

EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI TERHADAP KESADARAN SISWA SMK MUHAMMADIYAH KANDANGHAUR MENGENAI PERUNDUNGAN DI LINGKUNGAN SEKOLAH

Putri Ariffatin Nurcahyani¹, Anggun Resdasari Prasetyo¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50725

[Email: pariffatin@gmail.com](mailto:pariffatin@gmail.com)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas psikoedukasi terhadap kesadaran anti perundungan pada siswa SMK Muhammadiyah Kandanghaur. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih ditemukannya miskonsepsi siswa mengenai bentuk-bentuk perundungan serta rendahnya kesadaran untuk berperan aktif dalam upaya pencegahan perundungan di lingkungan sekolah. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kuasi eksperimen *pretest-posttest control group design*. Subjek penelitian berjumlah 66 siswa kelas X SMK Muhammadiyah Kandanghaur yang dipilih menggunakan teknik *cluster random sampling* dan dibagi ke dalam kelompok eksperimen ($n = 33$) dan kelompok kontrol ($n = 33$). Kelompok eksperimen memperoleh intervensi berupa program psikoedukasi anti perundungan, sedangkan kelompok kontrol tidak memperoleh perlakuan. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Skala Kesadaran Anti Perundungan yang telah memenuhi persyaratan validitas isi melalui *expert judgement* dan memiliki reliabilitas yang baik (Cronbach's Alpha = 0,832). Analisis data dilakukan menggunakan *paired sample t-test*, *Wilcoxon signed-rank test*, dan *Mann-Whitney U test* untuk membandingkan perubahan skor antar kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan pemberian psikoedukasi terhadap kesadaran anti perundungan pada kelompok eksperimen. Hasil uji perbandingan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol juga menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan ($p = 0,117 > 0,05$). Meskipun demikian, secara deskriptif kelompok eksperimen menunjukkan kecenderungan peningkatan skor kesadaran anti perundungan setelah mengikuti psikoedukasi. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berpotensi menjadi salah satu strategi preventif dalam meningkatkan kesadaran anti perundungan, namun efektivitasnya memerlukan dukungan intervensi yang lebih intensif, berkelanjutan, serta melibatkan berbagai pihak di lingkungan sekolah.

Kata kunci: psikoedukasi, perundungan, kesadaran anti perundungan, siswa SMK.

The Effectiveness of Psychoeducation on the Awareness of Students at SMK Muhammadiyah Kandanghaur to Bullying in the School Environment

Putri Ariffatin Nurcahyani¹, Anggun Resdasari Prasetyo¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50725

pariffatin@gmail.com

Abstract

This study aimed to examine the effectiveness of psychoeducation in improving anti-bullying awareness among students at SMK Muhammadiyah Kandanghaur. The study was motivated by the persistence of students' misconceptions regarding various forms of bullying and their limited awareness of actively participating in bullying prevention efforts within the school environment. A quantitative approach with a quasi-experimental pretest-posttest control group design was employed. The participants consisted of 66 tenth-grade students selected through cluster random sampling, who were assigned to an experimental group (n = 33) and a control group (n = 33). The experimental group received an anti-bullying psychoeducation program, whereas the control group did not receive any intervention. Data were collected using the Anti-Bullying Awareness Scale, which had demonstrated content validity through expert judgment and good reliability (Cronbach's Alpha = 0.832). Data analysis was conducted using a paired-samples t-test, Wilcoxon signed-rank test, and Mann-Whitney U test to compare score changes between groups. The findings indicated that psychoeducation did not produce a statistically significant effect on anti-bullying awareness in the experimental group. Furthermore, the comparison of gain scores between the experimental and control groups also revealed no statistically significant difference ($p = .117 > .05$). Nevertheless, descriptive analysis showed a tendency for increased anti-bullying awareness scores among students in the experimental group following the psychoeducation program. These findings suggest that psychoeducation has the potential to serve as a preventive strategy for enhancing anti-bullying awareness. However, achieving more optimal outcomes may require more intensive and sustained interventions, supported by consistent involvement from various stakeholders within the school environment.

