



## Program Peningkatan Empati untuk Mencegah Perilaku *Bullying* pada Siswa Sekolah Dasar

Eem Munawaroh<sup>1</sup>, Sinta Saraswati<sup>2</sup>, Dewi Nilam Tyas<sup>3</sup>, Bobby Ardhian Nusantara<sup>4</sup>, Firdian Setiya Arinata<sup>5</sup>, Karyono<sup>6</sup>, Farah Aida Fitrotur Rahmah<sup>7</sup>, Arina Husnunnida<sup>8</sup>, Hafidzanita First Africa<sup>9</sup>  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9</sup>

E-mail : [eemunawaroh@mail.unnes.ac.id](mailto:eemunawaroh@mail.unnes.ac.id)<sup>1</sup>, [sinta@mail.unnes.ac.id](mailto:sinta@mail.unnes.ac.id)<sup>2</sup>, [dewinilamtyas@mail.unnes.ac.id](mailto:dewinilamtyas@mail.unnes.ac.id)<sup>3</sup>,  
[boby nusantara@mail.unnes.ac.id](mailto:boby nusantara@mail.unnes.ac.id)<sup>4</sup>, [firdianarinata@mail.unnes.ac.id](mailto:firdianarinata@mail.unnes.ac.id)<sup>5</sup>, [karyono@gmail.com](mailto:karyono@gmail.com)<sup>6</sup>,  
[fitroturfarah@students.unnes.ac.id](mailto:fitroturfarah@students.unnes.ac.id)<sup>7</sup>, [hustunnidaa@students.unnes.ac.id](mailto:hustunnidaa@students.unnes.ac.id)<sup>8</sup>, [hafidzantfa01@students.unnes.ac.id](mailto:hafidzantfa01@students.unnes.ac.id)<sup>9</sup>

### Abstrak

Meningkatnya kasus kekerasan atau *bullying* selama tahun 2023 semakin marak terjadi pada anak-anak di Indonesia. KPAI mencatat sebanyak 2.355 kasus pelanggaran yang masuk sebagai laporan kekerasan anak hingga Agustus 2023. Dalam fenomena *bullying*, salah satu karakteristik pelakunya adalah memiliki empati yang rendah terhadap para korban (Rigby, 2002). Program peningkatan empati merupakan salah satu kegiatan yang dapat dilakukan dalam membantu siswa meningkatkan empati yang memberikan pengaruh terhadap kasus *bullying*. Pengabdian ini memberikan program untuk melatih empati pada siswa SD Negeri Batusari 6 kabupaten Demak, dengan manfaat dan hasil yang signifikan untuk meningkatkan empati siswa, sehingga dapat mencegah terjadinya korban-korban yang ditimbulkan akibat perilaku *bullying*. Program pelatihan ini diikuti oleh kelas 5 SD Negeri Batusari 6 yang berjumlah 58 siswa didampingi masing-masing guru kelas dan kepala sekolah. Terdapat perbedaan yang signifikan pemberian pelatihan pada siswa SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak. Siswa berpartisipasi secara aktif terutama dalam sesi materi dan simulasi bersama dengan fasilitator, hal ini merupakan pembentuk sikap kesadaran dan responsif siswa dengan teman-temannya.

**Kata Kunci:** Empati, *Bullying*, Program Peningkatan, Siswa

### Abstract

*The increasing cases of violence or bullying during 2023 are increasingly rampant among children in Indonesia. KPAI recorded 2,355 cases of violations that were included as reports of child violence until August 2023. In the phenomenon of bullying, one of the characteristics of the perpetrator is having low empathy for the victims (Rigby, 2002). An empathy improvement program is one of the activities that can be carried out to help students increase empathy which has an impact on bullying cases. This community service provides a program to train empathy in students of Batusari 6 Elementary School, Demak Regency, with significant benefits and results to increase student empathy, so that it can prevent victims caused by bullying behavior. This training program was attended by class 5 of Batusari 6 Elementary School, totaling 58 students accompanied by their respective class teachers and principals. There is a significant difference in the provision of training to students of Batusari 6 Elementary School, Demak Regency. Students actively participate, especially in material sessions and simulations with facilitators, this is a form of awareness and responsiveness of students with their friends.*

