

## Pengaruh Psikoedukasi Empati Melalui Dongeng untuk Menurunkan Perundungan pada Siswa di SD Inklusi

### *The Effect of Empathy Psychoeducation Through Fairy Tales to Reduce Bullying in Students in Inclusive Elementary Schools*

Alycia Mutiara Rizky<sup>1\*</sup>, Tri Rejeki Andayani<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir. Sutami No. 36A Ketingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah

<sup>2</sup>Pusat Studi Disabilitas Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Jl. Ir. Sutami No. 36A Ketingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah

\*[alyciamutiaraizky@gmail.com](mailto:alyciamutiaraizky@gmail.com)

**Abstract.** *Bullying has various negative impacts on its victims, such as reduced self-esteem, reduced psychological well-being, physical disability, and even suicide. This research aims to determine the effect of empathetic psychoeducation through fairy tales in reducing bullying among students in inclusive elementary schools. This pre-experiment research used a Non-Randomized One Group Pretest-Posttest Design. The sampling technique used in the research was purposive non-random sampling with the criteria being that students in Grades 2 - Grade 6 had moderate to high levels of bullying. After going through the screening process, 84 participants were found who met the criteria. Empathy psychoeducation through fairy tales is given in the form of storytelling in three meetings with a duration of 90 minutes at each meeting. Data collection using the Bullying Scale (Reliability = 0.735). The data analysis technique uses a non-parametric test, namely the Wilcoxon Test. The results of the descriptive analysis showed a decrease in the average bullying score of 0.4. However, this decrease was not significant ( $p=0.362$ ;  $p>0.05$ ). For this reason, in future research it is necessary to consider the length of psychoeducation provided so that the reduction is significant.*

**Keywords:** *Bullying; Empathetic psychoeducation; Fairy tales*

**Abstrak.** Perundungan memberi berbagai dampak buruk pada korbannya, seperti menurunnya harga diri, berkurangnya kesejahteraan psikologis, kecacatan fisik, sampai tindakan bunuh diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi empati melalui dongeng dalam menurunkan perundungan pada siswa di SD Inklusi. Penelitian *pre-experiment* ini menggunakan *Non-Randomized One Group Pretest-Posttest Design*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah *purposive non-random sampling* dengan kriteria siswa kelas 2 sampai 6 yang memiliki tingkat perundungan sedang sampai tinggi. Setelah melalui proses *screening*, didapatkan 84 partisipan yang memenuhi kriteria. Psikoedukasi empati melalui dongeng diberikan dalam bentuk *storytelling* sebanyak tiga pertemuan dengan durasi 90 menit pada masing-masing pertemuannya. Pengumpulan data dengan Skala Perundungan (Reliabilitas=0,735). Teknik analisis data menggunakan uji non parametrik yaitu Uji Wilcoxon. Hasil analisis secara deskriptif menunjukkan adanya penurunan rata-rata skor perundungan sebesar 0,4, namun penurunan tersebut tidak signifikan ( $p=0,362$ ;  $p>0,05$ ). Untuk itu, dalam penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan lamanya pemberian psikoedukasi agar penurunannya signifikan.

**Kata Kunci:** Perundungan; Psikoedukasi empati; Dongeng

## Pendahuluan

Selama tahun 2022, terdapat setidaknya 1.665 kasus perundungan berupa kekerasan verbal, kekerasan fisik, penganiayaan, serta kekerasan seksual pada anak berdasarkan laporan yang diterima oleh Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni PPA, 2022). Selain itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia juga mencatat bahwa selama tahun 2011 sampai 2019 terjadi 37.381 kasus kekerasan terhadap anak dengan 2.473 kasus diantaranya adalah kasus perundungan, yang terjadi baik di lingkup sekolah maupun di lingkup sosial (KPAI, 2020). Jumlah ini terus meningkat seiring dengan berjalannya waktu. Hasil dari sumber lain, yaitu survei yang dilakukan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak bersama dengan Kementerian Sosial dan Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional pada tahun 2013, menunjukkan bahwa pada 1 dari 3 anak laki – laki dan 1 dari 5 anak perempuan yang berusia 13 – 17 tahun mengalami kekerasan secara seksual, fisik, maupun emosional (Perempuan, 2015). Melihat fenomena tersebut, maka diperlukan tindakan yang tepat untuk mengatasi permasalahan perundungan, mengingat bahwa perundungan memberi berbagai dampak buruk pada korbannya.

