



## Sahabat Tanpa Bullying di Sekolah: Program Penguatan Perilaku Positif di Kelas V SDN 36 Kota Bengkulu

*Friends Without Bullying: A Positive Behavior Strengthening Program for Fifth-Grade Students at SDN 36 Bengkulu City*

Visca Adisyah Ramadhani<sup>1\*</sup>, Mirwan Jaya<sup>2</sup>, Rifa'i<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Sosiologi, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Ilmu Hukum, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Indonesia

<sup>3</sup> Dosen Prodi Sosiologi, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Indonesia

Email: [viscaaaa11@gmail.com](mailto:viscaaaa11@gmail.com)<sup>1</sup>, [mirwanjaya001@gmail.com](mailto:mirwanjaya001@gmail.com)<sup>2</sup>, [rifa'i@umb.ac.id](mailto:rifa'i@umb.ac.id)<sup>3</sup>

\*Penulis Korespondensi: [viscaaaa11@gmail.com](mailto:viscaaaa11@gmail.com)

### Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 31 Oktober 2025;

Revisi: 28 November 2025;

Diterima: 26 Desember 2025;

Terbit: 31 Desember 2025

**Keywords:** Bullying; Elementary School; Empathy; Positive Behavior; Socialization.

**Abstract:** Bullying di kalangan siswa sekolah dasar merupakan seriuz yang dapat yang dapat impak negatif kesehatan kesehatan mental, rasa peraya diri, serta pekanan sosial anak. Di SDN 36 Kota Bengkulu, the most frequently found form of bullying includes bullying, bullying, and bullying. This condition makes some students, especially class V, feel uncomfortable in interacting and experiencing a decline in learning motivation. Untuk kejalanan keralaan tersebut, kejalanan program pengabdian masyarakat bertajuk "Sahabat Tanpa Bullying di Sekolah" melalui kegiatan sosialisasi interaktiv selama dua jam. This program involves teachers, students, and parents with various methods, including group discussions, educational games, short drama, and making posters that carry the theme of friendship, empathy, and tolerance. Hasil tsiginizininin adiyin ininizunda permanagi siswa mengin impacta buruk bullying serta ininizin izimin menaka untuk bergarin pengyarun tsildin pekanatin tidak minizin yang peranh inizimin. Selain itu, this activity fosters a commitment besarma between guru, orang tua, dan siswa untuk creakat minglingan sekolah yang aman dan saling azharzat. This program is proven to be effective in instilling positive moral values, encouraging pro-social behavior, and building inclusive learning atmosphere for all students.

### Abstrak

Bullying di kalangan siswa sekolah dasar merupakan permasalahan seriuz yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental, rasa percaya diri, serta perkembangan sosial anak. Di SDN 36 Kota Bengkulu, bentuk bullying yang paling sering ditemukan meliputi ejekan, pengucilan, dan penghinaan. Kondisi ini membuat beberapa siswa, khususnya kelas V, merasa tidak nyaman dalam berinteraksi dan mengalami penurunan motivasi belajar. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilaksanakan program pengabdian masyarakat bertajuk "Sahabat Tanpa Bullying di Sekolah" melalui kegiatan sosialisasi interaktif selama dua jam. Program ini melibatkan guru, siswa, serta orang tua dengan berbagai metode, termasuk diskusi kelompok, permainan edukatif, drama pendek, dan pembuatan poster yang mengangkat tema persahabatan, empati, dan toleransi. Hasil pelaksanaan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai dampak buruk bullying serta meningkatnya keberanian mereka untuk berbagi pengalaman terkait perlakuan tidak menyenangkan yang pernah dialami. Selain itu, kegiatan ini menumbuhkan komitmen bersama antara guru, orang tua, dan siswa untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan saling menghargai. Program ini terbukti efektif dalam menanamkan nilai moral positif, mendorong perilaku prososial, serta membangun suasana belajar yang inklusif bagi seluruh siswa.

