

PROGRAM ANTI PERUNDUNGAN SEBAGAI UPAYA MENCEGAH DAN MENURUNKAN PERILAKU PERUNDUNGAN DI SEKOLAH MENENGAH : STUDI LITERATUR

Rani Nur Anekasari¹, Margaretha Sih Setija Utami², Cicilia Tanti Utami³

Magister Psikologi Sains Universitas Katolik Soegijapranata Semarang¹²³

e-mail: raninuranekasai@gmail.com¹ cicih@unika.ac.id² cicil@unika.ac.id³

Diterima: 21/1/2026; Direvisi: 24/1/2026; Diterbitkan: 28/1/2026

ABSTRAK

Perundungan di sekolah menengah masih menjadi permasalahan yang berdampak pada kesejahteraan psikologis siswa dan iklim sekolah. Berbagai program anti perundungan telah diterapkan di Indonesia, namun bentuk, pola implementasi, dan tingkat efektivitasnya menunjukkan hasil yang beragam. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah bentuk dan karakteristik program anti perundungan di sekolah menengah, menganalisis pola implementasi dan efektivitas program, serta mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat pelaksanaannya. Metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur dengan pendekatan narrative literature review. Pencarian artikel dilakukan melalui Google Scholar dan Portal Garuda pada rentang tahun 2020–2025. Dari 105 artikel yang teridentifikasi, sebanyak 9 artikel dipilih berdasarkan kriteria relevansi topik, konteks sekolah menengah, serta kejelasan deskripsi program dan hasil penelitian. Hasil kajian menunjukkan bahwa program anti perundungan di sekolah menengah terdiri atas program berbasis siswa, guru bimbingan dan konseling, pendidikan karakter, serta program berbasis kebijakan sekolah melalui pembentukan TPPK. Secara umum, program-program tersebut efektif dalam menurunkan perilaku perundungan dan meningkatkan empati siswa. Namun, efektivitas program sangat dipengaruhi oleh komitmen sekolah, keterlibatan seluruh warga sekolah, kolaborasi dengan pihak eksternal, serta monitoring dan evaluasi yang berkelanjutan. Hambatan utama meliputi rendahnya pelaporan kasus, keterbatasan sumber daya, dan inkonsistensi implementasi program.

Kata Kunci : *Perundungan, program anti perundungan, sekolah menengah, studi literatur*

ABSTRACT

Bullying in secondary schools remains a critical issue affecting students' psychological well-being and the overall school climate. Various anti-bullying programs have been implemented in Indonesia; however, their forms, implementation patterns, and effectiveness vary considerably. This study aims to examine the forms and characteristics of anti-bullying programs in secondary schools, analyze their implementation and effectiveness, and identify factors that support or hinder program success. This study employed a narrative literature review approach. Articles were retrieved from Google Scholar and Portal Garuda databases published between 2020 and 2025. Out of 105 identified articles, nine studies were selected based on topic relevance, secondary school context, and clarity of program description and outcomes. The findings indicate that anti-bullying programs in secondary schools include student-based programs, guidance and counseling-based interventions, character education initiatives, and school-based programs supported by formal prevention teams (TPPK). Overall, these programs were effective in reducing bullying behavior and improving students' empathy. Nevertheless, program effectiveness largely depends on school leadership commitment, active involvement of school members, collaboration with external stakeholders, and continuous

monitoring and evaluation. Major barriers include underreporting of bullying cases, limited resources, and inconsistent program implementation.

Keywords: *bullying, anti-bullying program, secondary school, literature review*

PENDAHULUAN

Perundungan atau *bullying* merupakan sebuah fenomena intimidasi yang umumnya menysasar individu dengan posisi yang dianggap lebih lemah dalam struktur sosial tertentu. Tindakan intimidasi tersebut termanifestasi dalam berbagai bentuk meliputi kekerasan fisik, verbal, sosial, hingga perundungan melalui media daring yang kerap dikenal sebagai *cyber bullying*. Keberadaan kelompok pertemanan eksklusif atau *geng* sering kali menjadi katalisator utama munculnya perilaku ini karena pelaku cenderung merasa lebih berkuasa saat berada dalam kelompok besar. Tindakan negatif tersebut dilakukan secara sengaja dengan intensitas yang berlangsung secara berulang guna memberikan dampak psikis maupun fisik bagi korban (Soraya & Murti, 2025). Fenomena ini menjadi sangat mengkhawatirkan karena pola interaksi antar teman sebaya yang tidak sehat ini sering kali dianggap sebagai bagian normal dari proses pendewasaan, padahal memiliki dampak yang sangat destruktif bagi perkembangan karakter anak. Pemahaman mendalam mengenai struktur interaksi pelaku dan kelompoknya sangat krusial untuk mengidentifikasi akar permasalahan perundungan yang semakin kompleks di era digital saat ini guna menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih aman bagi seluruh peserta didik. Upaya preventif sangat dibutuhkan untuk memitigasi risiko buruk perundungan.

Sekolah yang idealnya berfungsi sebagai sarana pembentukan karakter dan peningkatan ilmu pengetahuan nyatanya sering menjadi lokus dengan tingkat perundungan tinggi dalam sistem pendidikan formal. Berdasarkan data KBR.id (2025), Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) melaporkan kenaikan drastis kasus perundungan yang tercatat sejak tahun 2020 hingga 2023. Pada tahun 2020 terdapat 119 peristiwa, meningkat menjadi 1.478 laporan pada tahun 2023. KPAI (2024) mengibaratkan situasi ini seperti fenomena *iceberg* karena masih banyak kasus yang sengaja ditutupi oleh institusi pendidikan guna menjaga reputasi lembaga. UNICEF Indonesia (2020) juga mencatat prevalensi perundungan mencapai angka 41% pada pelajar berusia 15 tahun dengan persentase laki-laki lebih tinggi sebagai korban. Kesenjangan antara fungsi edukatif sekolah dengan realitas lapangan menunjukkan urgensi penanganan masalah ini secara serius dan sistematis. Ketidakseimbangan ini mencerminkan bahwa lingkungan sekolah belum sepenuhnya menjadi tempat yang aman bagi siswa dalam menimba ilmu pengetahuan karena ancaman kekerasan yang terus membayangi kehidupan harian para pelajar di berbagai daerah. Dukungan semua pihak diperlukan demi menghentikan siklus negatif yang merugikan masa depan generasi.

