

Efektivitas Terapi Kelompok Terapeutik Dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswa SMA Tentang Pencegahan *Bullying*

Fepyani Thresna Feoh¹, Derry Bernad Nenohaifeto², Maryati A. Barimbing³

Program Studi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Citra Bangsa, Kupang, NTT, Indonesia

Article Info

Article history:

Received November 12, 2024

Accepted January 24, 2025

Keywords:

Therapeutic Group Therapy

Knowledge

Bullying Prevention

Student

ABSTRACT

Bullying cases often occur but are not reported. Bullying victims are afraid to report the bullying behavior they receive and ultimately have a negative impact on the victim. Bullying often occurs in schools. This happens because of the lack of student knowledge about bullying prevention. One effort to improve student knowledge about bullying is therapeutic group therapy (TKT). The purpose of this study was to determine the effectiveness of therapeutic group therapy in improving high school students' knowledge about bullying prevention. This quantitative research with Pre-experimental design uses the One Group Pretest-Posttest Design form. The respondents of the study were 65 students of SMA Negeri 7 Kupang City who were selected using purposive sampling techniques. The results of the study proved that before being given TKT, 81.5% of respondents had good knowledge about bullying prevention and increased to 95.4% of respondents after being given TKT. The results of the Wilcoxon test obtained a p-value = 0.013 ($p < 0.05$) which means that TKT is effective in improving high school students' knowledge about bullying prevention.

ABSTRAK

Banyak kasus bullying terjadi namun tidak dilaporkan. Korban bullying merasa takut untuk melaporkan perilaku bullying yang diterima dan pada akhirnya berdampak negatif bagi korban. Bullying banyak terjadi di lingkungan sekolah. Hal ini terjadi karena kurangnya pengetahuan siswa tentang pencegahan bullying. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang bullying adalah terapi kelompok terapeutik (TKT). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektifan terapi kelompok terapeutik dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan bullying. Penelitian kuantitatif dengan Pra-eksperimental design ini menggunakan bentuk One Group Pretest-Posttest Design. Responden penelitian merupakan siswa SMA Negeri 7 Kota Kupang berjumlah 65 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Hasil penelitian membuktikan bahwa sebelum diberikan TKT, 81.5% responden memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan bullying dan meningkat menjadi 95.4% responden setelah diberikan TKT. Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai p-value=0,013 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa TKT efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan bullying.

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



Corresponding Author:

Fepyani Thresna Feoh

Program Studi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Citra Bangsa, Kupang, NTT, Indonesia

Jln. Manafe No. 17, Kelurahan Kayu Putih, Kecamatan Oebobo, Kota Kupang-NTT

Email: fepyfeoh@gmail.com

Latar Belakang

Perilaku *bullying* sudah menjadi masalah global yang kerap dijumpai dan dihadapi banyak orang khususnya siswa. *Bullying* yakni perilaku yang agresif yang terjadi berulang kali dengan cara menyakiti fisik ataupun mental yang dilakukan oleh seseorang maupun sekelompok orang kepada orang yang lain (Vindo Galaresa & Al Kasanah, 2022). Banyak sekali *bullying* terjadi pada siswa, dalam bentuk verbal dan fisik. Perilaku *bullying* dapat terjadi di berbagai tempat seperti lingkungan sekolah, rumah, tempat kerja dan masyarakat. Fenomena *bullying* seperti fenomena gunung es, banyak kejadian *bullying* tetapi hanya sedikit yang dilaporkan. Hal ini karena banyak siswa korban *bullying* khawatir bahwa pelaku *bullying* menjadi lebih marah jika dia ditegur oleh guru atau orang tua mereka. Para korban percaya bahwa jika mereka melaporkan

maka, pelaku *bullying* akan membalas dan menjadi lebih kejam, Hal ini menyebabkan korban *bullying* yang memilih untuk diam. Hal ini justru menyebabkan korban *bullying* mengalami dampak negatif di berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan mental, emosional, fisik, dan sosial. Pelaku *bullying* juga dapat mengalami penurunan empati, peningkatan perilaku agresif, terbiasa mendapatkan sesuatu dengan cara memaksa, tidak disukai teman-teman sehingga dapat menimbulkan perasaan negatif tentang masa depan, serta berpotensi mengalami masalah kesehatan mental. Demikian juga saksi yang mengetahui tentang terjadinya *bullying* tapi memilih tidak acuh karena khawatir menjadi korban dari tindakan *bullying* selanjutnya (Vindo Galaresa & Al Kasanah, 2022).

