

**LAPORAN**  
**PENGABDIAN MASYARAKAT SKEMA PROGRAM KEMITRAAN**  
**MASYARAKAT STIMULUS (PKMS)**



**PELATIHAN KOMUNIKASI ASERTIF DENGAN TEKNIK**  
***PSYCHOEDUCATIONAL INTERVENTION MODEL* UNTUK MENCEGAH**  
***CYBERBULLYING* DI SMK NEGERI 3 PALANGKA RAYA**

**Oleh**

<b>Karyanti, M.Pd</b>	<b>NIDN. 1114038201</b>
<b>Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi.,Psikolog</b>	<b>NIDN. 103048401</b>
<b>Dr. M. Fatchurahman M.Pd., M.Psi</b>	<b>NIDN. 0005086602</b>

Dibiayai oleh Universitas Muhammadiyah Palangkaraya Tahun Anggaran 2022  
Sesuai dengan Surat Perjanjian Penugasan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat  
Nomor 11/PTM63.R7/LP2M/2/P/2022 Tanggal 07 Juni 2022 M

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALANGKARAYA**  
**DESEMBER 2022**

**HALAMAN PENGESAHAN  
PENGABDIAN MASYARAKAT**


Judul : Pelatihan Komunikasi Asertif dengan Teknik *Psychoeducational Intervention Model* Untuk Mencegah *Cyberbullying* Di SMK Negeri 3 Palangka Raya

Nama Ketua : Karyanti, M.Pd  
NIDN : 1114038201  
Jabatan Fungsional : Asisten Ahli  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Nomor HP : 081251693851  
Alamat email : karyanti982@gmail.com

Nama Anggota 1 : Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi., Psikolog NIDN. 103048401  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Nama Anggota 2 : Dr. M. Fatchurahman M.Pd., M.Psi NIDN.0005086602  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Nama Mahasiswa yang Terlibat : 1. Bella Safita NIM. 19.21.021650  
2. Reza Kurnia Suryawan NIM. 19.21.021654

Alumni yang Terlibat : Heny  
Staf yang Terlibat : Leorna Lidianurmiti Leuwincun  
Teknisi : Bahriannor, A.Md  
Biaya Penelitian : 15.000.000

<p>Ketua Prodi BK UM Palangka Raya</p>  <p><b>M. Andi Setiawan, M.Pd</b> NIK.15.0204.036</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laporan Pengabdian sudah terdata di Prodi</li></ul>
--	---


Palangkaraya, 14 Desember 2022

**Mengetahui**  
Dekan FKIP UM Palangkaraya



**Hendri, M.Pd**  
NIK. 11.0203.026

**Ketua**



**Karyanti, M.Pd**  
NIDN. 1114038201

**Menyetujui**  
Kepala LP2M UM Palangkaraya



**Dr. Nurul Hikmah Kartini, S.Si., M.Pd.**  
NIK. 12.0203.008

## IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

### 1. Judul Pengabdian

**Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention Model* Untuk Mencegah *Cyberbullying* Di SMK Negeri 3 Palangka Raya**

### 2. Dosen Pengusul (Ketua dan Anggota)

#### **Ketua**

Nama : Karyanti  
NIDN : 1114038201  
Bidang Keahlian : Bimbingan dan Konseling  
Alokasi Waktu (jam/minggu) : 32 Jam  
Isian ID Sinta : 6100265  
Isian ID Google scholar : s3YAuAsAAAAJ&hl=en

#### **Anggota 1**

Nama : Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi., Psikolog  
NIDN : 103048401  
Bidang Keahlian : Psikologi  
Alokasi Waktu (jam/minggu) : 32 Jam  
Isian ID Sinta : 6201026  
Isian ID Google scholar : igdYOxEAAAAJ&hl=en

#### **Anggota 2**

Nama : Dr. M. Fatchurahman M.Pd., M.Psi  
NIDN : 0005086602  
Bidang Keahlian : Evaluasi Pendidikan dan Penelitian  
Alokasi Waktu (jam/minggu) : 32 Jam  
Isian ID Sinta : 6077470  
Isian ID Google scholar : aU7qeH8AAAAJ&hl=en

### 3. Objek

Peserta Didik SMK Negeri 3 Palangka Raya

### 4. Masa Pelaksanaan

Mulai : bulan Mei Tahun 2022  
Berakhir : bulan Desember Tahun 2022

### 5. Lokasi Pengabdian

Kota Palangkaraya

### 6. Instansi Lain yang Terlibat (Jika ada, uraikan kontribusinya)

### 7. Target / capaian

Luaran wajib adalah laporan akhir kegiatan, video kegiatan, artikel di media massa. target yang ingin dicapai adalah artikel jurnal Nasional ber ISSN yang akan diterbitkan dalam Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara. Luaran tambahan yang akan dihasilkan adalah Hak Cipta Komunikasi Asertif.

8. **Kontribusi mendasar pada institusi maupun persyarikatan**

Sebagai sarana meningkatkan kemampuan komunikasi asertif peserta didik, sehingga peserta didik terhindar dari *cyberbullying*. Komunikasi asertif membuat peserta didik dapat menolak atau melawan secara tegas komentar negatif orang lain di media sosial.

## RINGKASAN

Pelatihan yang diselenggarakan dalam Pengabdian Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat Stimulus (PKMS) ditujukan untuk pegawai di lingkungan UMPR. Implementasi pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* untuk mencegah *cyberbullying* di SMK Negeri 3 Palangka Raya, sebagai solusi permasalahan yang dihadapi peserta didik yang berada pada fase remaja yang cenderung terlibat *cyberbullying* baik sebagai pelaku atau korban.

*Cyberbullying* merupakan tindakan menyakiti seseorang yang dilakukan melalui media sosial, SMS dan media elektronik lainnya. Perkembangan teknologi membuat remaja cenderung menghabiskan waktu di dunia maya. Fenomena *cyberbullying* di Indonesia semakin mengemuka, banyak kasus bullying melibatkan siswa di lingkungan sekolah. Kasus *cyberbullying* di lingkungan sekolah bukan hanya melibatkan siswa sebagai *bullies* dan *victim*. Insiden *cyberbullying* meningkat secara internasional dan dianggap sebagai masalah baik di dalam maupun di luar sekolah. *Cyberbullying* telah mendapat perhatian karena mempengaruhi banyak individu pada berbagai usia dalam lingkungan yang bervariasi, khususnya remaja

Tim akan melakukan penilaian terhadap hasil pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* dengan menggunakan instrument berupa skala. Untuk mengetahui keefektifan teknik *psychoeducational intervention model* dalam meningkatkan keterampilan komunikasi asertif dilakukan *pre-test post-test*. Peserta dalam pelatihan ini adalah peserta didik SMK Negeri 3 Palangka Raya. Peserta yang dilibatkan dalam pelatihan sebanyak 150 orang.

Siswa dilatih untuk memiliki keterampilan komunikasi asertif, namun sebelum pelaksanaan tahapan pelatihan, 150 orang siswa diberikan pre test, selanjutnya siswa dilatih keterampilan komunikasi asertif dilaksanakan melalui 5 tahap, yaitu (1) instruction/teach, (2) modeling, (3) role playing, (4) feedback, dan (5) ownwork. Tahap pertama, instruction/teach menghadirkan pakar komunikasi yaitu ibu Dr. Aquarini, S.Sos, M.I.Kom. yang merupakan penyiar Pro 1 Radio Republik Indonesia (RRI) Palangka Raya. Materi selanjutnya adalah *Cyberbullying* yang disampaikan oleh Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi., Psikolog. Tahap kedua yaitu modeling. Pada tahap ini ibu Karyanti, M.Pd, yang merupakan seorang konselor memperagakan bagaimana menghadapi ituasi *cyberbullying*, seperti menerima komentar menyakitkan atau mendapat ancaman dari siswa lain.

Tahap ketiga, siswa diminta memerankan sebagai pelaku *cyberbullying* dan seorang siswa sebagai korban *cyberbullying*. Tahap keempat feedback, yang dibimbing ibu Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi, pada tahap diberikan penegasan kembali bagaimana tindakan siswa ketika mengalami *cyberbullying*. Pada tahap kelima ownwork, siswa diberikan tugas bagaimana tindakan komunikasi ketika menghadapi situasi *cyberbullying*. Setelah tahapan pelatihan selesai, peserta didik diberikan post test untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa tentang komunikasi asertif dalam menghadapi *cyberbullying*.

Luaran wajib adalah laporan akhir kegiatan, video kegiatan, artikel di media massa. target yang ingin dicapai adalah artikel jurnal Nasional ber ISSN yang akan diterbitkan dalam Jurnal Bubungan Tinggi: Jurnal FKIP ULM.

