

Membangun Mental Tangguh Anak Dalam Menghadapi Bullying di SD Negeri 11 Desa Mesjid Lama

Ananda Syah Putri Harahap^{1*}, Novita Friska², Anisa Putri³, Ari Aman⁴, Yunisah A.D Nababan⁵, Siti Nurhaliza⁶

^{1,2,3,4,5,6}Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muslim Nusantara Al - Washliyah, Jalan Garu II A No.93, Harjosari I, Kec.Medan Amplas,Kota Medan, Sumatera Utara , 20147, Indonesia

E-mail: anandasp1505@gmail.com

*Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3140>

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Article history

Received: 10 September 2025

Revised: 26 September 2025

Accepted: 16 October 2025

Kata Kunci

Mental Tangguh Anak , Bullying

Keywords

Mentally Resilient Children, Bullying



Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang terhadap anak yang dianggap lebih lemah, baik secara fisik, verbal, maupun psikologis. Fenomena ini kerap terjadi di sekolah dan berdampak pada penurunan rasa percaya diri, timbulnya kecemasan, depresi, hingga gangguan interaksi sosial. Untuk mengatasi permasalahan ini, diperlukan strategi yang mampu membangun mental tangguh anak agar mampu menghadapi tekanan dan pulih dari dampak bullying. Penelitian KKN ini dilakukan melalui kegiatan sosialisasi di SD Negeri 11 Mesjid Lama, dengan fokus pada penerapan pendidikan karakter anti-bullying, pembelajaran berbasis peran (role playing) untuk menumbuhkan empati, serta penguatan keterampilan sosial. Program ini juga melibatkan kerja sama antara guru dan siswa untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung. Hasil kegiatan KKN ini menunjukkan bahwa perpaduan pendidikan karakter, metode interaktif, dan kolaborasi lintas pihak dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai bullying, mengasah rasa empati, serta membentuk mental yang lebih tangguh. Penerapan berkelanjutan diharapkan mampu membantu anak menghadapi bullying secara adaptif dan membangun rasa percaya diri yang positif. Kata kunci: bullying, empati, mental tangguh, pendidikan karakter, SD Negeri 11 Mesjid Lama

Bullying is aggressive behavior that is repeatedly carried out against children who are perceived as weaker, whether physically, verbally, or psychologically. This phenomenon often occurs in schools and has an impact on decreased self-confidence, the emergence of anxiety, depression, and impaired social interactions. To overcome this problem, strategies are needed that can build children's mental resilience so they can face pressure and recover from the impact of bullying. This KKN research was conducted through outreach activities at SD Negeri 11 Mesjid Lama, with a focus on the implementation of anti-bullying character education, role-play learning to foster empathy, and strengthening social skills. This program also involves collaboration between teachers and students to create a safe and supportive learning environment. The results of this KKN activity indicate that the combination of character education, interactive methods, and cross-stakeholder collaboration can improve students' understanding of bullying, hone empathy, and develop a more resilient mentality. Sustained implementation is expected to help children deal with bullying adaptively and build positive self-confidence. Keywords: bullying, empathy, mental resilience, character education, SD Negeri 11 Mesjid Lama



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

How to Cite: Ananda Syah Putri Haraha, et al (2025). Membangun Mental Tangguh Anak Dalam Menghadapi Bullying di SD Negeri 11 Desa Mesjid Lama ,4(2) 7996 -7999 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3140>

PENDAHULUAN

Bullying di lingkungan sekolah merupakan fenomena sosial yang kerap luput dari perhatian, padahal dampaknya dapat merusak kesejahteraan psikologis dan perkembangan karakter anak (Fadilah & Sulastri, 2020). Tindakan ini mencakup perilaku menyakiti secara fisik, verbal, maupun emosional yang dilakukan secara sengaja dan berulang terhadap individu yang dianggap lebih lemah (Nurhidayah & Setiawan, 2016). Jika tidak ditangani dengan tepat, bullying dapat menimbulkan rasa takut, kehilangan kepercayaan diri, penurunan motivasi belajar, bahkan trauma jangka panjang.