Keywords: psychoeducation, bullying, anti-bullying awareness, vocational high school students.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perundungan adalah tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang dengan tujuan mempermalukan, merugikan, atau menindas seseorang yang dianggap lebih lemah. Tindakan ini juga termasuk perbuatan agresif yang berulang kali dilakukan dengan maksud untuk menyakiti atau mengganggu orang lain, seperti yang dijelaskan oleh Ardita (2018). Bentuk-bentuk dari perundungan bisa meliputi penghinaan secara fisik maupun lisan, pelecehan, ancaman, atau bahkan kekerasan yang dapat terjadi diberbagai lingkungan termasuk di lingkungan sekolah.

Menurut data dari United Nations Children's Fund, tiga dari empat anak serta remaja mengalami bentuk-bentuk penindasan dari teman sebaya mereka. Dalam survei U-Report, 45% dari 2.777 remaja Indonesia usia 14 hingga 24 tahun pernah mengalami perundungan online. Hasil survei yang melibatkan 1.207 responden U-Report juga menunjukkan bahwa jenis perundungan online yang paling umum merupakan pelecehan melalui aplikasi chat (45%), berbagi foto atau video pribadi tanpa izin (41%), serta jenis pelecehan yang lain (41%). Lebih mengejutkan lagi, hampir 40% kasus bunuh diri di Indonesia diduga diakibatkan oleh perundungan (Unicef Indonesia, 2020). Kasus-kasus tersebut menunjukkan bahwa perilaku perundungan terjadi secara luas di kalangan anak-anak dan remaja, khususnya di lingkungan sekolah. Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), hingga Agustus 2023 terdapat 810 laporan kasus kekerasan

terhadap anak di lingkungan sekolah. Hal ini menandakan bahwa perundungan merupakan fenomena yang nyata terjadi di sekolah dan membutuhkan perhatian khusus.

Meskipun demikian, tingginya angka perundungan sering kali tidak diimbangi dengan kesadaran siswa mengenai apa itu perundungan dan bagaimana dampaknya. Kondisi ini sejalan dengan temuan bahwa sebagian besar siswa masih belum sepenuhnya memahami apa itu bullying, jenis-jenisnya, maupun konsekuensinya yang serius, dan kurangnya kesadaran serta pemahaman ini menjadi salah satu faktor yang membuat perilaku perundungan terus berlangsung di lingkungan sekolah (Longa & Anggraini, 2025). Untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi tersebut secara spesifik di lokasi penelitian, peneliti melakukan survei pendahuluan melalui kuesioner daring yang disediakan lewat *google forms* terhadap 64 siswa kelas X SMK Muhammadiyah Kandanghaur, yang dipilih secara acak. Berdasarkan hasil survei awal tersebut, ditemukan bahwa kesadaran mengenai perilaku perundungan masih bervariasi. Sebagian dari siswa sudah mampu mengenali bentuk perundungan yang bersifat fisik, misalnya mendorong atau memukul teman (95,3%) serta mengancam teman (93,8%). Namun pemahaman terkait bentuk perundungan verbal dan relasional masih relatif rendah. Sebanyak 54,7% siswa beranggapan bahwa mengejek teman hanyalah bentuk gurauan biasa, sementara 23,4% siswa tidak menyadari bahwa mengabaikan teman dalam kelompok juga termasuk tindakan perundungan. Selain itu, meskipun sebanyak 76,6% siswa mengaku mengetahui bentuk-bentuk perundungan di sekolah, masih ada sekitar 23,4% yang tidak mengetahuinya secara jelas. Bahkan,

hanya 50% siswa yang meyakini bahwa kesadaran terhadap perundungungan akan mendorong mereka untuk menolak atau melaporkan tindakan perundungan.