Perundungan atau dalam bahasa Inggris disebut *bullying* berasal dari kata "*bull*" yang artinya banteng. Banteng dikenal sebagai binatang yang agresif karena banteng akan menyerang siapapun orang yang ada di sekitarnya. Sama halnya dengan perundungan yang dilakukan dengan cara menyerang orang lain secara sengaja sehingga perundungan ini bersifat destruktif. Perundungan merupakan perilaku yang secara sadar dilakukan berulang-ulang untuk menyakiti fisik dan psikologis orang lain (Karyanti & Aminudin, 2019). Sejiwa (2008) menjelaskan bahwa perundungan merupakan tindakan yang terjadi akibat adanya penyalahgunaan kekuasaan oleh seseorang atau kelompok kepada pihak yang dianggap lebih lemah.

Terdapat tiga bentuk perundungan menurut Sejiwa (2008), yaitu fisik, verbal, dan psikologis. Perundungan fisik merupakan bentuk perundungan yang melibatkan kontak fisik antara pelaku dan korban sehingga dapat dilihat oleh mata secara langsung. Perundungan ini biasa dilakukan dalam bentuk kekerasan, seperti memukul, mengganggu, merusak barang, dan menyuruh (Sejiwa, 2008). Perundungan fisik memberi dampak berupa penurunan rasa percaya diri pada korban ketika akan bersosialisasi dengan lingkungannya, dan yang terburuk adalah kecacatan fisik atau kematian.

Perundungan verbal merupakan bentuk perundungan yang disampaikan melalui ucapan dan ditangkap dengan indera pendengaran. Bentuk perundungan ini biasanya dilakukan dengan cara memaki, menghina, menjuluki, menuduh, dan menolak (Sejiwa, 2008). Perundungan verbal menjadi bentuk perundungan yang paling mudah dilakukan, terutama oleh anak-anak dan biasanya menjadi awal dari tindak perundungan lainnya. Dampak yang dapat dirasakan oleh

korban perundungan verbal adalah penurunan prestasi belajar dan penurunan kesejahteraan mental (Pratiwi, et al., 2021).

Perundungan psikologis merupakan bentuk perundungan yang paling berbahaya karena perilakunya tidak terlihat dan tidak terdengar secara langsung. Perundungan psikologis biasanya dilakukan secara diam-diam sehingga jika kita tidak peka terhadap kondisi sekitar, kita juga tidak akan menyadari adanya tindak perundungan ini. Dampak yang dapat ditimbulkan dari perundungan ini, antara lain menurunnya harga diri, penarikan diri dari sekolah dan lingkungan, stress atau depresi, serta yang terburuk adalah upaya bunuh diri. Bentuk dari perundungan psikologis dapat berupa memandang sinis, mengabaikan, menertawakan, dan mempermalukan (Sejiwa, 2008).

Penelitian oleh Rahayu & Permana (2019) mengenai fenomena perundungan di sebuah sekolah dasar di Bantul, menyatakan bahwa kurangnya empati menjadi salah satu penyebab dari adanya perundungan di sekolah. Kurangnya empati ini ditunjukkan dengan beberapa siswa di sekolah tersebut yang mengaku bahwa mereka merasa 'biasa saja' setelah melakukan tindakan perundungan kepada teman mereka. Hal ini menunjukkan ketidakmampuan untuk menghubungkan perilaku merugikan yang mereka lakukan dengan reaksi emosional yang dirasakan korban. Sejalan dengan penelitian oleh Andayani (2012) yang menunjukkan adanya korelasi antara empati dan perundungan. Penelitian ini juga menyatakan arah hubungan antara empati dan perundungan adalah negatif. Hal ini berarti tingkat perundungan dapat menjadi rendah apabila seseorang memiliki kemampuan empati yang tinggi, begitupun sebaliknya (Andayani, 2012). Menurut Baron dan Bryne (2005), empati adalah kemampuan untuk merespon dan merasakan kondisi emosional orang lain. Empati juga membuat seseorang dapat bersimpati dan melihat suatu permasalahan dari perspektif orang lain tanpa menghilangkan identitas dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa empati dapat menjadi alternatif dalam menurunkan perundungan. Oleh karena itu, peneliti memilih psikoedukasi empati karena mengandung nilai - nilai empati di dalamnya yang dapat mempengaruhi kemampuan berempati siswa sehingga perundungan juga dapat menurun. Psikoedukasi empati dapat diberikan dalam berbagai bentuk, salah satunya adalah dongeng. Metode dongeng dipilih karena sesuai dengan tahap perkembangan kognitif siswa SD yang masih kesulitan untuk berpikir secara abstrak. Dongeng akan membantu siswa untuk memahami nilai empati melalui proses identifikasi dirinya dengan tokoh - tokoh yang ada di dalam dongeng sekaligus membantu anak untuk memvisualisasikan pesan moral yang ingin disampaikan dari dongeng tersebut. Hal ini diperkuat dengan penelitian oleh Arisandy dan Oktriani (2024) yang membuktikan bahwa penggunaan dongeng mampu menurunkan perundungan pada siswa SD.