Perilaku agresi pada anak muncul akibat dorongan internal serta eksternal yang saling berkaitan satu sama lainnya secara kompleks. Siswati dan Saputra (2023) menjelaskan bahwa keinginan untuk menunjukkan kekuatan dan dominasi di hadapan teman sebaya merupakan motif internal yang memicu terjadinya perundungan di sekolah. Selain faktor individu tersebut, pergaulan dengan kelompok teman sebaya juga memiliki peran besar dalam membentuk kecenderungan perilaku intimidatif anak (Al Fathoni & Setiawati, 2020). Dinamika keluarga yang bermasalah serta kondisi lingkungan yang menantang seperti kemiskinan turut memperburuk risiko anak menjadi pelaku (Zakiah & Khusumadewi, dalam Rosalinah dkk., 2024). Pengaruh media sosial juga signifikan dalam mendorong perilaku negatif tersebut di kalangan siswa (Bulu dkk., 2019). Interaksi faktor-faktor ini menciptakan pola perilaku yang sulit diputus jika tidak ada intervensi menyeluruh dari lingkungan sekitar. Identifikasi faktor risiko ini sangat penting agar program pencegahan yang disusun tepat sasaran dan mampu

menyentuh akar permasalahan yang dialami oleh siswa dalam berbagai konteks sosialnya baik di lingkungan rumah maupun di sekolah. Pencegahan dini diharapkan mampu meminimalisir tindakan yang dapat merusak masa depan anak.

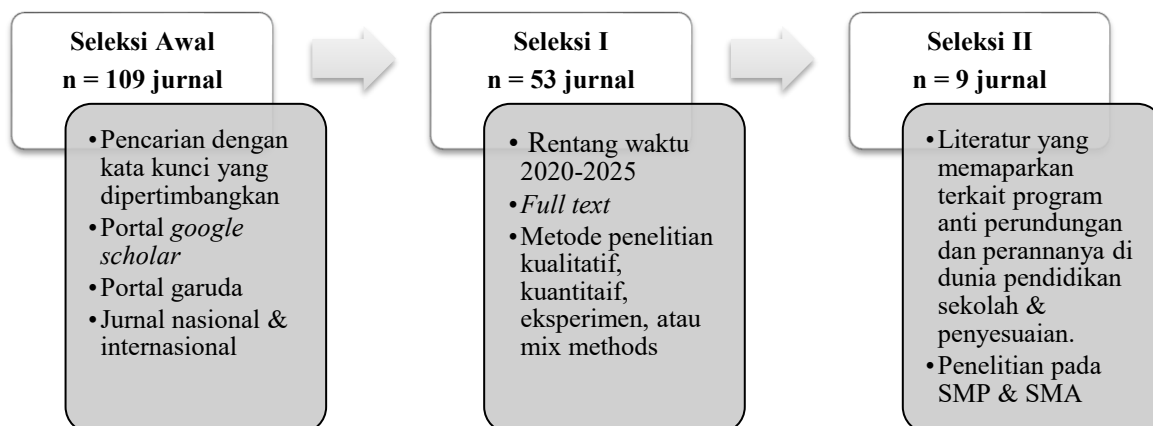
Dampak perundungan sangat mengkhawatirkan karena memengaruhi kondisi psikologis korban yang dapat berujung pada stres, kecemasan, hingga keputusan bunuh diri (Al Fathoni & Setiawati, 2020). Pelaku yang merasa memiliki kekuasaan dan harga diri tinggi cenderung merasa puas atas tindakannya namun berisiko terjebak dalam perilaku kriminal di masa depan (Iskandar & Nur, 2023; Soraya & Murti, 2025). Selain itu, saksi atau *bystander* yang melihat kejadian tersebut tanpa adanya sanksi tegas akan menganggap tindakan intimidatif sebagai hal yang wajar secara kognitif (Iskandar & Nur, 2023). Hal ini memungkinkan mereka untuk bertransformasi menjadi pelaku baru di kemudian hari. Penelitian menunjukkan bahwa banyak pelaku awalnya hanya merupakan penonton yang kemudian ikut melakukan perundungan setelah menyaksikan temannya (Soraya & Murti, 2025). Oleh sebab itu, sekolah harus merancang kebijakan serta sanksi yang jelas guna menciptakan lingkungan yang aman bagi seluruh warga sekolah termasuk guru yang kerap menjadi sasaran intimidasi siswa (Nursehah dkk., 2024; Ikhsanah, 2017). Perlindungan menyeluruh bagi setiap elemen sangat diperlukan agar proses belajar mengajar tidak terganggu. Keamanan psikologis seluruh pihak adalah fondasi keberhasilan pendidikan nasional.