Kampanye pencegahan *bullying*, pendidikan kesehatan tentang *bullying* dan pencegahannya telah banyak dilakukan, namun sampai saat ini masih banyak siswa yang melakukan perilaku *bullying* dan juga banyak siswa yang menjadi korban perilaku *bullying*, hal ini terjadi karena masih banyak siswa yang belum mengetahui tentang pencegahan *bullying*. Dengan adanya pengetahuan yang baik dapat membantu siswa untuk mengembangkan sikap anti *bullying* dan mengurangi resiko perilaku *bullying* (Bachri et al., 2021). Untuk itu, salah satu alternatif yang bisa dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying* adalah dengan terapi kelompok terapeutik.

Terapi kelompok terapeutik merupakan jenis terapi kelompok yang memberikan kesempatan kepada anggotanya untuk saling berbagi pengalaman, saling membantu, untuk menemukan cara menyelesaikan masalah dan mengantisipasi masalah yang akan dihadapi dengan cara yang efektif untuk mengendalikan stress yang muncul akibat masalah tersebut. Terapi kelompok terapeutik dapat digunakan untuk menstimulasi perkembangan individu sesuai tugas tumbuh kembangnya. Terapi kelompok terapeutik pencegahan *bullying* dapat membantu siswa untuk berbagi pengalaman, saling mendukung, memecahkan kesulitan dan mengatasi hambatan. Terapi kelompok terapeutik memberikan manfaat signifikan bagi siswa dan melalui interaksi dalam kelompok terapeutik, siswa dapat mengembangkan keterampilan sosial, dan mendukung pertumbuhan emosional mereka. Terapi kelompok terapeutik juga dapat memberikan dukungan sebaya, memungkinkan siswa untuk merasa didengar dan dipahami oleh orang-orang seumur mereka yang mengalami situasi serupa sehingga dapat meningkatkan pengetahuan siswa (Sartika Pulungan et al., 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) (2020) sebanyak 58% perilaku *bullying* biasanya terjadi pada siswa perempuan dan 42% pada siswa laki-laki. Beberapa jenis perilaku *bullying* yang biasanya terjadi yaitu kekerasan seksual, pertengkaran fisik dan perundungan. Menurut *United Nations Education Scientific and Cultural Organization* (UNESCO), perilaku *bullying* terjadi di seluruh dunia dan diperkirakan setiap tahun terdapat 245 juta anak mengalami *bullying*. Data Badan Pusat Statistik (BPS) tentang kasus *bullying* di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 226 kasus. Berdasarkan data tersebut dapat dilihat bahwa perilaku *bullying* terbagi menjadi 3 (tiga) bagian masing-masing 55,5% untuk *bullying* fisik, 29,3% untuk *bullying* verbal dan 15,2% untuk *bullying* psikologis (Gracianus Edwin Tue P. Lejap et al., 2024). Data yang dirilis Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) bulan oktober 2023, kasus *bullying* yang terjadi ditahun 2023 mencapai 2.355 kasus berupa kekerasan fisik maupun psikis terhadap siswa yang di lakukan oleh teman sebaya, masyarakat, guru maupun orang tua. Berdasarkan data Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) didapatkan data sebanyak 16 kasus *bullying* yang terjadi dilingkungan sekolah pada periode Januari hingga Agustus 2023 (Putu et al., 2023). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi NTT mencatat setiap tahun terjadi kenaikan jumlah kasus kekerasan dan *bullying* pada anak. Berdasarkan data tahun 2017 dari hasil laporan tercatat 200 kasus yang melibatkan anak sebagai korban, sedangkan tahun 2018 tercatat 40 kasus (Lette & Paulus, 2022). Data resmi tentang jumlah kasus *bullying* di NTT belum ada, namun beberapa kasus yang terjadi pada tahun 2020 diantaranya adalah kasus siswi SMP di NTT *di bully* dan ditampar karena jalan bersama temannya dan kasus bunuh diri siswa berinisial YSS di Kupang yang diduga alami *bullying* oleh teman sekolah (Nugroho, 2019)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 01 Maret 2024 pada salah satu wali kelas di SMA Negeri 7 Kota Kupang, mengatakan bahwa saling ejek, mengolok dan menghina dikalangan siswa-siswi merupakan hal yang biasa terjadi. Pihak sekolah juga pernah mengurus masalah perkelahian yang terjadi antar siswa karena saling ejek, mengolok dan menghina. Wali kelas juga mengatakan bahwa siswa SMA Negeri 7 Kota Kupang belum pernah mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang *bullying*. Peneliti melakukan wawancara kepada 5 orang siswa didapatkan 2 siswa mengatakan sering mengalami *bullying* berupa ejekan, 2 siswa mengatakan sering di jauhi teman, 1 siswa mengatakan pernah berkelahi dengan teman sekelasnya.