Temuan awal ini menunjukkan bahwa meskipun siswa sudah memiliki pengetahuan dasar mengenai perundungan, masih terdapat miskonsepsi dan keraguan memahami serta menyikapi bentuk-bentuk perundungan tertentu, khususnya yang bersifat relasional dan cyberbullying. Menariknya, dalam survei awal ini mayoritas siswa juga menyampaikan bahwa mereka membutuhkan pengetahuan lebih luas terkait perundungan (96,3%), baik dari sisi bentuk, dampak, maupun cara menanggulangnya. Temuan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dasar siswa mengenai perundungan dengan kesadaran untuk bertindak sebagai agen pencegahan perundungan. Meskipun sebagian besar siswa telah mengenali beberapa bentuk perundungan, masih terdapat miskonsepsi terhadap bentuk-bentuk perundungan tertentu serta keraguan untuk mengambil tindakan ketika menghadapi situasi perundungan. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pemahaman mengenai perundungan belum sepenuhnya diikuti oleh kesadaran untuk menolak, mencegah, maupun melaporkan perilaku perundungan yang terjadi di lingkungan sekolah.

Kesadaran siswa terhadap perundungan menjadi aspek penting dalam pencegahan dan penanganan masalah perundungan di sekolah. Menurut Ajzen (1991) dalam Theory of Planned Behavior, kesadaran atau pemahaman individu terhadap suatu perilaku akan membentuk sikap dan niat untuk bertindak. Artinya, siswa yang sadar bahwa perundungan adalah perilaku yang salah dan berbahaya akan memiliki kecenderungan lebih besar untuk menolak, menghindari, maupun

melaporkan perundungan. Sebaliknya, siswa yang tidak memiliki kesadaran tersebut lebih mudah terlibat perundungan baik sebagai pelaku maupun sebagai pihak yang membiarkan perundungan terjadi (bystander). Oleh karena itu, meningkatkan kesadaran siswa merupakan langkah awal yang tepat untuk mencegah terjadinya perundungan di sekolah.

Meningkatkan kesadaran tentang perundungan membantu siswa mengenali tindakan perundungan yang mereka alami atau lihat. Dengan memahami berbagai bentuk perundungan serta dampaknya, siswa lebih mungkin untuk bertindak secara proaktif untuk menghentikan atau mencegah perundungan terjadi. Siswa yang memiliki pengetahuan tentang jenis-jenis perundungan dan akibatnya cenderung menghindari perilaku agresif dan tidak terlibat dalam tindakan perundungan. Ketika siswa memahami dengan baik apa itu perundungan dan dampaknya, jumlah insiden perundungan di sekolah dapat berkurang secara signifikan. Berdasarkan penelitian bahwa kesadaran diri dapat meningkatkan empati siswa terhadap orang lain, membantu siswa untuk lebih memahami perasaan dan kebutuhan orang lain (Puspitasari, 2023).

Berbagai program pendidikan perundungan yang diterapkan di sekolah, seperti program pencegahan perundungan berbasis bukti, telah terbukti efektif dalam mengurangi kejadian perundungan, termasuk perundungan secara fisik maupun secara daring. Upaya peningkatan kesadaran ini dapat dilakukan melalui berbagai bentuk intervensi, seperti pelatihan (*training*), kampanye (*campaign*), lokakarya (*workshop*), maupun psikoedukasi. Pelatihan umumnya berfokus pada penguasaan keterampilan teknis tertentu dalam waktu singkat, sehingga kurang

