

## MODEL HABITUASI SIKAP ANTI BULLYING BAGI SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PERMAINAN MENYENANGKAN

### ANTI-BULLYING ATTITUDE HABITUATION MODEL FOR ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS THROUGH FUN GAMES

Sudirman<sup>1</sup>, Rusdianto Umar, M. Mujtaba Habibi

<sup>1</sup>Corresponding author, Surel: [sudirman.fis@um.ac.id](mailto:sudirman.fis@um.ac.id)

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, 65141, Indonesia

Diterima: 22-09-2022, dipublikasikan 30-10-2022

#### Abstract

This article discusses the habituation model of anti-bullying attitudes for elementary school students. Habituation of anti-bullying attitudes must be carried out because the practice of bullying still occurs in schools so there must be a model that can be used to prevent bullying in schools. The purpose of applying this habituation model is to reduce bullying behavior in students, through instilling anti-bullying values in each student, it is hoped that bullying cases at the education level will not appear again. The method used in the application of the habituation model of anti-bullying attitudes is the preparation of a game/game model and the application/habituation of learning methods and anti-bullying games/games in schools. The results of the preparation and application of the habituation model resulted in an anti-bullying game with the instilled values of cooperation/collaboration, respect for differences, empathy, and sharing. The stages of implementing anti-bullying games are opening, welcoming, motivational, games (explanation, practice, distribution of prizes), reflection, and closing.

**Keywords:** model; habituation; anti bullying; games; schools; base

#### Abstrak

Artikel ini membahas tentang model habituasi sikap anti *bullying* bagi siswa sekolah dasar. Habituasi sikap anti *bullying* harus dilakukan karena praktek *bullying* masih terjadi di sekolah sehingga harus ada model yang dapat digunakan untuk mencegah terjadinya *bullying* di sekolah. Tujuan penerapan model habituasi ini adalah menurunkan perilaku perundungan (*bullying*) pada siswa, melalui penanaman nilai anti *bullying* dalam setiap diri masing-masing siswa, diharapkan kasus *bullying* di jenjang pendidikan tidak akan muncul lagi. Metode yang digunakan dalam penerapan model habituasi sikap anti *bullying* adalah penyusunan model permainan/game dan penerapan/habituasi metode pembelajaran dan permainan/game anti *bullying* di sekolah. Hasil penyusunan dan penerapan model habituasi dihasilkan sebuah permainan anti *bullying* dengan nilai yang ditanamkan adalah kerjasama/kolaborasi, menghargai perbedaan, empati, berbagi. Tahapan pelaksanaan penerapan game anti *bullying* adalah pembukaan, sambutan, motivasi, permainan (penjelasan, praktik, pembagian hadiah), refleksi, dan penutup.

**Kata kunci:** model; habituasi; anti *bullying*; permainan; sekolah; dasar

#### PENDAHULUAN

Salah satu komitmen kementerian Pendidikan dan kebudayaan untuk di sekolah adalah menghapus tindakan *bullying* (Kemendikbud, 2021). Tindakan *bullying* masih terjadi di sekolah dan korbannya mengalami kerugian secara fisik maupun psikis (Prasetyo, 2011). *Bullying* adalah tindakan mengintimidasi orang lain dengan menggunakan kekerasan, ancaman, serta paksaan

oleh pihak yang superior kepada pihak yang inferior, sehingga melahirkan ketidakseimbangan dalam kehidupan sosial baik secara fisik maupun psikis (Darmayanti, Kurniawati, & Situmorang, 2019). Tindakan *bullying* di Indonesia masih marak terjadi dan sudah tepat apabila Kemendikbud berkomitmen untuk menghapus praktik *bullying* di sekolah. Berdasarkan data dari LSM Plan International dan International Center for Research on Women (IRCW) diketahui bahwa 84% anak di Indonesia mengalami *bullying* di sekolah (Liputan6, 2015). Dikuatkan oleh data Unicef menyatakan 1 dari 3 anak perempuan serta 1 dari 4 anak laki-laki di Indonesia mengalami kekerasan (Liputan6, 2015). Sedangkan kurun waktu 2011 sampai 2019 Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) telah menerima laporan terjadinya *bullying* di dunia pendidikan sebanyak 37.381 (Kompas, 2021). Dibandingkan dengan negara lain, Indonesia menjadi negara tertinggi ke lima dari 78 negara sebagai negara dengan tingkat *bullying* di sekolah (Databoks, 2018). Melalui data ini jelas bahwa tindakan *bullying* harus mendapatkan perhatian khusus, terutama di sekolah. Sekolah harus menjadi garda terdepan sebagai institusi yang mencegah penyebaran tindakan *bullying*.

