

# PENGEMBANGAN MODUL PSIKOEDUKASI TENTANG *BULLYING* UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN TENTANG BAHAYANYA *BULLYING* PADA SISWA

Dini Mirathul Khotimah<sup>1\*</sup>, Muslimin Nuplita<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Jl. Ir. H. Juanda No.15, Kota Samarinda, Indonesia, 75124

\*Email : 2011102433154@umkt.ac.id

---

## Abstrak

*Bullying* merupakan perilaku agresif yang ditujukan untuk menyakiti, dilakukan oleh individu atau sekelompok individu terhadap individu lainnya dan dilakukan berulang kali. Psikoedukasi diperlukan untuk menyadarkan siswa terhadap bahayanya *bullying*. Pengembangan modul psikoedukasi bertujuan untuk mengedukasi siswa serta terdapat panduan untuk psikolog dalam melakukan psikoedukasi serta tercatatnya efek yang terjadi ketika psikoedukasi telah dilaksanakan. Metode yang digunakan dalam pengembangan modul ini adalah metode ADDIE. Hasil dari kegiatan ini adalah sebuah modul yang siap untuk digunakan dan diimplikasikan terhadap siswa.

**Kata Kunci:** Pengembangan; Modul; Psikoedukasi; *Bullying*; Siswa

## Abstract

*Bullying is an aggressive behavior aimed at causing harm, carried out by individuals or a group of individuals towards others, and it occurs repeatedly. Psychoeducation is needed to raise awareness among students about the dangers of bullying. The development of a psychoeducation module aims to educate students and provides guidance for psychologists in conducting psychoeducation, as well as documenting the effects that occur when psychoeducation has been implemented. The method used in the development of this module is the ADDIE method. The result of this activity is a module ready for use and implementation with students*

**Keywords:** Development; Psychoeducation; Module; *Bullying*; Students

## PENDAHULUAN

Kata *bullying* sudah tidak asing di telinga masyarakat Indonesia. *Bullying* didefinisikan sebagai perilaku agresif yang ditujukan untuk menyakiti, dilakukan oleh individu atau sekelompok individu terhadap individu lainnya disebabkan oleh adanya ketidakseimbangan kekuatan dan dilakukan berulang kali atau berpeluang dilakukan berulang kali. *Bullying* merupakan perbuatan yang dilakukan per individu atau kelompok dengan sengaja dan bertujuan untuk mencederai fisik atau psikologis individu lain agar individu tersebut merasa menderita secara berulang (Ramadhani dan Retnowati 2013). Terdapat data yang dihimpun oleh Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) yang dihimpun oleh Republika, terdapat 16 kasus *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah pada periode Januari hingga Agustus pada tahun 2023. Sekolah seharusnya menjadi tempat belajar yang menyenangkan bagi siswa, sebagaimana yang dituliskan dalam UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1 yang menyatakan “pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara” (Nur, Yasriuddin, & Azijah, 2022).

Untuk mencapai hal tersebut sekolah perlu suasana dan kondisi yang jauh dari kekerasan dan kondusif. Tetapi pada data yang tercatat kasus *bullying* paling banyak terjadi pada Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan proporsi 25% dari total kasus, lalu pada Sekolah Menengah Akhir (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) mendapatnya persentase yang sama yaitu 18,75% (Muhamad 2023). Individu yang pernah mengalami *bullying* pada masa anak-anak hingga remaja dilaporkan mengalami gangguan kecemasan, psikosomatis, dan gangguan depresi ketika dewasa (Ttofi, Farrington, Losel, & Loeber, 2011). Kaminski dan Fang (2009) melakukan studi dan hasil dari studi tersebut menunjukkan bahwa remaja yang pada masa anak-anaknya menjadi korban *bullying* memiliki 2.4 kali lebih besar peluang untuk bunuh diri dan 3kali lebih besar peluang melakukan usaha bunuh diri dibanding yang tidak pernah menjadi korban *bullying* (Zakiyah, Fedryansyah, dan Gutama 2019). Pendapat tentang hubungan *bullying* dan tugas perkembangan remaja dapat dilihat dari pentingnya peran kelompok bermain pada masa remaja. Kelompok yang memberikan pengalaman positif akan menyebabkan kualitas perkembangan individu secara keseluruhan (Viner, dkk., 2012; Kretschmer, dkk., 2017). Dibandingkan dengan kelompok yang memberikan pengalaman negatif, dengan contohnya menjadi korban *bullying* akan memperoleh penyimpangan psikologis (Copeland, dkk., 2014; Takizawa, dkk., 2014; Kretschmer, dkk., 2017). Beberapa negara yang meneliti tentang *bullying* mendapatkan hasil bahwa menjadi korban *bullying* menjadikan masalah yang memiliki dampak jangka pendek serta jangka panjang pada kesehatan psikis, konsekuensi akademik dan berkurangnya self-esteem (Tondok dkk. 2023).