Terdapat dua faktor yang menjadi penyebab siswa melakukan perilaku *bullying*, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi lingkungan, pengawasan orang tua, pola asuh ataupun teman sebaya. Faktor internal berasal dari dalam individu. *Bullying* dapat menimbulkan berbagai dampak mulai dari menurunnya prestasi belajar, menurunnya nilai akademik, hingga mempengaruhi hubungan sosial seperti sulit berbaur sampai dengan adanya pengucilan dari Masyarakat (Putu et al., 2023). Fungsi kognitif yang kurang tentunya berpengaruh terhadap pengetahuan siswa tentang *bullying* yang rendah sehingga dapat mengakibatkan dampak dan akibat dari tindakan *bullying* salah satunya ialah pada pelaku *bullying* dapat menimbulkan kenakalan remaja, pergaulan bebas, menggunakan obat-obat terlarang dan adanya masalah terhadap

kesehatan mental pada anak yang melakukan tindakan *bullying* (Galaresa & Al Kasanah, 2022). Dalam mengatasi permasalahan tindakan *bullying* yang terjadi pada siswa, upaya yang dilakukan oleh hukum di Indonesia adalah menegakkan beberapa peraturan mengenai kasus *bullying*. Aturan pertama terdapat pada pasal 80 ayat 1 UU perlindungan anak yang berbunyi “Setiap orang yang melanggar ketentuan sebagaimana di maksud dalam pasal 76c, dipidana penjara 3 (tiga) tahun 6 (enam) bulan atau denda paling banyak Rp. 72.000.000 (tujuh puluh dua juta rupiah). Selain itu, apabila mengakibatkan luka berat maka pelaku dapat di ancam dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun atau denda paling banyak Rp. 100.000.000 (seratus juta rupiah)” (Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini et al., n.d.). Kurangnya pengetahuan menjadi salah satu penyebab timbulnya perilaku *bullying*, semakin baik tingkat pengetahuan siswa tentang *bullying* maka akan meminimalkan atau menghilangkan perilaku *bullying*.

Perilaku *bullying* harus segera dihilangkan karena dampak yang disebabkan dapat memiliki efek yang sangat serius bagi korban baik itu untuk jangka pendek maupun jangka panjang. Pada jangka pendek perilaku *bullying* ini dapat menyebabkan luka fisik akibat kekerasan fisik yang diterima korban, menimbulkan perasaan yang tidak aman seperti tidak berani untuk bersekolah ditempat yang sama dengan pelaku atau bahkan sampai tidak berani untuk keluar rumah dan bertemu teman-teman sebayanya. Sedangkan jangka panjangnya korban dapat mengalami masalah emosional dan perasaan rendah diri, susah bersosialisasi, depresi dan bahkan bias sampai menimbulkan perasaan ingin mengakhiri hidup sendiri (Feoh & Muskananfola, 2023). Di sekolah sudah ada program P5 (Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila) yang didalamnya termasuk program anti *bullying* program ini berupa sosialisasi. Oleh karena itu, Solusi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan serta pencegahan *bullying* adalah dengan membuat terapi kelompok terapeutik (TKT). Terapi kelompok terapeutik membantu anggotanya mencegah masalah kesehatan, mendidik dan mengembangkan potensi anggota kelompok dan meningkatkan kualitas antar anggota kelompok untuk mengatasi masalah. Dengan terapi kelompok terapeutik ini dapat membantu siswa dalam membangun keterampilan sosial, meningkatkan pemahaman diri, dan mengatasi masalah emosional atau perilaku yang mungkin mereka hadapi. Ini juga dapat memungkinkan siswa untuk merasa didukung dan dipahami oleh teman sebaya mereka yang mengalami hal yang sama sehingga dapat meningkatkan pengetahuan siswa (Hardayati & Keliat, 2022)

Metode Penelitian

Design Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *Pra-eksperimental design* dengan bentuk *One Group Pretest-Posttest Design*.

Tempat dan waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 7 Kota Kupang pada bulan November 2024.

Pupulasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 7 Kota Kupang berjumlah 65 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi meliputi bersedia menjadi responden dan hadir saat pelaksanaan penelitian (*pre test*, terapi kelompok terapeutik, *post test*). Kriteria eksklusi meliputi tidak mengikuti pelaksanaan kegiatan hingga selesai.