Perilaku *bullying* terjadi dalam kehidupan sosial. Artinya *bullying* terjadi dalam interaksi antar individu yang di dalamnya terdapat ketidakseimbangan. Dikarenakan terjadi sebagai proses sosial, *bullying* tertanam dalam melalui interaksi dan persinggungan dengan tindakan demikian, dilihat, ditiru, kemudian diikuti (Budiarti & Muhibbin, 2013). *Bullying* dalam kehidupan sosial harus dikontrol oleh masyarakat itu sendiri, apabila tidak, maka penyebarannya berlangsung cepat karena melalui proses imitasi (Alawiyah, 2018). Anak usia sekolah dasar akan menjadi pihak yang paling cepat terpengaruh tindakan *bullying* karena proses imitasi mereka paling cepat (Ulfah, Mahmudah, & Ambarwati, 2017). Apabila anak usia sekolah bersinggungan dengan tindakan *bullying* maka yang pada awalnya hanya melihat, mereka akan cenderung meniru dan mempraktekannya. Dengan demikian tindakan *bullying* dapat tertanam pada seseorang sejak usia dini, melalui proses imitasi di lingkungan rumah tangga, lingkungan bermain, serta di lingkungan sekolah. Oleh karena itu perlu adanya upaya yang maksimal dan kontrol sosial agar mencegah perilaku *bullying* tumbuh berkembang di rumah yang kemudian berlanjut ke sekolah (Adilla, 2009).

Selain terjadi melalui proses imitasi, tindakan *bullying* juga dapat terjadi akibat pengalaman yang dirasakan. Artinya tindakan *bullying* dapat muncul akibat tindakan *bullying* yang diterimanya dimasa lalu sehingga korban *bullying* akan cenderung untuk membalas dendam kepada orang lain yang lebih inferior dari dirinya (Magfirah & Rachmawati, 2010). Tindakan ini marak terjadi di lingkungan sekolah yang melibatkan senior dan junior. Senior melakukan *bullying* kepada juniornya, apabila si junior sudah menjadi senior dan memiliki junior, maka mereka akan cenderung untuk melakukan apa yang dialaminya dulu yaitu tindakan *bullying* yang dilakukan oleh seniornya (Darmawan, 2017). Tindakan demikian berlangsung secara turun menurun di sekolah seperti penyakit yang terus-menerus menular. Bahkan saking lamanya tindakan *bullying* ini terjadi, sampai terkesan menjadi budaya dan menjadi identitas. Apabila tidak melakukan *bullying* yang serupa, seakan bukan golongannya dan kehilangan identitas golongannya. Penyakit *bullying* seperti ini tidak hanya sebatas menimbulkan akibat fisik yang ringan, namun juga dapat berakibat fatal yang berujung kematian. Kematian akibat *bullying* ini sering terjadi di sekolah yang berkonsep kedinasan berasrama yang di dalamnya terdapat aspek senioritas sangat kental (Simbolon, 2012). Pembiaran sosial serta pembiaran oleh otoritas lembaga tempat terjadinya *bullying* akan menjadi justifikasi atau pembenaran akan tindakan yang dilakukan. Oleh karena itu, otoritas tempat terjadinya *bullying* terutama di sekolah harus benar-benar menutup ruang bagi tindakan *bullying* serta harus ada upaya untuk mencegah sehingga tidak terjadi.

Disamping dampak fisik, *bullying* juga akan menimbulkan dampak secara psikis. Aspek intimidasi dalam tindakan *bullying* akan membuat lingkungan menjadi tidak aman dan tidak nyaman, sehingga akan menghambat proses aktualisasi diri para korban *bullying* (Amnda *et al.*, 2020). Para korban *bullying* akan selalu merasa inferior, takut, rendah diri, sehingga akan merasa

terasing dari lingkungannya (Dewi, 2020). Keterasingan dari lingkungannya akan menghambat proses sosialisasi yang pada akhirnya akan melahirkan anak yang introvert, tidak mampu bergaul dengan sesamanya.

Dikaitkan dengan nilai Pancasila, *bullying* merupakan penyimpangan dari nilai kedua Pancasila yaitu kemanusiaan yang adil dan beradab. Tindakan *bullying*, meskipun dalam tataran kecil menjadi bibit ketidakpedulian kepada sesama. Ketidakpedulian kepada sesama yang tertanam sejak usia dini akan membekas hingga dewasa. Oleh karena itu pencegahan *bullying* sejak dini menjadi urgen untuk menutup peluang tumbuhnya sikap tidak peduli, menyakiti sesama, dan sikap intoleran. Sebaliknya, apabila *bullying* dapat dihentikan, terutama di lingkungan sekolah, maka yang tumbuh adalah sikap kerjasama, menghargai perbedaan, empati, dan sikap saling berbagi. Harus ada upaya di sekolah untuk melawan penyebaran tindakan *bullying* dengan habituasi atau menanamkan sikap kerjasama, menghargai perbedaan, empati, dan berbagi. Apabila sikap ini tertanam dan terhabituasi di sekolah, maka secara otomatis tindakan *bullying* tidak akan terjadi, dengan kata lain habituasi sikap tersebut menjadi sikap anti *bullying*.