Psikoedukasi merupakan pendidikan kepada masyarakat luas mengenai berbagai konsep atau keterampilan psikologis yang berguna untuk menghadapi aneka masalah kehidupan sehari-hari melalui berbagai media massa (Oktalia, Tiatri, dan Mularsih 2018). Psikoedukasi adalah salah satu praktik yang terbukti paling efektif yang telah digunakan di dalam percobaan klinis dan setting komunitas (Hidayatullah dkk. 2022). Alasan psikoedukasi menjadi efektif

karena adanya fleksibilitas model yang mencakup informasi serta alat khusus untuk mengelola keadaan yang terkait, karena itu psikoedukasi memiliki potensi yang luas untuk berbagai bentuk gangguan dan beragam tantangan hidup (Putra 2022). Modul adalah salah satu sarana yang dapat digunakan oleh guru atau guru bimbingan konseling atau psikolog untuk memberikan bantuan kepada siswa yang menjadi korban *bullying* ataupun menjadi pelakunya (Marhan dkk. 2022). Modul merupakan salah satu sarana yang didesain agar mampu membantu siswa untuk menguasai tujuan belajar dengan detail, bertujuan agar siswa dapat belajar secara mandiri atau tanpa didampingi guru (Rahman, Susilo, & Dewantoro 2022). Pengembangan modul *bullying* bertujuan untuk membantu siswa meningkatkan kesadarannya terhadap *bullying*.

Kegiatan yang menghasilkan modul psikoedukasi tentang *bullying* ini memiliki keterbatasan karena pengembangan modul ini hanya dilakukan hingga pembuatan produk dan tahap validitas konten serta validitas konstruk masih harus dilanjutkan dengan menguji ke lapangan. Produk ini akan lebih efektif jika dilaksanakan langsung tatap muka dan pada sekolah atau tempat yang memang membutuhkan psikoedukasi. Pengembangan modul psikoedukasi dikembangkan guna membantu psikolog melaksanakan psikoedukasi yang bertopik mengenai *bullying*, sehingga siswa yang terbekali mampu mengetahui tentang apa itu *bullying*, dampaknya dan hal-hal apa saja yang bersangkutan tentang *bullying*.

## **METODE**

Kegiatan ini menggunakan model ADDIE atau *Analyze, Design, Develop, Implement, dan Evaluate* (Pratama 2019). ADDIE adalah model penelitian pengembangan yang sesuai untuk digunakan membuat dan mengembangkan produk pembelajaran. Media pembelajaran yang dikembangkan pada penelitian ini adalah modul psikoedukasi. Modul ini berisi tentang panduan untuk melakukan psikoedukasi serta materi yang bisa dipelajari oleh siswa. Pada produk ini juga dapat mengetahui perbedaan hasil dari psikoedukasi yang dilaksanakan dengan adanya *post-test* dan *pre-test* di dalamnya (Firmawati dan Sudirman 2021). Model ADDIE dikembangkan oleh Dick and Carry (1996) untuk merancang sistem pembelajaran (Mulyanitiningsih, 2016). Model ini dapat digunakan untuk berbagai macam bentuk pengembangan produk dan dinilai lebih rasional dan lengkap. Ada lima tahap di pengembangan ADDIE, a). analisis atau *analysis*, b). perancangan atau *design*, c). pengembangan atau *development*, d). implementasi atau *implementation*, dan e). evaluasi atau *evaluation*. Tahap pertama adalah menganalisis kebutuhan perlu ataukah tidak diadakannya psikoedukasi di suatu tempat, tahap kedua adalah perancangan desain produk dengan membuat pohon masalah yang memiliki tujuan untuk perencanaan konsep produk. Ketiga adalah pengembangan dari masalah yang telah dianalisis untuk meningkatkan kualitas produk, pada tahap keempat adalah pelaksanaan di lapangan, dan yang terakhir adalah evaluasi setelah dilakukannya kegiatan.

Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah metode kualitatif. Menurut Creswell (2016) metode kualitatif merupakan metode yang mengeksplorasi serta memahami makna yang sejumlah individu atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan (Oktalia, Tiatri, dan Mularsih 2018). Hasil data dari metode ini disajikan dalam bentuk deskriptif berupa kumpulan kata-kata mengenai pengembangan modul psikoedukasi. Metode kualitatif dipilih untuk digunakan dalam penelitian ini karena tidak hanya berisi

tentang pembuatan dan pengembangan modul tetapi juga akan mengeksplorasi dan mencoba memahami makna yang dirasakan oleh siswa terhadap produk ini

Penelitian dan pengambilan data dilakukan di kantor *Trust Psychology Consulting*. Waktu yang dibutuhkan untuk meneliti, mengambil data serta pengembangan modul ini dimulai sejak 10 Juli 2023 hingga 10 Agustus 2023, masih berlangsung hingga tanggal 20 Agustus 2023. Durasi kegiatan yang diperlukan untuk pengembangan modul ini kurang lebih seminggu sampai dua minggu

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dan pengembangan ini menghasilkan sebuah produk yaitu modul psikoedukasi tentang bahayanya *bullying*. Modul ini berisikan panduan untuk psikolog dalam menjalankan psikoedukasi serta terdapat pula materi yang menjelaskan tentang *bullying*. Bagian-bagian dari modul ini adalah (1) judul, judul modul ini menggambarkan tentang isi dari modul tersebut dan mempermudah untuk mengetahui apa yang akan dibahas, judul modul ini dibuat bersama dengan psikolog yang berada di biro (2) latar belakang, pada halaman ini berisikan tentang masalah yang terjadi, manfaat serta tujuan dari penulis dalam mengembangkan produk modul ini, (3) asesmen kebutuhan, asesmen kebutuhan merupakan proses mencari tahu tentang keadaan kelompok klien yang akan dilayani atau diberi psikoedukasi, serta jenis psikoedukasi atau pelatihan apa yang dibutuhkan. Sebelum melakukan psikoedukasi di sebuah lingkungan harus dilakukan asesmen kebutuhan agar psikolog atau konselor memahami kebutuhan aneka kelompok dalam suatu komunitas. Pada lingkungan sekolah, kelompok-kelompok yang dimaksud bisa kelompok siswa, kelompok guru, kelompok siswa dengan kebutuhan khusus, dan sebagainya. Lalu juga bisa membantu menentukan prioritas sebagai pedoman dalam menyusun program psikoedukasi yang komprehensif untuk kelompok sasaran tertentu, sekaligus menjadi pedoman untuk melakukan penyempurnaan program yang bersangkutan secara berkesinambungan. (4) tujuan dan sasaran, pada bagian ini menjelaskan secara singkat apa tujuan dan sasaran pada psikoedukasi ini, (5) pemandu psikoedukasi, merupakan kriteria yang dibutuhkan dan wajib dipenuhi agar bisa memandu jalannya psikoedukasi, (6) pelaksanaan pelatihan, bagian ini berisikan *rundown* atau susunan acara selama psikoedukasi. *Rundown* atau susunan acara dibuat agar pelaksanaan suatu acara atau kegiatan terstruktur dan lancar, selain itu *rundown* atau susunan acara berfungsi untuk mengingatkan pembawa atau pemandu acara maupun pengisi acara agar tidak melebihi waktu yang ditetapkan. (7) langkah-langkah pelaksanaan pelatihan, modul ini memandu jalannya psikoedukasi yang dilengkapi dengan langkah-langkah atau prosedurnya yang sudah dilengkapi oleh apa-apa saja yang akan dibicarakan dan diperagakan. Pada langkah-langkah ini psikolog atau konselor bisa berimprovisasi tapi tetap pada pedoman yang telah disiapkan. (8) materi, pada pengembangan modul ini materi diberikan pada bagian akhir modul agar mudah untuk dicetak jika diperlukan. Harapannya produk modul ini bermanfaat bagi psikolog dan konselor dalam memberikan layanan dan juga bermanfaat bagi siswa yang menjadi sasaran psikoedukasi ini (Rahman, Susilo, dan Dewantoro 2022).

*Bullying* adalah salah satu perilaku anti sosial yang dilakukan oleh individu dengan memberikan perlakuan verbal ataupun non-verbal kepada korban untuk mendapatkan kepuasan diri, dan memberikan dampak negatif pada fisik dan psikis korban (Hasan, dkk., 2013). Korban

mempersepsikan dirinya sendiri sebagai pihak yang lemah, tidak berdaya dan selalu merasa terancam oleh *bully*. *Bullying* dilakukan secara langsung oleh seseorang atau sekelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya repetitif, dan dilakukan dengan perasaan senang. Pada pengembangan dan kegiatan yang dilakukan oleh penulis menghasilkan sebuah produk yang berupa modul yang berisi panduan untuk psikolog dan materi yang bisa diberikan pada siswa. Produk modul tentang bahayanya *bullying* dikembangkan oleh penulis untuk membantu psikolog untuk menjalankan psikoedukasi dan melihat apakah kegiatan yang dilakukan mendapatkan hasil atau tidak dengan diadakannya *pre-test* dan *post-test*.