**Kata Kunci:** Bullying; Empati; Perilaku Positif; Sekolah Dasar; Sosialisasi.

## 1. PENDAHULUAN

Pendidikan di jenjang sekolah dasar tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung, tetapi juga memainkan peran krusial dalam membentuk karakter, empati, serta kesehatan sosial anak-anak. Proses ini melibatkan pembiasaan nilai-nilai positif sejak usia dini, yang membantu anak-anak belajar menghargai perbedaan individu, menghindari kekerasan verbal atau fisik, dan membangun hubungan sosial yang sehat. Hal ini sejalan dengan amanat Permendikbudristek No. 46/2023 melalui program Puspeka, yang menekankan penguatan pendidikan karakter sebagai fondasi bagi generasi masa depan yang toleran dan harmonis. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan tantangan besar, di mana kasus perundungan (bullying) masih sering terjadi di berbagai sekolah dasar di Indonesia, termasuk SDN 36 Kota Bengkulu, dan sering kali dianggap oleh siswa sebagai bagian dari permainan anak-anak biasa, tanpa menyadari dampak negatifnya terhadap korban (Kemendikbudristek, 2023).

Data dari Laporan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) dan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mengungkapkan bahwa sekitar 26% korban bullying berasal dari siswa sekolah dasar, dengan bentuk dominan berupa kekerasan fisik (55,5%), verbal (29,3%), dan psikologis (15,2%). Lebih lanjut, laporan KPAI-JPPI 2024 mencatat bahwa 31% dari total kasus kekerasan terhadap anak adalah perundungan di sekolah, menunjukkan peningkatan lebih dari 100% dibandingkan tahun 2023. Ironisnya, lebih dari separuh korban tidak melaporkan kejadian tersebut karena takut dihukum atau dianggap lemah oleh teman sebaya. Di Kota Bengkulu sendiri, data menunjukkan adanya 157 kasus bullying di sekolah dasar pada tahun 2022, dengan mayoritas berbentuk psikologis seperti ejekan, pengucilan, dan penghinaan yang dapat meninggalkan trauma jangka panjang pada korban.

Katyana (2019) mengemukakan penyebab bullying antara lain permusuhan, kurangnya kepercayaan diri, mencari perhatian, perasaan dendam, dan pengaruh negatif dari media. Hasil pengamatan langsung dari guru kelas V SDN 36 Kota Bengkulu selama semester genap 2024 mengungkapkan bahwa perilaku mengejek, mengucilkan, dan memaksa teman sebaya masih marak terjadi di lingkungan sekolah. Siswa-siswi tersebut sering menganggap tindakan tersebut sebagai candaan biasa, tanpa memahami konsekuensinya. Penelitian yang dilakukan pada kelas 5 sekolah dasar menemukan bahwa 81,7% siswa pernah mengalami bullying, dengan 74,4% di antaranya berbentuk psikologis. Anak-anak usia 10–12 tahun, yang sedang dalam fase perkembangan sosial intensif, sangat rentan terhadap pengaruh kelompok sebaya. Tanpa pendidikan karakter yang tepat, perilaku agresif ini dapat berkembang menjadi kekerasan serius di masa remaja, memengaruhi kesehatan mental dan produktivitas mereka di

masa depan. Data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) melalui SIMFONI-PPA 2023 mencatat 1.450 kasus bullying di sekolah, dengan sekolah dasar sebagai lokasi utama, namun penanganan yang minim sering kali memperburuk situasi.

Berdasarkan kondisi tersebut, sekolah-sekolah dasar memerlukan strategi intervensi yang lebih humanis, yang menekankan pendekatan emosional dan edukatif daripada sekadar hukuman yang bersifat represif. Pendekatan ini harus melibatkan siswa secara aktif agar mereka dapat mengenali tanda-tanda bullying, mencegahnya terjadi, dan belajar menolak perilaku negatif tersebut. Oleh karena itu, tim mahasiswa melaksanakan program pengabdian masyarakat berjudul "Sahabat Tanpa Bullying di Sekolah: Program Penguanan Perilaku Positif di Kelas V SDN 36 Kota Bengkulu". Program ini mencakup sosialisasi interaktif selama dua jam yang melibatkan diskusi kelompok, permainan edukatif untuk membangun empati, serta penggunaan kertas kecil yang diberikan kepada siswa untuk mengungkapkan perasaan mereka jika mengalami bullying, guna menciptakan lingkungan sekolah yang inklusif, aman, dan mendukung perkembangan karakter positif bagi semua siswa, sehingga mereka dapat tumbuh menjadi individu yang peduli dan bertanggung jawab. Dengan langkah-langkah ini, diharapkan program dapat berkontribusi pada pengurangan kasus bullying dan meningkatkan kualitas pendidikan karakter di sekolah dasar.