Habituasi sikap anti *bullying* harus digalakkan di sekolah, termasuk di Kota Malang. Kota Malang merupakan kota yang sering disebut sebagai kota pendidikan, karena terdapat banyak sekolah dan perguruan tinggi. Akan tetapi, meskipun menyandang status sebagai kota Pendidikan, faktanya banyak kasus dan permasalahan sosial yang berkaitan dengan dunia pendidikan di Kota Malang, salah satunya ialah kasus *bullying* yang kerap terjadi di sekolah SD, SMP maupun SMA di Kota Malang. Semisal kasus yang terjadi di salah satu SMPN di Kota Malang, kasus *bullying* yang menimpa seorang siswa berinisial MS (13) di SMPN 16 Kota Malang. Para pelaku yang merupakan teman sekolah korban melakukan aksi kekerasan dengan cara mengangkat korban beramai-ramai kemudian melemparnya ke paving dengan posisi terlentang. Tak hanya itu, korban juga sempat dilempar ke pohon oleh para pelaku dengan cara yang sama. Meskipun para pelaku melakukan tindakan tersebut dilatarbelakangi dengan motif bercanda, namun tindakan tersebut jelas dapat melukai dan membahayakan korban *bullying* tersebut. Korban mengalami trauma berat karena *bullying* tersebut. Kasus tersebut sudah cukup membuktikan bahwa *bullying* adalah musuh kita bersama karena dapat menghancurkan masa depan generasi muda. Oleh karena itu dibutuhkan sebuah mekanisme yang dapat menghentikan tindakan *bullying* dikalangan siswa-siswi yang ada. Salah satunya melalui suatu habituasi sikap anti *bullying* kepada anak Sekolah Dasar. Sekolah dasar dipilih karena pada masa sekolah dasar, siswa mengalami masa internalisasi nilai-nilai, sehingga tepat apabila diberikan program habituasi. Lokasi penerapan model habituasi ini adalah Sekolah Dasar 3 Wringinnanom Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang melalui Permainan Menyenangkan.

Tujuan penerapan model habituasi ini adalah menurunkan perilaku perundungan (*bullying*) pada siswa, melalui penanaman nilai anti *bullying* dalam setiap diri masing-masing siswa, diharapkan kasus *bullying* di jenjang pendidikan tidak akan muncul lagi. Selain itu, untuk menumbuhkan rasa menghormati dan menghargai orang lain. Bagi sekolah kegiatan ini membantu sekolah mengetahui permasalahan perundungan (*bullying*) yang terjadi pada siswa.

## **METODE**

Metode pelaksanaan habituasi sikap anti *bullying* melalui permainan menyenangkan di sekolah dasar adalah sebagai berikut:

### **Penyusunan Model Permainan/Game**

Tahap awal adalah menyusun model permainan anti *bullying*. Mengingat objek dari habituasi ini adalah siswa Sekolah Dasar, maka model permainannya yang akan diberikan harus menyenangkan. Penyusunan model permainan anti *bullying* ini dilaksanakan melalui kegiatan workshop bertempat di Universitas Negeri Malang. Hasil dari workshop penyusunan model

permainan ini berupa selanjutnya dipalikasikan atau dipraktikkan di sekolah dasar. Model permainan yang dihasilkan ini juga dapat di praktikkan oleh guru di sekolah untuk seterusnya.

### **Penerapan/Habitiasi Metode Pembelajaran dan Permainan/Game Anti *Bullying* di Sekolah.**

Tahap kedua adalah penerapan model permainan/game anti *bullying* di sekolah. Pada tahap ini diawali dengan perijinan kepada Kepala Sekolah. Perijinan ini tidak hanya sekedar mengurus surat menyurat, tetapi juga memberikan penjelasan dan pemahaman bahwa *bullying* harus dicegah di sekolah serta perlunya kegiatan habitiasi sikap anti *bullying*. Apabila perijinan dan pemahaman dilakukan, tahap selanjutnya adalah penerapan metode dan permainan di sekolah/proses habitiasi.

Proses habitiasi dilakukan dengan melibatkan guru dan pembina ekstrakurikuler yang ada di sekolah. Tahap awal penerapannya hanya satu kali tiap sekolah. Selanjutnya guru dan pembina ekstrakurikuler yang melanjutkan proses habitiasi, yang kemudian dilakukan evaluasi dan perbaikan-perbaikan berdasarkan hasil habitiasi di sekolah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Konsep Anti *Bullying* di Sekolah**