**Keywords:** *Empathy, Bullying, Improvement Program, Students.*

Copyright (c) 2024 Eem Munawaroh, Sinta Saraswati, Dewi Nilam Tyas, Bobby Ardhian Nusantara, Firdian Setiya Arinata, Karyono, Farah Aida Fitrotur Rahmah, Arina Husnunnida, Hafidzanita First Africa

✉ Corresponding author

Address : Universitas Negeri Semarang

Email : [eemunawaroh@mail.unnes.ac.id](mailto:eemunawaroh@mail.unnes.ac.id)

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v5i6.1065>

ISSN 2721- 9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

## PENDAHULUAN

Indonesia darurat *bullying* anak. Banyaknya kasus *bullying* membuat Indonesia saat ini berada dalam situasi darurat perundungan atau *bullying*. Di Indonesia, *bullying* di sekolah dasar juga menjadi masalah yang sangat serius, seperti yang terlihat dari peningkatan jumlah kasus yang dilaporkan setiap tahunnya. Jika *bullying* dibiarkan di sekolah dan di luar sekolah, hal ini dapat menimbulkan kerugian bagi generasi mendatang (Munawaroh, 2024). Setelah banyaknya kasus yang dialami anak sekolah baik sebagai pelaku maupun menjadi korban. Dunia Pendidikan sedang alami darurat kekerasan karena maraknya aksi *bullying*. Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Aries Adi Leksono mengatakan, Indonesia sedang mengalami darurat kekerasan terhadap anak, khususnya di dunia Pendidikan (Wiryo, 2023).

Meningkatnya kasus kekerasan atau *bullying* selama tahun 2023 semakin marak terjadi pada anak-anak di Indonesia. KPAI mencatat sebanyak 2.355 kasus pelanggaran yang masuk sebagai laporan kekerasan anak hingga Agustus 2023. Dilansir dari data KPAI, ada 723 kasus kekerasan yang berhubungan dengan satuan Pendidikan (Wedowati, 2023). Adapun kasus *bullying* di lingkungan sekolah paling banyak terjadi di Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan proporsi 25% dari total kasus (Nabilah, 2023).

*Bullying* adalah salah satu bentuk dari perilaku agresi yang dilakukan terus menerus dengan tujuan menyakiti orang lain yang lebih lemah darinya sehingga korban merasa tertindas dengan perlakuan tersebut (Raven, 2014). Perundungan/ *Bullying* adalah perilaku tidak menyenangkan baik secara verbal, fisik, ataupun sosial di dunia nyata maupun dunia maya yang

membuat seseorang merasa tidak nyaman, sakit hati dan tertekan baik dilakukan oleh perorangan ataupun kelompok (Supriyatno, 2021).

Ditengah meningkatnya kasus perundungan, beberapa kasus belakangan ini menunjukkan masalah semakin serius. Insiden tragis terjadi pada siswi kelas 6 SDN 06 Petukangan Utara, Jakarta Selatan berinisial R. dia nekat melompat dari lantai empat sekolah pada 26 September 2023. Perundungan oleh teman-temannya diduga menjadi pemicu tindakan tersebut (Thomas, 2023). Siswa cenderung melakukan *bullying* setelah mereka sendiri pernah disakiti oleh orang yang lebih kuat, misalnya oleh orang tua, kakak kandung, kakak kelas, ataupun teman sebaya yang lebih dominan (Arinata, 2017).

Hasil survey yang dilakukan di SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak melalui pengamatan secara langsung dan wawancara kepada siswa kelas 4, siswa kelas 5, siswa kelas 6, dan wawancara terhadap guru, bahwa sebanyak 78% siswa pernah melihat, melakukan, dan menjadi korban *bullying*. Namun guru dan siswa tidak mengetahui bahwa kejadian yang dilihat, dialami dan dirasakan tersebut merupakan perilaku *bullying*.

Penelitian yang dilakukan oleh Nina Dwi Lestari dkk, yang berjudul “Gema Suling” Gerakan Masyarakat Sekolah Tanggap *Bullying* dalam Upaya Pencegahan *Bullying* pada Anak Usia Sekolah” memperoleh hasil bahwa edukasi yang diberikan dapat memberikan pengaruh dalam peningkatan pengetahuan dan sikap siswa terkait *bullying* (Nina, 2019).