Responden dibagi kedalam 7 kelompok. Kelompok 1 sampai 5 masing-masing berjumlah 9 orang, kelompok 6 dan 7 masing-masing berjumlah 10 orang. Ketujuh kelompok tersebut diberikan *pre test* dengan mengisi lembar kuesioner pengetahuan tentang pencegahan *bullying* setelah itu diberikan terapi kelompok terapeutik pencegahan *bullying* dan kemudian diberikan *post test*.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah SOP dan kuesioner pengetahuan tentang terapi kelompok terapeutik pencegahan *bullying*. Kuesioner pengetahuan *bullying* diadopsi dari penelitian Feoh (2023), dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Buku Cerita Bergambar tentang *Bullying* terhadap Pengetahuan Anak SD di Kota Kupang”. Kuesioner yang peneliti susun terdapat 18 pertanyaan, yang terdiri dari definisi *bullying* (1 soal), jenis-jenis *bullying* (4 soal), faktor penyebab *bullying* (4 soal), dampak *bullying* (3 soal), pencegahan *bullying* (4 soal), penanganan *bullying* (2 soal). Untuk jawaban yang benar diberikan nilai “1” sedangkan untuk jawaban salah nilai “0”. Kuesioner penelitian telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada siswa dengan karakteristik yang sama dengan responden berjumlah 50 orang. Ketentuan kevalidan instrumen apabila nilai r hitung > dari nilai r tabel (0,278) pada $N=50$ dengan nilai signifikansi $<0,05$. Didapatkan 18 nomor soal valid dengan rentang nilai r hitung antara 0,289 – 0,572 ($>0,278$) dan nilai *Cronbach's Alpha* = 0,782.

Analisa Data

Data penelitian kemudian dianalisis. Analisis data dimulai dengan tahapan editing. Dalam penelitian ini proses *editing* dilakukan untuk memeriksa kembali pertanyaan-pertanyaan yang diajukan apakah sudah lengkap jawabannya dan sesuai dengan harapan. Setelah itu penelitian melakukan *coding*. Dalam memberikan kode terhadap kelompok variabel baik untuk data umum (usia, jenis kelamin, pengalaman memperoleh informasi tentang *bullying*), maupun data khusus (pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying*). Setelah meng-*coding*, peneliti melakukan scoring dan *tabulating*. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan bobot pada masing-masing jawaban, sehingga mempermudah perhitungan.

Data pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying* yang sudah ditabulasi kemudian diuji menggunakan uji *wilcoxon* karena peneliti ingin menguji perbedaan 2 kelompok data berpasangan berskala ordinal dan data tersebut terdistribusi normal.

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian data distribusi responden seperti umur, jenis kelamin, pengalaman menerima informasi tentang *bullying*, dan data pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying* digambarkan dalam tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan usia dan jenis kelamin siswa (N=65).

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur		
16 Tahun	40	61.5%
17 Tahun	21	32.3%
18 Tahun	4	6.2%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	17	26.2%
Perempuan	48	73.8%
Informasi tentang bullying		
Ya	65	100
Sumber Informasi		
Media Sosial	20	30.8%
Guru	16	24.6%
Pendidikan Kesehatan	10	15.4%
Lain-Lain	19	29.2%

Tabel 1 menunjukkan bahwa paling banyak responden berusia 16 tahun berjumlah 40 responden (61,5%), dan 48 responden (73,8%) berjenis kelamin perempuan. Selain itu, data menunjukkan bahwa 100% responden pernah mendapatkan informasi tentang *bullying* dan sumber informasi paling banyak diperoleh dari media sosial yaitu sebanyak 20 responden (30,8%).

Tabel 2. Pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan *bullying* sebelum dan setelah diberikan terapi kelompok terapeutik

Pengetahuan siswa tentang pencegahan bullying	Pre test		Post test	
	Σ	%	Σ	%
Baik	53	81.5%	62	95.4%
Cukup	12	18.5%	3	4.6%

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi kelompok terapeutik 53 (81,5%) responden memiliki pengetahuan yang baik dan 12 responden (18,5%) memiliki pengetahuan cukup tentang pencegahan *bullying*. Setelah diberikan terapi kelompok terapeutik pengetahuan tentang pencegahan *bullying* meningkat menjadi 62 (95,4%) responden memiliki pengetahuan baik dan 3 (4,6%) responden memiliki pengetahuan cukup tentang pencegahan *bullying*.