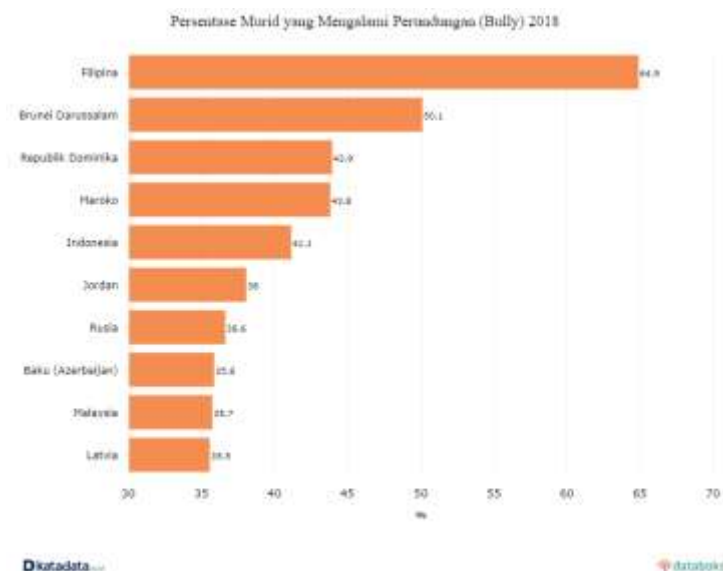
## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN PENGESAHAN .....	2
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM.....	3
RINGKASAN.....	5
DAFTAR ISI.....	6
BAB I PENDAHULUAN.....	7
A. Analisis Situasi.....	7
B. Permasalahan. ....	9
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN.....	14
BAB III METODE PELAKSANAAN .....	16
BAB IV HASIL PEMBAHASAN.....	19
A. Pembahasan.....	20
B. Target Capaian .....	20
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	19
DAFTAR PUSTAKA .....	27
IDENTITAS PENGUSUL.....	30
SURAT PERNYATAAN MITRA .....	44
GAMBARAN IPTEK.....	47
PETA LOKASI.....	47
ARTIKEL .....	47

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Analisis Situasi

Media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari generasi muda. Berdasarkan survei APJII tahun 2019, 51,5% pengguna internet di Indonesia terutama menggunakan internet untuk mengakses media sosial (Asriani et al., 2021). Remaja cenderung merasa lebih nyaman menggunakan media sosial karena memungkinkan mereka untuk mengembangkan identitas mereka dan membangun hubungan baru. Media sosial juga membantu remaja mengungkapkan perasaannya, bersosialisasi dengan teman, dan bereksplorasi identitas diri mereka tanpa menghadapi tekanan interaksi tatap muka. Secara global, UNICEF (González-Alonso et al., 2020) melaporkan situasi kekerasan terhadap anak-anak antara 13 dan 15 tahun, menyatakan bahwa dari total 130 juta anak sekolah, sekitar satu dari tiga pernah mengalami bullying.



Data hasil riset Programme for International Students Assessment (**PISA**) 2018 menunjukkan murid yang mengaku pernah mengalami perundungan (*bullying*) di Indonesia sebanyak 41,1%. Angka murid korban *bully* ini jauh di atas rata-rata negara anggota OECD yang hanya sebesar 22,7%. Selain itu, Indonesia berada di posisi kelima tertinggi dari 78 negara sebagai negara yang paling banyak murid mengalami perundungan. *Bullying* cenderung berdampak luka fisi, gangguan psikologis seperti stres dan defresi, bahkan korban memiliki keinginan untuk bunuh diri. Olweus (Charalampous et al., 2018) mendefinisikan bullying sebagai perilaku yang disengaja, sistematis dan agresif yang ditandai dengan ketidakseimbangan kekuatan antara pengganggu dan korban. *Bullying* menyebabkan

masalah eksternalisasi, seperti agresif dan antisosial perilaku dan internalisasi, seperti depresi, kecemasan dan harga diri yang lebih rendah untuk pelaku dan korban.

Karakteristik *bullies* dan *victim* yang berdampak pada kecenderungan perilaku negatif yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain, diperlukan strategi penangan bullying melalui program anti *bullying* melalui layanan bimbingan yang dapat mencegah *bullying*. Program intervensi efektif dalam mengurangi tindakan perundungan di sekolah sekitar 19–20% dan korban perundungan di sekolah sekitar 15–16% (Gaffney et al., 2021).

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK dan kepala sekolah SMK Negeri 3 Palangka Raya, mengingat banyak kasus bullying dan *cyberbullying* yang tersebar di media sosial, sekolah bersama psikolog dari perlindungan anak kota Palangka Raya telah mengembangkan program pencegahan bullying. Namun, sekolah belum merancang sebuah program intervensi untuk mencegah tindakan *cyberbullying*.

*Cyberbullying* perilaku yang memiliki unsur ketidakseimbangan kekuatan dan kekuasaan dapat dinilai “dalam hal perbedaan penguasaan teknologi antara *cyberbullies* dan *cybervictim*, relatif tanpa identitas, status sosial, dan jumlah teman. *Bullying* dunia maya sering disebut dengan *Cyberbullying*, bahwa itu telah meningkat secara dramatis dari waktu ke waktu, dan bahwa bentuk *bullying* baru ini telah menciptakan banyak *cybervictim* dan *cyberbullies* baru. Selain para *cybervictim* dan *cyberbullies* yang terlibat dalam *bullying* tradisional. Selain itu, sering diperdebatkan atau tersirat bahwa *cyberbullying* sangat sulit bagi orang dewasa untuk menemukan dan meniadakan, menciptakan perasaan tidak berdaya pada orang dewasa dan mungkin siswa juga (Olweus, 2013).

*Cyberbullying* menyakiti remaja secara emosional, dari pada kekerasan fisik, dan beroperasi dengan menggunakan pesan teks ponsel, foto diposting *online*, kata-kata yang menyakitkan di *blog* pribadi, dan rumor itu menyebar lebih cepat dari sebelumnya melalui e-mail, instant messenger (IMs), atau perangkat komunikasi lain semacam itu. Dengan semakin populernya situs jejaring sosial, pesan instan, dan teknologi seluler di kalangan remaja, risiko dan tingkat *cyberbullying* tidak bisa diremehkan (Huang, & Chou, 2010).

Konseptualisasi *cyberbullying* diperparah oleh fakta bahwa *cyberbullying* dapat terjadi dalam berbagai bentuk dan terjadi melalui begitu banyak tempat yang berbeda. Willard (Kowalski et al, 2014) telah menciptakan taksonomi jenis *cyberbullying* yang mencakup *flaming* (yaitu, *online fight*), pelecehan (yaitu, pesan yang berulang-ulang dan menyinggung yang dikirim ke *cybervictim*), *outing* dan tipu daya (yaitu, meminta informasi pribadi dari seseorang dan kemudian secara elektronik membagikan informasi itu dengan orang lain tanpa persetujuan individu), pengucilan (yaitu, memblokir seseorang dari daftar teman), peniruan identitas (yaitu, berpose sebagai *cybervictim* dan berkomunikasi elektronik



secara negatif atau informasi yang tidak pantas dengan orang lain seolah-olah berasal dari *cybervictim*), *cyber-stalking* (yaitu, menggunakan komunikasi elektronik untuk orang lain dengan mengirim komunikasi yang mengancam berulang-ulang), dan *sexting* (yaitu mendistribusikan gambar-gambar telanjang orang lain tanpa persetujuan orang itu)

## **B. Permasalahan.**

Penghinaan, ancaman, penghinaan, penerbitan informasi rahasia, pelanggaran privasi, pengucilan sosial, penyebaran rumor, pencurian identitas, penyebaran agresi fisik. Saat ini, banyak remaja harus menghadapi perilaku agresif ini, dan lainnya, di jejaring sosial disetiap hari. Generalisasi penggunaan informasi dan teknologi yang cepat dan meluas komunikasi (TIK) telah menyebabkan peningkatan masalah yang sangat umum pada populasi remaja: perundungan siber. *Cyberbullying* didefinisikan sebagai “Tindakan agresif dan disengaja yang dilakukan oleh suatu kelompok atau individu, menggunakan bentuk kontak elektronik, berulang kali dan dari waktu ke waktu terhadap korban yang tidak dapat dengan mudah membela dirinya sendiri.

Tingkat prevalensi penyalahgunaan dunia maya bervariasi secara signifikan di studi penelitian yang berbeda yang telah dilakukan. Modecki et al., (Martínez-Monteaquedo et al., 2019) melakukan meta-analisis, menemukan tingkat prevalensi yang berkisar dari 4% hingga 36% untuk *cybervictimization* dan dari 16% menjadi 18% untuk *cyberaggression*. Variasi ini sebagian disebabkan oleh berbagai konseptualisasi *cyberbullying*, instrumen penilaian yang berbeda yang digunakan, desainnya dan analisis data yang dilakukan, titik potong yang ditetapkan untuk mempertimbangkan tindakan *cyberbullying*, dll. Namun, terlepas dari variabilitas ini, semua studi ini mengungkapkan kehadiran fenomena ini dipopulasi remaja.