Sekolah seharusnya menjadi ruang yang aman dan mendukung bagi anak untuk tumbuh, belajar, serta mengembangkan keterampilan sosial (Agustina & Suryadi, 2021). Namun, keberadaan bullying dapat mengubah fungsi tersebut menjadi sumber tekanan psikologis. Oleh karena itu, peran seluruh elemen sekolah—guru, siswa, dan pihak manajemen—sangat penting dalam mencegah dan menangani perundungan secara efektif (Siregar & Hamid, 2022).

Membangun mental tangguh pada anak menjadi strategi penting agar mereka tidak mudah terpengaruh atau terpuruk akibat tekanan sosial (Anisah & Lestari, 2022). Mental tangguh tidak hanya membantu anak menghadapi bullying, tetapi juga mempersiapkan mereka untuk mengelola tantangan kehidupan sehari-hari secara sehat.

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan mahasiswa KKN Kelompok 6 Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah di SD Negeri 11 Mesjid Lama dirancang untuk memberikan wawasan tentang apa itu bullying, bagaimana mengenalinya, serta strategi pencegahan yang dapat dilakukan. Melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, diharapkan siswa mampu memahami perbedaan antara bercanda dan perundungan, menumbuhkan empati, serta berani melapor ketika menyaksikan atau mengalami bullying.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode studi lapangan. Fokus penelitian diarahkan pada proses sosialisasi dan edukasi siswa terkait bullying, pencegahan, serta strategi membangun mental tangguh.

Subjek penelitian adalah siswa kelas V di SD Negeri 11 Mesjid Lama yang dipilih karena berada pada tahap perkembangan sosial yang intens dan rentan terhadap interaksi yang berpotensi memicu perundungan.

Prosedur pelaksanaan meliputi:

1. Observasi awal untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman siswa tentang bullying dan sikap mereka terhadap perundungan.
2. Penyampaian materi menggunakan metode presentasi interaktif, mencakup definisi, jenis, dampak, serta contoh kasus bullying.
3. Diskusi kelompok kecil untuk mengajak siswa mengemukakan pendapat, berbagi pengalaman, dan mencari solusi bersama.
4. Simulasi peran (role playing) yang menampilkan situasi bullying dari sudut pandang korban, pelaku, dan saksi, guna menumbuhkan empati dan keterampilan sosial.
5. Refleksi dan evaluasi dengan melibatkan siswa serta guru untuk menilai pemahaman dan kesiapan siswa dalam menghadapi bullying.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi selama kegiatan, catatan lapangan, dan umpan balik dari siswa maupun guru. Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan menelaah perubahan perilaku, peningkatan pemahaman, dan sikap siswa setelah mengikuti program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi di SD Negeri 11 Mesjid Lama berlangsung dengan partisipasi aktif dari siswa kelas V. Pada tahap awal, hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian siswa masih kesulitan membedakan antara perilaku bercanda dengan tindakan bullying. Beberapa siswa menganggap ejekan verbal sebagai hal yang wajar selama berada di lingkungan sekolah.

Setelah penyampaian materi, diskusi, dan simulasi peran, terjadi perubahan yang cukup signifikan. Siswa mulai mampu mengenali bentuk-bentuk bullying, baik fisik, verbal, maupun nonverbal. Pemahaman ini terlihat dari kemampuan mereka memberikan contoh perilaku bullying dan

menjelaskan dampaknya terhadap korban. Dalam sesi tanya jawab, siswa juga menunjukkan keberanian mengungkapkan pengalaman pribadi maupun kejadian yang pernah mereka saksikan.

Simulasi peran (role playing) menjadi bagian yang paling efektif dalam membangun empati. Siswa yang memerankan korban mulai memahami tekanan emosional yang dirasakan, sementara yang memerankan pelaku menyadari dampak buruk dari tindakannya.



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi pencegahan bullying bersama mahasiswa KKN dan siswa kelas V SD Negeri 11 Mesjid Lama.



Gambar 2. Siswa memegang media edukasi “Stop Bullying” saat sosialisasi.

