siswa secara berulang untuk mempermalukan temannya, menggoda secara berlebihan, atau mengucilkan siswa tertentu dari kelompok bermain. Untuk menangani hal tersebut, wali kelas biasanya melakukan pendekatan personal kepada siswa yang terlibat, kemudian melibatkan guru PAI dan guru psikologi sekolah apabila diperlukan. Jika permasalahan belum terselesaikan, pihak sekolah mengoordinasikan kasus tersebut dengan kepala sekolah untuk mendapatkan solusi yang lebih menyeluruh. Upaya-upaya tersebut menjadi bagian penting dari pelaksanaan program konseling reguler yang dirancang sekolah untuk mencegah dan mengurangi potensi terjadinya tindak perundungan.

Guru memberikan layanan konseling individu kepada siswa yang menjadi korban perundungan. Dalam sesi tersebut, guru mendengarkan keluhan siswa, memberikan dukungan emosional, lalu melatih siswa untuk lebih percaya diri dan berani berkata «tidak» terhadap teman yang bersikap kasar. Layanan ini diberikan kepada siswa yang menjadi korban, pelaku, maupun saksi perundungan. Kami juga menyediakan ruang yang nyaman supaya anak merasa aman saat bercerita.

Jadi saya yang mendampingi anak-anak yang mengalami masalah, termasuk kalau ada yang diejek atau dipukul. Bu Psikolog bilang saya harus segera melapor kalau ada yang nakal seperti itu, supaya guru bisa membantu. Kalau ada anak yang melapor atau saya lihat sendiri mereka mengejek atau mendorong temannya, saya biasanya ajak bicara empat mata di ruang guru. Pak Guru PAI bilang saya harus menolong dan melapor kalau ada yang begitu, supaya tidak makin parah.

Mereka duduk melingkar, lalu berbagi cerita tentang pengalaman baik maupun yang membuat mereka tidak nyaman. Seru karena kami bisa latihan minta maaf dan menyemangati teman yang pernah dibully». Konseling kelompok yang difasilitasi guru psikologi dan guru PAI di SDN 1 Toya menjadi bagian penting dari program konseling reguler. Melalui diskusi, berbagi pengalaman, dan latihan sikap positif dalam kelompok kecil, siswa memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai cara menghindari perundungan sekaligus menumbuhkan empati terhadap teman.

Selain konseling individu dan kelompok, sekolah juga melaksanakan workshop atau pelatihan karakter yang dijadwalkan setiap awal semester. « Materinya tentang menghargai perbedaan, cara berbicara yang baik, dan bagaimana menyelesaikan masalah tanpa kekerasan». «Kami latihan cara bicara yang sopan kalau sedang marah. » Workshop/pelatihan karakter yang dilaksanakan setiap awal semester menjadi pelengkap penting dalam program konseling reguler.

Melalui kegiatan ini, siswa belajar toleransi, komunikasi sehat, dan resolusi konflik, sehingga semakin memperkuat budaya sekolah yang aman, ramah, dan bebas perundungan. Tantangan terbesar kami adalah waktu guru yang sering berbenturan dengan kegiatan belajar. Hambatan yang muncul meliputi keterbatasan waktu, kurangnya pemahaman guru dan orang tua, keberanian siswa yang rendah, serta pengaruh lingkungan di luar sekolah. Masih ada orang tua yang belum paham pentingnya konseling berbasis nilai agama, mereka kurang memberi dukungan pada anak untuk mengikuti sesi.

Ada kalanya siswa yang sudah diberi bimbingan masih kembali mengulang perilaku mengejek, mungkin karena pengaruh lingkungan di luar sekolah. Kalau saya melapor ada teman yang marah karena merasa saya tukang ngadu. Hambatan dari sisi siswa meliputi rasa malu atau takut melapor, pengaruh lingkungan luar yang membuat perilaku sulit berubah, serta kekhawatiran dimusuhi teman jika memberi tahu guru. Hal ini menunjukkan perlunya strategi yang lebih aman dan suportif agar siswa berani menggunakan layanan konseling.

Solusi berikut dihimpun melalui wawancara dengan kepala sekolah, guru psikologi/BK, guru PAI, guru mata pelajaran, serta siswa yang terlibat dalam kegiatan konseling. Sekolah berencana membuat ruang konseling yang lebih nyaman, supaya siswa tidak malu datang untuk bercerita». «Kami berencana membuat jadwal konseling yang lebih fleksibel, misalnya di jam istirahat atau setelah pelajaran selesai. Solusi yang diajukan meliputi peningkatan sosialisasi dan pelatihan guru, penyediaan ruang konseling yang nyaman, pelibatan orang tua, penjadwalan konseling yang fleksibel, pendekatan kreatif dalam sesi, penguatan integrasi nilai-nilai anti-bullying di pelajaran, serta pemberian jaminan kerahasiaan bagi siswa yang melapor.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaruqi, S. H., & Makin, M. (2018). Efektivitas konseling kelompok dengan teknik Rational Emotive Behavior Therapy untuk mengatasi perilaku bullying siswa. *PUBLIK: Publikasi Layanan Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(1). <https://ejurnal.iainsorong.ac.id/index.php/Publik/article/view/735>
- Alvonsus, A. (2023). Fungsi dan Peran Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar. *Gurusiana*. <https://www.gurusiana.id/read/alvonsus/article/fungsi-dan-peran-bimbingan-konseling-di-sekolah-dasar-2973470>