Tabel 3. Efektifitas terapi kelompok terapeutik dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan *bullying*

Pengetahuan siswa tentang pencegahan <i>bullying</i>	<i>bullying</i>			P.Value
	Negative ranks	Positive ranks	Ties	
	2a	11b	52 ^c	0,013

Tabel 3 Hasil uji statistik *wilcoxon* dilihat bahwa 2 responden yang memiliki nilai *post test* lebih rendah dari *pre test*, 11 responden memiliki nilai *post test* lebih besar dari *pre test* dan 52 responden memiliki nilai *pre test* dan *post test* yang sama, dengan nilai *p-value*=0,013 ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa terapi kelompok terapeutik efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan *bullying*.

Pembahasan

Pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan *bullying* sebelum diberikan terapi kelompok terapeutik.

Bullying adalah tindakan agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang dianggap lebih lemah atau tidak mampu membela diri. *Bullying* dapat terjadi dimana saja termasuk sekolah oleh karena itu, siswa harus terpapar informasi tentang *bullying* namun masih ada siswa yang belum tahu tentang *bullying* siswa harus memahami apa itu *bullying*, jenis-jenis *bullying*, faktor penyebab *bullying* penanganan dan pencegahan *bullying*. Pengetahuan tentang *bullying* diukur berdasarkan indikator definisi *bullying*, jenis-jenis *bullying*, faktor penyebab *bullying*, dampak *bullying*, penanganan dan pencegahan *bullying* (Frontina et al., 2023).

Pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying* sebelum diberikan terapi kelompok terapeutik berada pada kategori baik sebanyak 53 responden (81,5%) dan 12 responden (18,5%) pengetahuan cukup.

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan siswa salah satunya sumber informasi dimana siswa pernah atau tidak pernah terpapar informasi. Pengetahuan yang baik akan mampu membuat siswa memahami akan bahaya tindakan *bullying*, pengetahuan yang baik terhadap tindakan *bullying* juga mempengaruhi siswa untuk lebih berhati-hati lagi dalam berinteraksi sosial pada keseharian mereka. Pengetahuan yang rendah sangat mempengaruhi terjadinya *bullying* di lingkungan sekolah. Hal ini dapat disebabkan karena minimnya anak mendapatkan informasi atau pembelajaran tentang *bullying* sehingga memicu terjadinya perilaku seperti mengejek, menghina dan memukul teman (Alvareza et al., 2023).

Sejalan dengan penelitian ini sebelum diberikan terapi kelompok terapeutik pencegahan *bullying* paling banyak pengetahuan siswa itu kategori baik. Hal ini karena siswa di SMA Negeri 7 Kota Kupang sudah pernah mendapatkan informasi tentang *bullying* dari media sosial, guru, pendidikan kesehatan dan lain-lain. Siswa yang pernah mendapatkan informasi tentang *bullying* akan lebih mengenali, mencegah dan mengatasi *bullying*. Pengetahuan ini memberi siswa kekuatan untuk bertindak dengan tepat baik sebagai korban, pelaku atau saksi. Peneliti berpendapat paling banyak siswa pengetahuan baik karena siswa sudah mengetahui tentang pengertian *bullying*, jenis *bullying*, faktor penyebab *bullying*, dampak *bullying*, penanganan dan pencegahan *bullying*. Hal ini sesuai dengan hasil kuesioner untuk indikator definisi, jenis, faktor penyebab, dampak, penanganan dan pencegahan siswa lebih banyak menjawab baik, meskipun nilai indikator yang kurang berada pada pengetahuan tentang jenis dan dampak *bullying*.

Pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan *bullying* setelah diberikan terapi kelompok terapeutik.

Terapi kelompok terapeutik merupakan salah satu jenis dari terapi kelompok yang memberi kesempatan kepada anggotanya untuk saling berbagi pengalaman, saling membantu satu dengan lainnya untuk menemukan cara menyelesaikan masalah dan akan mengantisipasi masalah yang dihadapi dengan mengajarkan cara yang efektif untuk mengendalikan stress. Terapi kelompok terapeutik bertujuan untuk mempertahankan homeostasis, berfokus pada disfungsi perasaan, pikiran dan perilaku, membantu mengatasi stress emosi, penyakit fisik, krisis tumbuh kembang atau penyesuaian sosial. Secara garis besar tujuan dari terapi kelompok terapeutik adalah mengantisipasi dan mengatasi masalah dengan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh anggota kelompok itu sendiri (Setyaningsih et al., 2024).

