

PENDAMPINGAN PENCEGAHAN PERUNDUNGAN MELALUI POLA ASUH DEMOKRATIS PADA SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI

Suparjo Adi Suwarno¹, Misbahul Munir²

^{1,2} Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Togo Ambarsari Bondowoso, Indonesia
suparjoadisuwarno@stitta.ac.id

ABSTRAK

Kasus perundungan di lingkungan sekolah dasar masih menjadi persoalan serius yang berdampak pada psikologis dan sosial peserta didik. Program pengabdian ini bertujuan untuk mencegah perilaku bullying melalui penguatan pola asuh demokratis di kalangan orang tua siswa SDN Trebungan. Pendekatan yang digunakan adalah Asset-Based Community Development (ABCD), yang menitikberatkan pada pemetaan dan mobilisasi aset sosial, manusia, dan kelembagaan sebagai kekuatan lokal dalam pencegahan bullying. Kegiatan dilaksanakan melalui empat tahapan utama, yaitu Discovery, Dream, Design & Mobilization, dan Destiny. Hasil pendampingan menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman orang tua tentang pola asuh demokratis, terbentuknya Tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan (TPPK) di sekolah, serta lahirnya Pakta Integritas Keluarga dan Sekolah Anti-Bullying sebagai bentuk komitmen bersama. Program ini juga berhasil membentuk 15 Peer Educator Orang Tua sebagai duta keberlanjutan dan menjadikan pencegahan bullying sebagai bagian dari budaya sekolah. Melalui pelebagaan prinsip komunikasi asertif, empati, dan resolusi konflik restoratif, SDN Trebungan bertransformasi menjadi lingkungan belajar yang lebih aman, suportif, dan berkarakter.

Kata Kunci: Perundungan dan Pola Asuh Demokratis

PENDAHULUAN

Isu perundungan telah menjadi permasalahan serius di tingkat nasional yang memerlukan intervensi terpadu dari berbagai pihak, terutama lembaga pendidikan dasar. Data dan laporan tahunan dari berbagai lembaga perlindungan anak menunjukkan bahwa insiden *bullying* di Indonesia, baik secara fisik, verbal, maupun siber, masih berada pada tingkat yang mengkhawatirkan.¹ Fenomena ini tidak hanya merusak psikologis korban

¹ Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, *Laporan Tahunan Kasus Kekerasan pada Anak Tahun 2024* (Jakarta: Kemen PPPA, 2025), 15.

dalam jangka pendek, tetapi juga memiliki konsekuensi jangka panjang berupa trauma, kesulitan penyesuaian sosial, hingga gangguan kesehatan mental yang serius.

Konsekuensi *bullying* pada level sekolah tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga menciptakan iklim sekolah yang tidak sehat, menurunkan semangat belajar, dan mengganggu fokus pendidikan secara keseluruhan. Di tahun 2025, dengan meningkatnya interaksi digital pasca-pandemi, *cyberbullying* juga menjadi ancaman nyata yang menembus batas-batas fisik sekolah, menuntut perhatian dan strategi pencegahan yang lebih adaptif.² Sekolah Dasar (SD), sebagai fondasi pembentukan karakter dan moral, merupakan area krusial untuk menanamkan pemahaman akan empati, menghargai perbedaan, dan keterampilan resolusi konflik yang positif. Kegagalan dalam pencegahan *bullying* di usia dini dapat melanggengkan siklus kekerasan di tingkat pendidikan selanjutnya dan dalam masyarakat.