- AntaraNews. (2023). Kemendikbudristek: 36,31 Persen Siswa Berpotensi Alami Perundungan. <https://www.antaraneews.com/berita/3783534>
- Azmi, Y., Sutisna, A., & Marjo, H. K. (2023). Evaluasi pelaksanaan layanan bimbingan klasikal terkait perilaku perundungan (bullying) pada siswa di SMA Negeri. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(3). <https://journal.unindra.ac.id/index.php/teraputik/article/view/279>
- Detik.com. (2023). Catatan Akhir Tahun Pendidikan 2023: FSGI Sebut Kasus Bullying Meningkat. <https://www.detik.com/edu/sekolah/d-7117942>
- Federasi Serikat Guru Indonesia. (2023). *Trend Perundungan di Kalangan Murid Sekolah*. <https://cerdasberkarakter.kemdikbud.go.id/trend-perundungan-di-kalangan-murid-sekolah/>
- Firdaningsih, C. (2022). Upaya Guru dalam Mengurangi Perilaku Perundungan Siswa (Studi Kasus Di SDN 1 Nologaten Ponorogo). PONOROGO: INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO.
- Hidayati, N. (2024). Peran sekolah dalam pencegahan bullying melalui pelatihan karakter dan penguatan nilai moral. *Jurnal Devosi*, 1(1), 35–50.
- Hidayati.N, Idhartono.A.R, 2024, PERAN SEKOLAH DALAM Pencegahan bullying terhadap siswa berkebutuhan khusus universitas PGRI adibuana surabaya, Indonesia. Surabaya. Jurnal teknologi pembelajaran
- Indraswari, A. K. (2024). Program Anti-Bullying di MI Istiqomah Sambas Purbalingga. Skripsi, UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri.
- Inspektorat Jenderal Kemendikbudristek. (2023). *Mencegah Perundungan di Lingkungan Pendidikan*. <https://itjen.kemdikbud.go.id/web/mencegah-perundungan-di-lingkungan-pendidikan/>
- Izzah, N., et al. (2023). *Pencegahan Bullying pada Anak: Bagaimana Peran Lingkungan Sosial yang Sehat dalam Pembentukan Perilaku Positif*. Direktorat Jenderal Rehabilitasi Sosial, Kementerian Sosial RI. <https://kemensos.go.id/jurnal-dan-artikel/direktorat-jenderal-rehabilitasi-sosial/pencegahan-bullying-pada-anak-bagaimana-peran-lingkungan-sosial-yang-sehat-dalam-pembentukan-perilaku-positif>
- Junindra, D., et al. (2022). *Peran Kepala Sekolah dalam Implementasi Sekolah Ramah Anak untuk Mencegah Bullying di Taman Kanak-Kanak Negeri Pembina Bancak Kabupaten Semarang*. Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/18272>
- Kemendikbudristek. (2023). *Rapor Pendidikan: Hasil Asesmen Nasional 2022*. Jakarta: Pusat Asesmen dan Pembelajaran. <https://pusmenjar.kemdikbud.go.id>

