

Penyuluhan Pencegahan dan Penanganan Bullying di Sekolah Melalui Teknik Eco Art Therapy

Dita Juwita Zuraida¹, Ken Heriyani Sulis², Misbah Fikrianto³

^{1,2} *Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam As-Syafi'iyah, Indonesia*

³ *Teknologi Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam As-Syafi'iyah, Indonesia*

Corresponding Author

Nama Penulis: Dita Juwita Zuraida

E-mail: dita.bk@uia.ac.id

Abstrak

Bullying telah menjadi masalah serius selama bertahun-tahun di Indonesia dan berdampak pada berbagai lapisan masyarakat, khususnya di sektor pendidikan. Fenomena ini melibatkan tindakan agresi fisik, verbal, atau sosial yang berulang-ulang yang dilakukan oleh individu atau kelompok terhadap korban yang dianggap lebih lemah dari dirinya. Penanganan dan pencegahan bullying perlu dilakukan agar tidak semakin meluas. Art therapy terbukti dapat mereduksi trauma pada korban bullying dan juga dapat mencegah bullying teknik. Eco Art Therapy dipilih sebagai tema penyuluhan dalam upaya pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan di Universitas Islam As-Syafi'iyah Jakarta. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah mahasiswa bimbingan dan konseling dan guru BK di Bekasi yang berjumlah 50 peserta. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan dua metode, yakni metode presentasi dan praktik Eco Art Therapy. Setelah materi dan praktik Eco Art Therapy dilaksanakan, peserta kembali mengisi survey mengenai gambaran peserta mengenai strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Dari hasil polling kedua setelah pelaksanaan penyuluhan, didapatkan hasil bahwa 63,6% peserta merasa lebih memiliki gambaran mengenai strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah.

Kata kunci – Penyuluhan, Bullying, Eco Art Therapy

Abstract

Bullying has been a serious problem for many years in Indonesia and impacts various walks of life, particularly in the education sector. This phenomenon involves repeated acts of physical, verbal or social aggression perpetrated by individuals or groups against victims who are considered weaker than themselves. Handling and preventing bullying needs to be done so that it does not become more widespread. Art therapy is proven to reduce trauma in bullying victims and can also prevent bullying techniques. Eco Art Therapy was chosen as the theme of counseling in an effort to prevent and handle bullying in schools. This counseling activity was carried out at As-Syafi'iyah Islamic University Jakarta. The targets of this community service activity are guidance and counseling students and counseling teachers in Bekasi, totaling 50 participants. The method used in this activity is with two methods, namely the presentation method and the practice of Eco Art Therapy. After the material and practice of Eco Art Therapy were carried out, participants returned to fill out a survey regarding the participants' description of bullying prevention and handling strategies in schools. From the results of the second poll after the training, it was found that 63.6% of participants felt that they had a better idea about strategies for preventing and handling bullying in schools.

Keywords - Training, Bullying, Eco Art Therapy

PENDAHULUAN

Bullying telah menjadi masalah serius selama bertahun-tahun di Indonesia dan berdampak pada berbagai lapisan masyarakat, khususnya di sektor pendidikan. Fenomena ini melibatkan tindakan agresi fisik, verbal, atau sosial yang berulang-ulang yang dilakukan oleh individu atau kelompok terhadap korban yang dianggap lebih lemah dari dirinya. Frekuensi kejadian perundungan di Indonesia menunjukkan tren yang mengkhawatirkan dan berdampak serius terhadap kesehatan fisik dan mental para korbannya. Bullying masih menjadi ketakutan anak-anak di sekolah, menurut data yang dihimpun Dewan Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI). Data menunjukkan pada tahun 2022 tercatat 226 kasus perundungan. Tahun 2021 sebanyak 53 kasus, dan tahun 2020 sebanyak 119 kasus. Jenis perundungan yang umum dialami korban adalah perundungan fisik sebanyak 55,5%, perundungan verbal sebesar 29,3%, dan perundungan psikologis sebanyak 15,2%. Berdasarkan tingkat pendidikan, korban bullying terbanyak adalah siswa SD sebesar 26%, disusul siswa SMP sejumlah 25%, dan siswa SMA sebanyak 18,75% (KPAI, 2023).