Beane (2008) *Cyberbullying* datang dalam berbagai bentuk. Anak-anak menemukan semakin banyak cara kreatif untuk menggunakan teknologi untuk menyakiti orang-orang. Serangan bisa langsung atau dengan proxy. *Cyberbullying* oleh proxy terjadi ketika *cyberbullies* membuat orang lain melakukan *bullying*. Sebagian besar waktu, orang ini tidak tahu bahwa dia sedang digunakan oleh *cyberbullies*. Ini adalah bentuk *cyberbullying* yang paling berbahaya karena bisa membuat orang dewasa terlibat dalam *bullying* dan tidak menyadari bahwa mereka berurusan dengan seorang anak. Terkadang *cyberbullies* menyerang dengan menyamar sebagai *cybervictim* untuk menciptakan masalah bagi *cybervictim* sejati. Misalnya, *cyberbullies* dapat membuatnya terlihat seperti itu *cybervictim* melakukan kesalahan; orang tua kemudian diberitahu, dan orang tua menghukum *cybervictim*. Berikut Media melakukan *cyberbullying* :

- a. *Blog (log web)*. *Blog* menyediakan alat kepada pengguna untuk dipublikasikan konten pribadi *online* tentang berbagai topik, seperti hobi, perjalanan, atau proyek kerja. Orang-orang kemudian menghubungkan *blog* mereka dengan orang-orang lain dengan minat yang sama.
- b. Ruang obrolan. Ini adalah tempat pertemuan virtual di mana pengguna dapat menemukan orang untuk berbicara dengan *online*. Sebagian besar ruang obrolan bisa mengakomodasi lebih dari seratus pengguna secara bersamaan.
- c. Grup diskusi (*newsgroup*). Kelompok diskusi dapat diakses melalui internet. Setiap kelompok (forum) dikategorikan dan dikhususkan untuk satu topik. Pesan diposkan formulir buletin dan tetap berada di server, bukan menjadi e-mail.
- d. *E-mail* (surat elektronik). *E-mail* adalah layanan yang memungkinkan pelanggan untuk meneruskan pesan dari satu orang ke orang lain melalui penyedia layanan Internet (ISP). Pesan instan (IM). Ini adalah aktivitas *online* itu memungkinkan dua orang atau lebih untuk berkomunikasi secara *online*. *Subscriber* dapat membuat daftar kontak dari orang-orang yang mereka inginkan.
- e. Papan pesan. Ini adalah tempat *online* tempat orang-orang dengan minat yang sama berbicara tentang minat mereka, seperti tim olahraga, acara TV, dan *game online*.
- f. Layanan pesan singkat (SMS). Ini adalah layanan yang memungkinkan teks pesan yang akan dikirim dan diterima melalui telepon seluler.

*Bullying* dari ponsel melalui percakapan, pesan teks dan foto adalah hal yang relatif baru masalah, karena meluasnya penggunaan ponsel. *Cyberbullying* berbeda dari *bullying* tradisional, bahwa *cyberbullies* dan *cybervictim* tidak bertatap muka ketika *bullying* terjadi. Dalam sebuah penelitian yang mewakili sekitar 4500 murid dari 5 hingga 10 tahun di sekolah Norwegia (usia sekitar 10 hingga 16), tingkat *cyberbullying* dipetakan (Auestad & Roland, 2005).

*Bullying* verbal dapat berupa menakuti lewat *handphone*, *e-mail* yang meng*bullying* dan surat-surat kaleng yang berisi ancaman kekerasan dan ejekan seksual (Coloroso, 2003). *Cyberbullying* adalah bentuk *bullying* yang dalam beberapa tahun terakhir menjadi lebih jelas, seperti penggunaan perangkat elektronik seperti komputer dan telepon seluler oleh orang-orang muda telah meningkat (Smith, et al, 2006). *Cyberbullying* telah didefinisikan sebagai " disengaja dan bahaya berulang yang ditimbulkan melalui penggunaan komputer, telepon seluler, dan perangkat elektronik lainnya " (Hinduja & Patchin, 2010).

Beane (2008) Seperti apa melihat *cyberbullying* : (a) *Cyberbullying* dapat melibatkan berbagai bentuk teknologi; (b) Panggilan telepon seluler; (c) Pesan teks; (d) Klip-klip gambar / video; (e) E-mail; (f) Pesan instan; (g) Ruang obrolan; (h) Situs web; dan (i)

Gaming. Menurut Utami (2014:4) bentuk-bentuk *cyberbullying* yang banyak terjadi seperti mengganti foto *account* seseorang, menghina seseorang, dan membajak *account* seseorang dengan mengganti *password*.

Berbagai jenis *cyberbullying* telah terjadi sampai ke *cyberstalking*. Willard (Beran & Li, 2008) Ada tujuh kategori yang berbeda dari *cyberbullying* umum:

1. *Flaming*: Mengirim pesan yang kasar, vulgar tentang seseorang ke grup *online* atau ke *cybervictim* melalui email atau pesan teks lainnya.
2. *Online harassment*: Berulang kali mengirim pesan ofensif melalui email atau teks lainnya mengirim pesan kepada seseorang.
3. *Cyberstalking*: Pelecehan *online* yang mencakup ancaman bahaya atau *bullying* dengan memberikan kmentar menyakitkan.
4. *Denigration (put-downs)*: Mengirim pernyataan berbahaya, tidak benar, atau kejam tentang seseorang atau memposting materi *online* semacam itu.
5. *Masquerade*: Berpura-pura menjadi orang lain dan mengirim atau memposting materi yang membuatnya *cybervictim* terlihat buruk.
6. *Outing*: Mengirim atau memposting materi tentang seseorang yang berisi halinormasi sensitif, pribadi, atau informasi yang memalukan, termasuk meneruskan pesan atau gambar pribadi.
7. *Exclusion*: Secara kejam mengucilkan, mengabaikan dan menghapus seseorang dari grup *online*.

Kekerasan yang dialami anak atau remaja yang dilakukan oleh *cyberbullies* melalui media *cyber* atau internet, sering kali merasa depresi, merasa terisolasi, diperlakukan tidak manusiawi, dan tidak berdaya ketika diserang. Menurut Rahayu (2011) “dampak dari *cyberbullying* untuk para *cybervictim* tidak berhenti sampai pada tahap depresi saja, melainkan sudah sampai pada tindakan yang lebih ekstrim yaitu bunuh diri”.

Dampak yang dirasakan dari *cyberbullying* (Smith et al, 2006) sebagai berikut:

1. Klip gambar / video dan panggilan telepon dianggap lebih berdampak pada *cybervictim* dari bentuk-bentuk *bullying* tradisional.
2. Situs web dan pesan teks dinilai memiliki dampak yang setara *bullying* tradisional.
3. Ruang obrolan, Pesan instan, dan Email *bullying* diyakini kurang dampak dari bentuk-bentuk *bullying* tradisional

Beberapa jenis *cyberbullying* jelas lebih berbahaya daripada yang lain, *cyberbullying* dapat berdampak kontinum untuk *cybervictim*. Selanjutnya pertimbangan harus diberikan

kepada keseriusan insiden dalam konteks dan di antaranya keadaan yang mengelilinginya. Bahwa menerima email yang melecehkan mungkin bukan masalah yang signifikan.

Cash & Bridge (Bauman et al, 2013) Karena depresi merupakan faktor risiko yang diketahui untuk perilaku bunuh diri, penting untuk mempertimbangkan bagaimana hal itu mungkin terlibat dalam asosiasi antara pengalaman *bullying* dan perilaku bunuh diri. Penelitian sebelumnya telah ditemukan hubungan antara keterlibatan dalam *bullying* dan perilaku bunuh diri, tetapi peran depresi sebagian besar tidak ada diskusi. Memahami proses di mana variabel-variabel ini terkait akan menginformasikan upaya pencegahan dan intervensi; perilaku bunuh diri mungkin dicegah dengan menargetkan konstruksi psikologis (misalnya, depresi).

Van Orden et al (Bauman et al, 2013) Studi saat ini dipandu oleh teori interpersonal, bunuh diri yang berpendapat bahwa keinginan untuk bunuh diri disebabkan oleh kehadiran kedua "keburukan yang digagalkan" dan "beban yang dirasakan" . Kami mempertimbangkan perilaku *bullying* menjadi manifestasi keburukan yang digagalkan baik pada *cyberbullies* maupun sasaran *cyberbullies*. *Cyberbullies* yang perilakunya dimotivasi oleh upaya untuk mendapatkan atau mempertahankan status sosial, mencari milik dalam kelompok sebaya. *Cybervictim* adalah penerima tindakan berulang.