Setelah diberikan terapi kelompok terapeutik didapatkan hasil pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying* berada pada kategori baik yaitu 62 responden (95,4%) dan 3 responden (4,6%) memiliki pengetahuan cukup.

Setelah diberikan terapi kelompok terapeutik, pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying* mengalami peningkatan dengan 95,4% reponden dalam kategori baik. Hal ini sesuai dengan hasil pengisian kuesioner bahwa siswa mampu menjawab indikator definisi, jenis, faktor penyebab, dampak, penanganan dan pencegahan *bullying*. Sebelum diberikan TKT, masih ada indikator pengetahuan tentang pencegahan *bullying* yang rendah yaitu jenis dan dampak *bullying*. Namun, setelah diberikan TKT, nilai kedua indikator tersebut mengalami peningkatan.

Terapi kelompok terapeutik ini berikan pada siswa untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying*. Dalam terapi kelompok terapeutik pencegahan *bullying* tersebut, siswa difasilitasi untuk berdiskusi tentang pengertian *bullying*, jenis *bullying*, tempat terjadinya *bullying*, dampak *bullying*, pencegahan dan penanganan *bullying* sesuai dengan pengetahuan dan pengalaman siswa selama ini. Selain itu, terapi kelompok terapeutik inipun memungkinkan bagi korban untuk bercerita tentang pengalaman *bullying* yang diterimanya sehingga dapat didengar oleh pelaku. Sehingga pelaku menyadari bahwa tindakan *bullying* yang dilakukannya selama ini adalah sebuah perilaku yang menyakiti orang lain dan berdampak negatif bagi korban *dibully*. Proses diskusi dan berbagi pengalaman tersebut meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa tentang pencegahan *bullying*.

Efektifitas terapi kelompok terapeutik dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan *bullying*.

Terapi kelompok terapeutik pencegahan *bullying* dapat membantu siswa untuk berbagi pengalaman, saling mendukung, memecahkan kesulitan dan mengatasi hambatan. Terapi kelompok terapeutik memberikan manfaat signifikan bagi siswa dan melalui interaksi dalam kelompok terapeutik, siswa dapat mengembangkan keterampilan sosial, dan mendukung pertumbuhan emosional mereka. Terapi kelompok terapeutik juga dapat memberikan dukungan sebaya, memungkinkan siswa untuk merasa didengar dan dipahami oleh orang-orang seumur mereka yang mengalami situasi serupa sehingga dapat meningkatkan pengetahuan siswa (Sartika Pulungan et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terapi kelompok terapeutik efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan *bullying* dengan $p\text{-value} = 0,013$.

Hal ini sesuai penelitian Mahadini & Wulandari (2023) mengenai terapi kelompok terapeutik sebagai pencegahan *bullying* menunjukkan hasil yang positif (Mahadini & Wulandari, 2023). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan melalui terapi kelompok dapat menjadi strategi efektif dalam pencegahan *bullying* di kalangan remaja (Galaresa & Al Kasanah, 2022). Dalam terapi kelompok terapeutik ini, siswa diajak untuk saling bercerita tentang permasalahan perilaku yang dianggap tidak sesuai kemudian memicu terjadinya *bullying*. Korban bercerita tentang pengalaman *bullying* yang diterimanya sehingga dapat didengar oleh pelaku *bullying* dan sebaliknya, pelaku *bullying* mengemukakan alasan mengapa *bullying* dapat terjadi. Pada sesi ini, terungkap semua alasan terjadinya *bullying* yaitu karena siswa suka bercanda, siswa marah dan tidak suka pada temannya, orang tua yang sering marah-marah di rumah, dan lain sebagainya. Terungkap juga perasaan korban ketika *dibully* yaitu merasa takut, cemas, marah, tidak senang bahkan merasa harga diri rendah dan tidak ingin ke sekolah lagi. Selain itu, pada sesi TKT ini siswa saling berdiskusi tentang cara penyelesaian masalah seperti pencegahan agar tidak terjadi *bullying* dan cara penanganan ketika *bullying* terjadi. Penelitian yang dilakukan oleh Galaresa (2022) menunjukkan bahwa terapi kelompok efektif dalam mengurangi perilaku *bullying*. Selain itu, pengetahuan siswa tentang *bullying* berpengaruh terhadap tindakan *bullying*, dimana siswa dengan pengetahuan rendah lebih cenderung melakukan *bullying*. Dengan demikian, pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying* pun meningkat.