*Bullying* adalah tindakan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang menyebabkan korban secara fisik maupun non fisik yang kecenderungan dilakukan secara agresif oleh pihak yang lebih superior kepada pihak yang inferior. Tindakan *bullying* tidak semuanya bermotif ingin menyakiti, namun juga bisa bermotif bercanda. Akan tetapi tindakan *bullying* terletak pada tindakannya, bukan motifnya. Tindakan agresif dan manipulatif yang dilakukan oleh pihak yang superior kepada pihak inferior yang menyebabkan kerugian secara fisik dan/atau non fisik, dapat dikategorikan sebagai tindakan *bullying*. Tindakan *bullying* kecenderungan terjadi dalam relasi inten, yaitu relasi yang terjadi setiap hari sehingga antara pelaku dan korban saling kenal. Antara pelaku dan korban mengenal satu sama lain, bahkan mengetahui kelemahan dan kelebihannya sehingga yang memiliki kelebihan cenderung akan menjadi pelaku dan yang memiliki kelemahan akan menjadi korban. Tempat kejadian *bullying* misal di lingkungan tempat tinggal antara teman sepermainan, serta dilingkungan sekolah.

Tindakan *bullying* dapat dikategorikan menjadi dua bentuk yaitu *bullying* fisik dan *bullying* non fisik. *Bullying* fisik berupa tamparan, pukulan, dorongan, tendangan, dan tindakan fisik lainnya (Rachmah, 2014). *Bullying* non fisik terdiri dari dua bentuk yaitu *bullying* verbal dan nonverbal. *Bullying* verbal dapat berupa ancaman, intimidasi, menakut-nakuti, penyebutan kekurangan fisik korban, penyebaran rahasia atau aib, serta perkataan-perkataan yang membuat takut, malu dan minder (Hertinjung, 2013; Sari, 2010). *Bullying* non verbal dapat berupa ekspresi wajah yang mengancam, serta Bahasa-bahasa tubuh yang mengandung makna ancaman. Berbeda dengan Sari, Trisnani dan Wardani (2016) mengkatagorikan *bullying* menjadi empat yaitu, pertama *bullying* fisik, yaitu *bullying* yang paling gampang diidentifikasi karena tampak secara kasat mata seperti pemukulan, tendangan, tamparan, tinju, bantingan dan tindakan fisik lainnya yang menimbulkan kerugian fisik. Kedua, *bullying* verbal, adalah tindakan *bullying* yang paling sering dilakukan karena mudah dilakukan dan sulit untuk diidentifikasi sehingga pelaku dan korban seringkali terbebas dari perhatian, yang berupa tindakan pemberian julukan nama, hinaan, ejekan, ejekan seksual, umpatan, tuduhan-tuduhan, bentakan, dan tindakan verbal lainnya yang mengandung unsur intimidasi. Ketiga, *bullying* relasional, adalah *bullying* yang paling sulit dideteksi yaitu tindakan *bullying* yang berupa pelemahan harga diri secara sistematis dengan cara pengabaian, pengucilan, penindasan, pengecualian, serta penyingkiran. Keempat, cyber *bullying*, yaitu tindakan *bullying* yang menggunakan media internet atau media social

berupa pesan yang berisi intimidasi yang dikirim secara terus-menerus sehingga membuat korban menjadi takut dan tertekan (Hertinjung, 2013).

Tindakan-tindakan *bullying* tersebut akan membuat pelaku menjadi lebih superior, tindakannya membuat orang takut akan menaikkan kepercayaan dirinya untuk melakukan lebih lagi, sehingga apabila tidak terkendali akan berujung pada tindakan kriminal. Bagi korban, tindakan *bullying* akan menghancurkan kepercayaan dirinya, merasa selalu terancam, merasa terasing dilingkungannya, sehingga akan menghambat aktualisasi dirinya, bahkan dalam tataran yang ekstrim akan memicu tindakan bunuh diri (Prasetyo, 2011). Tindakan *bullying* tersebut dapat terjadi dimana saja yang ada relasi tidak seimbang baik di lingkungan keluarga, tempat tinggal, lingkungan bermain, serta yang banyak terjadi justru di lingkungan sekolah. Lingkungan sekolah adalah lingkungan yang kompleks, menjadi tempat berkumpulnya anak dengan latar belakang yang berbeda. Relasi yang terjadi di sekolah adalah relasi yang intens terjadi yaitu setiap hari, sehingga relasi ini akan membuat setiap anak akan mengetahui kelebihan dan kekurangan di antara mereka. Apabila relasi antara anak yang superior dan inferior tidak dilandasi oleh nilai Kerjasama, saling pengertian, empati, dan berbagi, maka hubungan tersebut dapat berujung menjadi tindakan *bullying*.