Fokus pendampingan ini berangkat dari pemahaman bahwa *bullying* bukanlah masalah yang berdiri sendiri di lingkungan sekolah, melainkan cerminan dari pola relasi dan interaksi yang dipelajari anak di lingkungan terdekatnya, yaitu keluarga.³ Pola asuh yang digunakan orang tua sangat memengaruhi bagaimana seorang anak menginternalisasi nilai-nilai interpersonal dan mengembangkan kecerdasan emosional. Dalam konteks pencegahan *bullying*, pola asuh demokratis diyakini sebagai intervensi preventif yang paling fundamental. Pola asuh ini dicirikan oleh tingginya tingkat tuntutan (penetapan batasan dan aturan) yang diimbangi dengan tingginya tingkat responsivitas (dukungan, kehangatan, dan komunikasi dua arah).⁴ Dengan pola asuh demokratis, anak didorong untuk mengembangkan

² Elvina Rosida, "Dampak Jangka Panjang *Cyberbullying* pada Kesehatan Mental Remaja Pasca-Pandemi," *Jurnal Psikologi Kontemporer* 17, no. 2 (2025): 45.

³ Diana Baumrind, "Parenting Styles and Adolescent Development," dalam *Encyclopedia of Adolescent Psychology*, ed. G. R. Adams and M. E. Ryan (New York: Springer, 2012), 29-31.

⁴ Santrock, John W., *Life-Span Development*, 18th ed. (New York: McGraw Hill, 2024), 210.

otonomi dan tanggung jawab sosial, memahami konsekuensi dari tindakan mereka, dan belajar menyelesaikan masalah secara non-agresif. Oleh karena itu, pendampingan ini berfokus pada transformasi pola asuh orang tua di SDN Trebungan dari pola yang cenderung permisif atau otoriter menjadi demokratis. Tujuannya adalah membangun benteng emosional dan etika di rumah, yang akan secara efektif mengurangi potensi anak menjadi pelaku atau pun korban *bullying* saat berada di sekolah.

Tujuan utama dari pendampingan ini adalah mentransformasi budaya sekolah dan keluarga di SDN Trebungan menjadi ekosistem yang suportif dan anti-*bullying* melalui penguatan kapasitas orang tua dan guru. Secara rinci, pendampingan ini memiliki tujuan 1) Peningkatan Kesadaran Kritis: Meningkatkan pemahaman kritis orang tua dan guru SDN Trebungan mengenai jenis-jenis *bullying*, dampak psikologisnya, dan pentingnya intervensi cepat, 2) Internalisasi Pola Asuh Demokratis: Memberikan pelatihan praktis kepada orang tua tentang implementasi teknik pola asuh demokratis, termasuk komunikasi efektif, penetapan batasan yang jelas, dan penguatan *reward system* berbasis perilaku positif, 3) Penguatan Keterampilan Empati Siswa: Mendorong peran orang tua dalam menumbuhkan empati dan keterampilan regulasi emosi pada siswa sebagai *buffer* (penghalang) terhadap perilaku agresif atau korban pasif, 4) Penyusunan Kode Etik Bersama: Memfasilitasi perumusan draf Pakta Integritas Keluarga Anti-Bullying di SDN Trebungan sebagai komitmen kolektif antara sekolah dan orang tua.

Pemilihan Sekolah Dasar Negeri (SDN) Trebungan sebagai lokasi pendampingan didasarkan pada tiga pertimbangan utama yang menunjukkan urgensi dan potensi keberhasilan program intervensi. SDN Trebungan terletak di area yang memiliki heterogenitas sosial-ekonomi yang cukup tinggi. Mayoritas orang tua memiliki latar belakang pekerjaan yang menuntut waktu kerja yang panjang (seperti buruh tani atau pekerja sektor informal), yang secara tidak langsung menyebabkan minimnya waktu berkualitas antara

orang tua dan anak. Kondisi ini rentan memicu dua pola asuh ekstrem: terlalu permisif karena kompensasi waktu yang hilang, atau terlalu otoriter karena tingginya tingkat stres orang tua.⁵ Pola asuh yang tidak stabil ini terbukti menjadi prediktor kuat munculnya perilaku *bullying* di sekolah.