Melalui diskusi pascasimulasi, siswa dapat mengemukakan langkah-langkah pencegahan seperti melapor kepada guru, mengajak teman yang terisolasi untuk bergabung, dan menolak ajakan melakukan perundungan.

Perubahan sikap yang diamati juga didukung oleh keterlibatan guru kelas yang berkomitmen menciptakan lingkungan belajar aman. Guru menyatakan akan lebih proaktif memantau interaksi antar siswa dan memberikan sanksi edukatif bila terjadi perundungan. Hal ini memperkuat temuan bahwa pencegahan bullying memerlukan kerja sama seluruh pihak di sekolah.

Temuan ini sejalan dengan konsep pendidikan karakter, di mana pembentukan mental tangguh tidak hanya berfokus pada kemampuan bertahan menghadapi tekanan, tetapi juga pada pengembangan keterampilan sosial, empati, dan keberanian mengambil sikap positif. Dengan pendekatan edukatif yang konsisten, sekolah dapat meminimalkan risiko terjadinya bullying dan mempersiapkan siswa menjadi individu yang tangguh serta berkarakter.

KESIMPULAN

Sosialisasi yang dilaksanakan di SD Negeri 11 Mesjid Lama berhasil meningkatkan pemahaman siswa mengenai definisi, bentuk, dan dampak bullying. Melalui kombinasi metode presentasi interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi peran, siswa tidak hanya mampu mengidentifikasi perilaku perundungan, tetapi juga memahami pentingnya empati serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan.

Kegiatan ini menunjukkan bahwa membangun mental tangguh pada anak memerlukan pendekatan edukatif yang melibatkan siswa secara aktif serta dukungan berkelanjutan dari guru dan pihak sekolah. Upaya yang konsisten akan membantu menciptakan lingkungan belajar yang aman, menumbuhkan rasa percaya diri, serta membentuk karakter positif pada anak.

REFERENSI

- Agustina, L., & Suryadi, D. (2021). Pencegahan bullying di sekolah dasar melalui pendidikan karakter. *Jurnal Multiple*, 5(2), 145–153. <https://journal.institercom-edu.org/index.php/multiple/article/download/491/332/1759>
- Alfian, M., & Hutabarat, R. (2023). Strategi konselor dalam menangani bullying di sekolah dasar. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 12(1), 34–45. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/Konseling/article/view/56634/24230>
- Anisah, S., & Lestari, F. (2022). Upaya membangun mental tangguh anak melalui kegiatan edukasi. *Jurnal Inspirasi Kolaborasi Pendidikan*, 4(1), 55–62. <https://journal.inspira.or.id/index.php/kolaborasi/article/download/482/282>
- Fadilah, R., & Sulastri, M. (2020). Bullying di sekolah dan dampaknya terhadap perkembangan siswa. *Jurnal Pendidikan Morfologi*, 8(1), 25–34. <https://journal.aspirasi.or.id/index.php/morfologi/article/download/291/306/1331>
- Handayani, P., & Mulyani, T. (2019). Pemahaman mengenai bullying dan pencegahannya. Repository Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. <https://repository.upnvj.ac.id/14931>
- Nurhidayah, R., & Setiawan, H. (2016). Dampak bullying di sekolah terhadap psikologis siswa. *Neliti*. <https://media.neliti.com/media/publications/69352-ID-bullying-di-sekolah-dan-dampaknya-bagi-m.pdf>
- Siregar, W., & Hamid, Z. (2022). Peran guru dalam mencegah perilaku perundungan di sekolah. *Jurnal Pendidikan Masyarakat Larisma*, 6(3), 112–120. <https://jurnal.larisma.or.id/index.php/JPML/article/view/737>
- Syamsuddin, A., & Putri, E. (2021). Perilaku bullying dan strategi pencegahannya pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Konseling Edukasi*, 9(2), 76–83. <https://ejournal-fip-ung.ac.id/ojs/index.php/jjce/article/view/1346>
- Yuliani, D., & Pramono, S. (2022). Hubungan pola asuh dan kejadian bullying pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pertiwi*, 7(2), 210–218. <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikep/article/download/2181/1128/9239>