Ketua DPR RI Puan Maharani mendorong Pemerintah untuk mencari Solusi dari maraknya kasus perundungan atau *bullying* di Indonesia, terutama perundungan anak. “Banyaknya kasus *bullying* membuat Indonesia saat ini berada dalam

situasi darurat perundungan. Negara tidak boleh membiarkan kasus *bullying* terus mengalir tanpa ada solusi yang komprehensif, khususnya untuk perundungan yang melibatkan anak sebagai korban dan pelaku (RI, 2023).

(KPAI) Aries Adi Laksono mengatakan, beberapa aksi perundungan terjadi di Jakarta, Cilacap, Demak, Gresik, Lamongan, Balikpapan dan beragam daerah lainnya yang belum terungkap. Ia percaya fenomena *bullying* seperti gunung es karena kasus yang viral saja yang menjadi sorotan. Aries menyebut, lingkungan Pendidikan harus aman dan nyaman untuk anak, sehingga tumbuh kembang anak bisa menjadi maksimal. “Untuk itu perlu semua pihak turun tangan mengatasi situasi darurat kekerasan pada satuan pendidikan, baik pemerintah pusat dan daerah, keluarga, masyarakat, pihak satuan pendidikan, termasuk peserta didik” ujar dia (Wiryo, 2023).

Salah satu program untuk mencegah perilaku *bullying* pada siswa sekolah dasar adalah meningkatkan empati siswa. Program pelatihan empati berbasis pendekatan *experiential learning* dapat dijadikan sebagai metode untuk menurunkan perilaku *bullying* (Dewi, 2023). Pelatihan terbukti meningkatkan empati dan dapat mengurangi perilaku *bullying* pada siswa sekolah dasar (Lailatul, 2019). Melalui pelatihan empati bisa memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan perilaku *bullying* (Makkiyatur, 2021).

Berdasarkan analisis situasi di atas, diperlukan suatu tindakan nyata berupa program untuk melatih empati pada siswa SD Negeri Batusari 6 kabupaten Demak. Pengabdian ini memiliki manfaat yang signifikan untuk meningkatkan empati siswa, sehingga dapat mencegah terjadinya korban-korban yang ditimbulkan akibat perilaku *bullying*. Hal ini

sejalan dengan pernyataan Litbang Kompas “Empati adalah soal melatih dan merawat akal serta budi supaya peka terhadap orang di sekitar, dan juga ikut merasakan perasaan orang lain tersebut. Dengan demikian, dengan hati yang mampu merasa, diharapkan anak memilih untuk menjauhi perilaku perundungan dan mengawasi langkah memutus mata rantai kekerasan di sekolah (Priambada, 2023). Empati dapat membangun rasa kebersamaan dan mengurangi kecenderungan untuk melakukan diskriminasi atau mengucilkan orang lain (Keeran, 2014). Sehingga terciptalah suasana lingkungan sekolah yang aman, nyaman, ramah, dan menyenangkan bagi siswa.

Rasa empati ini penting dimiliki oleh setiap siswa agar lebih mampu merasakan emosi dari siswa yang menjadi korban tindakan *bullying* yang dilakukannya. Dengan memahami emosi dan ikut merasakan apa yang dirasakan jika ia menjadi korban *bullying*, diharapkan pelaku tidak lagi memiliki niat untuk melakukan tindakan *bullying* kepada orang lain dengan menumbuhkan empati dalam diri pelaku terhadap situasi yang dapat merugikan orang lain.

## METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah pelatihan. Ada empat tahap yang dilakukan: (1) pengumpulan fakta di lapangan (2) identifikasi peserta pelatihan (3) pelaksanaan pelatihan (4) evaluasi hasil pelatihan.