Banyak faktor yang menyebabkan tingginya angka bullying di Indonesia. Lingkungan keluarga yang sumbang, lemahnya pengawasan orang tua, dan pola asuh orang tua yang permisif atau otoriter seringkali menjadi faktor yang menyebabkan anak menjadi pelaku bullying (Suhendar, 2018; Farida, 2022). Di sisi lain, budaya kelas yang kuat di sekolah dan masyarakat sering kali mendorong terjadinya intimidasi, yang menggunakan senioritas dan posisi sosial tertentu untuk menindas mereka yang dianggap inferior (Zakiyah, dkk, 2017). Teknologi digital juga berperan dalam meningkatnya insiden penindasan, dengan munculnya cyberbullying, di mana pelaku dapat melakukan intimidasi dan pelecehan melalui media sosial dan platform online lainnya. Karena anonimitas pelaku dan pengaruh internet yang luas, cyberbullying seringkali lebih sulit dikenali dan diatasi (Raodia, 2019).

Dampak bullying sangat serius dan berkisar dari gangguan emosional dan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri (Sukmawati, dkk, 2021). Bullying juga dapat berdampak pada kemampuan akademis korban sehingga menyebabkan menurunnya motivasi belajar bahkan putus sekolah. Selain itu, dampak jangka panjang dari penindasan dapat mencakup masalah kepercayaan diri di masa dewasa, hubungan sosial yang buruk, dan berbagai masalah kesehatan mental lainnya (Prastiti dan Anshori, 2023).

Penanganan dan pencegahan bullying perlu dilakukan agar tidak semakin meluas. Ada beberapa strategi untuk pencegahan bullying, terutama di sekolah. Beberapa di antaranya adalah melalui pendidikan karakter, konseling kelompok melalui restrukturisasi kognitif, dan melalui komunikasi persuasif (Maryani, dkk, 2024; Zuroida, 2020, Rahma, 2020; Firdaus, 2023). Sementara untuk mengatasi perilaku bullying di sekolah memang lebih terfokus pada strategi bimbingan dan konseling, dibanding pihak lainnya di sekolah (Bahiroh, 2024).

Tidak hanya pencegahan dan penanganan pada pelaku bullying, penanganan pada korban bullying juga perlu dilakukan. Terdapat beberapa strategi untuk penanganan korban bullying. Beberapa di antaranya adalah dengan melalui terapi realitas, melalui pendekatan Al-Quran, konseling individual dengan pendekatan REBT, dan lainnya (Ashofa, 2019; Wati dan Rahmah, 2022; Fitria, 2021). Selain itu, art therapy juga terbukti dapat mereduksi trauma pada korban bullying dan juga dapat mencegah bullying. Art therapy dapat mereduksi kecemasan dan trauma pada korban bullying (Triantoro dan Astrid, 2014; Wulan dan Urbayatun, 2020; Sulistiyanti, 2017). Dengan demikian, teknik Eco Art Therapy dipilih sebagai tema penyuluhan dalam upaya pencegahan dan penanganan bullying di sekolah.

METODE

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan di Universitas Islam As-Syafi'iyah Jakarta. Pelaksanaan kegiatan berlangsung di ruang eksekutif lantai 3 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam As-Syafi'iyah. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah mahasiswa bimbingan dan konseling dan guru BK di Bekasi yang berjumlah 50 peserta. Materi penyuluhan ini diberikan oleh praktisi Eco Art Therapy, yakni Siti Kulsum, S, Psi, M.Pd yang bertindak sebagai penyuluh. Sementara fasilitator kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah Ken Heryani Sulis, M.Pd dan Dita Juwita Zuraida, M.Pd yakni dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Islam As-Syafi'iyah. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan dua metode, yakni metode presentasi dan praktik Eco Art Therapy. Tahapan pelaksanaan pengabdian terbagi dalam tiga tahap, yakni sebagai berikut.