Program anti perundungan merupakan bentuk intervensi sistematis untuk memitigasi perilaku intimidasi melalui kebijakan sekolah dan keterlibatan teman sebaya sebagai agen perubahan dalam program *Roots* Indonesia (Fraguas dkk., 2021; Keysinaya & Nuraeni, 2022). Implementasinya mencakup pembentukan Satuan Tugas atau satgas anti perundungan serta penyediaan kanal pelaporan yang aman bagi korban (Siswati & Saputra, 2023; Nursehah dkk., 2024). Meskipun penelitian terdahulu telah membahas fenomena ini, kajian yang menganalisis efektivitas pola implementasi secara komprehensif di jenjang Sekolah Menengah masih sangat terbatas. Sebagian besar literatur masih berfokus pada intervensi tunggal dan jarang menelaah faktor penghambat keberhasilan program secara sistematis. Berangkat dari kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan mengisi celah pengetahuan melalui kajian literatur yang mendalam mengenai model pencegahan yang efektif dan terintegrasi. Inovasi penelitian ini terletak pada analisis holistik terhadap berbagai variabel pendukung keberhasilan program anti perundungan guna memberikan kontribusi teoretis bagi dunia pendidikan di Indonesia. Diharapkan hasil kajian ini menjadi rujukan strategis bagi praktisi dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Studi literatur ini penting untuk menyempurnakan kerangka kerja pencegahan kekerasan di seluruh wilayah Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan pendekatan *narrative literatur review*. Menurut Sembiring, dkk (2024) Studi literatur adalah komponen kunci dalam penelitian yang melibatkan pemilihan teori untuk menjawab rumusan masalah. Pada penelitian ini nantinya akan mensintesis temuan pada jurnal-jurnal penelitian yang memiliki kesamaan pada variabel yang diteliti. Pencarian literatur dengan menggunakan database *google scholar* dan portal garuda berdasarkan pertimbangan familiaritas dan kemudahan dalam akses untuk melakukan pencarian. Proses pencarian didukung dengan kata kunci "perundungan", "anti perundungan", dan "sekolah menengah" yang didapatkan sebanyak 105 jurnal. Kemudian peneliti melakukan seleksi lanjutan dengan mendapatkan 53 jurnal dan pada seleksi akhir didapatkan 9 jurnal yang terpilih dan dikaji berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan. Adapun kriteria yang sesuai untuk menyaring jurnal penelitian yang akan direview yaitu : (1) terdiri dari

jurnal nasional dan internasional; (2) memiliki rentang waktu publikasi pada tahun 2020-2025; (3) naskah jurnal dapat diakses secara *full text*; (4) metodologi penelitian berupa kualitatif, kuantitatif, eksperimen ataupun *mix methods*; (5) literatur perlu menjelaskan terkait dengan program anti *bullying* yang dilakukan di sekolah menengah dan bagaimana pengaruhnya. Prosesnya akan dijelaskan pada bagan berikut :



Gambar 1. Alur Seleksi Jurnal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada penelitian ini menggunakan 9 jurnal penelitian yang terpilih yang dilakukan *review*. Adapun hasil dari kajian jurnal akan dijelaskan pada tabel berikut ini :

Tabel 1. Matriks Hasil Literatur Review Implementasi dan Efektivitas Program Anti Perundungan di Sekolah Menengah

No	Referensi	Metode	Hasil
1	Sari, S., L. & Suryanto, D. (2024). Efektivitas Program Roots Indonesia dalam Mengurangi Perundungan di Sekolah (Studi Komparatif SMPN 1 Banuhampu Kabupaten Agam dan UPTD SMP N 1 Kec. Payakumbuh Kabupaten Lima Puluh Kota)	Kualitatif deskriptif	• Siswa dijadikan agen perubahan dan diberikan pelatihan selama 6 bulan di UPTD SMPN 1 Payakumbuh dan 15x pertemuan di SMPN 1 Banuhampu • Kanal pelaporan tindakan bullying bisa melalui kotak masalah atau lewat chat WhatsApp. • Monitoring dan evaluasi dilakukan setiap tahun • Kolaborasi dalam pendampingan korban dengan Dinas Sosial & P2TP2A. • Program Roots secara efektif mampu menurunkan perundungan di kedua sekolah dan menciptakan rasa aman bagi korban.
2	Wau, B. E. D., Tobing, A. L., Pasaribu, J., &	Kualitatif deskriptif	• Program anti-bullying berjalan secara fungsional dengan peran guru BK

	Panjaitan, M. (2025). Analisis Efektivitas Kebijakan dan Program Anti <i>Bullying</i> di Sekolah Menengah Pertama (Studi Kasus SMP Swasta Methodist 5 Medan)		- Guru BK memberikan konseling personal, klasikal, moral, spiritual dengan memanfaatkan kegiatan keagamaan dan empatik - Mediasi refleksi antara korban, pelaku dan orangtua - Siswa memberikan evaluasi usulan perbaikan program - Diperlukan penguatan struktur formal seperti pembentukan TPPK, SOP, dan kerja sama antar pemangku kepentingan agar kebijakan lebih konsisten dan berkelanjutan
3	Puspitarini, Y., Wuryadini, E., & Rasiman. (2024). Implementasi Program Anti Bullying pada Sekolah Ramah Anak di SMAN 1 Brebes Kabupaten Brebes	Kualitatif	- Implementasi program anti-bullying di sekolah ramah anak memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesejahteraan siswa dan iklim sekolah secara keseluruhan - Memberikan pelatihan tentang hak anak, sekolah ramah anak bagi pendidik dan tenaga kependidikan, dan narasumber adalah orang yg ahli dibidangnya - Menyusun tata tertib tentang anti bullying - Evaluasi berkala dan dilaksanakan oleh semua pihak, mulai dari kepala sekolah, guru dan BK. Adanya pengawasan pada kegiatan pembelajaran terutama ekstrakurikuler. - Untuk mendukung keberlangsungan kebijakan program, perlu adanya konsistensi dan keseriusan serta kerja sama dengan berbagai pihak yang mendukung.
4	Al Rasyid, A. Z. H., & Gautama, M. I. (2023). Efektivitas Program Roots di Pondok Pesantren Nurul Ikhlas Tanah Datar dalam Mengatasi Bullying	Kualitatif fenomenologi	- Program Roots di Pondok Pesantren Nurul Ikhlas Tanah Datar tidak efektif, - Dilihat dari tiga indikator pengukuran efektivitas, yaitu efektivitas sosialisasi program, tujuan program dan pemantauan program yang tidak berjalan dengan baik sehingga berdampak pada tidak tercapainya tujuan program Roots

