



## Penguatan Konsep Diri dan Pelatihan Konseling Dasar Sebagai Pencegahan Bullying di MI Maarif NU 1 Gunung Lurah

Fakih Hamdani<sup>1\*</sup>, Galih Yoga Santiko<sup>2</sup>, Ahmad Fauzi<sup>3</sup>, Nur Chamidah<sup>4</sup>, Kuni Safingah<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Universitas Jenderal Soedirman, Indoensia

E-mail:\* [fakih.hamdani@unsoed.ac.id](mailto:fakih.hamdani@unsoed.ac.id)

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v7i1.2767>

---

### Info Artikel:

Diterima :  
2025-10-02

Diperbaiki :  
2025-12-14

Disetujui :  
2025-12-14

**Kata Kunci:** Bullying, Analisis Diri, , Konseling Dasar, PAR

**Abstrak:** Isu bullying di lingkungan sekolah dasar menjadi perhatian serius karena berdampak pada perkembangan sosial-emosional siswa. Fokus pengabdian ini adalah pencegahan bullying melalui peningkatan kesadaran diri siswa dan keterampilan komunikasi empati guru. Tujuan pengabdian adalah membangun ekosistem sekolah yang sehat, aman, dan mendukung pembentukan karakter. Kegiatan dilaksanakan di MI Ma'arif NU 1 Gunung Lurah dengan menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang melibatkan komunitas sekolah secara aktif. Strategi pengabdian meliputi sosialisasi, pelatihan analisis diri bagi siswa, pelatihan konseling dasar bagi guru, serta pendampingan berjenjang. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa mampu mengenali diri, mengekspresikan emosi, dan berkomitmen menolak bullying, sedangkan guru mampu menerapkan komunikasi empati dan menyusun modul konseling sederhana. Dampak pengabdian terlihat pada terciptanya budaya reflektif di kelas melalui pojok refleksi, serta meningkatnya keterbukaan interaksi antara guru dan siswa.

*Abstract: Bullying in elementary schools has become a serious issue as it affects students' social and emotional development. This community service focused on bullying prevention by enhancing students' self-awareness and teachers' empathetic communication skills. The objective was to build a healthy, safe school ecosystem that supports character development. The program was implemented at MI Ma'arif NU 1 Gunung Lurah*

**Keywords: Bullying, Self-Analysis, Basic Counseling, PAR**

---

*using the Participatory Action Research (PAR) approach, involving the school community actively. The strategy included socialization, self-analysis training for students, basic counseling training for teachers, and structured mentoring. The results showed that students were able to recognize themselves, express emotions, and commit to rejecting bullying, while teachers successfully applied empathetic communication and developed simple counseling modules. The impact of this program was evident in the creation of a reflective culture in the classroom through reflection corners, as well as improved openness in interactions between teachers and students.*

## **Pendahuluan**

Bullying merupakan salah satu persoalan serius dalam dunia pendidikan yang mendapat perhatian khusus dari Kementerian Pendidikan, karena termasuk dalam tiga dosa besar pendidikan selain kekerasan seksual dan intoleransi. Bullying didefinisikan sebagai tindakan agresif yang dilakukan berulang kali, menunjukkan ketimpangan kekuasaan, serta bertujuan menyakiti baik secara fisik maupun psikologis (Puspitasari, P., 2024). . Anak usia sekolah dasar berada pada kelompok yang rentan terhadap perilaku ini, karena mereka sedang berada dalam tahap awal membangun interaksi sosial di luar keluarga (Muzzamil, 2021).

Data menunjukkan bahwa pada tahun 2016, WHO melaporkan sekitar 50% atau sekitar 1 miliar anak usia 2–17 tahun di seluruh dunia mengalami berbagai bentuk kekerasan, termasuk bullying. UNICEF (2015) juga mencatat bahwa 40% anak dan remaja mengalami kekerasan fisik, 26% mendapat hukuman fisik di rumah, dan 50% mengalami bullying di sekolah (Jannah & Satwika, 2021). Fakta ini menegaskan bahwa bullying bukan sekadar persoalan individu, melainkan fenomena sosial yang berdampak luas terhadap perkembangan psikologis dan karakter anak.