Psikoedukasi melalui dongeng pada penelitian ini akan merujuk pada modul yang disusun oleh Rahmi (2014). Dongeng diberikan tidak hanya dengan teknik *storytelling* saja, tetapi juga menggunakan ilustrasi dan dramatisasi jari-jari. Perundungan diharapkan dapat menurun dengan meningkatkan kemampuan empati siswa. Kemampuan empati siswa akan dilatih berdasarkan kedua aspek empati, yaitu aspek afektif dan aspek kognitif. Aspek afektif akan dilatih melalui pertanyaan diskusi seperti “Bagaimana perasaanmu ketika menjadi tokoh tersebut?”. Hal ini akan melatih siswa untuk merasakan perasaan tokoh di dalam dongeng. Kemudian untuk aspek kognitif akan dilatih melalui pertanyaan diskusi seperti “Bagaimana perasaan tokoh yang kamu sukai dan yang tidak kamu sukai?” Hal ini akan melatih siswa untuk memahami sudut pandang serta karakter tokoh di dalam dongeng. Selain pertanyaan diskusi, terdapat pula lembar kerja yang harus dikerjakan siswa yaitu “Bagaimana Perasaanku?” dan “SMILE”. Kedua lembar kerja ini bertujuan untuk melatih siswa dalam mengetahui perasaan diri sendiri dan orang lain, memahami sudut pandang orang lain, serta mengenali berbagai jenis emosi. Dengan demikian, kemampuan berempati pada siswa, baik secara afektif maupun kognitif, dapat meningkat sehingga diharapkan tingkat perundungan juga dapat menurun.

Berdasarkan penjelasan di atas, psikoedukasi empati melalui dongeng dapat menjadi salah satu cara dalam menurunkan perundungan. Rumusan masalah dalam penelitian ini apakah psikoedukasi empati melalui dongeng memiliki pengaruh terhadap perundungan pada siswa di SD Inklusi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi empati melalui dongeng terhadap perundungan pada siswa di SD Inklusi. Manfaat dari penelitian ini adalah menambah wawasan mengenai pengaruh psikoedukasi empati melalui dongeng terhadap perundungan.

## **Metode**

### *Variabel Penelitian*

Variabel independen pada penelitian ini adalah psikoedukasi empati melalui dongeng. Psikoedukasi empati diberikan dalam bentuk mendongeng menggunakan modul yang disusun oleh Rahmi (2014). Psikoedukasi dilaksanakan sebanyak tiga pertemuan dengan durasi 90 menit untuk masing - masing pertemuan. Setiap pertemuan diawali dengan pembukaan dan *ice breaking*. Kemudian dilanjutkan dengan membacakan dongeng menggunakan ilustrasi dan dramatisasi. Adapun dongeng yang akan dibacakan, antara lain Ayam Jago, Elang, dan Jarum Emas; Tukang Sepatu dan Liliput; Malin Kundang; Petani dan Anak Harimau; serta Bawang Merah dan Bawang Putih. Setelah membacakan dongeng, siswa akan diajak berdiskusi dengan beberapa pertanyaan untuk melatih kemampuan berempati siswa. Selain itu, terdapat dua lembar kerja yang harus diselesaikan oleh setiap siswa, baik secara kelompok maupun individu. Setelah semua selesai, pertemuan akan ditutup dengan penutupan.

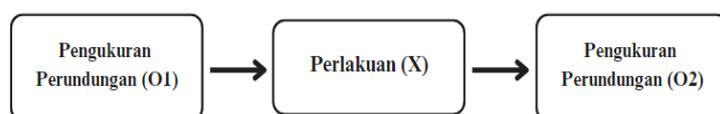
Variabel dependen pada penelitian ini adalah perundungan. Perundungan dalam penelitian ini diukur menggunakan Skala Perundungan yang disusun oleh peneliti berjumlah 22 aitem berdasarkan tiga bentuk perundungan menurut Sejiwa (2008), yaitu (1) Perundungan fisik adalah ketika siswa memukul, mengganggu, menyuruh, dan merusak barang milik siswa lain; (2) Perundungan verbal adalah ketika siswa menghina, menjuluki, menuduh, dan menolak siswa lain; (3) Perundungan psikologis adalah ketika siswa mengabaikan, memandang sinis, mempermalukan, dan menertawakan siswa lain.