			• Sekolah memiliki kesibukan dengan kegiatan lain sehingga program tidak terlaksana sepenuhnya • Agen perubahan hanya melaksanakan tugas pada minggu pertama
5	Rivad, M., Muchtar H., & Dewi, S. F. (2025). Upaya Sekolah dalam Mencegah Bullying Melalui Program Anti-Perundungan	Kualitatif	• Program anti perundungan berdampak meningkatkan rasa empati dan kepedulian sesama siswa. Program ini juga memberikan dukungan emosional pada korban sehingga merasa tenang dan merasa lebih diperhatikan di sekolah • Sosialisasi program pada MPLS, setiap hari Jumat melalui guru agama dan PKn. • Memberikan sanksi dan pemanggilan orang tua pelaku • Membentuk TPPK, bekerjasama dengan BK untuk pendampingan korban dan bekerjasama dengan orangtua agar mengetahui situasi. • Faktor penghambat internal : kurang empati dan kurang peduli, korban tidak terbuka, dan teman lain yang diam saja temannya dibully. • Faktor penghambat eksternal : lingkungan keluarga, teman sebaya tempat tinggal dan menggunakan media sosial yang kurang terkontrol
6	Kurniawan, H. W., Sugiarto., & Listyasari, W. (2025). <i>Strategi Manajemen Sekolah untuk Pencegah Perundungan Peserta Didik.</i>	Kualitatif	• Sekolah telah berhasil mengintegrasikan strategi pencegahan (<i>bullying</i>) ke dalam sistem manajemen peserta didik, dengan melibatkan seluruh elemen sekolah secara aktif dan kolaboratif • Keberhasilan juga dipengaruhi oleh kepemimpinan sekolah, budaya organisasi, dan komitmen kolektif dalam mengedepankan nilai-nilai karakter seperti empati, toleransi, dan tanggung jawab dan juga kerja sama dan tanggung jawab warga sekolah.. • Dibentuk tim khusus yang terdiri dari unsur pimpinan sekolah, guru BK, wali kelas, guru piket, dan pengurus OSIS.

			• Pelaksanaan program dilakukan dengan berbagai strategi seperti, kegiatan rutin seminar tematik, diskusi kelas dipandu oleh wali kelas, patrol oleh guru piket di area rawan perundungan, disediakan kotak pengaduan, dan kanal pelaporan online.
7	Noer, K. U., Putra, S., Ghozi, A., Madewanti, N. L. G., & Widyowati, T. (2024). Analisis Efektivitas Program Pencegahan dan Penanganan Kekerasan di Sekolah dan Madrasah	<i>Mix methods</i> dengan kuantitatif dan kualitatif FGD	• Program pencegahan dan penanganan kekerasan di Perguruan Attaqwa terbukti efektif meningkatkan pemahaman, membentuk kelembagaan formal, dan mendorong terciptanya sekolah bebas kekerasan. • Dibentuknya Satuan Tugas Pencerahan Kekerasan, sosialisasi diberikan pelatihan untuk kepala sekolah, guru, wali kelas dan anggota satgas. • Kolaborasi dengan pihak eksternal seperti dinas pendidikan dan KPAI. • Keberhasilan program dipengaruhi regulasi jelas, pendampingan, dan komitmen semua pihak terkait.
8	Talib, S. T. R., Senan, D. C. P., Said, F. M., Pamungkas, A., Matualage, A., & Susantie, N.G. (2024). <i>School-Based Anti-Bullying Program on Reducing Violence among High School Students in Indonesia: A Quasi-Experimental study</i>	Eksperimen	• Program anti-bullying berbasis sekolah terbukti efektif meningkatkan sikap dan perilaku anti-bullying siswa SMA, meskipun pengetahuan tidak meningkat signifikan • Program dirancang untuk 24 minggu dengan berbagai kegiatan, seperti edukasi dan sosialisasi, role play, peer konseling, penguatan soft skill seperti problem solving dan regulasi emosi. • Pada kelompok eksperimen aspek sikap dan perilaku meningkat signifikan, sedangkan pengetahuan siswa tidak signifikan • Pada kelompok kontrol tidak ada perubahan • Program ini berpotensi diterapkan lebih luas di sekolah Indonesia, namun perlu dilakukan evaluasi metode pembelajaran,

- | | | | |
|---|--|------------|---|
| 9 | Garandeau, C. F., Laninga-Wijnen, L., & Salmivalli, C. (2022). <i>Effects of the KiVa Anti-Bullying Program on affective and cognitive empathy in children and adolescents</i> | Eksperimen | <ul style="list-style-type: none"> • Program KiVa efektif meningkatkan empati afektif pada siswa. • Hasil empati efektif dengan nilai $p = 0,004$ (signifikan $p < 0,05$). Nilai $d = 0.073$ ($d=0,2$ kecil) • Efeknya berlaku untuk semua siswa tanpa perbedaan berdasarkan gender, status sosial, atau norma kelas. • Program masuk dalam kurikulum khusus dengan total 10 pelajaran kelas selama 1 tahun • Rompi khusus bagi siswa tim KiVA untuk mengawasi lingkungan saat jam istirahat • Sosialisasi tentang bullying, poster anti bullying • Memberikan materi empati dengan latihan membaca ekspresi emosi teman, role play kursi kosong (berada di posisi korban/ pelaku/ saksi), menonton wawancara korban bullying dewasa • Diskusi guru dengan pelaku bullying untuk membangkitkan empati dan mendorong perubahan perilaku |
|---|--|------------|---|

Berdasarkan pada tabel 1 hasil kajian pustaka yang dilakukan pada jurnal-jurnal di atas ditemukan berbagai macam program anti perundungan dan implementasinya di lingkungan sekolah, yang akan diklasifikasikan pada tabel selanjutnya :