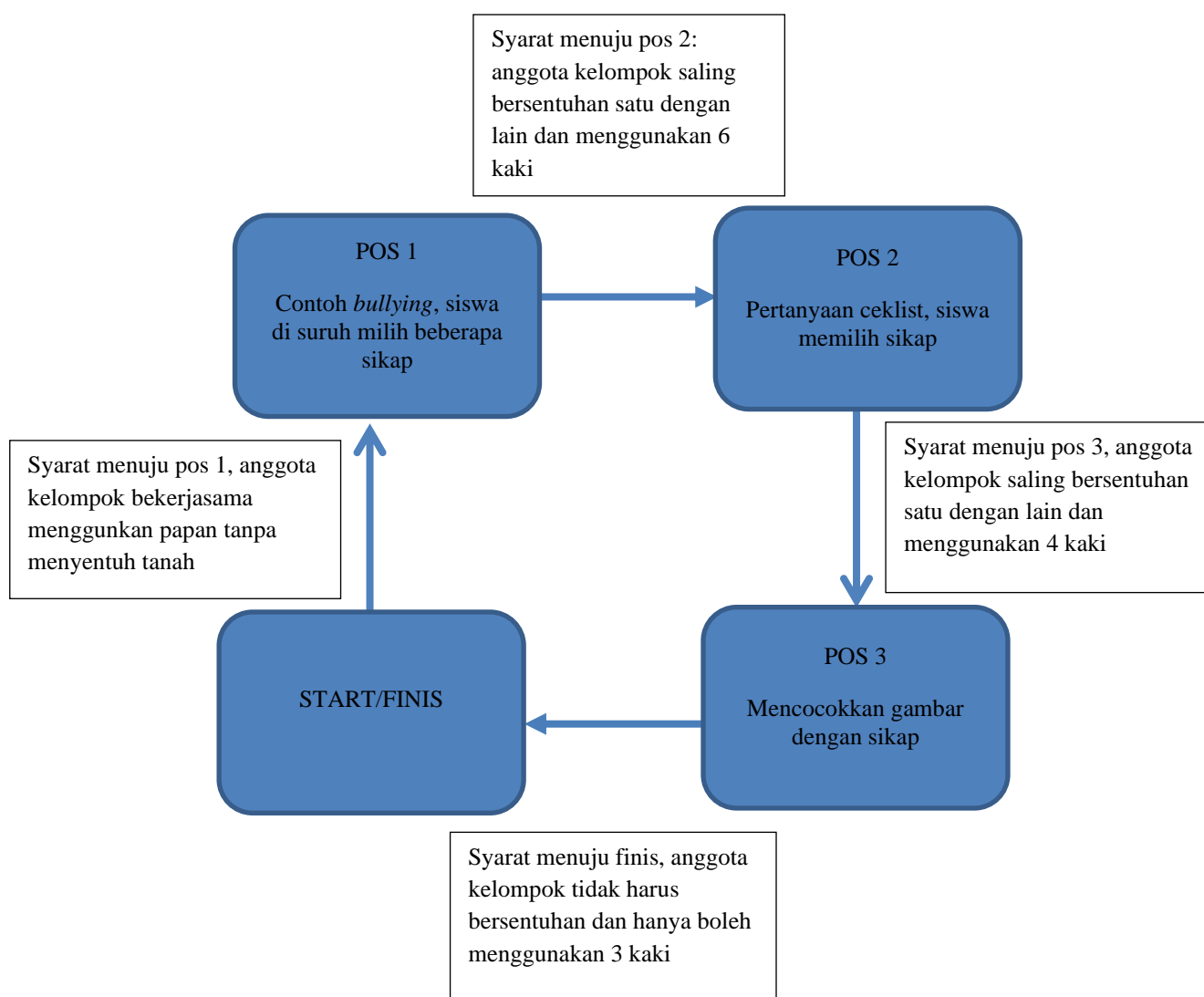
Oleh karena itu, supaya tidak terjadi lagi *bullying* di di sekolah, khususnya sekolah yang ada di Malang Raya, perlu adanya pembiasaan dan penanaman sikap anti *bullying* (Yandri, 2014), sehingga perilaku *bullying* tidak berkembang dan menyebar (Hidayati, 2012). Solusi yang ditawarkan adalah habituasi sikap anti *bullying* kepada anak Sekolah Dasar. Anak sekolah Dasar adalah masa dimana dapat dengan mudah menyerap penanaman nilai-nilai termasuk nilai dan sikap anti *bullying*. Sekolah Dasar juga merupakan sekolah tahap pertama, sehingga perlu ada habituasi di tahap sekolah pertama ini, supaya siswa tidak melakukan *bullying* pada tahap sekolah selanjutnya yaitu di Sekolah Menengah Pertama, dan Sekolah Menengah Atas, serta ketika siswa sudah ada di perguruan tinggi dan hidup dalam masyarakat.

Dikarenakan sasaran dari habituasi ini adalah anak Sekolah Dasar, maka metode yang digunakan dalam penanaman nilai dan sikap anti *bullying* harus mengikuti perkembangan anak usia Sekolah Dasar. Habituasi yang akan diberikan menggunakan pendekatan pembelajaran menyenangkan dan pendekatan permainan, sehingga siswa merasa senang mengikutinya dan tidak merasa bosan. Secara lebih mendetail program habituasi sikap anti *bullying* dalam ini dijabarkan dalam bahasan metode pelaksanaan. Lokasi ini di Sekolah Dasar Wringinanom 3 Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang.