Thorbes (Maliki, et al, 2009) mengemukakan bahwa *cybervictim* dan *cyberbullies* lebih mungkin untuk menampilkan beberapa pemikiran untuk masalah-bunuh diri, depresi, kecemasan, kesehatan fisik umum yang buruk, penggunaan narkoba, citra tubuh yang buruk, gangguan makan dan prestasi akademik rendah. *Cybervictim* juga melaporkan hubungan yang tidak didukung oleh orang tua mereka, memiliki sangat sedikit teman dekat dan tidak dapat bersikap positif terhadap guru dan sekolah mereka.

Konsekuensi negatif pada semua orang yang terlibat dalam ini perilaku *cyberbullying*, termasuk agresor dan individu yang tidak terlibat (pengamat). Para korban telah menerima perhatian paling besar sehubungan dengan konsekuensi dari *cyberbullying*. *Cybervictim* mengalami kecemasan, depresi, stres, ketakutan, harga diri rendah, perasaan marah dan frustrasi, ketidakberdayaan, gugup, lekas marah, somatisasi, gangguan tidur, pemikiran bunuh diri, dan kesulitan berkonsentrasi yang mempengaruhi kinerja sekolah, sedangkan *cyberbullies* lebih cenderung mengalami penurunan moral, kurangnya empati dengan *cybervictim*, masalah yang disebabkan oleh perilaku agresif, tindakan kriminal, konsumsi alkohol dan obat-obatan, ketergantungan teknologi, dan ketidakhadiran di sekolah. Oleh karena itu, studi empiris masa lalu cenderung untuk fokus memeriksa hasil peran sebagai *cybervictim* atau *cyberbullying*, dan mencegah dampak yang muncul akibat *cyberbullying*.

Pihak sekolah saat ini lebih fokus untuk menyusun program pencegahan bullying, namun belum mengarah ke tindakan *cyberbullying*. Lebih sedikit program untuk mengidentifikasi peran dalam *cyberbullying* dan sikap apa yang harus dilatihkan pada peserta didik baik yang terlibat dalam peristiwa *cyberbullying* ataupun tindakan pencegahan. Oleh karena itu, perlu untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang memiliki efek protektif terhadap *cyberbullying* atau faktor-faktornya atau perilaku yang mengarahkan seseorang untuk menggertak atau diintimidasi menggunakan TIK sebagai aspek penting saat terlibat dalam intervensi pencegahan. Pelatihan komunikasi asertif merupakan salah satu intervensi yang dapat membantu peserta didik terhindar dari *cyberbullying*.

Memberikan pengetahuan dan kesadaran tentang akibat negatif dari *cyberbullying*. Lebih khusus lagi, memberikan pengetahuan bahwa *cyberbullying* tersebut dianggap sebagai perilaku yang tidak dapat diterima oleh orang-orang penting di sekitar mereka (misalnya teman sebaya, guru, orang tua). Vlaanderen et al., (Asriani et al., 2021) menyatakan bahwa peserta didik dan masyarakat luas perlu dilatih tentang strategi mengatasi situasi *cyberbullying*, seperti melatih keterampilan komunikasi asertif.

## BAB II

### SOLUSI PERMASALAHAN

Individu berkomunikasi satu sama lain baik secara verbal maupun nonverbal. Kami mengirimkan kami pikiran dan perasaan melalui kata-kata – verbal dan nonverbal melalui bahasa tubuh, nada suara, ekspresi wajah, gerak tubuh, dan tindakan. Penting untuk memiliki kesepakatan antara kedua bentuk komunikasi. Studi menunjukkan bahwa ketika ada perbedaan antara verbal dan nonverbal pesan kita cenderung percaya yang kedua. Mulai dari dua bentuk komunikasi adalah tiga gaya komunikasi dalam hubungan. Gaya ini disebut pasif, agresif dan asertif.

Diketahui bahwa orang menggunakan ketiga gaya komunikasi dalam percakapan dan ketika situasi mengharuskan mereka menangani hanya satu gaya. "Asertif" adalah istilah baru. Asertif atau tegas adalah sikap dimana individu dapat mengatakan apa yang tidak setuju dengan cara yang elegan, tanpa menjadi agresif secara verbal, tanpa merusak atau mengganggu, tanpa ditempatkan pada posisi yang rentan, meninggalkan ruang untuk diskusi, tetapi dalam hal itu individu mengambil kebebasan untuk "memaksakan."

Individu sering berada di rumah, di tempat kerja, di masyarakat, bataupun media sosial dihadapkan pada hubungan dengan orang-orang yang tidak berkomunikasi dengan baik, yang tidak mengerti kata-kata yang kita ucapkan. Ketidakmampuan untuk berkomunikasi ini menimbulkan frustrasi, kekecewaan dan terkadang menimbulkan perasaan tidak berdaya. Sehingga individu menggunakan kata-kata yang lebih kasar, untuk membalas komentar negatif orang lain di media sosial.

Asertif adalah kemampuan untuk menunjukkan kepada dunia siapa Anda sebenarnya, untuk mengungkapkan apa yang Anda miliki rasakan, ketika Anda merasa perlu. Ini adalah kemampuan untuk mengekspresikan perasaan dan hak Anda, menghormati perasaan dan hak orang lain. Peserta didik yang telah menguasai ketegasan mampu mengurangi konflik interpersonal dalam kehidupan mereka, sehingga menghilangkan sumber utama stres. Perilaku asertif menunjukkan rasa hormat terhadap diri sendiri dan orang lain, mendorong pengungkapan diri, pengendalian diri, dan apresiasi positif terhadap harga diri.

Asertif adalah cara paling efektif untuk memecahkan masalah interpersonal terutama masalah *cyberbullying*. komunikasi, keterbukaan, dan kejujuran memungkinkan peserta didik menerima pesan tanpa distorsi.

Lazarus (Pipaş & Jaradat, 2010) adalah orang pertama yang mengidentifikasi kelas-kelas respons tertentu di mana asertif dapat didefinisikan: "kemampuan untuk mengatakan tidak, kemampuan untuk meminta bantuan atau membuat permintaan, kemampuan untuk

mengekspresikan perasaan positif dan negatif, kemampuan untuk memulai, melanjutkan dan menyelesaikan percakapan."

Gaya komunikasi asertif merupakan perpaduan antara gaya pasif dan gaya agresif. gaya ini juga membutuhkan keadilan dan kekuasaan. Mencirikan peserta didik yang memperjuangkan hak-hak mereka tetapi tegas sambil tetap peka terhadap hak orang lain sehingga perjuangan untuk apa yang pantas mereka dapatkan tidak akan merugikan siapa pun. Ini adalah peserta didik yang santai dan berbicara secara terbuka tentang perasaan mereka.

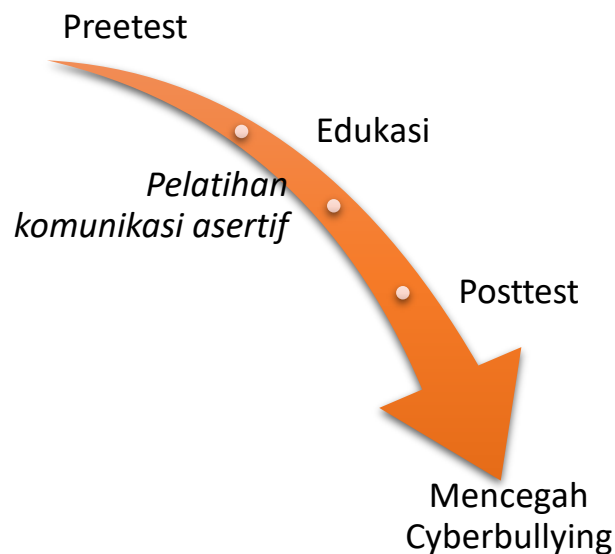
Gaya komunikasi yang asertif membutuhkan keseimbangan antara apa yang diinginkan peserta didik dan apa yang orang lain inginkan. Dasar dari gaya komunikasi ini adalah sikap terbuka terhadap diri sendiri dan orang lain, dan mendengarkan sudut pandang lain dan menghormati orang lain. Gaya komunikasi ini paling cocok untuk hubungan jangka panjang yang baik. Peserta didik yang berurusan dengan gaya komunikasi asertif mampu mencapai kesejahteraan emosional. Gaya komunikasi ini memungkinkan peserta didik untuk berpendapat pendapat Anda tanpa menjadi agresif dan tidak merasa terhina.