Tabel 2. Klasifikasi Program Anti Perundungan

Program	Pihak yang Terlibat	Implementasi
Program Roots (Kemendikbudristek & UNICEF)	• Siswa sebagai agen perubahan • Fasilitator guru	• Pelatihan untuk agen perubahan dan fasilitator guru • Sosialisasi dan edukasi tentang perundungan
Program berbasis guru BK	• Guru BK (Bimbingan Konseling)	• Pendekatan psikologis lewat konseling personal dan klasikal • Pendekatan moral dan spiritual pada kegiatan keagamaan sekolah • Pendekatan empatik • Mediasi dan refleksi korban, pelaku dan orang tua
Program Anti Bullying	• TPPK (Tim Pencegahan dan Penanganan Kekerasan) yang	• Analisis dan identifikasi kebutuhan program • Pelatihan bagi TPPK dan pihak terkait

	terdiri dari : Kepala Sekolah, Komite Sekolah, Guru, OSIS.	• Tata tertib anti bullying • Edukasi orang tua terkait kebijakan dan aturan sekolah • Kegiatan kampanye anti kekerasan, seminar saat MPLS, seminar tematik, diskusi kelas dipandu wali kelas terkait perundungan • Pengawasan penuh dalam kegiatan pembelajaran terutama ekstrakurikuler dan area rawan perundungan • Kotak pengaduan & kanal pengaduan online untuk korban
Program Pendidikan Karakter	• TPPK • Guru BK • Guru PKn • Guru Agama • Orang Tua	• Sosialisasi MPLS • Pembinaan karakter setiap minggu • Pendampingan korban • Sanksi tegas untuk pelaku • Koordinasi orang tua agar memberikan bimbingan dan pengawasan kepada anak
Program Berbasis Sekolah	• Siswa • Guru	• Kegiatan difokuskan untuk siswa • Edukasi lewat berbagai kegiatan dan sosialisasi • Pelatihan Peer counseling atau konseling teman sebaya
Program KiVA atau 'Kiusaamista Vastaan Finlandia	• Tim KiVA terdiri dari Guru BK, Guru, wakil kepala sekolah • Kepala Sekolah	• 10 mata pelajaran dimasukkan ke dalam kurikulum pembelajaran khusus selama setahun • Mengajar modul Kiva yang diajarkan berbagai macam kegiatan seperti sosialisasi, roleplay, diskusi kelompok kecil, menonton video edukatif, games interaktif. • Menyebarkan poster kampanye anti perundungan • Tim patroli saat jam istirahat diberikan rompi khusus • Kotak pengaduan online dan offline.

Pembahasan

Bentuk Program Anti Perundungan di Sekolah Menengah

Hasil dari kajian literatur menunjukkan bahwa program anti perundungan yang diterapkan di Sekolah Menengah cukup beragam dan beberapa program memiliki aktor utama yang berbeda. Seperti program Roots Indonesia yang merupakan kerjasama antara UNICEF Indonesia dan Kemendikbudristek, program ini mengedepankan siswa sebagai aktor utama yang menjadi agen perubahan dalam mencegah perundungan (Shinta & Suryanto., 2024). Kemudian pada program berbasis guru BK yang mana pelaksanaan kebijakan program secara aktif dilakukan oleh guru BK atau Bimbingan Konseling itu sendiri dengan melukan pendekatan moral, spiritual dan juga empatik kepada siswa. (Wau, dkk., 2024).

Program anti perundungan lainnya juga yang berbasis sekolah atau dengan pendidikan karakter, yang melibatkan kepala sekolah, guru mata pelajaran, siswa dan juga adanya TPPK. TPPK atau Tim Pencegah dan Penanganan Kekerasan dibentuk oleh sekolah dan wajib dimiliki oleh setiap sekolah, dan TPPK sendiri bertugas aktif dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang bebas dari kekerasan, sebagaimana hal ini telah tertuang dalam Permendikbudristek No. 46 Tahun 2023 yang mana setiap sekolah wajib memiliki TPPK yang bertugas aktif dalam menciptakan lingkungan belajar yang bebas kekerasan Program anti perundungan yang diterapkan di Indonesia, dilaksanakan pada kegiatan-kegiatan di luar jam pelajaran. Namun menariknya pada program KiVA atau Kiusaamista Vastaan dari Finlandia, program anti perundungan ini masuk ke dalam kurikulum pembelajaran khusus, dimana guru memiliki modul ajar anti perundungan yang akan diajarkan dalam 10 mata pelajaran khusus di rentang waktu satu tahun. (Garandeau, dkk., 2022)

Pola Implementasi Program Anti Perundungan

Pola implementasi atau penerapan program anti perundungan dilakukan dalam beberapa tahapan utama, misalnya pada beberapa sekolah melakukan sosialisai dan edukasi baik kepada siswa, dan juga guru Sosialisasi dan edukasi ini berkaitan perundungan yang disampaikan pada kegiatan MPLS (Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah) atau seminar tematik yang diberikan oleh narasumber yang berkompeten di bidangnya. Perlunya juga pihak sekolah menetapkan kebijakan, tata aturan yang akan diterapkan dan disosialisasikan ke orang tua (Puspitarini, dkk., 2024). Memberikan pelatihan pada pihak-pihak utama yang terlibat langsung dalam struktur program, seperti siswa sebagai agen perubahan, guru BK, anggota TPPK. Siswa diberikan pelatihan *peer counseling* atau konseling teman sebaya, agar dapat memberikan dukungan kepada teman-teman lain yang menjadi korban (Kurniawan & Listyasari., 2025) yang bisa saja selama ini tidak memiliki keberanian untuk melaporkan. Pelatihan yang diberikan khususnya pada siswa tidak hanya membentuk sebuah kelompok yang melindungi korban, tetapi juga memperkuat kapasitas dan juga kualitasnya sebagai agen perubahan.