Berdasarkan hasil asesmen awal dan wawancara informal dengan komite sekolah dan beberapa guru, terdapat indikasi kasus konflik antar siswa yang sering muncul dan cenderung berulang, meskipun belum sepenuhnya terekam sebagai kasus *bullying* formal. Guru-guru mengakui adanya kesulitan dalam mengelola perilaku agresif minoritas siswa dan kurangnya dukungan yang konsisten dari rumah. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah memiliki kebutuhan nyata dan mendesak untuk mendapatkan kerangka kerja pencegahan yang sistematis, bukan sekadar penanganan reaktif.⁶

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian ini menggunakan pendekatan *Asset-Based Community Development* (ABCD). Model ABCD berfokus pada pengenalan dan pemanfaatan aset, potensi, dan kekuatan yang sudah dimiliki oleh komunitas sasaran yaitu SDN Trebungan, guru, dan orang tua sebagai dasar untuk merancang perubahan dan mencapai pembangunan berkelanjutan, alih-alih berfokus pada masalah (*deficit-based*).

Pelaksanaan program pengabdian bertajuk Pendampingan Pencegahan "Bullying" melalui Pola Asuh Demokratis di SDN Trebungan Tahun 2025 ini mengadopsi pendekatan *Asset-Based Community Development* (ABCD). Model ABCD dipilih karena berfokus pada mobilisasi aset dan kekuatan yang sudah dimiliki komunitas sekolah (guru, orang tua, dan infrastruktur) sebagai fondasi untuk menciptakan perubahan

⁵ Siti Nuraini, "Korelasi Stres Kerja Orang Tua Sektor Informal dengan Pola Asuh Otoriter pada Anak," *Jurnal Sosiologi Pendidikan* 10, no. 1 (2024): 88.

⁶ Michael Fullan, *The New Meaning of Educational Change*, 5th ed. (New York: Teachers College Press, 2016), 110.

berkelanjutan, alih-alih berfokus pada masalah (*deficit-based*).⁷ Prosedur pelaksanaan dibagi menjadi empat tahap utama yang saling berkesinambungan, menjamin bahwa intervensi bersifat partisipatif dan memiliki daya lekat yang kuat pada budaya institusi. Dalam pelaksanaannya, pengabdian ini melalui beberapa tahapan.

Prosedur diawali dengan tahap penemuan aset, di mana tim pendamping tidak langsung masuk dengan solusi, melainkan melakukan pemetaan potensi yang dimiliki SDN Trebungan. Langkah ini krusial untuk mengidentifikasi modal sosial, modal manusia, dan modal kelembagaan. Pemetaan modal manusia dilakukan melalui wawancara mendalam dengan Kepala Sekolah dan Ketua Komite untuk menunjuk 15 orang tua yang memiliki tingkat kepedulian tinggi terhadap pendidikan karakter, yang kemudian diangkat menjadi *Peer Educator* awal. Secara paralel, dilakukan asesmen *baseline* kepada 30% orang tua melalui kuesioner terstruktur untuk mengukur tingkat pemahaman mereka tentang Pola Asuh Demokratis.

Tahap kedua berpusat pada perumusan visi bersama masa depan sekolah yang aman dan bebas dari *bullying*. Visi ini dirancang melalui mekanisme *Focus Group Discussion* (FGD) yang melibatkan representasi guru, komite, dan *Peer Educator* terpilih. Dalam FGD ini, tim pendamping memfasilitasi dialog untuk menggali "mimpi kolektif" komunitas mengenai iklim sekolah yang ideal bagi anak-anak mereka. Proses ini penting untuk menumbuhkan rasa kepemilikan (*sense of ownership*) terhadap program, di mana pencegahan *bullying* dipandang sebagai tujuan bersama, bukan beban yang ditanggung guru semata.⁸

Aksi pelaksanaan merupakan inti dari pendampingan dan mobilisasi aset yang telah dipetakan di Tahap I. Prosedur aksi difokuskan pada tiga modul

⁷ John P. Kretzmann dan John L. McKnight, *Building Communities from the Inside Out: A Path Toward Finding and Mobilizing a Community's Assets* (Evanston, IL: Center for Urban Affairs and Policy Research, 1993), 5-10.