MI Ma'arif NU 1 Gunung Lurah dipilih sebagai mitra pengabdian karena beberapa alasan. Pertama, meskipun sekolah ini telah berupaya menanamkan pendidikan karakter melalui program disiplin, tanggung jawab, dan tahfidzul Qur'an (Sofriyana, 2018; Ima Rotul, 2022), namun belum tersedia program khusus yang fokus pada penguatan konsep diri siswa dan keterampilan guru dalam konseling dasar. Kedua, berdasarkan analisis situasi, sekolah menghadapi keterbatasan sumber daya, baik dalam hal fasilitas maupun tenaga pendidik yang terlatih untuk menangani isu bullying. Ketiga, kondisi geografis Desa Gunung Lurah yang relatif terpencil serta latar belakang sosial ekonomi masyarakat yang mayoritas bekerja di sektor pertanian

turut memengaruhi akses siswa terhadap pendidikan pendukung, khususnya dalam aspek kesehatan mental dan pencegahan bullying (Yum'na, 2022).

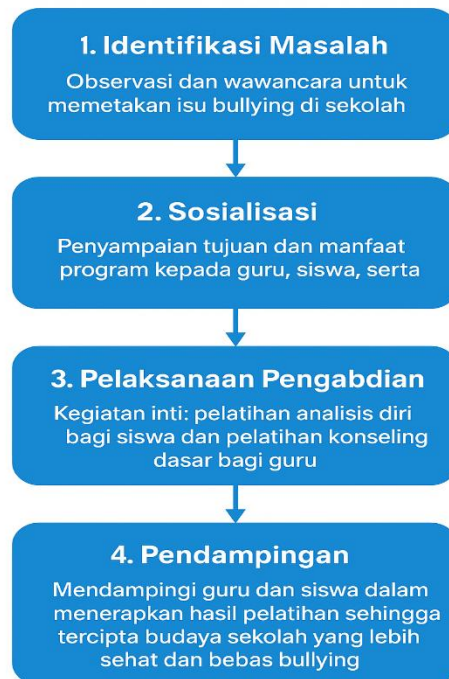
Isu yang diangkat dalam program pengabdian ini adalah pencegahan bullying melalui penguatan konsep diri siswa dan peningkatan kapasitas guru dalam konseling dasar. Fokus pengabdian diarahkan pada dua kelompok sasaran utama, yaitu siswa sekolah dasar yang perlu dibekali kemampuan refleksi diri agar lebih percaya diri dan mampu menolak bullying, serta guru yang memerlukan keterampilan konseling dasar untuk membimbing siswa dengan pendekatan komunikasi empati (Handayani, 2019).

Tujuan dari pengabdian ini adalah menghadirkan perubahan sosial di lingkungan sekolah, yakni terciptanya budaya belajar yang sehat, aman, dan bebas bullying. Perubahan ini diharapkan terwujud melalui peningkatan kesadaran diri siswa, peningkatan kapasitas guru dalam komunikasi empati, serta penguatan fasilitas sekolah melalui pojok refleksi yang menjadi media pembelajaran karakter (Zuafah, Wakhyudin, & Listyarini, 2023). Dengan pendekatan partisipatif, pengabdian ini tidak hanya menyelesaikan masalah sesaat, tetapi juga membangun fondasi keberlanjutan program pencegahan bullying di sekolah dasar

## **Metode**

Pendekatan yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah metode PAR (Penelitian Aksi Partisipatoris). Metode ini dipilih karena menekankan keterlibatan aktif komunitas dampingan, dalam hal ini guru dan siswa MI Ma'arif NU 1 Gunung Lurah, sejak tahap perencanaan hingga evaluasi. Melalui PAR, komunitas tidak hanya berperan sebagai penerima manfaat, tetapi juga sebagai subjek yang ikut menentukan langkah-langkah pemecahan masalah secara kolaboratif dan partisipatif (Afandi Agus, dkk., 2022).