### Desain Penelitian

Penelitian ini adalah *pre-experimental research* yang menggunakan *Non-Randomized One Group Pretest-Posttest Design*. Dikatakan *pre-experimental research* karena tidak memiliki variabel kontrol pada partisipan penelitian dan tidak memilih sampel secara acak (Anhyar, et.al. 2020). Tidak adanya variabel kontrol tersebut disebabkan oleh subjek yang masih berada pada satu lokasi penelitian yang sama, sehingga kelompok eksperimen mungkin dapat mempengaruhi kelompok kontrol dan hasil penelitian menjadi kurang akurat. Penelitian eksperimen digunakan untuk mengetahui apakah sebuah perlakuan memberi dampak terhadap perilaku individu atau kelompok. Dalam penelitian ini, perlakuan yang akan diberikan kepada partisipan adalah psikoedukasi empati melalui dongeng. Oleh karena itu, untuk mengetahui pengaruhnya terhadap perundungan pada partisipan, maka akan dilakukan pengukuran perundungan menggunakan skala perundungan sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi empati.

### Gambar 1.

#### Desain Penelitian



#### Keterangan :

O1 = *Pretest* (Perundungan sebelum diberi perlakuan)

X = Psikoedukasi Empati Melalui Dongeng

O2 = *Posttest* (Perundungan setelah diberi perlakuan)

### Partisipan Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 2 sampai kelas 6 yang berjumlah 180 siswa. Siswa Kelas 1 tidak dilibatkan dalam penelitian ini karena tidak ditemukan adanya perundungan pada kelas tersebut. Selain itu, siswa kelas 1 masih kesulitan dalam memahami substansi pada skala. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *purposive non-random sampling* yang berarti bersifat tidak acak dan dipilih berdasarkan kriteria tertentu (Sinaga, 2014). Pemilihan sampel didasarkan pada kesesuaian sampel dengan

karakteristik yang relevan untuk dapat mencapai tujuan penelitian. Kriteria yang dibutuhkan untuk menjadi sampel penelitian adalah (1) Siswa SD Negeri Tugu Surakarta mulai dari Kelas 2 sampai Kelas 6; (2) Memenuhi kriteria skor Skala Perundungan sedang sampai tinggi; (3) Bersedia mengikuti serangkaian penelitian. Berdasarkan kriteria tersebut, didapatkan 84 siswa yang sesuai dan akan menjadi partisipan dalam penelitian ini. Peneliti melakukan pengawasan terhadap masing-masing partisipan agar mengisi skala dengan benar. Selain itu, peneliti juga membantu pengisian skala bagi siswa yang masih kesulitan untuk membaca. Aitem dalam Skala Perundungan juga disesuaikan dengan kemampuan kognitif siswa SD sehingga akan mudah untuk dipahami, seperti “Saya memanggil siswa lain dengan nama orang tuanya untuk mengejeknya”, “Saya memaksa siswa lain untuk memberikan uang/makananya kepada saya”, dll.

### *Instrumen Penelitian*

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan Skala Perundungan yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan bentuk perundungan menurut Sejiwa (2008). Skala Perundungan ini terdiri dari tiga aspek utama dengan empat indikator perilaku pada masing-masing aspeknya, yaitu Perundungan Fisik (memukul, mengganggu, menyuruh, dan merusak barang milik siswa lain); Perundungan Verbal (menghina, menjuluki, menuduh, dan menolak); dan Perundungan Psikologis (memandang sinis, mengabaikan, menertawakan, mempermalukan). Skala Perundungan ini menggunakan desain pengukuran skala likert tiga poin untuk menyatakan frekuensi responden terhadap pernyataan perundungan yang tersedia, yaitu Tidak Pernah (1), Pernah (2), Sering (3). Skala Perundungan digunakan untuk mengungkap frekuensi perilaku seseorang yang mengarah pada perundungan. Apabila partisipan mendapat skor yang tinggi dari skala perundungan, maka frekuensi dan jenis perundungan yang dilakukan juga tinggi, begitu sebaliknya. Skala ini terdiri dari 22 aitem dengan indeks validitas antara 0,335 – 0,673 dan indeks reliabilitas sebesar 0,735. Pengambilan data *posttest* dilakukan sesegera mungkin setelah pelaksanaan psikoedukasi selesai, sehingga perubahan yang terjadi hanya disebabkan oleh perlakuan yang diberikan.