- a. Tahap persiapan. Persiapan dilakukan dengan mengadakan rapat koordinasi antara tim pengabdian dengan tim mahasiswa Himpunan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIA. Rapat koordinasi ini meliputi persiapan tempat dan peralatan yang akan digunakan, penentuan proses operasional, dan persiapan akomodasi untuk narasumber.
- b. Tahap sosialisasi Tim pengabdian serta tim mahasiswa mensosialisasikan kegiatan penyuluhan melalui poster, sosial media, dan surat undangan kepada seluruh guru BK di kota Bekasi.
- c. Tahap pelaksanaan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Jumat, 26 April 2024 dengan diikuti oleh mahasiswa Bimbingan dan Konseling UIA dan guru BK di Kota Bekasi. Kegiatan diawali dengan sambutan dari Dekan FKIP UIA, kemudian dilanjutkan dengan materi yang disampaikan oleh narasumber mengenai pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, sesi praktik Eco Art Therapy, dan diakhiri dengan sesi penutup.

Tabel 1.
Rincian Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Waktu	Kegiatan
09.00-09.30	Pembukaan
09.30-09.50	Sambutan
09.50-11.15	Penyampaian materi
11.15-12.00	Sesi tanya jawab
12.00-12.30	Istirahat
12.30-14.20	Praktik Eco Art Therapy
14.20-14.30	Penutupan

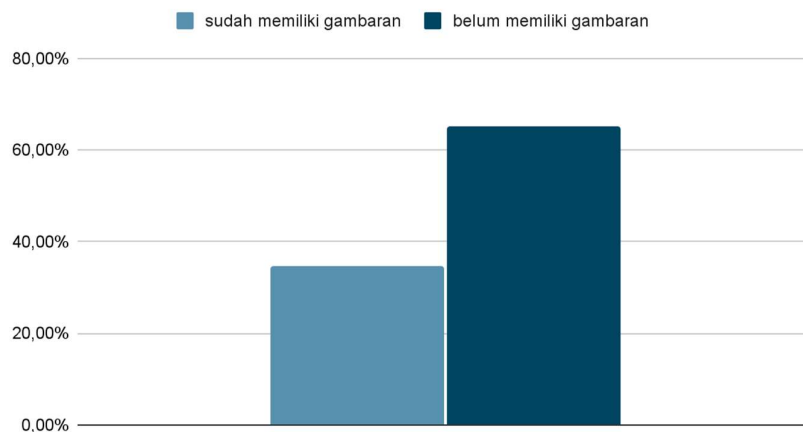
Tahap pembuatan laporan kegiatan pengabdian dan publikasi. Setelah pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian menyusun laporan pengabdian kepada masyarakat untuk dipublikasikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan pencegahan dan penanganan bullying di sekolah melalui teknik Eco Art Therapy dibagi menjadi dua sesi agar kegiatan penyuluhan dapat terlaksana dengan lebih optimal, yakni

dengan sesi pemaparan materi yang berlangsung selama 85 menit dan sesi praktik Eco Art Therapy yang berlangsung selama 110 menit. Kegiatan penyuluhan dimulai dengan pengisian survei mengenai gambaran strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Menurut hasil survei yang dilakukan, diketahui bahwa hanya 34,8% dari total peserta yang memiliki gambaran mengenai strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah.

Hasil Survei Sebelum Penyuluhan



Gambar 1.

Diagram Gambaran Strategi Pencegahan dan Penanganan Bullying di Sekolah melalui Teknik Eco Art Therapy

Setelah survey dilakukan, narasumber menyampaikan materi mengenai strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Materi diberikan melalui media presentasi dan video. Materi yang diberikan meliputi jenis-jenis bullying, strategi pencegahan bullying, strategi penanganan bullying, dan juga pengenalan teknik Eco Art Therapy. Selain itu, narasumber beserta tim pengabdian juga memutar video serta foto-foto pelaksanaan praktik Eco Art Therapy yang sudah dilakukan sebelumnya.