Tahapan metode secara garis besar terdiri dari empat langkah utama. Pertama, identifikasi masalah, dilakukan melalui observasi dan wawancara untuk memetakan isu bullying di sekolah. Kedua, sosialisasi, yaitu penyampaian tujuan dan manfaat program kepada guru, siswa, serta orang tua. Ketiga, pelaksanaan pengabdian, berupa kegiatan inti seperti pelatihan analisis diri bagi siswa dan pelatihan konseling dasar bagi guru. Keempat, pendampingan, yaitu mendampingi guru dan siswa dalam menerapkan hasil pelatihan sehingga tercipta budaya sekolah yang lebih sehat dan bebas bullying.



*Gambar 1.* Alur PKM

## Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat di MI Ma'arif NU 1 Gunung Lurah dilakukan dalam tiga tahapan utama. Tahap pertama adalah sosialisasi yang dilaksanakan pada 12 Juli 2025. Kegiatan ini diikuti oleh kepala sekolah dan guru, dan perwakilan orang tua. Sosialisasi bertujuan memberikan pemahaman tentang urgensi pencegahan bullying sebagai salah satu isu besar pendidikan, sekaligus menjelaskan tujuan serta manfaat kegiatan yang akan dijalankan. Pada tahap ini, tim pengabdian juga memaparkan konsep pelatihan analisis diri untuk siswa serta pelatihan konseling dasar untuk guru. Sosialisasi berlangsung interaktif, di mana guru dan orang tua menyampaikan pandangan mereka tentang kondisi nyata di sekolah, khususnya terkait kasus-kasus kecil perundungan yang terjadi di lingkungan belajar.



*Gambar 2. Sosialisasi Pengabdian*

Tahap kedua adalah pelatihan yang dilaksanakan pada 17 Juli 2025. Pelatihan ini terbagi menjadi dua sesi. Sesi pertama ditujukan untuk siswa, dengan materi utama analisis diri menggunakan metode refleksi sederhana. Siswa diajak mengenali diri melalui SWOT pribadi, melakukan roleplay tentang peran pelaku, korban, dan penolong dalam kasus bullying, serta menuliskan afirmasi positif melalui positive self-talk wall.



*Gambar 3. Sesi Pelatihan Bagi Siswa*

Sesi kedua diperuntukkan bagi guru, dengan fokus pada peningkatan keterampilan konseling dasar. Materi yang diberikan meliputi teknik mendengarkan aktif, keterampilan konseling individual, serta penerapan komunikasi empati dalam menangani masalah siswa. Guru juga diajak untuk menyusun modul konseling sederhana yang dapat digunakan sebagai pedoman dalam kegiatan pendampingan di sekolah.



*Gambar 4. Sesi Pelatihan Guru*

Tahap ketiga adalah pendampingan yang dilaksanakan pada 18 Juli 2025. Pada tahap ini, tim pengabdian mendampingi guru dan siswa dalam mempraktikkan hasil pelatihan. Guru difasilitasi untuk mencoba menerapkan komunikasi empati ketika berinteraksi dengan siswa, misalnya dengan cara memberikan respon yang menenangkan dan menghindari bahasa yang menghakimi. Sementara itu, siswa diarahkan untuk menggunakan pojok refleksi kelas sebagai media ekspresi emosi, menuliskan refleksi diri secara singkat, dan menyampaikan komitmen untuk menjauhi bullying. Pendampingan ini memastikan bahwa hasil pelatihan tidak hanya berhenti pada teori, tetapi juga diterapkan langsung dalam kehidupan sekolah sehari-hari.



*Gambar 5. Pendampingan*

Pelatihan analisis diri mendorong siswa lebih berani mengekspresikan perasaan dan memahami emosi mereka. Beberapa siswa mampu membuat laporan SWOT pribadi yang sederhana, sementara yang lain menunjukkan komitmen untuk menolak bullying melalui pohon harapan dan deklarasi bersama. Hal ini memperlihatkan bahwa siswa mulai memiliki keterampilan reflektif dan keberanian sosial sebagaimana ditegaskan Muzzamil (2021) bahwa refleksi diri pada anak usia sekolah dasar berperan penting dalam perkembangan sosial-emosional.