## **Hasil**

### *Hasil Pretest dan Posttest*

Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah rata-rata skor perundungan pada partisipan sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Distribusi data tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

### **Tabel 1.**

*Hasil Rata – Rata Skor Perundungan*

	Rata - Rata Pretest	Rata - Rata Posttest
84 Partisipan	31,4	31
<b>Penurunan Skor</b>	<b>0,4</b>	

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat penurunan pada rata - rata skor perundungan yaitu sebesar 0,4.

#### *Uji Asumsi*

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data terdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan program *SPSS for MS Windows version 25* dengan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Taraf signifikansi yang digunakan adalah 5% (0,05) Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2.**

*Hasil Uji Normalitas*

Kolmogorov-Smirnov a			
	Statistic	Df	Sig.
Pretest	0,148	84	,000
Posttest	0,159	84	,000

a Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji normalitas memiliki nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 (0,00) yang artinya data penelitian ini tidak terdistribusi secara normal sehingga tidak perlu dilanjutkan untuk uji homogenitas.

#### *Uji Hipotesis*

Berdasarkan hasil uji asumsi sebelumnya, data penelitian dinyatakan tidak terdistribusi secara normal, sehingga data ini diuji hipotesis dengan Uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon termasuk dalam uji non-parametrik yang digunakan untuk melihat perbedaan dua rata-rata pada sampel berpasangan, sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Hasil uji wilcoxon data penelitian dapat dilihat pada Tabel 3.

**Tabel 3.***Hasil Uji Wilcoxon*

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
posttest – pretest	Negative Ranks	44a	37,24	1683,50	-,911b	0,362
	Positive Ranks	32b	40,23	1287,50		
	Ties	8c				
	Total	84				

a posttest &lt; pretest

b posttest &gt; pretest

c posttest = pretest

Berdasarkan Tabel 3, didapatkan *Asymp. Sig (2-tailed)* lebih besar dari 0,05 ( $0,362 > 0,05$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa meskipun ada penurunan rata-rata skor perundungan secara keseluruhan, namun tidak terdapat perbedaan yang signifikan, sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan perundungan setelah siswa mengikuti psikoedukasi, namun dari hasil uji hipotesis menunjukkan penurunan tersebut tidak signifikan. Kecilnya penurunan perundungan setelah diberikan psikoedukasi tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor pertama adalah siswa yang tidak fokus dalam mengikuti psikoedukasi empati sampai selesai. Peneliti mengamati beberapa siswa tidak memperhatikan dongeng dan justru asyik bermain atau mengobrol dengan siswa lainnya. Siswa SD cenderung mudah terdistraksi karena anak pada usia tersebut hanya dapat mempertahankan perhatian (*attention span*) selama 24 – 45 menit (Nathania, 2017). Selain itu, terdapat beberapa kelas yang memiliki siswa berkebutuhan khusus, salah satunya adalah Kelas 3 yang memiliki siswa dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH). Anak dengan GPPH memiliki kemampuan mempertahankan perhatian (*attention span*) selama 5 – 15 menit saja. Hal ini menyebabkan anak akan selalu memperhatikan setiap stimulus yang ada di sekitarnya karena anak kesulitan untuk mengabaikan stimulus yang tidak relevan (Dawson & Guare, 2018). Selama pelaksanaan psikoedukasi, siswa dengan GPPH tersebut sangat mudah terdistraksi dengan proyektor yang menampilkan ilustrasi dari dongeng. Siswa tersebut selalu memainkan layar proyektor dengan membuat bayangan tangan sehingga memicu siswa lain untuk melakukan hal yang sama. Hal seperti ini yang membuat pelaksanaan psikoedukasi menjadi tidak kondusif, karena ketika satu siswa membuat keributan, siswa lain juga akan ikut-ikutan.