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan atau sebagai suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu pengalaman pribadi dapat dijadikan sebagai salah satu cara untuk memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang telah diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi pada masa lalu. Pengetahuan dipengaruhi oleh pengalaman dari manusia dan sumber informasi yang didapatkan sehingga seseorang dapat memperoleh pengetahuan secara baik. Pengalaman tentang *bullying* yang dibagikan oleh siswa pada saat terapi kelompok terapeutik sangat mempengaruhi kemampuan siswa dalam mengenal dan menganalisis masalah *bullying* yang terjadi di sekelilingnya (Nurillawaty Rahayu et al., 2019). Pengetahuan yang baik dapat diperoleh ketika siswa menerima informasi dengan baik. Selain itu, terapi kelompok terapeutik dipandu oleh fasilitator yang dapat mengarahkan diskusi dan memberikan informasi tambahan yang relevan. Peneliti sebagai fasilitator juga membantu siswa mengidentifikasi dan mengatasi hambatan pembelajaran, sehingga mereka dapat lebih fokus dan efektif dalam berdiskusi tentang *bullying*. Dalam lingkungan terapi kelompok, siswa juga belajar keterampilan sosial dan emosional yang penting seperti mendengarkan aktif, empati, dan kerja sama. Keterampilan ini juga mendukung siswa untuk kompeten secara sosial dan emosional sehingga juga terbentuk perilaku yang positif dengan saling menghargai pendapat, pandangan dan perasaan teman sebayanya tentang *bullying*. Ketika siswa merasa didukung dan dihargai dalam, siswa cenderung lebih bersemangat untuk berpartisipasi dan berkontribusi dalam proses berdiskusi dan berbagi pengalaman. Hal ini pada akhirnya berdampak positif pada peningkatan pengetahuan siswa. Secara keseluruhan, terapi kelompok terapeutik menawarkan pendekatan yang komprehensif dalam meningkatkan pengetahuan siswa dengan menggabungkan aspek akademis, sosial, dan

emosional dalam satu paket pembelajaran yang holistik. Melalui metode ini, siswa mendapatkan kesempatan untuk berinteraksi dan berbagi pengalaman tentang *bullying* dengan teman sebayanya dalam lingkungan yang mendukung. Interaksi tersebut memungkinkan siswa untuk melihat berbagai perspektif dan pendekatan dalam memecahkan masalah *bullying* yang dapat memperkaya pemahaman siswa tentang pencegahan dan penanganan *bullying*.

Keterbatasan Penelitian

Kelemahan penelitian ini adalah tidak ada kelompok kontrol sehingga sulit memastikan bahwa peningkatan pengetahuan disebabkan oleh terapi kelompok terapeutik seutuhnya atau adanya pengaruh faktor lain.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 81,5% responden memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan *bullying* sebelum diberikan terapi kelompok terapeutik dan meningkat menjadi 95,4% responden memiliki pengetahuan baik tentang pencegahan *bullying* setelah diberikan terapi kelompok terapeutik pencegahan *bullying*. Hal ini membuktikan bahwa ada perbedaan pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying* sebelum dan setelah diberikan terapi kelompok terapeutik. Selain itu, hasil uji statistik membuktikan terapi kelompok terapeutik efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA tentang pencegahan *bullying* dengan nilai $p\text{-value}=0,013$ ($p < 0,05$).

Penelitian dapat dijadikan sebagai referensi dalam upaya pencegahan dan penanganan *bullying* pada siswa. Dengan menerapkan terapi kelompok terapeutik, bukan hanya terjadi peningkatan pengetahuan siswa tentang pencegahan *bullying*, namun juga dapat merubah perilaku siswa. Sekolah dapat menerapkan metode ini sebagai salah satu alternatif pembinaan karakter yang berbudi pekerti termasuk membentuk perilaku anti *bullying* pada siswa. Bagi peneliti selanjutnya, kiranya dapat melakukan penelitian dengan metode kualitatif untuk mengeksplorasi perasaan dan pemahaman siswa tentang *bullying* selama dan setelah diberikan terapi kelompok terapeutik.

Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini baik kepentingan finansial maupun komersial yang dapat mempengaruhi hasil penelitian ini. Semua pihak yang terlibat berkomitmen melakukan penelitian dengan penuh tanggung jawab menjaga integritas dan objektivitas penelitian.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada SMA Negeri 7 Kota Kupang dalam hal ini Kepala Sekolah yang telah memberikan ijin penelitian, para guru wali kelas yang telah memfasilitasi pemilihan responden dan para siswa yang telah terlibat menjadi responden dalam penelitian ini.