Program pelatihan ini diikuti oleh 58 siswa kelas 5 SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak. Tahap pelaksanaan pelatihan dibuka langsung oleh Kepala Sekolah. Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian *pretest*, dilanjutkan kegiatan inti yaitu paparan materi dan simulasi. Materi dan simulasi yang diberikan yaitu *stop bullying* dengan

berempati. Kegiatan diakhiri dengan pemberian *postest*. Hasil analisis diperoleh dari data *pretest* dan *postest* dengan uji *t-test*.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dilaksanakan pada tanggal 15 Agustus 2024 di SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak. Kegiatan ini diikuti oleh siswa kelas 5 yang berjumlah 58 siswa. Berikut adalah hasil uji *paired sample t test* yang diperoleh dalam pelatihan ini.

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	7.28	58	1.436	.189
	Post Test	9.57	58	.652	.086

Paired Samples Test					
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
Pair 1	Pre Test - Post Test	-2.29	1.654	.217	-2.728
		3			

Paired Samples Test					
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
					Upper
Pair 1	Pre Test - Post Test	-1.858	10.55	6	

Terdapat perbedaan signifikan antara rerata tingkat empati siswa antara sebelum pelatihan ( $M = 7,28$ ,  $SD = 1,44$ ) dan sesudah pelatihan ( $M = 9,057$   $SD 0,65$ ),  $t(57) = 1,85$ ,  $p = 0,000$ ,  $d = 2,05$ .

Tabel di atas menunjukkan hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan angka yang signifikan antara nilai *pre test* dan *post test* dengan nilai signifikansi  $p = 0.000$ ,  $< 0,05$ , dan *cohen's d* = 2,05. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pemberian pelatihan pada siswa SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak.

Peningkatan empati merupakan tujuan dan hipotesis dalam pelatihan ini. Siswa berpartisipasi secara aktif terutama dalam sesi materi dan simulasi bersama dengan fasilitator, hal ini merupakan pembentuk sikap kesadaran dan responsif siswa dengan teman-temannya. Penggunaan metode simulasi yang langsung melibatkan siswa terbukti efektif dalam membentuk kesadaran dan responsivitas mereka terhadap teman-temannya. Keterlibatan langsung siswa dalam kegiatan yang mensimulasikan sikap empati menciptakan pengalaman belajar yang bermakna dan menarik bagi mereka.

Tingkat partisipasi aktif siswa juga memiliki peran signifikan dalam keberhasilan pelatihan ini. Siswa yang aktif berpartisipasi, baik dalam sesi materi maupun simulasi, cenderung menunjukkan peningkatan empati yang lebih tinggi. Dengan meningkatnya empati di kalangan siswa, pelatihan ini berpotensi mengurangi perilaku *bullying* di sekolah. Sejalan dengan hasil penelitian bahwa pelatihan empati dapat mengurangi perilaku *bullying* (Defi, 2023). Dalam konteks di SD Negeri Batusari 6, pelatihan ini tidak hanya membantu siswa mengembangkan empati tetapi juga mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang lebih aman dan positif. Siswa yang memiliki

empati cenderung menghindari perilaku yang menyakiti orang lain dan, sebaliknya, lebih mungkin untuk mendukung teman-temannya yang mengalami kesulitan.

Berikut ini dokumentasi pelaksanaan pelatihan yang dilakukan.



Gambar 1 Penyampaian Materi



Gambar 2 Foto Tim Pengabdian bersama mitra SDN Batusari 6

## SIMPULAN

Program peningkatan empati pada siswa SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak berhasil terlaksana sesuai dengan rencana. Peserta pelatihan diberikan materi mengenai empati untuk mencegah bullying. Capaian hasil program dapat dilihat dari peningkatan empati pada siswa SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak. Pelatihan empati berdampak signifikan terhadap sikap siswa SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak. Dengan pelatihan empati diharapkan dapat mencegah perilaku *bullying* pada siswa SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak.