Faktor kedua adalah durasi psikoedukasi yang terlalu singkat. Psikoedukasi empati melalui dongeng diberikan sebanyak tiga pertemuan dengan durasi 90 menit di setiap pertemuannya. Jumlah pertemuan ini terlalu sedikit untuk dapat mengubah perilaku siswa secara signifikan. Seperti pada penelitian oleh Primadiaty, et al., (2023) yang menggunakan metode psikoedukasi “Tepa Selira” sebanyak tiga pertemuan untuk menurunkan perundungan pada anak. Hasilnya menyatakan bahwa psikoedukasi dengan tiga pertemuan tidak memberi pengaruh yang signifikan terhadap penurunan perundungan. Psikoedukasi dengan lebih banyak pertemuan akan meningkatkan peluang adanya perubahan perilaku, seperti pada penelitian oleh Marishka dan Umaroh (2019) yang menggunakan metode bermain peran sebanyak lima sesi dengan waktu 120 menit setiap sesinya. Penelitian lain oleh Zahro (2019) menunjukkan bahwa delapan sesi psikoedukasi melalui kartu ekspresi emosi dapat menurunkan perilaku agresif pada anak.

Faktor ketiga adalah pemilihan dongeng yang tidak mengandung edukasi mengenai perundungan. Kelima dongeng yang ada di dalam psikoedukasi empati didasarkan pada tujuan dari psikoedukasi itu sendiri, yaitu untuk melatih kemampuan empati pada siswa SD. Karena tujuan itulah, modul psikoedukasi empati oleh Rahmi (2014) hanya berisi dongeng – dongeng yang mengandung nilai empati. Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara empati dan perundungan (Ozkan & Cifci, 2009; Andayani, 2012). Perundungan terbukti dapat diturunkan dengan ditingkatkannya kemampuan empati siswa (Rachmawati, et al., 2019; Fatimatuzzahro, et al., 2017; Izzah, et al., 2019). Oleh karena itu, peneliti memilih psikoedukasi empati sebagai upaya dalam menurunkan perundungan pada siswa. Namun, jika dilihat dari hasil penelitian ini, penggunaan dongeng yang hanya memuat nilai – nilai empati tidak cukup efektif dalam menurunkan perundungan. Pemilihan dongeng harus disesuaikan dengan nilai – nilai perundungan. Penelitian oleh Arisandy dan Oktriani (2024) menggunakan beberapa dongeng yang memuat edukasi mengenai perundungan seperti “Menyelamatkan Bonbon dari Bullying”, “Berteman dan Bahaya Perundungan” dan “A Silent Voice”. Penggunaan dongeng tersebut terbukti efektif dapat menurunkan perundungan pada siswa SD.

Walaupun psikoedukasi empati melalui dongeng belum terbukti signifikan dalam menurunkan perundungan, namun psikoedukasi ini membantu meningkatkan kemampuan berempati siswa. Hal ini terungkap dalam diskusi dengan siswa pasca perlakuan. Sebagai contoh pada pertemuan ketiga yaitu dongeng Bawang Merah dan Bawang Putih, siswa diminta untuk mengungkapkan perasaannya apabila menjadi tokoh yang ada di dalam dongeng. Siswa mengatakan bahwa mereka akan merasa sedih dan tertekan apabila menjadi Bawang Putih karena diperlakukan dengan tidak baik oleh kakak tiri dan ibu tirinya. Sesi ini terbukti dapat melatih siswa untuk merasakan perasaan orang lain. Lembar kerja “Bagaimana Perasaanku?” membantu siswa untuk mengenali beberapa jenis emosi melalui ekspresi wajah. Sedangkan lembar kerja “SMILE” melatih siswa untuk mengidentifikasi perasaan tokoh di dalam dongeng

melalui emoji yang disediakan. Kedua lembar kerja ini melatih siswa untuk secara spontan melihat dan memahami sudut pandang orang lain. Selain itu, dongeng - dongeng yang disampaikan juga memiliki berbagai pesan moral yang dapat menambah wawasan bagi siswa. Untuk memastikan bahwa semua siswa mengerjakan lembar kerja dengan baik dan benar, peneliti melakukan pengawasan terhadap masing - masing siswa. Apabila terdapat siswa yang meniru jawaban siswa lain, peneliti akan langsung meminta siswa tersebut untuk mengulang pekerjaannya. Dengan ini setiap siswa akan mengerjakan lembar kerja dengan sungguh - sungguh dan tidak normatif.