Credit Author Statement

Fepyani Thresna Feoh: Conceptualization, methodology, writing – review and editing, validation, Project administration, Investigation, funding acquisition, visualization. **Derry Bernad Nenohaifeto:** Writing-original draft, Investigation, Formal Analysis. **Maryati A. Barimbing:** Investigation, resources.,

Daftar Pustaka

- Alvareza, A., Damayanti, R., & Suryani, K. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Bullying pada Remaja di SMP Santo Louis Palembang. *INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 2(5), 1009–1014. <https://doi.org/10.55123/INSOLOGI.V2I5.2761>
- Bachri, Y., Putri, M., Yuli, P. S., & Ningsih, R. (2021). Pencegahan Perilaku Bullying Pada Remaja. *Jurnal Salingka Abdimas*, 1(1), 30–36. <https://doi.org/10.31869/JSAM.V1I1.2823>
- Feoh, F. T., & Muskananfola, I. L. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja di Kota Kupang. *NURSING UPDATE : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan* P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871, 14(4), 439–446. <https://doi.org/10.36089/NU.V14I4.1793>

- Frontina, T., Budiarti, R. R., Paskah, D., & Adrian, A. (2023). The Problem of Bullying in the Education Sphere: A Case Study of Students with Disabilities. *PASCA: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 19(1), 84–94. <https://doi.org/10.46494/PSC.V19I1.248>
- Galaresa, A., & Al Kasanah, A. (2022). Hubungan Pengetahuan terhadap Tindakan Bullying pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 14–19.
- Gracianus Edwin Tue P. Lejap, Enasely Mega Wenyi Rohi, & Dhiu Margaretha. (2024). Pemberian Layanan Informasi Preventif Tentang Perilaku Bullying Kepada Siswa Kelas VII SMPN. *JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 242–247. <https://doi.org/10.47065/JPM.V4I3.1548>
- Hardayati, Y. A., & Keliat, B. A. (2022). Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Terhadap Peningkatan Aspek dan Tugas Perkembangan Remaja: *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(7), 824–827. <https://doi.org/10.56338/MPPKI.V5I7.2396>
- Lette, A. R., & Paulus, A. Y. (2022). Bullying Sebagai Cara Untuk Mengakrabkan Diri (Studi Fenomenologi Di Kalangan Siswa SMA Kota Kupang). *Excellent Midwifery Journal*, 5(2), 19–37. <https://doi.org/10.55541/EMJ.V5I2.218>
- Mahadini, C., & Wulandari, M. (2023). Pendampingan Terapi Kelompok untuk Menurunkan Kecenderungan Perilaku Bullying pada Siswa SDN 1 Ketindan Kec. Lawang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 5(1), 44–49. <https://doi.org/10.47859/WUJ.V5I1.320>
- Nugroho, W. S. (2019, October 20). Kasus Bunuh Diri Remaja Berinisial YSS di Kupang, KPAI : Diduga Alami Bullying Teman Sekolah . *Tribun Jogja.Com*.
- Nurillawaty Rahayu, A., Susanti, H., & Daulima, N. H. C. (2019). Penerapan Terapi Kelompok Terapeutik dan Terapi Asertif Untuk Pencegahan Perundungan Pada Anak Usia Sekolah Dengan Pendidikan Komunikasi Interpersonal Peplau. *Gunahumas*, 2(2), 340–349.
- Putu, N., Pratiwi, A. T., Eka, S. A., Wahyuni, P., Made, N., & Sulistiowati, D. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan Bullying pada Remaja di Desa Gunaksa Klungkung. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(3), 819–826. <https://doi.org/10.37287/JPM.V5I3.2249>
- Sartika Pulungan, Z. A., Purnomo, E., & Yani Hamid, A. S. (2023). The Readiness For Enhancement Of School-Age Children Development With Therapeutic Group Therapy: A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 9(2), 81–88. <https://doi.org/10.33490/JKM.V9I2.572>
- Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, D., Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, P., & Teknologi, dan. (n.d.). *STOP Perundungan/ Bullying Yuk!*
- Setyaningsih, T., Fitria, D., Andriani Utami, R., Nur Rohmah, U., Azhar, M., Rianjar, R., Tiga Keperawatan, D., & Husada, Stik. R. (2024). *SerQua : Service Quality (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Terapi Kelompok Terapeutik Lansia untuk Meningkatkan Integritas dan Kepercayaan Diri Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia di Jakarta Barat*. 1(1), 27–37.
- Vindo Galaresa, A., & Al Kasanah, A. (2022). Hubungan Pengetahuan Terhadap Tindakan Bullying Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 14–19.