Mencegah *cyberbullying* ditangani melalui pemberdayaan program seperti, pemahaman tentang penggunaan media sosial yang aman dan pengembangan keterampilan komunikasi yang tepat. Sebelum merenungkan atau bereaksi terhadap *cyberbullying*, peserta didik perlu memahami konsep dan representasi. Penggunaan strategi dapat mendukung pemahaman peserta didik tentang *cyberbullying* dalam berbagai media sosial. Tim PKM berasumsi bahwa yang bisa memahami dan mempertahankan kendali atas pikiran dan tindakan peserta didik lebih mungkin untuk bereaksi secara efektif terhadap ancaman *cyberbullying*. Selain itu, mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif dapat membantu peserta didik menghadapi *cyberbullying* secara asertif.

### BAB III

#### METODE PELAKSANAAN

Pengabdian Kepada Masyarakat Stimulus “Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention Model* Untuk Mencegah *Cyberbullying* Di SMK Negeri 3 Palangka Raya” terhadap peserta didik diimplementasi melalui pelatihan dengan teknik *psychoeducational intervention model*. Prosedur kegiatan pendampingan terdiri dari empat tahap, dapat dilihat pada gambar 3.1.



**Gambar 3.1** Prosedur Pengabdian Kepada Masyarakat Stimulus (PKMS)

#### 1. Tahap I Pre-Test

Sebelum memulai kegiatan Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention Model*, tim PKMS melaksanakan tes awal (Pre-Test) untuk mengetahui pemahaman tentang komunikasi asertif peserta didik sebelum dilaksanakan kegiatan pemberdayaan berupa edukasi dan pelatihan.

#### 2. Tahap II Pelaksanaan Pendampingan

##### a. Edukasi

Pada tahap edukasi, mitra mengikuti kegiatan seminar. tim PKM menghadirkan narasumber:



- 1) Dosen Bimbingan dan Konseling UMPR sebagai narasumber dengan tema *cyberbullying*.
- 2) Dosen Psikologi UMPR sebagai narasumber dengan tema Perilaku Asertif.
- 3) Dosen Ilmu Komunikasi UMPR sebagai narasumber dengan tema Komunikasi Asertif.

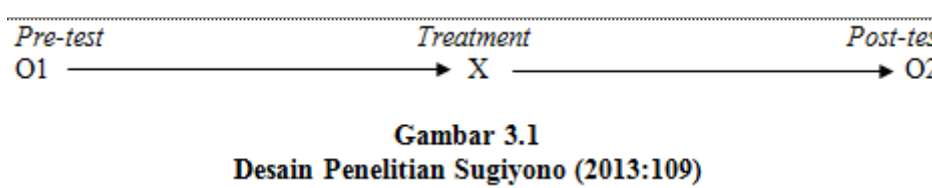
b. Pelatihan Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention Model*

Pada tahap pelatihan, konselor Bersama dengan psikolog melaksanakan tahapan Teknik *Psychoeducational Intervention Model*, terdiri dari lima tahap, yaitu (1) *instruction/teach*, (2) *modeling*, (3) *role playing*, (4) *feedback*, dan (5) *ownwork*.

3. Tahap III Post-Tes

Setelah kegiatan Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention Model*, tim pengabdian PKMS melaksanakan tes akhir (Post-Test) untuk mengetahui tingkat penguasaan komunikasi asertif peserta didik setelah dilaksanakan kegiatan pelatihan.

Penilaian juga dilakukan apakah Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention Model* Untuk Mencegah *Cyberbullying* dengan pendekatan eksperimen ada perlakuan (*treatment*), metode eksperimen digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2013:72). Metode eksperimen dilakukan untuk mengetahui efek *treatment* atau *intervensi* yang diberikan. Pengukuran sebelum dilakukan eksperimen berupa pelatihan (O1) disebut *pre-test* dan pengukuran sesudah eksperimen (pelatihan) (O2) disebut *post-test* (Arikunto, 2013:85). pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*) terhadap peserta didik kemudian diberi perlakuan (*treatment*) pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model*, (*post-test*) untuk melihat ada tidaknya pengaruh pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* yang diterapkan sebagai upaya mencegah *cyberbullying*. Pola dapat digambarkan sebagai berikut:



**Gambar 3.1**  
**Desain Penelitian Sugiyono (2013:109)**

Untuk memperjelas eksperimen disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen sebagai berikut:

### 1. *Pre-test*

Hasil *pre-test* ini akan menjadi bahan perbandingan dengan *post-test* yang akan dilakukan setelah pemberian perlakuan yaitu pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model*.

### 2. *Perlakuan (treatment)*

*Perlakuan (treatment)* yang diberikan adalah berupa pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* diimplementasikan untuk mencegah *cyberbullying*. Adapun frekuensi dan lamanya pertemuan tergantung pada penerimaan dan kesanggupan peserta. *perlakuan (treatment)* diberikan sebanyak 4 kali pertemuan dengan durasi 40-45 menit untuk setiap kali pertemuan.

### 3. *Post-test*

*Post-test* adalah pengukuran kepada subjek penelitian setelah diberi perlakuan *treatment* pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model*. Tujuannya adalah untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan *treatment*.

Penilaian keefektivan pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* ini data dikumpulkan secara kuantitatif dengan menggunakan skala (Inventori Kepribadian). Inventori kepribadian hampir serupa dengan tes kepribadian, namun pada inventori kepribadian jawaban peserta didik selalu benar selama dinyatakan dengan sesungguhnya. Walaupun demikian digunakan pula skala-skala tertentu untuk mengkuantifikasi jawaban agar dapat dibandingkan (Kemendikbud, 2014). Skala yang digunakan dalam pelatihan ini adalah skala Komunikasi Asertif. Analisis data yang digunakan untuk melihat keefektivan pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* untuk mencegah *cyberbullying* menggunakan analisis data kuantitatif dengan teknik *Paired-Sample T Test*, *Paired-Sample T Test* atau lebih dikenal dengan *Pre-Post Design* adalah analisis dengan melibatkan dua pengukuran pada subjek yang sama terhadap suatu pengaruh atau perlakuan tertentu. Pengukuran pertama dilakukan sebelum diberi perlakuan tertentu dan pengukuran kedua dilakukan sesudahnya. Dasar pemikirannya sederhana, yaitu bahwa apabila suatu perlakuan tidak memberi pengaruh maka perbedaan rata-ratanya adalah nol (Trihendardi, 2012:129). Analisis data menggunakan bantuan program SPSS windows versi 20.00 uji *Paired-Sample T Test*, digunakan untuk membandingkan dua buah sampel yang bebas berasal dari populasi yang sama untuk melihat perbedaan signifikan pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* untuk mencegah *cyberbullying* sebelum dan sesudah intervensi.

## BAB IV

### PEMBAHASAN KEGIATAN

#### A. Pembahasan

Pengabdian Kepada Masyarakat Stimulus “Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention* Untuk Mencegah *Cyberbullying* ” dilaksanakan selama 1 hari, yaitu pada tanggal 15 Agustus 2022 di SMK Negeri 3 Palangka Raya yang terletak di Jl. R. A. Kartini No.25, Langkai, Kec. Pahandut, Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah 74874. Kegiatan pelatihan dapat dilihat pada gambar 2 dan peserta kegiatan dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 2. Kegiatan Pelatihan



Gambar 3. Peserta Kegiatan Pelatihan

## B. Target Capaian

Target capaian pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat Stimulus ” pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* untuk mencegah *cyberbullying*”, sebagai berikut:

1. Peserta (konseli) 80% memahami tentang *cyberbullying*.
2. Peserta (konseli) 80% memiliki keterampilan komunikasi asertif.
3. Peserta (konseli) 80% mengalami peningkatan keterampilan komunikasi asertif, sebelumnya berada pada level rendah menjadi level tinggi.

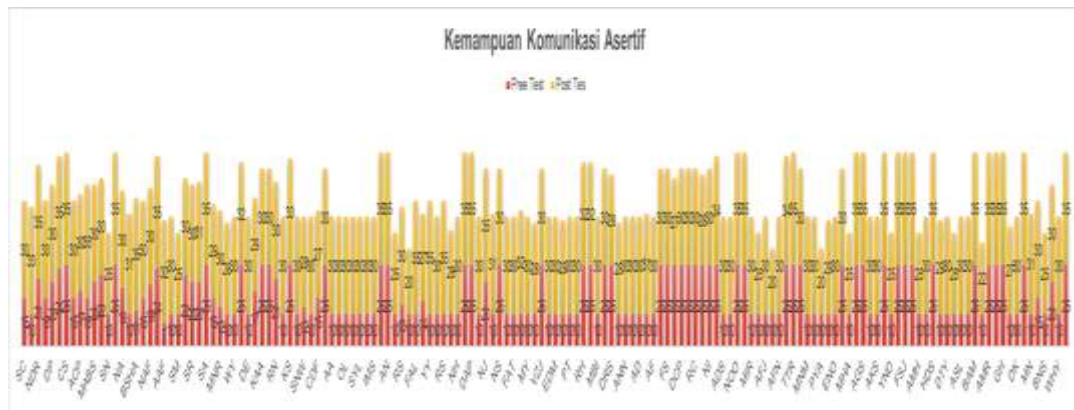
Hasil dari pelaksanaan kegiatan pelatihan yang dilaksanakan, dapat dilihat dari hasil pre test dan post test pada Tabel 4.1.