Terdapat alternatif lain yang lebih efektif untuk menurunkan perundungan, seperti pada penelitian oleh Primadiaty, et al., (2023) yang menggunakan *Handbook "Be a Buddy not a Bully"*. Penggunaan *handbook* ini melibatkan peran orang tua sebagai *role model* dalam mengajarkan perilaku berempati. Penggunaan *handbook* tersebut terbukti efektif dalam menurunkan perundungan pada anak karena anak cenderung akan mengadaptasi perilaku yang sering dilihat, dirasakan, dan didengar dari lingkungan sekitar, terutama lingkungan keluarga (Nurfazrina, et al., 2020). Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian oleh Arinata, et al., (2017) juga menggunakan teknik *modelling* melalui bimbingan kelompok untuk menurunkan perundungan pada siswa SD. Hasilnya adalah teknik *modelling* efektif dalam menurunkan perundungan karena berhasil menggantikan perilaku negatif menjadi perilaku yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari.

Bandura (2023) mengungkapkan bahwa seseorang juga belajar dari hasil mengamati atau meniru perilaku orang lain (*modelling*), bukan hanya dari pengalaman saja. Melalui *modelling*, individu akan secara kognitif mengadopsi tingkah laku orang lain untuk kemudian diterapkan kepada dirinya sendiri (Swandari & Mumpuniarti, 2019). Proses belajar ini disebut juga dengan *observational learning*. *Observational learning* menunjukkan bahwa proses belajar seseorang akan banyak melibatkan pengamatan dan peniruan terhadap lingkungan di sekitarnya. Teknik ini cocok diterapkan pada anak yang masih membutuhkan dominasi dari orang dewasa, suka meniru perilaku orang lain, dan menyukai penghargaan. Oleh karena itu, teknik ini sering digunakan di lingkungan sekolah atau lingkungan keluarga, yang mana orang tua dan guru memiliki peran ganda, yaitu sebagai *role model* sekaligus pembimbing belajar bagi anak. Perpaduan antara teknik *observational learning*, perhatian, contoh yang konkret, serta penghargaan dapat membentuk perilaku positif yang diharapkan pada anak (Swandari & Mumpuniarti, 2019).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, seperti jadwal psikoedukasi yang berubah-ubah karena bertabrakan dengan agenda sekolah yang menyebabkan psikoedukasi tidak dapat dilaksanakan dalam tiga hari berturut-turut. Kemudian kurang kondusifnya suasana kelas selama pelaksanaan psikoedukasi karena keterbatasan sarana dan prasarana, siswa yang tidak fokus mengikuti psikoedukasi, serta jumlah siswa yang terlalu banyak. Selain itu, pemilihan dongeng

tidak disesuaikan dengan nilai – nilai perundungan dan durasinya yang terlalu singkat. Penelitian ini juga tidak memiliki kelompok kontrol sehingga hasil perlakuan menjadi kurang akurat karena dapat dipengaruhi oleh faktor diluar eksperimen serta pemilihan subjek yang tidak secara acak menyebabkan hasil penelitian tidak dapat digeneralisasi.

Walaupun demikian, psikoedukasi empati melalui dongeng tetap dapat menjadi alternatif dalam upaya menurunkan perundungan pada siswa. Akan tetapi, dapat perlu dilakukan *follow-up* kepada partisipan setelah pelaksanaan penelitian.

## Simpulan

Psikoedukasi empati melalui dongeng dapat menurunkan perundungan pada siswa di SD Inklusi, namun tidak signifikan.

## Implikasi

Meskipun hasilnya tidak signifikan, namun penggunaan psikoedukasi empati melalui dongeng tetap dapat dimanfaatkan untuk mengatasi perundungan. Namun bagi pengembangan penelitian selanjutnya, peneliti dapat mengeksplorasi pemilihan dongeng yang memuat edukasi mengenai perundungan. Selain itu perlu menambah durasi pelaksanaan, dan menggunakan kelompok kontrol, serta mempertimbangkan jumlah subjek agar pelaksanaan penelitian menjadi lebih kondusif.