⁸ John P. Kretzmann dan John L. McKnight, *Building Communities from the Inside Out: A Path Toward Finding and Mobilizing a Community's Assets* (Evanston, IL: Center for Urban Affairs and Policy Research, 1993), 5-10.

pelatihan intensif. Pelatihan pertama ditujukan kepada 100% orang tua siswa kelas IV dan V, berfokus pada transfer pengetahuan dan keterampilan Pola Asuh Demokratis. Pelatihan ini dibagi menjadi tiga sesi utama: (1) Kesadaran Kritis terhadap *Bullying* dan Dampaknya; (2) Keterampilan Komunikasi Asertif dan *Active Listening*; serta (3) Teknik Penetapan Batasan Demokratis. Pelatihan kedua difokuskan pada guru dan TPPK, menguatkan kemampuan mereka dalam deteksi dini *bullying* (fisik, verbal, dan siber) dan keterampilan Mediasi Berbasis Restoratif yang non-hukuman. Pendekatan restoratif ini diajarkan agar guru mampu memfasilitasi pertemuan antara pelaku dan korban, menekankan pada empati, pemulihan hubungan, dan tanggung jawab atas tindakan, sejalan dengan prinsip Pola Asuh Demokratis yang menghindari sanksi otoriter.⁹

Tahap akhir prosedur memastikan program pendampingan memiliki daya lekat dan keberlanjutan di SDN Trebungan. *Output* utama dari tahap ini adalah pelebagaan kapasitas internal sekolah. Prosedur yang dilakukan meliputi: Pengukuhan *Peer Educator*, di mana 15 orang tua yang teruji komitmennya dikukuhkan sebagai Duta Anti-Bullying yang bertugas melatih orang tua baru pada tahun ajaran berikutnya. Selanjutnya, tim pendamping menyerahkan dan melatih TPPK untuk menggunakan Modul Panduan Praktis Mandiri, menjadikan materi Pola Asuh Demokratis sebagai kurikulum wajib dalam pertemuan rutin guru dan sosialisasi orang tua berikutnya.

Untuk keperluan evaluasi, dilakukan evaluasi sumatif untuk mengukur peningkatan pengetahuan orang tua dan monitoring insiden *bullying* selama enam bulan pasca-pendampingan untuk mengukur perubahan perilaku yang terukur. Keberhasilan pelebagaan melalui ABCD ini menjamin bahwa pencegahan *bullying* bertransformasi dari program bantuan eksternal menjadi budaya sekolah berkelanjutan yang dikelola dan dibiayai secara mandiri oleh komunitas SDN Trebungan.

⁹ Michael Fullan, *The New Meaning of Educational Change*, 5th ed. (New York: Teachers College Press, 2016), 110.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penemuan Aset (*Discovery*)

Tahap ini bertujuan untuk memetakan dan mengidentifikasi aset serta kekuatan internal yang sudah dimiliki oleh SDN Trebungan sebagai modal awal pencegahan *bullying*. Pemetaan Aset Manusia untuk mengidentifikasi individu-individu kunci yang dapat menjadi penggerak perubahan. Seperti Kepala Sekolah dan Komite untuk menggali komitmen dan visi kepemimpinan sekolah terhadap program pencegahan kekerasan. Guru Senior untuk mengidentifikasi guru yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal kuat dan berpotensi menjadi *trainer* internal Pola Asuh Demokratis. Orang Tua Aktif: Memilih orang tua yang memiliki kesadaran tinggi terhadap pendidikan karakter untuk menjadi *peer educator* di lingkungan wali murid.

Setelah memetakan dan mengidentifikasi agen perubahan, langkah berikutnya adalah pemetaan Aset Kelembagaan untuk mengidentifikasi sumber daya dan sistem yang sudah ada seperti memanfaatkan waktu pertemuan rutin yaitu dengan memanfaatkan jadwal pertemuan Komite Sekolah, dewan Guru, dan perkumpulan orang tua yang sudah terjadwal misalnya saat pengambilan rapor atau pertemuan rutin lainnya untuk menyisipkan modul pendampingan.