menyasar perubahan cara berpikir dan sikap secara mendalam. Kampanye bersifat satu arah dan menjangkau khalayak luas, namun minim interaksi langsung sehingga kurang efektif untuk membentuk pemahaman yang mengakar pada individu. Lokakarya (*workshop*) lebih interaktif dibanding kampanye, tetapi umumnya bersifat insidental, tidak terstruktur secara sistematis, dan jarang berlandaskan kerangka teori psikologis tertentu. Salah satu pendekatan yang dinilai lebih sesuai untuk meningkatkan kesadaran secara mendalam adalah melalui psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan proses pemberian informasi psikologis yang terstruktur, dengan tujuan agar siswa memahami suatu masalah maupun mengembangkan sikap, keterampilan yang sesuai, serta strategi coping yang efektif. Berbeda dari training, campaign, maupun workshop, psikoedukasi dirancang secara sistematis dan berjenjang, serta dilandasi kerangka teori psikologis yang jelas, sehingga tidak hanya menyasar aspek pengetahuan (kognitif), tetapi juga aspek afektif (perasaan/sikap) dan konatif (kecenderungan bertindak) secara bersamaan, ketiga aspek inilah yang menjadi komponen kesadaran anti perundungan dalam penelitian ini. Psikoedukasi menjadi pendekatan yang sesuai karena didasari oleh teori *Social Cognitive Theory* yang dikemukakan Albert Bandura (1986), bahwa individu dapat belajar melalui pengalaman langsung maupun observasi terhadap lingkungan sosialnya. Melalui proses belajar ini, siswa tidak hanya akan memperoleh pengetahuan, tetap juga menginternalisasi pemahaman yang dapat mempengaruhi sikap dan perilakunya. Psikoedukasi diyakini dapat meningkatkan kesadaran siswa terhadap perundungan karena proses belajar yang dialami akan mempengaruhi cara berpikir, merasakan, dan bertindak.

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan adanya efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai isu-isu psikososial. Misalnya, penelitian oleh Hayyin, dkk menemukan bahwa simulasi peran membantu siswa untuk memahami dampak emosional perundungan terhadap korban, sehingga menumbuhkan empati dan kesadaran sosial. Dalam penelitian tersebut 91% siswa menyatakan bahwa mereka lebih memahami definisi dan jenis-jenis perundungan di setelah mengikuti kegiatan penyuluhan (Hayyin dkk., 2025). sikoedukasi terbukti berpengaruh signifikan dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai perundungan karena dapat menambah wawasan mengenai perundungan dan mampu meminimalisir adanya perilaku perundungan di lingkungan sekolah (Jafar dkk., 2023).

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam meningkatkan kesadaran dan sikap anti perundungan di kalangan siswa sekolah dasar dan menengah pertama (Puspitasari, 2023; Jafar dkk., 2023). amun, sebagian besar penelitian tersebut lebih banyak berfokus pada peningkatan pengetahuan maupun sikap terhadap perundungan. Penelitian yang secara spesifik mengkaji kesadaran anti perundungan sebagai suatu konstruk psikologis yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan kecenderungan perilaku masih relatif terbatas. Padahal, kesadaran anti perundungan tidak hanya berkaitan dengan kemampuan individu mengenali perilaku perundungan, tetapi juga melibatkan kepedulian emosional serta kesiapan untuk mengambil tindakan dalam mencegah dan merespons perundungan yang terjadi di lingkungan sekolah.

Selain itu, sebagian besar penelitian eksperimental mengenai psikoedukasi anti perundungan masih dilakukan pada siswa sekolah dasar dan sekolah menengah pertama. Sementara itu, penelitian pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) masih relatif terbatas, padahal karakteristik perkembangan sosial, emosional, dan dinamika kelompok sebaya pada siswa SMK memiliki kekhasan tersendiri yang dapat memengaruhi efektivitas intervensi yang diberikan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan penelitian tersebut dengan menguji efektivitas psikoedukasi terhadap kesadaran anti perundungan pada siswa SMK.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Apakah terdapat pengaruh psikoedukasi terhadap kesadaran siswa SMK Muhammadiyah Kandanghaur mengenai perundungan di lingkungan sekolah?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh psikoedukasi terhadap kesadaran siswa SMK Muhammadiyah Kandanghaur mengenai perundungan di lingkungan sekolah.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian kesehatan mental di lingkungan pendidikan, terutama terkait upaya peningkatan kesadaran anti perundungan pada siswa.

2. Manfaat praktis

a. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi berupa program penanganan masalah perundungan, serta menjadi landasan bagi pihak sekolah untuk mengembangkan upaya inovatif lanjutan dalam menangani kasus perundungan di lingkungan pendidikan.

b. Bagi siswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa agar tidak melakukan tindakan perundungan, serta mendorong keterlibatan siswa secara aktif dalam membantu teman yang menjadi korban perundungan.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang tertarik pada studi mengenai perundungan.