## Daftar Pustaka

- Andayani, T.R. (2012). Studi meta-analisis: Empati dan bullying. *Buletin Psikologi*, 20(1– 2), 35–51.
- Ahyar, H., Andriani, H., Sukmana, D. J., Hardani, S. P., & Istiqomah, R. R. (2020). *Buku metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Pustaka Ilmu.
- Arinata, F. S., Sugiyo, S., & Purwanto, E. (2017). Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling dan Pengukuhan Positif untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa SD. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 154-158.
- Arisandy, D., & Oktriani, H. (2024). Metode Storytelling Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Siswa Kelas 4 SDN 11 Pemulutan. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 249–252.
- Bandura, A. (2023). *Teori Kognitif Sosial: Perspektif agen terhadap sifat manusia*. Wiley & Sons.
- Baron, R. A., & Bryne, D. (2005). *Psikologi Sosial Jilid 2 (Penerjemah: Djuwita, R. dkk)*. Erlangga.
- Dawson, P., & Guare, R. (2018). *Executive Skills in Children and Adolescents: A Practical Guide to Assessment and Intervention (3rd ed.)*. Guilford Press.
- Fatimatuzzahro, A., Suseno, M. N., & Irwanto. (2018). Efektivitas terapi empati untuk menurunkan perilaku bullying pada anak usia sekolah dasar. *PETIK: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi dan Komunikasi*, 3 (2): 1-12.
- Izzah, L., Sukarti, S., & Gusniarti, U. (2019). Pelatihan empati untuk menurunkan perilaku bullying pada pelaku bullying di sekolah dasar. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 11(2), 79-90.
- Karyanti, M. P., & Aminudin, S. P. (2019). *Cyberbullying & Body Shaming*. K-Media.
- KPAI. (2020, Februari 10). Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020, Begini Kata Komisioner KPAI. <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus->

bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai

- Mariskha, S. E., & Umaroh, S. K. (2019). Bermain peran untuk meningkatkan empati pada anak usia sekolah dasar sd "x" di samarinda (experiential method). *Motiva: Jurnal Psikologi*, 1(1), 1-9.
- Nathania, Milka. (2017). *Pelatihan Warna, Angka, dan Huruf untuk Meningkatkan Selective Attention pada Anak yang Kesulitan Memusatkan Perhatian di Sekolah Dasar "X" Kota Bandung*. (Master's Thesis, Universitas Kristen Maranatha). Maranatha Repository System <http://repository.maranatha.edu/id/eprint/23399>
- Nurfazrina, S. A., Muslihin, H. Y., & Sumardi, S. (2020). Analisis Kemampuan Empati Anak Usia 5-6 tahun (Literature Review). *Jurnal PAUD Agapedia*, 4 (2): 285-299.
- Özkan, Y., & Gökçearslan-Çiftçi, E. (2009). The effect of empathy level on peer bullying in schools. *Humanity & Social Sciences Journal*, 4(1), 31-38.
- Perempuan, K. P. (2015). *Strategi nasional penghapusan kekerasan terhadap anak 2016-2020*. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.
- Pratiwi, I., Herlina, H., & Utami, G. T. (2021). Gambaran Perilaku Bullying Verbal Pada Siswa Sekolah Dasar: Literature Review. *JKEP*, 6 (1), 51-68.
- Primadiaty, D. P., Sofiana, F., Khansarisky, B., & Ediati, A. (2023). Psikoedukasi Empati "Tepa Selira" Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Bullying Pada Anak Sejak Early Childhood. *Inisiasi*, 79-86.
- Rahayu, B. A., & Permana, I. (2019). Bullying di sekolah: Kurangnya empati pelaku bullying dan pencegahan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3).
- Rahmi, M. A. (2014). *Efektivitas Dongeng untuk Meningkatkan Empati pada Siswa- Siswi Kelas IV dan V di SD Negeri Baturono Surakarta*. (Skripsi Sarjana, Universitas Sebelas Maret)
- Rachmawati, A. T., Noviekayati, I. G. A. A., & Saragih, S. (2020). Efektivitas pelatihan empati terhadap penurunan perilaku bullying ditinjau dari tingkatan kelas. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 14(2), 132-141.
- Sejiwa. (2008). *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan*. PT. Grasindo
- Setiana, L. N., Chamalah, E., Azizah, A., & Oktarina, P. W. (2019). Pembudayaan Mendongeng Islami Berbantu Media Boneka Jari Pada Masyarakat (Pokdawis) Desa. *Senadimas UNISRI*, 214-217.
- Sinaga, D. (2014). *Buku Ajar Statistika Dasar*. UKI PRESS.
- Swandari, D.N. & Mumpuniarti. (2019). *Pengembangan Buku Pegangan Tata Krama Anak Autis Berbasis Teori Pembelajaran Observasional Bagi Orang Tua*. (Master's Thesis, Universitas Negeri Yogyakarta). Lumbung Pustaka Universitas Negeri Yogyakarta <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/66349>
- Zahro, I. F. 2019. Pengaruh pelatihan empati melalui kartu ekspresi emosi terhadap perilaku menolong dan perilaku agresif pada anak prasekolah. *JCE (Journal of Childhood Education)*, 1(1): 1-13.