- Kemendikbudristek. (2024). *Lebih dari 90 Persen Sekolah Telah Membentuk TPPK*. <https://www.kemdikbud.go.id>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2023). *Catatan Kemajuan Kemendikbudristek Atasi Isu Perundungan*. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2023/11/catatan-kemajuan-kemendikbudristek-atasi-isu-perundungan>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2023). *Ini Tanda Anak Alami Perundungan di Sekolah dan Pencegahannya*. <https://www.kompas.id/artikel/inilah-tanda-anak-alami-perundungan-di-sekolah-dan-pencegahannya>
- Lisnawati, L., Suud Binasar, S., & Silondae, D. P. (2023). Efektivitas pemberian layanan konseling kelompok dalam mengurangi perilaku bullying siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) 2 Kendari. *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan dan Konseling*, 3(1). <https://ojs.uho.ac.id/index.php/bening/article/view/10671>
- Maliki, M. (2022). Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar: Suatu Pendekatan Imajinatif. *Al-Tazkiah Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*. <https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/altazkiah/article/view/99>
- Maritim, E. (2023). Pencegahan Dan Upaya Mengatasi Tindak Perundungan Di Sekolah Dasar. *Khazanah Pendidikan*, 17(1), 205–211.
- Maulan, M. A., Hanurawan, F., & Karmiyati, D. (2021). Buku Pedoman Psikoterapi Kelompok Gotong Royong Untuk Mengatasi Kasus Bullying Di Sekolah. Eureka Media Aksara.
- Mulawarman. (2023). *Peranan Sekolah dalam Meningkatkan Pencegahan Kekerasan di Lingkungan Pendidikan Desa Mulawarman – Desa DESA MULAWARMAN | Kab. Kab. Kutai Kartanegara*. <https://mulawarman.desa.id/peranan-sekolah-dalam-meningkatkan-pencegahan-kekerasan-di-lingkungan-pendidikan-desa-mulawarman/>
- Nasution, N. B., & Butar-Butar, S. A. (2023). Pengaruh layanan konseling kelompok teknik sosiodrama terhadap pengendalian emosi siswa pelaku bullying. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(2). <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/1834>
- NU Online. (2023). *Begini Karakteristik Pelaku Perundungan*. <https://nu.or.id/nasional/begini-karakteristik-pelaku-perundungan-PXQ9G>
- Nurmandhani, R., Handayani, S., & Kusuma, E. J. (2024). Improving Student Awareness Related to the Prevention of Bullying at School: Case in SD N Pendrikan Lor 01 Semarang. *JAM*, Vol. 5 No. 1.
- Oktavia, T., Sakarsari, N., Nanda, V. P., Jannah, M., Pratiwi, N. A., & Qomisatun, P. A. (2022). Studi kasus Perundungan Terhadap belajar peserta didik di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(6), 1349–1358.

- Paramitha, R., et al. (2024). *Peranan Guru dalam Pencegahan Bullying Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 229 Palembang*. Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/29989>
- Pratama, R. A., & Husniyah, H. (2024). Efektivitas Program Anti-Bullying terhadap Karakter Siswa di SMA. *Studia Religia: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, 9(1)
- Prayitno, H. J. (2012). *Bimbingan dan konseling di sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati, D. (2021). Pelatihan anti-bullying untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang perilaku bullying di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 12(2), 45–57.
- Rasid, S. S. (2023). Peran Penting Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar. *Kompasiana*. <https://www.kompasiana.com/icarestipujastuti4897/6665683fc925c42df8380ec2/peran-penting-bimbingan-dan-konseling-di-sekolah-dasar>
- Sari, A. (2020). Pelaksanaan layanan konseling di sekolah tanpa guru BK formal. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 8(1), 33–42.
- SDIT Al-Furqon Jakarta. (2023). *Perundungan: Karakter Perundung dan Korban Perundungan*. <https://sditalfurqon-jakarta.sch.id/perundungan-karakter-perundung-dan-korban-perundungan/>
- Setiadi, R., Salsabila, N. E., Nurriqy, Z. F., & Sholehudin, M. A. (2024). Peran Pendidik dalam Upaya Pencegahan Bullying di Sekolah Dasar. *Jurnal Kajian Pendidikan*, 6(3)
- Setiowati, A., & Dwiningrum, S. I. A. (2020). Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar Untuk Mengatasi Perilaku Bullying. *Elementary School* 7, 7(2), 188–196.
- Suci, I. S., Ramdhanie, G. G., & Mediani, H. S. (2021/2022). Intervensi Pencegahan Bullying pada Anak Berbasis Sekolah. *Jurnal Keperawatan Silampari*.
- Susanti, R. P., Septriana, H., Lestari, E., & Nandini, P. H. N. (2023). Peran Guru dalam Mencegah dan Mengatasi Perilaku Bullying pada Peserta Didik di MTs. *Journal of Education Research*, 5(3)
- Tempo.co. (2023). Kemendikbud Tangani 127 Kasus Kekerasan di Sekolah, Terbanyak Perundungan. <https://tekno.tempo.co/read/1793884>
- UNICEF Indonesia. (2020). *Mengakhiri Kekerasan di Sekolah: Kampanye Roots Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/id/roots>
- Utami, R. (2019). Peran konseling psikologi perkembangan dalam mengendalikan perilaku agresif siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(3), 55–66.
- Wasari, R. E., & Winingsih, E. (2023). Efektivitas layanan konseling cognitive defusion untuk meningkatkan percaya diri korban bullying verbal. *Jurnal BK UNESA*, 13(3). https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk_unesa/article/view/53037

Winkel, W. S. (2004). Psikologi pendidikan. Jakarta: Grasindo.

Wulandari, D. R. (2022). Penanganan bullying melalui penguatan karakter pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Paradigma*, 13(1), 82–94.

Wulandari, D. R. (2022). Penanganan bullying melalui penguatan karakter pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Paradigma*, 13(1), 82–94.