Kegiatan pelatihan semacam ini penting untuk diberikan kepada siswa di sekolah mengingat maraknya perilaku *bullying* di sekolah. Kepala sekolah dan para guru, diharapkan secara aktif melakukan monitoring dan evaluasi, serta pemantauan yang detail terhadap perilaku siswa, agar tidak terjadi perilaku *bullying*.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada SD Negeri Batusari 6 Kabupaten Demak yang bersedia menjadi mitra pengabdian. Ucapan terimakasih juga penulis sampaikan kepada LPPM Universitas Negeri Semarang yang mendanai semua kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arinata, F. S. (2017). Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling Dan Penguatan Positif Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa Sd. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 154-158.
- Defi, A. D. (2023). Upaya Preventif Perilaku Bullying Melalui Pelatihan Empati Pada Santri Pondok Pesantren Bustanul Muta'alimin Kota Blitar. *Ejoin: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1270-1276.
- Dewi, P. F. (2023). Pelatihan Empati Untuk Menurunkan Perilaku Bullying Pada Pelaku Bullying Siswa Smp. *Jurnal Intervensi Psikologi*.
- Keeran, D. (2014). *A Course In Empathy: The New Revolution Of The Heart*. Usa: Create Space Independent Publishing Platform.
- Lailatul, I. S. (2019). Pelatihan Empati Untuk Menurunkan Perilaku Bullying Pada Pelaku Bullying Di Sekolah Dasar. *Jurnal Intervensi Psikologi*.
- Makkiyatur, R. I. (2021). Pelatihan Empati Untuk Mengurangi Intensitas Perilaku Bullying Pada Remaja. *Psychological Journal Science And Practice*, 1-8.
- Munawaroh, E. A. (2024). The Protective Factors Of Bullying Victimization Experiences On Mental Health Among Adolescents: A Decade Of Systematic Review. *Konselor*, 11-21.

- Nabilah, M. (2023). *Kasus Perundungan Sekolah Paling Banyak Terjadi Di Sd Dan Smp Hingga Agustus 2023*. Retrieved From Databoks:  
<https://Databoks.Katadata.Co.Id/Datapublish/2023/08/07/Kasus-Perundungan-Sekolah-Paling-Banyak-Terjadi-Di-Sd-Dan-Smp-Hingga-Agustus-2023>
- Nina, D. L. (2019). "Gema Suling" Gerakan Masyarakat Sekolah Tanggap Bullying Dalam Upaya Pencegahan Bullying Pada Anak Usia Sekolah. *Solma*, 1-4.
- Priambada, Y. B. (2023). *Minim Empati Menjadi Gerbang Awal Perilaku Perundungan Anak*. Retrieved From Kompas.Id:  
<https://Www.Kompas.Id/Baca/Riset/2023/08/03/Minim-Empati-Menjadi-Gerbang-Awal-Perilaku-Perundungan-Anak>
- Raven, M. A. (2014). Preservice Secondary Science Teachers Experiences And Ideas About Bullying In Sciences Classroom. *Science Educator*.
- Ri, S. D. (2023, 12 28). *Indonesia Darurat Bullying Anak, Puan Dorong Pemerintah Lakukan Penanganan Khusus*. Retrieved From Dpr Ri:  
<https://Www.Dpr.Go.Id/Berita/Detail/Id/46801/T/Indonesia-Darurat-Bullying-Anak,Puan-Dorong-Pemerintah-Lakukan-Penanganan-Khusus>
- Supriyatno. (2021). *Stop Perundungan/Bullying Yuk !* Jakarta: Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar.
- Thomas, R. (2023, 12 28). *Indonesia Darurat Bullying*. Retrieved From Beritasatu:  
<https://Www.Beritasatu.Com/Bplus/1070952/Indonesia-Darurat-Bullying>
- Wedowati, D. (2023, 12 28). *Kekerasan Terhadap Anak Meningkat Selama 2023, Kpai Catat 2.355 Kasus Yang Terjadi Di Indonesia*. Retrieved From Jawapos.Com:  
<https://Www.Jawapos.Com/Nasional/013058347/Kekerasan-Terhadap-Anak-Meningkat-Selama-2023-Kpai-Catat-2355-Kasus-Yang-Terjadi-Di-Indonesia>
- Wiryono, S. S. (2023, 12 28). *Kpai : Dunia Pendidikan Sedang Alami Darurat Kekerasan Karena Maraknya Aksi Bullying*. Retrieved From Kompas.Com:  
<https://Nasional.Kompas.Com/Read/2023/10/06/08455131/Kpai-Dunia-Pendidikan-Sedang-Alami-Darurat-Kekerasan-Karena-Maraknya-Aksi>