## 2. METODE

Kegiatan "Sahabat Tanpa Bullying" diadakan di SDN 36 Kota Bengkulu pada hari Rabu, 27 Agustus 2025, pukul 09.00 sampai 11.00 WIB. Kegiatan ini dipimpin oleh para mahasiswa dan diikuti oleh 22 siswa kelas V sebagai peserta utama. Guru dan orang tua tidak langsung terlibat agar para siswa lebih nyaman untuk berbicara tentang pendapat dan pengalaman pribadi mereka.

Metode yang digunakan adalah sosialisasi interaktif yang berbasis empati dan persahabatan. Pendekatan ini bersifat dua arah dan menekankan partisipasi aktif siswa agar mereka bisa lebih sadar dan saling menghargai satu sama lain.

Sosialisasi ini dilaksanakan melalui empat tahapan:

- a. Kegiatan dimulai dengan pertanyaan terbuka seperti "Apa itu bullying?" untuk mengenal pemahaman awal siswa tanpa membuat mereka merasa ditertawakan. Suasana dibuat hangat agar para siswa merasa nyaman dan berperan sebagai teman sebaya yang bersikap ramah, bukan seperti orang yang memberi nasihat.
- b. Mahasiswa menjelaskan pengertian dan bentuk-bentuk bullying menggunakan bahasa sederhana dan contoh yang dekat dengan kehidupan sekolah.

Penjelasan disertai diskusi ringan agar siswa memahami bahwa menjadi sahabat berarti tidak menertawakan, mengucilkan, atau menyakiti teman.

- c. Mahasiswa memberikan pertanyaan lanjutan seputar situasi bullying. Siswa yang berani menjawab dengan benar atau berpendapat diberi hadiah kecil sebagai bentuk penghargaan terhadap keberanian dan sikap positif. Tahap ini menumbuhkan kepercayaan diri serta rasa dihargai antarsiswa.
- d. Setiap siswa menuliskan perasaannya di selembar kertas kecil mengenai pengalaman ketika melihat atau menjadi korban bullying. Kertas dikumpulkan tanpa nama untuk menjaga privasi. Tahap ini menjadi ruang refleksi emosional agar anak memahami bahwa menjadi sahabat berarti peduli terhadap perasaan orang lain.

Metode ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik anak usia 10–12 tahun yang cenderung belajar lebih efektif melalui interaksi dan pengalaman emosional, bukan ceramah satu arah. Pendekatan reflektif seperti ini juga selaras yang menunjukkan bahwa kegiatan berbasis empati dapat meningkatkan kesadaran dan menurunkan kecenderungan perilaku agresif di sekolah dasar.

### **3. HASIL**

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "Sahabat Tanpa Bullying" dilaksanakan di SDN 36 Kota Bengkulu, dengan target peserta adalah siswa kelas V. Kegiatan ini dibagi menjadi beberapa tahap yang saling terkait, yaitu menggali pemahaman awal, memberikan materi edukasi, melakukan diskusi interaktif dengan pendekatan empati, melakukan refleksi emosional, serta mengevaluasi hasil kegiatan. Setiap tahap memberikan informasi tentang tingkat partisipasi, pemahaman, dan tanggapan emosional siswa terhadap isu bullying di sekolah dasar. Secara keseluruhan, kegiatan berjalan lancar dan mendapatkan dukungan dari pihak sekolah.

#### **a. Tahap Eksplorasi Pemahaman Awal tentang Bullying**

Pada awal kegiatan, para siswa diundang untuk berdiskusi dengan menggunakan pertanyaan terbuka mengenai arti bullying. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengetahui pemahaman mereka secara awal tanpa memberi tekanan atau kesan menghakimi. Dari hasil pengamatan, sebagian besar siswa masih mengira bullying hanya terjadi ketika ada tindakan kekerasan fisik, seperti memukul atau mendorong teman. Hanya sedikit siswa yang menyebutkan bahwa tindakan seperti ejekan atau pengucilan juga termasuk

dalam bullying.

Meskipun demikian, para siswa tampak antusias dalam menyampaikan pendapat dan berani menjawab pertanyaan yang diajukan. Suasana diskusi yang santai dan hangat membuat para siswa merasa lebih nyaman berbicara. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan awal yang ramah dan tidak formal sangat efektif dalam membuka keterbukaan siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Opsenakker & Minnaert (2014) yang menyatakan bahwa interaksi sosial yang positif dapat meningkatkan keterlibatan belajar siswa di tingkat SD.