Kemudian program diterapkan di sekolah dengan berbagai macam kegiatan interaktif mulai dari diskusi, kampanye anti kekerasan, sanksi yang tegas terhadap pelaku, mediasi antara korban-pelaku-orang tua dan yang terpenting adanya kegiatan patroli di sekitar sekolah terutama saat jam kosong dan juga saat kegiatan ekstrakurikuler yang mana tindakan perundungan seringkali terjadi di waktu ini (Kurniawan & Listyasari., 2025). Selain itu juga sekolah juga dapat melakukan pendidikan karakter lewat pelajaran, pendekatan moral dan spiritual lewat kegiatan keagamaan yang secara langsung dapat menanamkan nilai-nilai spiritualitas siswa (Nabila, dkk., 2025). Tersedianya kanal pelaporan untuk korban atau saksi, baik itu online maupun offline dan merahasiakan identitas pelapor. Pihak sekolah juga berkolaborasi dengan pihak eksternal seperti dinas pendidikan, dinas sosial, PT2TP2A, KPAI untuk melakukan pendampingan terhadap korban. Selain itu juga adanya monitoring dan

evaluasi secara berkala dilakukan beberapa sekolah untuk menilai keberlanjutan dan efektivitas program (Sari & Suryanto, 2024; Kurniawan et al., 2025).

Efektivitas Program dalam Mencegah dan Menurunkan Perilaku Perundungan

Hasil kajian menunjukkan bahwa sebagian besar program anti perundungan yang diterapkan di sekolah menengah terbukti efektif dalam menurunkan perilaku perundungan. Hal ini dikarenakan dengan dijalankannya program yang memiliki berbagai macam kegiatan, dapat meningkatkan empati, kepedulian terhadap orang lain (Rivad, dkk., 2025) toleransi, tanggung jawab, kerjasama (Kurniawan, dkk., 2025) memberikan kesejahteraan pada anak dan iklim sekolah secara keseluruhan (Puspitarini, dkk., 2024), serta menciptakan lingkungan yang aman (Sari & Suyanto., 2024). Selain itu juga meningkatkan pemahaman bagi sekolah untuk membentuk kelembagaan formal dalam program ini (Noer, dkk., 2024).

Hal ini juga ditegaskan bahwa program juga meningkatkan rasa empati pada siswa yang menyaksikan dengan cara menegur pelaku secara langsung. Selain itu bagi korban dapat memberikan dukungan emosional, sehingga korban merasa tenang dan lebih diperhatikan saat di sekolah (Rivad, dkk., 2025). Namun, tidak semua program menunjukkan efektivitas yang optimal. Penelitian Al Rasyid dan Gautama (2023) menemukan bahwa program Roots tidak berjalan secara efektif lemahnya pengawasan dan kurangnya konsistensi dari pihak sekolah dalam menjalankan program. Dengan adanya program anti perundungan yang diterapkan di sekolah dapat menurunkan tindakan perundungan karena dapat membentuk karakter positif, (Pratama & Husniyah, 2025) menumbuhkan nilai-nilai saling mengasihi, menghargai, sopan santun pada siswa (Ikhsanah, 2017) menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi tumbuh kembang dan juga proses belajar mengajar (Widyaningtyas & Mustofa. 2023).

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Program

Implementasi program anti perundungan tentunya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dapat menjadi pendukung dan juga penghambat dalam keberhasilan program, yang mana akan dirincikan sebagai berikut :

a. Faktor pendukung

Komitmen penting dari kepala sekolah terhadap kemajuan program, dengan membuat kebijakan tegas dan membangun lingkungan sekolah yang positif. Kemudian keterlibatan aktif semua warga sekolah tanpa terkecuali, mulai dari guru, siswa, hingga penjaga sekolah, dalam melakukan semua kegiatan dan kebijakan yang telah ditetapkan. Kolaborasi ini menunjukkan keterpaduan antar peran dalam komunitas sekolah (Kurniawan, dkk., 2025). Selain itu juga penting bagi sekolah untuk membentuk satgas dan TPPK, bukan hanya formalitas semata. Peran guru BK dalam menyelesaikan masalah lewat pendampingan psikologis khususnya pada korban, melakukan mediasi dan refleksi antara korban, pelaku dan orang tua (Wau, dkk., 2025). Selain itu juga budaya sekolah yang kondusif dan positif juga menjadi faktor pendukung keberhasilan program, yang mana nilai kebersamaan, nilai saling menghargai dan empati ditanamkan tidak hanya melalui aturan formal, tetapi juga melalui praktik keseharian yang sederhana namun bermakna, (Kurniawan, dkk., 2025).

Kolaborasi dengan pihak eksternal juga dilakukan seperti dinas pendidikan, KPAI (Noer, dkk., 2024), dinas sosial, P2TP2A (Sari & Suryanto, 2024), psikolog, konselor, pihak kepolisian, yang dapat memberikan pendampingan ataupun juga memberikan edukasi terkait dengan perundungan dalam kegiatan program, dan yang paling terpenting adalah peran dari orang tua itu sendiri. Orang tua harus mengetahui aturan dan kebijakan program yang diterapkan di sekolah, sehingga juga dapat memberikan dukungan, bimbingan, dan pengawasan kepada anak (Rivad, dkk., 2025).

Monitoring dan evaluasi dilakukan oleh pihak sekolah, siswa juga memiliki kesempatan untuk memberikan usulan perbaikan dalam program ini (Wau, dkk., 2025). Dengan adanya mekanisme evaluasi yang dilakukan secara berkala untuk menjamin efektivitas program dalam jangka panjang. (Pratama & Husniyah, 2025). Sehingga perlu adanya konsistensi dan keseriusan serta kerja sama dengan berbagai pihak yang mendukung (Puspitarini, dkk., 2024)

b. Faktor penghambat

Korban kurang terbuka, sehingga tidak melaporkan tindakan perundungan yang dialaminya, lingkungan sekitar yang kurang empati, karena terkadang masyarakat, orang tua, guru hingga siswa menganggap hal tersebut biasa dilakukan bahkan disamakan kadarnya dengan lelucon atau candaan. (Salsabila, dkk., 2024). Adanya dukungan negatif dari teman sebaya dapat menjadi pemicu maraknya perilaku perundungan (Salsabila, dkk., 2024). Selain itu juga adanya keterbatasan dari pihak sekolah terutama keterbatasan waktu dalam penerapan program anti perundungan yang memiliki banyak kegiatan.