Produk modul psikoedukasi tentang bahayanya *bullying* ini masih memiliki kekurangan serta kelebihan. Beberapa kelemahan yang terdapat pada produk meliputi (1) produk hanya dikembangkan sampai pada tahap *development*, (2) produk hanya tersedia *hardfile* dan belum terdapat buku elektronik atau *e-book*. Sedangkan kelebihan yang ada pada produk ini adalah (1) produk sudah siap untuk digunakan sebagai media layanan, khususnya layanan psikoedukasi, (2) materi pada produk ini dapat digunakan atau dijalankan pada semua kalangan remaja, (3) produk dapat membantu remaja atau siswa untuk menumbuhkan kesadaran akan *bullying*.

## KESIMPULAN

Dari hasil bimbingan dan semua proses pembuatan produk dengan dibantu oleh dua psikolog, modul ini dinyatakan layak untuk digunakan sebagai media panduan untuk kegiatan psikoedukasi dalam menyadarkan siswa tentang *bullying*. Produk modul ini dapat diterapkan secara model teoritisnya saja, untuk penulis selanjutnya, harapannya dapat melanjutkan pengembangan modul hingga ke tahap berikutnya yaitu tahap implementasi dan evaluasi, sehingga produk selanjutnya dapat menghasilkan produk yang lebih baik dan sempurna

## DAFTAR PUSTAKA

- Aryuni, M. "Strategi Pencegahan *Bullying* Melalui Program Sekolah Care" Bagi Fasilitator Sebaya."
- Firmawati, F., & Sudirman, A. N. A. (2021). "Penurunan Ansietas pada Remaja yang Mengalami *Bullying* Melalui Psikoedukasi di Sekolah Menengah atas/Kejuruan Kabupaten Gorontalo." *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)* 4(2): 144–50.
- Hasan, Purwakania, A. B., Firmiana, M. E., Sutiasmita, E., & Rahmawati, S. (2013). "Efektivitas Pelatihan Anti-*Bullying* terhadap Pengetahuan Penanganan Kasus *Bullying* di Sekolah pada Guru-Guru TK Jakarta". *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*. 2(2): 81.
- Hidayatullah, Mhammad dkk. (2022). "Psikoedukasi untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang *Bullying* Pada Madrasah Ibtidaiyah Al-Istiqamah Banjarmasin". *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2(2): 61–70.
- Marhan, Citra dkk. (2022). "Program Psikoedukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan *Bullying* Bagi Remaja". *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.

- Muhamad, Nabilah. (2023). “Kasus Perundungan Sekolah Paling Banyak Terjadi di SD dan SMP hingga Agustus 2023”. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/08/07/kasus-perundungan-sekolah-paling-banyak-terjadi-di-sd-dan-smp-hingga-agustus-2023>.
- Nur, M., Yasriuddin, & Azijah, N. (2022). “Identifikasi Perilaku *Bullying* Di Sekolah (Sebuah Upaya Preventif)”. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*. 6(3): 685.
- Oktalia, Beta, Tiatri, S., & Mularsih, H. (2018). “Efektivitas Program Psikoedukasi Pengembangan Self- Esteem Untuk Meningkatkan Self-Esteem Remaja Kelas 1 di SMP X”. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*. 2(2): 769.
- Pratama, R. (2019). “Pengembangan Media Pembelajaran Blink Solar System (B-SOS) Pada Pembelajaran Tata Surya Bagi Peserta Didik Tunanetra di SLB NEGERI A Kota Bandung.”
- Putra, Y. B. S. (2022). Training Dan Edukasi Anti – *Bullying* Siswa di Sekolah Sebagai Bentuk Implementasi Nilai Hak Asasi Manusia (HAM). Open Science Framework. preprint. <https://osf.io/zs2nw> (Agustus 31, 2023).
- Rahman, W.A., Susilo, A. T., & Dewantoro, A. (2022). “Pengembangan Modul Manajemen Diri untuk Meningkatkan Keterampilan Manajemen Waktu Siswa SMA.” *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*. 6(1): 28.
- Ramadhani, Aprilia, & Retnowati, S. (2013). “Depresi Pada Remaja Korban *Bullying*.” *Jurnal Psikologi* 9.
- Tondok, M. S. dkk. (2023). “Psikoedukasi untuk Peningkatan Pengetahuan dan Empati Guna Mengatasi Perundungan di SMP X“ Surabaya”. *Integritas : Jurnal Pengabdian*. 7(1): 176.
- Zakiah, E.Z., Fedryansyah, M., & Gutama, A. S. (2019). “Dampak *Bullying* Pada Tugas Perkembangan Remaja Korban *Bullying*”. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*. 1(3): 265.