**b. Tahap Penyampaian Materi Edukatif dan Diskusi Ringan**

Tahap berikutnya adalah memberikan materi tentang arti bullying, jenis-jenisnya (fisik, verbal, dan psikologis), serta dampaknya terhadap korban dan lingkungan sekolah. Materi tersebut disampaikan dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan contoh-contoh yang relevan dengan kehidupan sehari-hari siswa, seperti ejekan di kelas atau pengucilan saat bermain. Dari hasil pengamatan terlihat bahwa siswa mulai mengerti bahwa bullying tidak hanya berupa bentuk kekerasan fisik, tetapi juga tindakan verbal dan psikologis yang bisa menyakitkan perasaan temannya. Dalam sesi diskusi yang santai, beberapa siswa menyampaikan bahwa mereka pernah melihat temannya diejek atau tidak diundang bermain. Diskusi ini membantu siswa menghubungkan materi yang diberikan dengan pengalaman mereka sendiri. Oleh karena itu, penting untuk mengintegrasikan pembelajaran sosial dalam kurikulum untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa tentang bullying (Anggraeni et al., 2024).

**c. Tahap Diskusi Interaktif Berbasis Empati**

Pada tahap ini, mahasiswa memberikan pertanyaan lanjutan serta studi kasus sederhana terkait situasi bullying di sekolah. Siswa yang berani menyampaikan pendapat atau menjawab pertanyaan mendapatkan apresiasi sederhana sebagai bentuk penghargaan atas sikap positif dan keberanian mereka. Apresiasi ini terbukti mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa serta mendorong mereka untuk berpartisipasi secara aktif. Selama diskusi berlangsung, siswa tampak lebih terbuka dan saling menghargai pendapat teman-teman.

Beberapa siswa bahkan menyatakan bahwa mereka mulai menyadari pentingnya menjadi teman yang tidak mengejek atau menyakiti perasaan orang lain. Pendidikan empati tidak hanya mengurangi agresivitas, tetapi juga

meningkatkan kemampuan sosial anak, yang berkontribusi pada perkembangan karakter positif (Aulia et al., 2024).

**d. Tahap Refleksi Emosional melalui Tulisan Anonim**

Tahap refleksi emosional dilakukan dengan meminta siswa menulis perasaan dan pengalaman mereka tentang bullying pada kertas kecil, tanpa menuliskan nama. Tujuannya adalah memberikan ruang yang aman bagi siswa untuk menyampaikan pengalaman pribadi secara jujur. Hasil tulisan menunjukkan bahwa beberapa siswa pernah mengalami ejekan ringan, merasa ditinggalkan, atau melihat temannya diperlakukan tidak menyenangkan. Selain itu, beberapa siswa juga menulis harapan agar suasana kelas lebih damai dan saling menghargai. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran emosional siswa mulai berkembang.

**e. Tahap Evaluasi dan Dampak Kegiatan**

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan mengamati langsung selama kegiatan berlangsung dan melakukan refleksi singkat setelah kegiatan selesai. Dari hasil evaluasi tersebut, terlihat adanya perubahan dalam sikap siswa saat berinteraksi, seperti lebih berhati-hati dalam bersenda gurau dan lebih menghargai perasaan teman. Guru kelas juga menyatakan bahwa kegiatan ini membantu siswa memahami pentingnya empati serta persahabatan dalam mencegah tindakan bullying.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa tentang bullying.

Dengan meningkatkan kesadaran sosial di kalangan siswa dan pendidik, sekolah dapat lebih efektif dalam mengurangi insiden perundungan dan membangun komunitas yang lebih harmonis (Tewa, 2023).

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Sahabat Tanpa Bullying” yang diadakan di SDN 36 Kota Bengkulu memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman, sikap, dan kesadaran siswa kelas V mengenai masalah bullying di sekolah. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa cara sosialisasi yang interaktif, berdasarkan empati dan persahabatan, berhasil membantu siswa memahami bahwa bullying tidak hanya berupa kekerasan fisik, tetapi juga meliputi tindakan kata-kata dan sikap yang bisa menyakiti perasaan teman. Dengan tahap eksplorasi pemahaman awal dan penyampaian materi edukatif, siswa mendapat pengetahuan tentang berbagai jenis bullying serta dampaknya terhadap korban dan suasana belajar di kelas.