### **Penyusunan Permainan (Game) Anti *Bullying***

Penyusunan permainan/game anti *bullying* harus mengandung unsur pembelajaran. Permainan/game ini dipraktikkan ketika siswa berada di luar pembelajaran yaitu ketika siswa mengikuti jam ekstrakurikuler. Di jam ekstrakurikuler siswa dapat bermain permainan ini, yang sifatnya menyenangkan. Jadi ketika siswa ikut kegiatan ekstrakurikuler, pembina ekstrakurikuler dapat mengaplikasikan permainan ini.

Kegiatan penyusunan permainan/game ini menghasilkan permainan game anti *bullying* yang akan diterapkan di sekolah disajikan pada Gambar 1.




**Gambar 1. Model Permainan Anti *Bullying***

Aturan permainan adalah sebagai berikut: 1) permainan diperlombakan antara 2 kelompok, 2) tiap kelompok terdiri dari 4 anggota, 3) permainan dimulai dari start menuju pos 1, untuk menuju pos 1 harus melewati syarat yang ditentukan, sampai di pos 1 harus menjawab beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan *bullying*, apabila selesai menjawab dan benar jawabannya boleh melanjutkan ke pos selanjutnya dengan syarat perjalanan yang ditentukan. Demikian selanjutnya sampai menyentuh garis finis. 4) Pemenang yang menyentuh finis terlebih dahulu, 5) pemenang diberikan hadiah yang jumlahnya tidak genap 4, sehingga harus di bagi merata ke semua anggota. Catatan khusus: syarat permainan dan pertanyaan di setiap pos dapat dirubah dan dikembangkan dan disesuaikan dengan kondisi sekolah masing-masing.

Nilai yang ditanamkan dalam permainan anti *bullying* adalah sebagai berikut: 1) kerjasama/kolaborasi. Kerjasama ditanamkan karena menjadi faktor terpenting dalam mengatasi adanya *bullying* di sekolah. Adanya *bullying* seringkali disebabkan tidak adanya kerjasama antar siswa, sehingga siswa yang memiliki kelemahan cenderung akan menjadi objek *bullying* oleh siswa yang memiliki kelebihan tertentu. Apabila terdapat kerjasama, maka antar siswa baik yang kuat atau yang lemah akan bekerjasama untuk mencapai tujuan bersama. Di dalam permainan ini mengedepankan kerjasama, karena apabila tidak bekerjasama tidak akan bisa memainkan

dan memenangkan permainan ini. Apabila permainan ini sering dilaksanakan maka sering pula kerjasama dilakukan oleh siswa, sehingga nilai kerjasama tertanam pada diri siswa. 2) Menghargai perbedaan. Nilai kedua yang ditanamkan adalah menghargai perbedaan. *Bullying* terjadi apabila siswa tidak mampu menghargai perbedaan yang ada di sekolah. Apabila siswa melihat perbedaan darinya yang cenderung lebih superior maka siswa kecenderungan akan membuli siswa yang inferior darinya. Oleh karena itu melalui permainan ini ditanamkan nilai menghargai perbedaan karena setiap siswa harus mampu menganalisis kemampuan dan kelemahan anggota kelompoknya masing-masing, untuk berbagi tugas sehingga tantangan permainan bisa dilalui dengan baik. Misal, siswa yang memiliki fisik kuat harus menggendong siswa yang memiliki fisik lemah, abaila sebaliknya maka kelompok itu akan kalah. 3) Empati. Nilai empati adalah nilai yang juga ditanamkan dalam permainan ini. Empati adalah perasaan peduli dengan penderitaan atau kelemahan orang lain. Melalui permainan ini setiap siswa akan berbagi peran satu dengan lainnya, dan peran setiap siswa tidak sama, ada yang berat ada yang ringan, sehingga siswa akan berbagi peran secara bergantian, kadang siswa yang satu mendapat peran berat, di babak selanjutnya bisa berganti siswa lainnya yang mendapat beban berat sehingga ada nilai empati antar kelompok. 4) Berbagi. Nilai terakhir yang ditanamkan dalam permainan ini adalah berbagi. *Bullying* di sekolah cenderung terjadi apabila siswa satu dengan siswa lainnya tidak mau berbagi sehingga melahirkan *bullying*. Melalui permainan ini ditanamkan nilai berbagi melalui kerjasama, berbagi peran, serta hadiah yang diberikan tidak berjumlah genap sesuai dengan jumlah anggota kelompok, namun berjumlah ganjil sehingga siswa harus berbagi satu dengan lainnya.

Contoh pertanyaan yang ditanyakan di setiap pos ditunjukkan pada Gambar 2.