Tabel 4.1 Hasil

No	Responden	Pree Test	Post Tes	No	Responden	Pree Test	Post Tes
1	SC	15	30	76	FT	10	30
2	SA	10	33	77	EDM	10	30
3	NDR	21	35	78	DD	10	29
4	SASN	15	30	79	PT	10	30
5	DP	20	30	80	IA	10	30
6	DN	24	35	81	RH	25	32
7	CS	25	35	82	NAF	25	32
8	AV	15	30	83	MBI	10	30
9	ACP	17	30	84	IMY	25	30
10	NPS	15	35	85	DRS	25	28
11	MABS	20	30	86	DY	10	28
12	SS	22	30	87	ANN	10	30
13	SN	10	25	88	MI	10	30
14	AIC	25	35	89	AD	10	30
15	NA	18	30	90	MF	10	31
16	AG	10	31	91	AF	10	30
17	BSHA	11	35	92	SS	25	30
18	TT	15	30	93	FS	25	30
19	NAF	19	30	94	EZ	25	27
20	LS	24	35	95	DCP	25	30
21	AAF	7	32	96	CMM	25	30
22	FBM	10	30	97	RC	25	30
23	SM	10	25	98	SA	25	28
24	AP	22	30	99	NI	25	30
25	SR	20	30	100	RNR	25	34
26	RCA	20	31	101	ADS	10	30
27	SA	25	35	102	NP	10	30
28	DS	15	29	103	NOO	25	35
29	MNR	12	30	104	MR	25	35
30	KR	10	28	105	MIR	10	30
31	WY	10	30	106	NKY	10	25
32	SRPS	25	32	107	AFJ	10	30
33	DE	10	30	108	AD	10	20
34	EA	17	29	109	AFN	10	30
35	KAA	25	30	110	NSA	25	34
36	NS	25	30	111	TTR	25	35
37	RN	21	30	112	REY	25	30
38	APD	10	30	113	MNM	10	30
39	KS	25	33	114	JBA	10	30

40	SM	10	30	115	PYA	10	20
41	SNW	12	28	116	SAD	10	29
42	MU	10	30	117	ENO	10	30
43	CDF	15	27	118	DYA	25	30
44	AD	25	30	119	MHA	10	25
45	AA	10	30	120	RMH	25	35
46	RU	10	30	121	AGS	25	35
47	OL	10	30	122	INA	10	30
48	ARP	10	30	123	AKS	10	30
49	SYL	10	30	124	MTW	25	35
50	MIN	10	30	125	YND	10	25
51	IMS	10	30	126	AHY	25	35
52	DAN	25	35	127	FSJ	25	35
53	AN	25	35	128	RES	25	35
54	RHN	10	25	129	AMH	10	25
55	RS	13	30	130	APH	10	30
56	NO	10	20	131	HDS	25	35
57	FAL	10	35	132	PN	10	29
58	HK	14	27	133	DTY	10	30
59	YY	10	35	134	DV	10	25
60	IAR	10	30	135	ASL	10	30
61	RS	10	35	136	YL	10	30
62	FAP	10	26	137	BAM	25	35
63	NH	10	30	138	IT	10	22
64	DMW	25	35	139	AMR	25	35
65	DAP	25	35	140	AK	25	35
66	NYP	10	30	141	GH	25	35
67	NJ	20	35	142	MJM	10	27
68	OKS	10	31	143	DK	10	30
69	NS	25	30	144	HYL	25	35
70	PZ	10	30	145	MN	10	31
71	FAT	10	30	146	CC	15	30
72	SZ	10	32	147	BNS	10	25
73	MY	10	30	148	JK	20	30
74	DAI	10	28	149	WHY	10	30
75	VZJ	25	30	150	GM	25	35

Berdasarkan tabel 4.1. peningkatan pengetahuan peserta pelatihan dapat dilihat pada grafik 4.1 berikut ini.



Bandura (Veiga Simão *et al.*, 2018) Pesatnya pertumbuhan sumber daya multimedia, remaja telah menemukan cara baru untuk menjalin interaksi sosial. Sebagai pengamat cyberbullying, remaja berhubungan dengan agresi verbal yang mereka tanggapi, dengan membuangnya, dengan melaporkannya, atau dengan menggunakannya untuk berinteraksi dengan orang lain. Konten yang digunakan oleh remaja di konteks ini telah diperiksa dalam banyak penelitian. Livingstone & Smith (Veiga Simão *et al.*, 2018) masih sedikit yang diketahui tentang bagaimana mereka bereaksi terhadap cyberbullying.

*Bullying* verbal dapat berupa menakuti lewat *handphone*, *e-mail* yang *menbullying* dan surat-surat kaleng yang berisi ancaman kekerasan dan ejekan seksual (Coloroso, 2003). *Cyberbullying* adalah bentuk *bullying* yang dalam beberapa tahun terakhir menjadi lebih jelas, seperti penggunaan perangkat elektronik seperti komputer dan telepon seluler oleh orang-orang muda telah meningkat (Smith, et al, 2006). Thorbes (Maliki, et al, 2009) mengemukakan bahwa *cybervictim* dan *cyberbullies* lebih mungkin untuk menampilkan beberapa pemikiran untuk masalah-bunuh diri, depresi, kecemasan, kesehatan fisik umum yang buruk, penggunaan narkoba, citra tubuh yang buruk, gangguan makan dan prestasi akademik rendah.

Souza (Rosa *et al.*, 2019) berkembangnya Information and Communication Technologies (ICT) dan Sistem Jaringan Sosial di kalangan remaja untuk

berkomunikasi secara online, hubungan interpersonal telah memperoleh media baru di mana komunikasi terjalin. Dalam komunikasi online ini, adalah umum untuk melihat interaksi yang melibatkan konten online sosial yang menyinggung, karena ini adalah salah satu dari ekspresi utama agresi dalam situasi pelecehan dunia maya, seperti cyberbullying.

Fernández & Cuadrado (Hennig Manzuoli and Cuesta Medina, 2017) cyberbullying dianggap sebagai bentuk kekerasan. Meskipun cyberbullying memiliki banyak karakteristik yang sama dengan bentuk lain dari intimidasi sekolah, itu juga menampilkan fitur baru, seperti anonimitas, kemungkinan mendapatkan lebih besar audiens online, dan akses ke informasi pribadi online, yang dapat dimodifikasi atau diubah untuk tujuan yang berbeda.

Hinduja & Patchin cyberbullying sebagai perilaku disengaja dan berulang yang dilakukan melalui komputer, ponsel, dan perangkat elektronik lainnya. Elemen pada cyberbullying adalah perilaku yang disengaja, terjadi dari waktu ke waktu, dan mengakibatkan kerugian. Gámez-Guadix (Chun *et al.*, 2020) dampak dari cyberbullying pada remaja adalah gangguan psikologis, kerusakan fisik, dan kesejahteraan perilaku.

Konsekuensi negatif pada semua orang yang terlibat dalam ini perilaku *cyberbullying*, termasuk agresor dan individu yang tidak terlibat (pengamat). Para korban telah menerima perhatian paling besar sehubungan dengan konsekuensi dari *cyberbullying*. *Cybervictim* mengalami kecemasan, depresi, stres, ketakutan, harga diri rendah, perasaan marah dan frustrasi, ketidakberdayaan, gugup, lekas marah, somatisasi, gangguan tidur, pemikiran bunuh diri, dan kesulitan berkonsentrasi yang mempengaruhi kinerja sekolah, sedangkan *cyberbullies* lebih cenderung mengalami penurunan moral, kurangnya empati dengan *cybervictim*, masalah yang disebabkan oleh perilaku agresif, tindakan kriminal, konsumsi alkohol dan obat-obatan, ketergantungan teknologi, dan ketidakhadiran di sekolah. Oleh karena itu, studi empiris masa lalu cenderung untuk fokus memeriksa hasil peran sebagai *cybervictim* atau *cyberbullying*, dan mencegah dampak yang muncul akibat *cyberbullying*. Pihak sekolah saat ini lebih fokus untuk menyusun program



pencegahan bullying, namun belum mengarah ke tindakan *cyberbullying*. Lebih sedikit program untuk mengidentifikasi peran dalam *cyberbullying* dan sikap apa yang harus dilatihkan pada siswa baik yang terlibat dalam peristiwa *cyberbullying* ataupun tindakan pencegahan. Oleh karena itu, perlu untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang memiliki efek protektif terhadap *cyberbullying* atau faktor-faktornya atau perilaku yang mengarahkan seseorang untuk menggertak atau diintimidasi menggunakan TIK sebagai aspek penting saat terlibat dalam intervensi pencegahan. Pelatihan komunikasi asertif merupakan salah satu intervensi yang dapat membantu siswa terhindar dari *cyberbullying*.