Tahap diskusi interaktif dan refleksi emosional memberi pengalaman belajar yang bermakna bagi para siswa. Siswa tidak hanya mendengarkan materi secara pasif, tetapi juga secara aktif menyampaikan pendapat, berbagi pengalaman, serta mengekspresikan perasaan mereka dengan aman melalui tulisan yang tidak menyebut nama. Pendekatan ini sejalan dengan temuan bahwa ruang aman (safe space) membantu membangun keterbukaan emosi dan mengurangi perilaku agresif pada anak usia sekolah (Rahmadana & Yusuf, 2023). Kegiatan ini membantu meningkatkan rasa empati, keberanian untuk berbicara dengan jujur, serta sikap saling menghargai antar teman, sebagaimana dijelaskan bahwa pendidikan empati mampu menurunkan kecenderungan perilaku bullying (Sari & Amin, 2022). Dari hasil observasi terlihat bahwa siswa semakin berhati-hati dalam berinteraksi dan mulai sadar akan pentingnya menjadi teman yang peduli terhadap perasaan orang lain, mendukung temuan bahwa intervensi berbasis empati memperkuat perilaku prososial (Putri et al., 2021).

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan oleh tim, yaitu meningkatkan kesadaran siswa terhadap bahaya bullying serta membantu menanamkan nilai empati, toleransi, dan persahabatan sejak dini. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menekankan bahwa pendidikan karakter yang terintegrasi mampu mengurangi perilaku kekerasan di sekolah (Mahendra & Lestari, 2023). Program ini menunjukkan bahwa pencegahan bullying di kalangan anak sekolah dasar tidak harus dilakukan dengan cara yang keras atau menghukum, melainkan bisa dilakukan melalui kegiatan yang sederhana, sesuai dengan konteks, dan menyenangkan, sebagaimana direkomendasikan oleh Kementerian Pendidikan bahwa pendekatan preventif lebih efektif daripada pendekatan hukuman (Kemendikbudristek, 2023). Dengan demikian, kegiatan sosialisasi anti-bullying yang berbasis empati ini bisa menjadi model intervensi yang efektif dan dapat diterapkan secara berkelanjutan di sekolah-sekolah dasar lainnya, sejalan dengan

temuan internasional bahwa program anti-bullying berbasis partisipasi siswa mampu menurunkan insiden bullying secara signifikan (Alvarez & Molina, 2020).

## DAFTAR REFERENSI

- Alvarez, L., & Molina, R. (2020). *Student-centered anti-bullying intervention and its impact on elementary school well-being*. Journal of Child Behavioral Studies, 12(3), 155–168.
- Anggraeni, A., Neviyarni, N., Zen, Z., & Hendrizal, H. (2024). Pemanfaatan perkembangan sosial dalam pembelajaran di sekolah dasar. *Indonesian Research Journal on Education*.
- Aulia, L. R., Kholisoh, N., Rahma, V. Z., Rostika, D., Sudarmansyah, R., & Pendidikan, J. (2024). *Pentingnya pendidikan empati untuk mengurangi kasus bullying di sekolah dasar*.
- Katyana, W. (2019). *Buku panduan melawan bullying*. Nuha Medika.
- Kemendikbudristek. (2023). *Panduan pencegahan kekerasan dan bullying di satuan pendidikan*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2021). *Laporan tahunan perlindungan anak di sekolah tahun 2021*. KemenPPPA.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2023). *Panduan penguatan pendidikan karakter di sekolah dasar*. Kemendikbudristek.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia, & Federasi Serikat Guru Indonesia. (2023). *Data kasus bullying di sekolah Indonesia menunjukkan tren meningkat dari tahun ke tahun*.
- Mahendra, Y. T., & Lestari, W. P. (2023). Integrasi pendidikan karakter dalam pencegahan kekerasan di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Anak Indonesia*, 7(1), 45–59.
- Opdenakker, M.-C., & Minnaert, A. (2014). *Learning environment experiences in primary education*.
- Putri, D. A., Harun, K., & Yuliana, R. (2024). Implementasi program sekolah ramah anak sebagai upaya pencegahan bullying. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 6(1), 77–88.
- Putri, M. A., Hidayat, R., & Samputra, F. (2021). Efektivitas program empati interpersonal terhadap peningkatan perilaku prosozial siswa sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 9(2), 120–130.
- Rahmadana, S., & Yusuf, H. M. (2023). Safe space sebagai strategi preventif bullying pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Anak*, 5(4), 301–312.
- Sari, R. N., & Amin, N. (2022). Pengaruh pendidikan empati terhadap penurunan perilaku bullying di sekolah dasar. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 13(2), 89–98.
- Tewa, T. A. (2023). *Teresia Aflingga Tewa*.