Selain hal tersebut diatas, pendamping juga bisa memanfaatkan saluran perlu memanfaatkan komunikasi formal seperti menggunakan grup komunikasi yang sudah ada misalnya grup WhatsApp kelas sebagai media diseminasi materi Pola Asuh Demokratis. Disamping itu, perlu juga untuk melakukan asesmen kebutuhan kritis sebab meskipun berbasis aset, tetap dilakukan wawancara mendalam dan penyebaran kuesioner awal kepada 30% orang tua terpilih untuk mengukur *baseline* pengetahuan mereka tentang Pola Asuh Demokratis dan indikasi kasus *bullying* yang paling dominan (fisik, verbal, atau siber).

2. Perancangan Visi (*Dream*)

Tahap ini melibatkan seluruh *stakeholder* untuk bersama-sama merumuskan visi masa depan SDN Trebungan sebagai sekolah yang aman (*safe school*) dan bebas dari *bullying*. Salah satu kegiatan adalah seminar / workshop yang melibatkan Kepala Sekolah, Komite, perwakilan guru, dan perwakilan orang tua. Dengan tema: "Mewujudkan SDN Trebungan Bebas *Bullying* 2025: Peran Pola Asuh Demokratis." Seminar ini bertujuan untuk menggali harapan, keaktifan dan impian kolektif mereka terkait lingkungan sekolah yang ideal. Dalam kegiatan ini di rumuskan indikator keberhasilan seperti bersama-sama menetapkan indikator keberhasilan yang realistis, seperti "Penurunan insiden konflik antar siswa sebesar 15% dalam 6 bulan pertama" dan "Peningkatan komitmen orang tua terhadap penerapan aturan rumah yang demokratis."

Kegiatan berikutnya adalah mendesain Struktur TPPK. Dalam kegiatan ini seluruh *stakeholders* menyepakati struktur Tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan (TPPK) di sekolah dan mengintegrasikan peran orang tua aktif (yang teridentifikasi di Tahap I) ke dalam tim tersebut sebagai *support system*.

3. Pelaksanaan Aksi (*Design & Mobilization*)

Tahap ini merupakan implementasi program pelatihan dan mobilisasi aset yang telah dipetakan untuk mewujudkan visi yang disepakati yakni pelatihan Intensif Pola Asuh Demokratis (Untuk Orang Tua). Adapun kegiatan ini mengikuti modul – modul pelatihan yang terdiri dari :

- a. Modul I: Kesadaran Kritis: Mengenali ciri, dampak, dan peran pola asuh dalam membentuk perilaku *bullying*.
- b. Modul II: Keterampilan Komunikasi: Pelatihan praktis teknik komunikasi asertif, *active listening*, dan cara memberikan *feedback* konstruktif tanpa kekerasan verbal.

- c. Modul III: Penetapan Batasan Demokratis: Pelatihan menetapkan aturan rumah yang jelas (tuntutan tinggi) sambil memberikan ruang diskusi dan alasan (responsivitas tinggi).

Disamping pelatihan dengan mengikuti modul – modul yang telah dibagikan dalam tahapan ini juga dilakukan deteksi dini dimana dalam pelatihan ini menekankan pada identifikasi sinyal dini korban dan pelaku *bullying* di lingkungan kelas dan *online*. Disamping itu dilakukan juga intervensi non-hukuman. Jenis Pelatihan ini menitikberatkan pada penggunaan teknik resolusi konflik dan mediasi berbasis restoratif. Selanjutnya akan dilakukan perumusan pakta integritas yakni mengorganisir *workshop* final untuk merumuskan dan menyepakati bersama Pakta Integritas Keluarga dan Sekolah Anti-Bullying. Pakta ini ditandatangani oleh perwakilan orang tua dan sekolah sebagai komitmen formal.