Memberikan pengetahuan dan kesadaran tentang akibat negatif dari *cyberbullying*. Lebih khusus lagi, memberikan pengetahuan bahwa *cyberbullying* tersebut dianggap sebagai perilaku yang tidak dapat diterima oleh orang-orang penting di sekitar mereka (misalnya teman sebaya, guru, orang tua). Vlaanderen et al., (Asriani *et al.*, 2021) menyatakan bahwa siswa dan masyarakat luas perlu dilatih tentang strategi mengatasi situasi *cyberbullying*, seperti melatih keterampilan komunikasi asertif.

Komunikasi asertif mampu melatih siswa yang mengalami kesulitan untuk menyatakan perasaan dan hak dirinya bahwa tindakanya adalah layak atau benar dengan mengungkapkan perasaan melalui respon positif (Umar et al, 2022).

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Siswa dilatih untuk memiliki keterampilan komunikasi asertif, namun sebelum pelaksanaan tahapan pelatihan, 150 orang siswa diberikan pre test, selanjutnya siswa dilatih keterampilan komunikasi asertif dilaksanakan melalui 5 tahap, yaitu (1) instruction/teach, (2) modeling, (3) role playing, (4) feedback, dan (5) ownwork. Tahap pertama, instruction/teach menghadirkan pakar komunikasi yaitu ibu Dr. Aquarini, S.Sos, M.I.Kom. yang merupakan penyiar Pro 1 Radio Republik Indonesia (RRI) Palangka Raya. Materi selanjutnya adalah Cyberbullying yang disampaikan oleh Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi., Psikolog. Tahap kedua yaitu modeling. Pada tahap ini ibu Karyanti, M.Pd, yang merupakan seorang konselor memperagakan bagaimana menghadapi situasi cyberbullying, seperti menerima komentar menyakitkan atau mendapat ancaman dari siswa lain.

Tahap ketiga, siswa diminta memerankan sebagai pelaku cyberbullying dan seorang siswa sebagai korban cyberbullying. Tahap keempat feedback, yang dibimbing ibu Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi, pada tahap diberikan penegasan kembali bagaimana tindakan siswa ketika mengalami cyberbullying. Pada tahap kelima ownwork, siswa diberikan tugas bagaimana tindakan komunikasi ketika menghadapi situasi cyberbullying. Setelah tahapan pelatihan selesai, peserta didik diberikan post test untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa tentang komunikasi asertif dalam menghadapi cyberbullying.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asriani, D. D., Yulianti, K. Y., Priwati, A. R., Kirana, A. P., Darmawan, P., & Kusumaningtyas, A. P. (2021). Teenager-Related *Cyberbullying* Case in Indonesia. *Fispol UGM*, August.
- Auestad, G. & Roland, E. (2005). Mobbing og mobiltelefon. [*Bullying and mobile phone*] *Spesialpedagogikk*, 4, 4-11
- Beane, A.L., (2008). *Protect Your Child From Bullying: Expert Advice To Help You Recognize, Prevent, And Stop Bullying Before Your Child Gets Hurt*. John Wiley & Sons.
- Beran, T. and Li, Q., (2008). The Relationship Between *Cyberbullying* And School Bullying. *The Journal of Student Wellbeing*, 1(2), pp.16-33
- Bauman, S. and Del Rio, A., (2005). Knowledge And Beliefs About *Bullying* In Schools: Comparing Pre-Service Teachers In The United States And The United Kingdom. *School Psychology International*, 26(4), pp.428-442.
- Charalampous, K., Demetriou, C., Tricha, L., Ioannou, M., Georgiou, S., Nikiforou, M., & Stavrinides, P. (2018). The effect of parental style on bullying and cyber bullying behaviors and the mediating role of peer attachment relationships: A longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 64, 109–123. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.02.003>
- Coloroso, B. (2003). The Bully, The Bullied, and The Bystander Breaking the Cycle of Violence. In *Cycle*.
- Gaffney, H., Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2021). What works in anti-bullying programs? Analysis of effective intervention components. *Journal of School Psychology*. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2020.12.002>
- González-Alonso, F., Guillén-Gámez, F. D., & de Castro-Hernández, R. M. (2020). Methodological analysis of the effect of an antibullying programme in secondary education through communicative competence: a pre-test—post-test study with a control-experimental group. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093047>
- Huang, Y.Y. and Chou, C., (2010). An Analysis Of Multiple Factors Of *Cyberbullying* Among Junior High School Students In Taiwan. *Computers in Human Behavior*, 26(6), pp.1581-1590.

- Hinduja, S. and Patchin, J.W., (2010). *Bullying, Cyberbullying, And Suicide. Archives of suicide research, 14(3)*, pp.206-221.
- Smith, P.K., Mahdavi, J., Carvalho, M. and Tippett, N., (2006). An Investigation Into *Cyberbullying*, Its Forms, Awareness And Impact, And The Relationship Between Age And Gender In *Cyberbullying. Research Brief No. RBX03-06. London: DfES*.
- Kowalski, R.M., Giumetti, G.W., Schroeder, A.N. and Lattanner, M.R., 2014. *Bullying In The Digital Age: A Critical Review And Meta-Analysis Of Cyberbullying Research Among Youth. Psychological bulletin, 140(4)*, p.1073.
- Martínez-Monteagudo, M. C., Delgado, B., García-Fernández, J. M., & Rubio, E. (2019). *Cyberbullying, aggressiveness, and emotional intelligence in adolescence. International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(24)*. <https://doi.org/10.3390/ijerph16245079>
- Pipaş, M. D., & Jaradat, M. (2010). Assertive Communication Skills. *Annales Universitatis Apulensis Series Oeconomica, 2(12)*, 649–656. <https://doi.org/10.29302/oeconomica.2010.12.2.17>
- Olweus, D. (2013). School Bullying: Development and Some Important Challenges. *Annu Rev Clin Psychol, 9*, 751-80.

## BIODATA PENGUSUL

### A. Identitas Diri

Nama Lengkap	Karyanti
Jenis Kelamin	Perempuan
Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
NIP/NIK	150201011
NIDN	1114038201
Tempat dan Tanggal Lahir	Pahandut, 14 Maret 1982
Email	<a href="mailto:karyanti982@gmail.com">karyanti982@gmail.com</a>
Nomor Telepon/HP	081251693851
Mata kuliah yang diampu	Teori dan Teknik Konseling
	Dinamika Kelompok
	BK Pribadi Sosial
	Praktikum BK Pribadi Sosial
	BK Karir
	Praktikum BK Karir
	BK Belajar
	Praktik BK Belajar

### B. Riwayat Pendidikan

Nama Perguruan Tinggi	S1	S2	S3
Program Studi	Bimbingan dan Konseling	Bimbingan dan Konseling	
Tahun Masuk – Lulus	2007 - 2011	2012 - 2014	
Judul Tugas Akhir	Pelaksanaan Layanan Informasi Pada Peserta Didik MTs Darul Ulum Palangkaraya	Keefektifan Pelatihan Keterampilan Asertif untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Korban	

	Tahun Pelajaran 2010/2011	<i>Bullying</i> Di SMA	
Nama Pembimbing/Promotor	1. Ahmad Sabur Karim, M.Pd 2. Drs Sunaryo A.I	1. Dr. Adi Atmoko, M.Si 2. Dr. Imanuel Hitipeuw, M.A	

**C. Pengalaman Penelitian dalam 5 tahun terakhir (Bukan Skripsi, Tesis, dan Disertasi)**

No	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
	2020	Dance Counseling Diiringi Instrumen Sape Untuk Menurunkan Burnout Konselor	DIKTI	190.000.000
	2020	Pengembangan Model Cyber-Counseling Art Untuk Mengurangi Trauma Tenaga Kesehatan Dampak Pandemi Covid-19	RISTEK BRIN	75.000.00
	2019	Mitigasi Pencegahan Pelecehan Seksual Terhadap Anak Melalui Pendidikan Karakter Berbasis Kearifan Lokal	DIKTI	19.960.000
	2019	Mitigasi Pencegahan Seks Bebas Generasi Millennial Yang Berdampak Pada Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Teknik <i>Creatif Problem Solving</i>	LP2M UM Palangkaraya	9.977.000
	2018	Pengembangan Konseling Kelompok Teknik <i>Expresif Writing</i> Berlandaskan Falsafah Dandang Tingang Untuk Meningkatkan Perilaku <i>Respect</i>	Kemenristek DIKTI	10.000.000