	Sumber: <a href="https://pendidikberpena.wordpress.com/2013/01/11/adre-si-penguasa-kelas/">https://pendidikberpena.wordpress.com/2013/01/11/adre-si-penguasa-kelas/</a>		
<b>Apabila ada temanmu yang berbuat seperti di gambar, apa yang akan kalian lakukan? (Pilihlah 3 pernyataan di bawah ini)</b>			
	Membantu teman saya yang bertengkar		Menonton perkelahian itu karena seru
	Melerainya supaya berhenti		Tidak ikut-ikutan bertengkar
	Pura pura tidak tahu dan lari dari tempat itu		Tidak meniru perbuatan itu
	Melaporkannya kepada guru		Memfotonya dan dan memvideokannya

**Gambar 2. Contoh Pertanyaan di Setiap Pos**

## Penerapan/habituasi Permainan/Game Anti *Bullying* di Sekolah

Tahap selanjutnya adalah penerapan permainan/game yang mengandung pembelajaran anti *bullying* di sekolah. Proses habituasi dilakukan dengan melibatkan guru dan pembina ekstrakurikuler yang ada di sekolah. Tahapan pelaksanaan penerapan game anti *bullying* adalah sebagai berikut: 1) pembukaan dilaksanakan oleh MC. Pembukaan dilaksanakan seperti kegiatan pada umumnya yaitu salam dan pembacaan susunan acara. Acara pembukaan dapat disesuaikan dengan kondisi anak sekolah dasar yaitu harus menyenangkan dan ada unsur interaktifnya sehingga tidak terkesan seperti acara formal. 2) Sambutan adalah acara formal yang disampaikan oleh kepala sekolah dan ketua pelaksana. Melalui sambutan ini akan dijelaskan maksud adanya permainan anti *bullying* kepada siswa sekolah dasar. 3) Motivasi. Sebelum siswa melaksanakan permainan terlebih dahulu diberikan motivasi. Motivasi diberikan kepada siswa untuk tidak melakukan *bullying* di sekolah. Hal ini penting disampaikan di awal sebelum memulai permainan untuk memberikan wawasan awal kepada siswa dan juga mengkondisikan siswa untuk siap bermain permainan anti *bullying*. 4) Permainan (penjelasan, praktik, pembagian hadiah). Pada tahap ini siswa memulai permainan game anti *bullying*. Siswa dibagi menjadi 8 kelompok. Satu kali permainan mempertandingkan dua kelompok dan kelompok yang menang akan maju ke babak semifinal, hingga final dan memenangkan permainan. 5) Refleksi. Setelah permainan selesai dilakukan refleksi yaitu pertanyaan-pertanyaan kepada siswa untuk mengetahui nilai apa saja yang diperoleh oleh siswa. Dari nilai-nilai yang disampaikan oleh siswa kemudian diselaraskan dengan nilai yang ditanamkan dalam permainan tersebut yaitu Kerjasama, menghargai perbedaan, empati, dan berbagi. Disamping itu siswa diajak dan dimotivasi kembali untuk selalu bekerjasama dengan siapapun, menghargai perbedaan yang ada di sekolah, berempati pada orang yang lemah dan berkesusahan, serta berbagi dengan orang lain. 6) Penutup. Tahap terakhir adalah penutup oleh MC yang ditutup dengan pembacaan hamdalah.

Permainan ini dapat dilakukan oleh semua anak SD mulai dari siswa kelas 1 sampai siswa kelas 6. Permainan ini kurang tepat apabila diterapkan di luar siswa sekolah dasar. Apabila diterapkan pada siswa SMP atau SMA, permainan ini kurang cocok karena akan terkesan membosankan bagi siswa SMP, demikian juga apabila diterapkan pada siswa TK juga kurang tepat karena perlu ketangkasan untuk memainkannya. Kelebihan permainan ini bersifat fleksibel, guru yang menerapkannya dapat berinovasi dengan langkah dan bentuk kerjasama yang beragam dan juga pertanyaan di setiap pos yang dapat dikreasikan dengan beragam pertanyaan.

## KESIMPULAN

Permainan anti *bullying* dilakukan dengan ketentuan: 1) permainan diperlombakan antara 2 kelompok; 2) tiap kelompok terdiri dari 4 anggota; 3) permainan dimulai dari start menuju pos 1, untuk menuju pos 1 harus melewati syarat yang ditentukan, sampai di pos 1 harus menjawab beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan *bullying*, apabila selesai menjawab dan benar jawabannya boleh melanjutkan ke pos selanjutnya dengan syarat perjalanan yang ditentukan. Demikian selanjutnya sampai menyentuh garis finis; 4) pemenang yang menyentuh finis terlebih dahulu; 5) pemenang diberikan hadiah yang jumlahnya tidak genap empat, sehingga harus dibagi merata ke semua anggota. Syarat permainan dan pertanyaan di setiap pos dapat dirubah dan dikembangkan dan disesuaikan dengan kondisi sekolah masing-masing. Nilai yang ditanamkan dalam permainan anti *bullying* adalah kerjasama/kolaborasi, menghargai perbedaan, empati, berbagi. Tahapan pelaksanaan penerapan game anti *bullying* adalah pembukaan, sambutan, motivasi, permainan (penjelasan, praktik, pembagian hadiah), refleksi, dan penutup. Permainan ini bersifat fleksibel, namun permainan ini hanya khusus untuk siswa sekolah dasar saja, sedangkan permainan untuk pra sekolah dan sekolah menengah, serta sekolah menengah atas belum ada model permainan anti *bullying*. Oleh karena itu, perlu ada inovasi permainan anti