Setelah pemberian materi disampaikan, praktik Eco Art Therapy mulai dilaksanakan. Praktik Eco Art Therapy dilakukan dengan tahapan berikut.

- Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok dengan beranggotakan 5-6 orang pada tiap kelompok
- Pada tiap kelompok dibagikan kertas kosong, sampah rempah-rempah, bunga, dan lem
- Peserta diminta untuk membuat karya dengan bahan-bahan yang tersedia dengan pilihan tema: Pelaku Bullying, Korban Bullying, dan Saksi Bullying
- Peserta diminta untuk mempresentasikan hasil karyanya dan menceritakan makna dari karyanya



Gambar 2.

Pelaksanaan Penyuluhan mengenai Pencegahan dan Penanganan Bullying di Sekolah melalui Teknik Eco Art Therapy



Gambar 3.

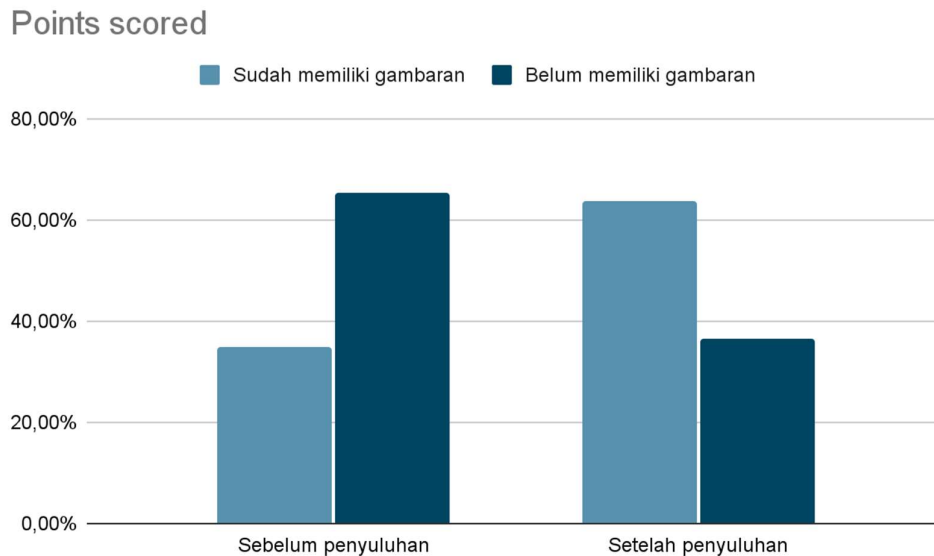
Pelaksanaan Praktik Eco Art Therapy



Gambar 4.

Hasil Karya Eco Art Therapy dari Para Peserta

Setelah materi dan praktik Eco Art Therapy dilaksanakan, peserta kembali mengisi survey mengenai gambaran peserta mengenai strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Dari hasil polling kedua setelah pelaksanaan penyuluhan, didapatkan hasil bahwa 63,6% peserta merasa lebih memiliki gambaran mengenai strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan penyuluhan mengenai strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah melalui Eco Art Therapy bermanfaat untuk peserta. Beberapa peserta juga mengatakan bahwa mereka akan menerapkan teknik Eco Art Therapy kepada siswa dalam rangka pencegahan dan penanganan bullying di sekolah mereka.



Gambar 5.