Secara keseluruhan dari hasil kajian literatur yang telah dilakukan, didapatkan kerangka yang menjelaskan bahwa adanya perilaku perundungan di sekolah menengah diperlukan intervensi sistematis lewat penerapan program anti perundungan. Program ini memiliki karakteristik dan bentuk yang beragam, dimulai dari berbasis siswa, guru BK, pendidikan karakter hingga berbasis kebijakan sekolah melalui dibentuknya TPPK. Sedangkan penerapannya dilakukan melalui memberikan pelatihan kepada pihak yang terlibat, sosialisasi edukasi, berbagai macam kegiatan preventif lainnya, penyediaan kanal pelaporan baik offline maupun online, melakukan pendampingan korban maupun pelaku serta melakukan monitoring dan evaluasi berkelanjutan.

Melalui proses penerapan tersebut, terjadi berbagai macam perubahan psikososial baik itu pada pelaku dan juga siswa lainnya yang berupa meningkatnya empati, toleransi, kepedulian terhadap korban, kesadaran tentang anti perundungan, serta terbentuknya iklim sekolah yang lebih aman, ramah anak dan juga supportif. Yang mana perubahan ini juga akan menghasilkan kontribusi terhadap menurunnya perilaku perundungan di sekolah menengah. Akan tetapi, efektivitas atau keberhasilan dari program sangat dipengaruhi oleh fakto-faktor yang mendukung seperti komitmen tinggi dari pihak sekolah tanpa terkecuali dalam menjalankan program dan juga kolaborasi lintas pihak terutama orang tua itu sendiri, kemudian program akan terhambat oleh rendahnya pelaporan kasus, inkonsistensi pelaksanaan program, serta keterbatasan sumber daya dan waktu.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil kajian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa program anti perundungan di Sekolah Menengah khususnya di Indonesia sendiri memiliki bentuk dan karakteristik yang beragam, dan efektif dalam menurunkan serta mencegah perilaku perundungan yang ada di sekolah dan meningkatkan sikap positif terutama empati. Keberhasilan program tidak lepas dari komitmen dan keterlibatan aktif dari seluruh warga sekolah, kolaborasi pihak eksternal, serta pelaksanaan monitoring dan evaluasi secara berkala. Dalam prosesnya tentu saja banyak faktor yang menjadi penghambat keberhasilan program, seperti korban perundungan yang tidak berani melapor, lingkungan yang tidak bertindak ketika melihat kejadian, serta keterbatasan waktu dan kurangnya konsistensi dalam menjalankan program.

Oleh karena itu, perlunya bagi pihak sekolah yang akan menerapkan program atau yang telah menerapkan program untuk memastikan dan tidak hanya fokus dengan membentuk program, tetapi juga diharuskan untuk memastikan keberlanjutan implemementasi program

dengan monitoring dan evaluasi rutin, penguatan kapasitas pelaksana program, dan meningkatkan peran orangtua serta komunitas. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji efektivitas, menelaah lebih dalam kualitas penerapan, dan membandingkan berbagai macam metode program anti perundungan, terutama pada program perundungan yang ada di luar negeri, agar diperoleh rekomendasi program yang beragam dan kontekstual.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Fathoni, M. S., & Setiawati, D. (2020). Studi kasus perilaku bullying relasional di Madrasah Aliyah Negeri 2 Gresik. *Jurnal BK UNESA*, 11(3), 397–406. <https://doi.org/10.26740/jbk.v11n3.p397-406>
- Al Rasyid, A. Z. H., & Gautama, M. I. (2023). Efektivitas program Roots di Pondok Pesantren Nurul Ikhlas Tanah Datar dalam mengatasi bullying. *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan*, 6(4), 310–317. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v6i4.1169>
- Bulu, Y., Maemunah, N., & Sulasmi. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bullying pada remaja awal. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4(1), 54–66. <https://doi.org/10.33366/nn.v4i1.1473>
- Cahyani, A. W., & Widodo, S. (2022). Pentingnya pendidikan anti bullying di sekolah menengah atas. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 14(1), 49–56. <https://doi.org/10.21137/jpp.2022.14.1.7>
- Fraguas, D., Díaz-Caneja, C. M., Ayora, M., Durán-Cutilla, M., Abregú-Crespo, R., Ezquiaga-Serrano, I., Martín-Bababro, A., & Arango, C. (2021). Assessment of school anti-bullying interventions: A meta-analysis of randomized clinical trials. *JAMA Pediatrics*, 175(1), 44–55. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.3541>
- Garandeau, C. F., Laninga-Wijnen, L., & Salmivalli, C. (2022). Effects of the KiVa anti-bullying program on affective and cognitive empathy in children and adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 51(4), 515–529. <https://doi.org/10.1080/15374416.2020.1846541>
- Ikhsanah, A. N. (2017). Implementasi program buddy sebagai solusi menurunkan perilaku bullying di SD Kristen Kalam Kudus Yogyakarta. *Jurnal Spektrum Analisis Kebijakan Pendidikan*, 6(5), 550–563. <https://doi.org/10.21831/sakp.v6i5.10108>
- Iskandar, A. A., & Nur, S. (2023). Kajian sosiologi terhadap problematika bullying dan kekerasan seksual di dunia pendidikan. *Sawerigading: Journal of Sociology*, 2(1), 1–11. <https://doi.org/10.26418/sawerigading.v2i1.69614>
- KBR Yogyakarta. (2025, April 28). *Angka bullying meningkat, solusinya akidah kuat?* KBR. <https://kbr.id/articles/indeks/angka-bullying-meningkat-solusinya-akidah-kuat->
- Keysinaya, E. Y., & Nuraeni, N. (2022). Peran UNICEF Indonesia menangani perundungan di sekolah melalui program Roots. *Sospol: Jurnal Sosial Politik*, 8(2), 207–224. <https://doi.org/10.22219/jurnalsospol.v8i2.22258>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2024, Mei 2). *Hardiknas: Bergerak serentak wujudkan perlindungan anak pada satuan pendidikan*. <https://www.kpai.go.id/publikasi/hardiknasbergerak-serentak-wujudkan-perlindungan-anak-pada-satuan-pendidikan>
- Kurniawan, H. W., Sugiarto, S., & Listyasari, W. (2025). Strategi manajemen sekolah untuk mencegah perundungan peserta didik. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(3), 5141–5150. <https://doi.org/10.58230/27454312.2651>