*bullying* untuk semua tingkatan sekolah, karena tindakan *bullying* dapat terjadi disemua tingkatan sekolah tidak hanya di tingkat sekolah dasar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adilla, N. (2009). Pengaruh kontrol sosial terhadap perilaku bullying pelajar di sekolah menengah pertama. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 5(1), 56–66.
- Alawiyah, M. A. (2018). Peran guru dan lingkungan sosial terhadap tindakan bullying siswa sekolah dasar. *Joyful Learning Journal*, 7(2), 78–86.
- Amnda, V., Wulandari, S., Wulandari, S., Syah, S. N., Restari, Y. A., Atikah, S., ... Arifin, Z. (2020). Bentuk dan dampak perilaku bullying terhadap peserta didik. *Jurnal Kepemimpinan dan Pengurusan Sekolah*, 5(1), 19–32.
- Budiarti, S., & Muhibbin, A. (2013). *Peran guru Pendidikan Kewarganegaraan dalam mencegah terjadinya bullying pada siswa (studi kasus di SMK Muhammadiyah 1 Surakarta Tahun 2013)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Darmawan, D. (2017). Bullying phenomena in school setting. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 1(2), 253–262.
- Darmayanti, K. K. H., Kurniawati, F., & Situmorang, D. D. B. (2019). Bullying di sekolah: Pengertian, dampak, pembagian dan cara menanggulangnya. *PEDAGOGIA*, 17(1), 55–66.
- Databoks. (2018). *PISA: Murid korban 'bully' di Indonesia tertinggi kelima di dunia*. Retrieved from Databoks.katadata.co.id website: <https://databoks.katadata.co.id/datapublishembed/-113940/pisa-murid-korban-bully-di-indonesia-tertinggi-kelima-di-dunia>
- Dewi, P. Y. A. (2020). Perilaku school bullying pada siswa sekolah dasar. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 39–48.
- Hertinjung, W. S. (2013). Bentuk-bentuk perilaku bullying di sekolah dasar. *Prosiding Seminar Nasional Parenting 2013*, 450–458. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hidayati, N. (2012). Bullying pada anak: Analisis dan alternatif solusi. *Jurnal Insan*, 14(1), 41–48.
- Kemendikbud. (2021). *Bersama kita hentikan perundungan*. Retrieved from Pusat Penguatan Karakter website: <https://cerdasberkarakter.kemdikbud.go.id/merdekadariperundungan/>
- Kompas. (2021). *41 Persen murid Indonesia alami 'bully', siswa SMA buat aplikasi atasi trauma*. Retrieved from kompas.com website: <https://www.kompas.com/edu/read/2021/03/20/-084259871/41-persen-murid-indonesia-alami-bully-siswa-sma-buat-aplikasi-atasi-trauma>
- Liputan6. (2015). *Survei ICRW: 84% anak Indonesia alami kekerasan di sekolah*. Retrieved from Liputan6.com website: <https://www.liputan6.com/news/read/2191106/survei-icrw-84-anak-indonesia-alami-kekerasan-di-sekolah>
- Magfirah, U., & Rachmawati, M. A. (2010). Hubungan antara iklim sekolah dengan kecenderungan perilaku bullying. *Jurnal Universitas Islam Indonesia*, 1–10.
- Prasetyo, A. B. E. (2011). Bullying di sekolah dan dampaknya bagi masa depan anak. *El-Tarbawi*, 4(1), 19–26.
- Rachmah, D. N. (2014). Empati pada pelaku bullying. *Jurnal Ecopsy*, 1(2), 51–58.
- Sari, P. (2010). Coping stress pada remaja korban bullying di Sekolah "X". *Jurnal Psikologi*, 8(2), 75–81.
- Simbolon, M. (2012). Perilaku bullying pada mahasiswa berasrama. *Jurnal Psikologi*, 39(2), 233–243.
- Trisnani, R. P., & Wardani, S. Y. (2016). Perilaku bullying di sekolah. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 1–10.
- Ulfah, W. V., Mahmudah, S., & Ambarwati, R. M. (2017). Fenomena school bullying yang tak berujung. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(2), 93–100.
- Yandri, H. (2014). Peran guru bk/konselor dalam pencegahan tindakan bullying di sekolah. *Jurnal Pelangi*, 7(1), 97–107.