Diagram Perbandingan Gambaran Peserta mengenai Strategi Pencegahan dan Penanganan Bullying di Sekolah

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Universitas Islam As-Syafi'iyah, didapatkan hasil bahwa kegiatan penyuluhan pencegahan dan penanganan bullying di sekolah melalui Eco Art Therapy bermanfaat untuk membantu para guru dan mahasiswa dalam menerapkan strategi pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Diharapkan kegiatan ini menjadi program rutin yang dilakukan secara berkesinambungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih pada Universitas Islam As-Syafi'iyah yang telah memberikan dukungan kepada tim pengabdian masyarakat sehingga kegiatan ini bisa berjalan sesuai dengan rencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Ashofa, N.H. 2019. Terapi Realitas untuk Menangani Trauma (Post Traumatic Stress Disorder) pada Korban Bullying di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita Yogyakarta. *Hisbah Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 16(1). <https://doi.org/10.14421/hisbah.2019.161-07>
- Bahiroh, S. 2024. Strategi Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Bullying Verbal Siswa, *Jurnal Riset Pendidikan dan Pengajaran*, 3(1), 55-63. <https://doi.org/10.55047/jrpp.v3i1.628>

- Farida, G. 2022. Hubungan Kondisi Lingkungan Keluarga dengan Kejadian Bullying pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Literature Review. *Jurnal UNISA Yogyakarta*, 1(2)
- Firdaus, A. 2023. Strategi Komunikasi Persuasif Pencegahan Bullying Pada Siswa Di Smk Pesantren Terpadu Mojokerto. *Philosophiamundi*, 1(1).
- Fitria, N. 2021. Efektivitas Layanan Konseling Individual dengan Pendekatan REBT untuk Penanganan Trauma Anak Korban Bullying di SMK Negeri 3 Pamekasan. *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri Madura
- KPAI. 2023. *Rakornas dan Ekspose KPAI 2023: Membangun Indonesia Bebas Kekerasan Terhadap Anak*. Diakses pada halaman <https://www.kpai.go.id/publikasi/rakornas-dan-ekspose-kpai-2023-membangun-indonesia-bebas-kekerasan-terhadap-anak> pada tanggal 29 Mei 2024
- Maryani, M., Inayah, R., Raharja, R.M. 2024. Pendidikan Karakter sebagai Strategi dalam Pencegahan Perilaku Bullying di SMP. *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Pendidikan*. Semarang: 15 Mei 2024, hlm 193-204. <https://doi.org/10.61132/prosemnasipi.v1i1.21>
- Prastiti, J.P., dan Anshori, I. 2023. Efek Sosial dan Psikologis Perilaku Bullying terhadap Korban. *Jurnal Sains Sosio Humaniora*. 7(1)
- Rahma, E.J. 2020. Implementasi Strategi Restrukturing Kognitif terhadap Perilaku Bullying pada Siswa Kelas VII-D SMPN 1 Waru. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, 1(1). <https://doi.org/10.1234/pdabkin.v1i1.45>
- Raodia. 2019. Pengaruh Perkembangan Teknologi terhadap Terjadinya Kejahatan Mayantara (Cybercrime). *Jurisprudentie*, 6(2)
- Suhendar, R.D. 2018. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Bullying Siswa di SMK Triguna Utama Ciputat Tangerang Selatan. *Skripsi*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
- Sukmawati, I., dkk. 2021. Dampak Bullying pada Anak dan Remaja terhadap Kesehatan Mental. *Prosiding*. Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat UPNVJ 2021
- Triantoro, S., Astrid, Y. 2014. The Efficacy of Art Therapy to Reduce Anxiety among Bullying Victims. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 3(4). <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2014.829>
- Wati, H., Rahmah, H. 2022. Penanganan Anak Korban Bullying dengan Pendekatan Al-Quran (Sebuah Kajian Awal). *Jurnal Basicedu*, 6(2). <https://dx.doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2365>
- Wulan, A.K dan Urbayatun, S. Art Therapy to Reduce Anxiety in Adolescents who Become Victims of Bullying. *American Journal of Humanities and Social Sciences Research*, 4(9)
- Zakiyah, E.Z. 2017. Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian & PPM*, 4(2)
- Zuroida, C.M. 2020. Pengaruh Penggunaan Strategi Restrukturing Kognitif dalam Konseling Kelompok Terhadap Sikap Bullying Siswa Kelas IX B SMP Wardhani Surabaya. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, 1(1). <https://doi.org/10.1234/pdabkin.v1i1.40>