- Marwah, S. S., Syafe'i, M., & Sumarna, E. (2018). Relevansi konsep pendidikan menurut Ki Hadjar Dewantara dengan pendidikan Islam. *TARBAWY: Indonesian Journal of Islamic Education*, 5(1), 14–26. <https://doi.org/10.17509/t.v5i1.13336>
- Nabila, D. A., Hermawan, W., & Fakhruddin, A. (2025). Strategi sekolah dalam mengantisipasi perundungan melalui program keagamaan. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 14(1), 391–404. <https://doi.org/10.58230/27454312.1845>
- Noer, K. U., Putra, S., Ghazi, A., Madewanti, N. L. G., & Widyowati, T. (2024). Analisis efektivitas program pencegahan dan penanganan kekerasan di sekolah dan madrasah. *Bureaucracy Journal: Indonesia Journal of Law and Social-Political Governance*, 4(1), 119–142. <https://doi.org/10.53363/bureau.v4i1.306>
- Nursehah, A., Rohayati, Y., Al-Muyassar, M. A., & Hidayani, S. (2024). Peran pendidikan karakter dalam mencegah bullying di sekolah. *JICC: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 1(10), 7923–7931. <https://jurnal.intelekainsancendikia.com/index.php/jicc/article/view/792>
- Pratama, R. A., & Husniyah, H. (2025). Efektivitas program anti bullying terhadap karakter siswa di sekolah menengah atas. *Studia Religia: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, 9(1), 64–72. <https://doi.org/10.30651/sr.v9i01.25628>
- Puspitarini, Y., Wuryadini, E., & Rasiman. (2024). Implementasi program anti bullying pada sekolah ramah anak di SMAN 1 Brebes Kabupaten Brebes. *JIPS: Jurnal Inovasi Pembelajaran di Sekolah*, 5(2), 694–702. <https://doi.org/10.51874/jips.v5i2.265>
- Rivad, M., Muchtar, H., Fatmariza, F., & Dewi, S. F. (2025). Upaya sekolah dalam mencegah bullying melalui program anti-perundungan. *JECCO: Journal of Education, Cultural and Politics*, 5(2), 407–417. <https://doi.org/10.24036/jecco.v5i2.717>
- Rosalina, R., Dharmastuti, A., Rizkina, A. T., & Amin, A. (2024). Pendekatan kualitatif: Implementasi program buddy di sekolah anti-bullying di Indonesia. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(2), 402–416. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i2.4385>
- Salsabila, A. J., Fauziah, A. N., & Miranty, D. (2024). Persepsi siswa SMP Negeri 9 Kota Serang terhadap perilaku bullying di sekolah. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(12), 333–338. <https://doi.org/10.59435/gjmi.v2i12.801>
- Sari, S. L., & Suryanto, D. (2024). Efektivitas program Roots Indonesia dalam mengurangi perundungan di sekolah (Studi komparatif SMPN 1 Banuhampu Kabupaten Agam dan UPTD SMP N 1 Kec. Payakumbuh Kabupaten Lima Pulu Kota). *JRPP: Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(4), 14029–14038. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i4.34219>
- Sembiring, T. B., Irmawati, Sabir, M., & Tjahyadi, I. (2024). *Buku ajar metodologi penelitian (Teori dan praktik)*. CV Saba Jaya Publisher. https://books.google.co.id/books?id=0gD_EAAQBAJ
- Siswati, Y., & Saputra, M. (2023). Peran satuan tugas anti bullying sekolah dalam mengatasi fenomena perundungan di sekolah menengah atas. *De Cive: Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*, 3(7), 216–225. <https://doi.org/10.56393/decive.v3i7.1656>
- Soraya, N., & Murti, H. (2025). Dinamika psikologis pelaku bullying. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 5(4), 9172–9184. <https://doi.org/10.31004/innovative.v5i4.20387>
- Talib, S. T. R., Senan, D. C. P., Said, F. M., Pamungkas, A., Matualage, A., & Susantie, N. G. (2024). School-based anti-bullying program on reducing violence among high

school students in Indonesia: A quasi-experimental study. *International Journal of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 11(2), 34–40.
https://doi.org/10.4103/IJPAM.ijpam_15_24

UNICEF Data. (2025, June). *Bullying is a reality for a significant proportion of students around the world*. <https://data.unicef.org/topic/child-protection/violence/bullying/>

UNICEF Indonesia. (2020). *Perundungan di Indonesia: Fakta-fakta kunci, solusi dan rekomendasi*. <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/fakta-fakta-kunci-perundungan-di-indonesia>

Wau, B. E. D., Tobing, A. L., Pasaribu, J., & Panjaitan, M. (2025). Analisis efektivitas kebijakan dan program anti bullying di sekolah menengah pertama (Studi kasus SMP Swasta Methodist 5 Medan). *JISPOL: Jurnal Ilmu Sosial dan Politik*, 5(1), 106–117. <https://doi.org/10.51622/jispol.v5i1.2851>

Widyaningtyas, R., & Mustofa, R. H. (2023). Implementasi kebijakan anti-bullying Sekolah Adipangastuti di SMAN 1 Surakarta. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 533–548. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5489>