Pelatihan konseling dasar menghasilkan peningkatan kapasitas guru, khususnya dalam komunikasi empati. Guru mulai membiasakan diri mendengarkan aktif, memberikan dukungan emosional, serta menggunakan bahasa yang menenangkan ketika siswa menghadapi masalah. Mereka juga mampu menyusun modul konseling sederhana sebagai pedoman tindak lanjut. Hasil ini selaras dengan Handayani (2019) yang menyatakan bahwa keterampilan konseling personal-sosial berbasis empati dapat memperkuat peran guru dalam menciptakan iklim kelas yang positif.

## **Kesimpulan**

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di MI Ma'arif NU 1 Gunung Lurah melalui pendekatan Participatory Action Research (PAR) berhasil memberikan dampak positif bagi guru maupun siswa. Sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan yang dilakukan secara berjenjang memperlihatkan peningkatan kapasitas kedua kelompok dampingan. Pada siswa, kegiatan analisis diri mendorong tumbuhnya kesadaran diri, keberanian mengekspresikan emosi, serta komitmen untuk menolak perilaku bullying. Pada guru, pelatihan konseling dasar menghasilkan kemampuan dalam menyusun modul sederhana dan meningkatkan keterampilan komunikasi empati, sehingga interaksi dengan siswa menjadi lebih suportif.

Pendampingan yang dilakukan setelah pelatihan memperkuat internalisasi hasil kegiatan, baik melalui penggunaan pojok refleksi siswa maupun penerapan komunikasi empati oleh guru. Dengan demikian, program pengabdian ini tidak hanya menghasilkan produk berupa media reflektif dan modul konseling, tetapi juga membangun ekosistem sekolah yang lebih sehat, aman, dan bebas bullying. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatoris mampu menjawab kebutuhan nyata sekolah serta memberi peluang bagi keberlanjutan program di masa mendatang.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Jenderal Soedirman yang telah memfasilitas pelaksanaan kegiatan pengabdian ini melalui Skema Penerapan IPTEKS Tahun 2025 dengan Nomor Kontrak 16.15/UN23.34/PM.01/V/2025. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak sekolah MI Ma'arif NU 1 Gunung Lurah, para guru, siswa, serta orang tua yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.

## Referensi

- Handayani, I. (2019). *Konsep bimbingan dan konseling pribadi-sosial dalam pengembangan positive mental attitude generasi Z*. NALAR: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam, 3(1), 51–63. <https://doi.org/10.23971/njppi.v3i1.1283>
- Ima Rotul, N. (2022). *Pembentukan Karakter Disiplin Dan Tanggung Jawab Siswa Di Mi Ma'Arif Nu 1 Gununglurah Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas* (Doctoral dissertation, UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri).
- Muzzamil, F. (2021). *Pengaruh lingkungan terhadap perkembangan sosial emosional anak*. Murangkalih: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 2(2). <https://doi.org/10.35706/murangkalih.v2i02.5811>
- Sofriyana, W. E. (2018). *Implementasi Program Tahfidzul Qur'an di MI Ma'arif NU 01 Gununglurah Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas*. Tesis. IAIN Purwokerto.
- Puspitasari, P. (2024). *Mengembangkan Kesadaran Diri Pada Siswa Untuk Mencegah Tindak Perundungan Di Sekolah Dasar*. Dharmas Education Journal (DE\_Journal), 4(1), 16–22. <https://doi.org/10.56667/dejournal.v4i1.901>
- Yum'na, M. (2022). *Implementasi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Pesantren Di Smp Ma'Had Darussa'Adah Gununglurah Cilongok Banyumas* (Doctoral dissertation, UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri).
- Zuafah, L., Husni Wakhyudin, & Ikha Listyarini. (2023). *Optimalisasi Kemampuan Literasi Melalui Sarana Pojok Baca di Kelas IV Sd N Peterongan*. Didaktik : Jurnal

Ilmiah PGSD STKIP Subang, 9(2), 4901 - 4909.  
<https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1148>