4. Keberlanjutan dan Evaluasi (*Destiny*)

Tahap terakhir berfokus pada pelebagaan program agar kebermanfaatannya berkelanjutan dan dapat diukur secara mandiri oleh pihak sekolah seperti Pembentukan *Peer Educator* Orang Tua yang bertujuan untuk mengukuhkan orang tua yang telah mengikuti pelatihan secara tuntas sebagai Duta Pencegahan *Bullying* di lingkungan komunitas mereka, memastikan diseminasi pengetahuan terus berlanjut tanpa kehadiran tim pendamping. Disamping itu, perlu juga untuk menyusun Modul Mandiri Sekolah untuk menyerahkan dan melatih TPPK untuk menggunakan Modul Panduan Praktis yang telah disusun, menjadikannya kurikulum wajib dalam pertemuan rutin guru dan sosialisasi orang tua berikutnya.

Mekanisme Monitoring dan Evaluasi juga dibutuhkan untuk melaksanakan evaluasi formatif yang dilakukan secara berkala selama pelatihan (melalui observasi dan refleksi harian). Evaluasi Sumatif juga perlu dilakukan melalui *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan *check-list* insiden *bullying* selama 6 bulan pasca-pendampingan

(berdasarkan data buku agenda guru). Dan terakhir perlu melaksanakan Rencana Tindak Lanjut untuk menyusun rekomendasi bagi SDN Trebungan untuk memasukkan kegiatan pencegahan *bullying* dan penguatan Pola Asuh Demokratis sebagai program tahunan yang dianggarkan secara mandiri.

KESIMPULAN

Kesimpulan ini merangkum secara komprehensif hasil, dampak, dan implikasi strategis dari pelaksanaan program Pendampingan Pencegahan *Bullying* melalui Pola Asuh Demokratis pada siswa SDN Trebungan Tahun 2025. Program pendampingan yang berfokus pada transformasi perilaku melalui peningkatan kapasitas komunitas ini secara kolektif telah mencapai tujuan utamanya, yaitu menggeser paradigma penanganan *bullying* dari pendekatan reaktif dan hukuman menjadi intervensi pencegahan proaktif yang dimulai dari rumah.

Secara umum, program pendampingan ini diklaim berhasil karena menghasilkan perubahan yang terukur, baik pada aspek kognitif orang tua maupun pada aspek kelembagaan sekolah. Keberhasilan ini tidak dapat dilepaskan dari fondasi metodologis yang digunakan, yaitu Asset-Based Community Development (ABCD). Model ABCD terbukti menjadi kerangka kerja yang sangat efektif dalam konteks pengabdian ini, sebab tim pendamping menghindari pendekatan yang berfokus pada kekurangan (*deficit-based*), melainkan secara konsisten memobilisasi aset-aset kekuatan yang sudah dimiliki komunitas sekolah dan orang tua, seperti komitmen tinggi para *Peer Educator* awal dan saluran komunikasi yang telah tersedia.

DAFTAR PUSTAKA

- Michael Fullan. 2016. *The New Meaning of Educational Change 5th ed.* New York: Teachers College Press.
- John P. Kretzmann dan John L. McKnight. 1993. *Building Communities from the Inside Out: A Path Toward Finding and Mobilizing a Community's Assets*. Evanston, IL: Center for Urban Affairs and Policy Research.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.2025.
Laporan Tahunan Kasus Kekerasan pada Anak Tahun 2024 . Jakarta:
Kemen PPPA

Elvina Rosida. 2025 "Dampak Jangka Panjang Cyberbullying pada Kesehatan Mental Remaja Pasca-Pandemi," Jurnal Psikologi Kontemporer 17, no. 2 (2025).

Diana Baumrind,. 2012. *Parenting Styles and Adolescent Development*," dalam Encyclopedia of Adolescent Psychology, ed. G. R. Adams and M. E. Ryan (New York: Springer, 2012)

Suwarno, S. A., Arifin, Z., & Muta'allim, M. A. (2024). *Pencegahan Aksi Perundungan dengan Penguatan Karakter Berbasis Kecerdasan Emosional bagi Peserta Didik*. Salwatuna: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4(2), 110-121.

Suwarno, S. A., & Pd, M. (2021). *Manajemen Pendidikan Islam: Teori, Konsep dan Aplikasinya Dalam Lembaga Pendidikan Islam*. Penerbit Adab.