	2018	Pengembangan Teknik Modeling Simbolik Untuk Meningkatkan Perilaku Menjaga Kelestarian Hutan Kalimantan	LP2M UM Palangkaraya	8.000.000
	2017	Efektivitas Penerapan <i>Art Therapy</i> Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Pada Siswa Korban Agresifitas Di Smp Swasta Kota Palangkaraya	LP2M UM Palangkaraya	10.000.00
	2016	Layanan Konseling Kelompok Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Untuk Mengurangi Perilaku <i>Cyber Bullying</i> Pada Peserta Didik Kelas VIII-7 DI SMPN-3 Palangka Raya	Mandiri	5.000.000
	2015	Keefektivan Pelatihan Keterampilan Asertif Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Korban Bullying Di SMA	Mandiri	5.000.000

D. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 tahun terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Vol/No/Tahun
1	The Development Of Group Healing Storytelling Model In Multicultural Counselling Services In Indonesian Schools: Examination Of Disciplinary Cases	The Education and Science Journal.	Tom 23, № 4. 2021 / Vol. 23, № 4. 2021
2	Development of Guidance Counselling for Increased Engagement and Empathy of Middle School Bullies	International Journal of Innovation, Creativity and Change	Volume 13, Issue 10, 2020

3	Development of Classical Guidance Modeling for Penyang Hinje Simpei to Prevent Child Abuse in High Schools	International Journal of Innovation, Creativity and Change	Volume 13, Issue 10, 2020
4	Pengembangan Teknik Modeling Simbolik Untuk Meningkatkan perilaku Menjaga Kelestarian Hutan Kalimantan	Anterior Jurnal	Vol.18 No.2, 2019
5	Teknik Menggambar Untuk Menurunkan Emosi Marah Pada Peserta Didik SMA Negeri-2 Palangkaraya	Jurnal Suluh	Vol. 4 No. 2, 2019
6	Pengembangan Model Konseling Kelompok Teknik <i>Expresif Writing</i> Berlandaskan Falsafah Dandang Tingang Untuk Meningkatkan Perilaku <i>Respect</i>	JURKAM	Vol. 3 No. 1, 2019
7	Model Konseling Kelompok Teknik <i>Expresif Writing</i> Berlandaskan Falsafah Dandang Tingang Untuk Meningkatkan Perilaku <i>Respect</i>	JURKAM	Vol. 2 No. 2, 2018
8	Upaya Meningkatkan Hasil Belajar IPA Menggunakan Model Two Stay Two Stay dan Metode Problem Solving Pada MIs Hidayatul Islamiyah Palangka Raya Tahun Pelajaran 2018	Jurnal Pedagogik	Vol.13 No.1, 2018
9	Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Realitas Untuk Pemantapan Peminatan Pada Peserta Didik SMAN-2 Palangkaraya	Jurnal Suluh	Vol. 3 No. 2, 2018
10	Efektivitas Teknik Problem Solving Untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik Peserta Didik Kelas X IIs 3 SMAN-1 Palangka Raya	Jurnal Suluh	Vol. 4 No. 1, 2018
11	Upaya Meningkatkan Hasil Belajar IPA Menggunakan Metode Diskusi Bevariasi Pada	Jurnal Pedagogik	Vol.12 No.2, 2017



	Kelas III SDN 1 Lunuk Ramba Tahun Pelajaran 2016/2017		
12	Keefektifan Cinema Education Pada Pelatihan Keterampilan Pengambilan Keputusan Karis Pada Peserta Didik	Jurnal Suluh	Vol. 3 No. 1, 2017
13	Layanan Konseling Kelompok Solution Focused Brief Therapy (SFBT) Untuk Mengurangi Perilaku Cyber Bullying pada Peserta Didik Kelas VIII-7 Di SMP	Jurnal Suluh	Vol. 3 No. 1, 2017
14	Efektivitas Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Korban <i>Bullying</i> di SMA	Jurnal Pendidikan Humaniora	Vol 3. No.2. 2015
15	Konseling Art Dengan Media Gambar Untuk Meningkatkan Self Disclosure Mahasiswa	Anterior Jurnal	Vol.15 No.1, 2015

E. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 tahun terakhir

No	Nama Temu Ilmiah / Seminar	Judul Artikel	Waktu dan Tempat
1.	Borneo International Conference on Education and Social Sciences	Effectiveness of Dance Counseling to Increase Self Disclosure in Students of Victims of Aggressive In Junior Schools Palangkaraya	10 September 2018 Treepark Hotel Banjarmasin, South Kalimantan
2.	International Conference on Special Education in Southeast Asia Region 8 <sup>th</sup> Series (ICSAR) 2018	Expr Essive Writing To Re Duce Anxiety Childre N With Special Needs Bullying Victims In Inclusive Educ Ation	20 Januari 2018 Deagu University, Sout Korea

F. Karya Buku dalam 5 tahun terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit

1.	Teknik Creative Problem Solving	2019	76	K-Media
2.	Bimbingan Klasikal Berlandaskan Falsafah Adil ka'talino, Bacuramin ka'saruga, Basengat Ka'jubata	2019	76	K-Media
3.	Psychoeducational Life Skills Intervention Model Untuk Melatih Asertivitas Korban Bullying	2019	125	K-Media
4.	<i>Cyberbullying &amp; Body Shaming</i>	2019	116	K-Media
5.	Dance Counseling	2018	82	Deepublish
6.	Panduan Konseling Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Mengurangi Perilaku Agresif	2017	187	Uwais Inspirasi Indonesia
7.	Teori Konseling: Pelatihan Keterampilan Asertif Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Korban Bullying	2017	154	Akademia Pustaka

G. Perolehan HKI dalam 10 tahun terakhir

No	Judul HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID 1
1.	Mitigasi Pencegahan Seks Bebas Generasi Millennial Yang Berdampak Pada Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Teknik <i>Creatif Problem Solving</i>	2019	Laporan Penelitian	000172482
2.	BIMBINGAN KLASIKAL BERLANDASKAN FALSAFAH ADIL	2019	Buku	000151159

	KA'TALINO, BACURAMIN KA'SARUGA, BASENGAT KA'JUBATA Mitigasi Pencegahan Pelecehan Seksual Terhadap Anak Melalui Pendidikan Karakter Berbasis Kearifan Lokal			
3.	Teori Konseling:  (Pelatihan Keterampilan Asertif Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Korban Bullying)	2018	Buku	000103860

Semua data yang saya isikan dan daa tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Surat Perjanjian Penugasan Pengabdian Masyarakat.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Pengabdian Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat Stimulus (PKMS).

Palangkaraya, 18 Mei 2022  
Ketua



Karyanti, M.Pd  
NIP/NIK. 15.02.01.011

## BIODATA PENGUSUL

### A. Identitas Diri

Nama Lengkap	Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi.,Psikolog
Jenis Kelamin	L/P
Jabatan Fungsional	Lektor 300
NIP/NIK	12.0201.015
NIDN	103048401
Tempat dan Tanggal Lahir	Palangka Raya, 13 April 1984
Email	syarif.dina@ymail.com
Nomor Telepon/HP	085228676888
Mata kuliah yang diampu	1. Psikologi Keluarga 2. Asesmen Teknik Tes Psikologi 3. Psikologi Konseling 4. Psikologi Umum

### B. Riwayat Pendidikan

Nama Perguruan Tinggi	S1	S2	S3
Program Studi	Psikologi	Psikologi	
Tahun Masuk – Lulus	2002-2006	2007-2012	
Judul Tugas Akhir	Hubungan Kepuasan dan Citra Perusahaan Dengan Loyalitas Pelanggan Pada Pengguna Jasa Telekomunikasi Selular GSM di Yogyakarta	Pengaruh Pelatihan Motivasi Keyakinan Diri Terhadap <i>Self Efficacy</i> Karyawan Bifas Universitas X Yogyakarta	
Nama Pembimbing/Promotor	Erita Yuliasesti D, S. Psi., M.Si	Dr. Marcham Darokah, MA	

**C. Pengalaman Penelitian dalam 5 tahun terakhir (Bukan Skripsi, Tesis, dan Disertasi)**

No	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1.	2019	Mitigasi Pencegahan Seks Bebas Generasi Millennial Yang Berdampak Pada Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Teknik <i>Creatif Problem Solving</i>	LP2M UM Palangkaraya	9.977.000
	2013	Hubungan Antara Stres Dengan Kecenderungan Somatisasi Pada 1 2013 Mahasiswi Semester Akhir Fakultas Mandiri 2,5 Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Palangkaraya	Mandiri	2.500.00
	2013	Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Dalam Menghadapi Ujian Nasional	Mandiri	2.500.00

**D. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 tahun terakhir**

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Vol/No/Tahun
1.	Persepsi Gaya Kepemimpinan Rektor Universitas Muhammadiyah Palangkaraya	Jurnal Restorica	Vol. 2, No. 01, 2016
2.	Pengaruh Pelatihan Motivasi Keyakinan Diri Terhadap Self Efficacy Pegawai Universitas X di Kota Palangka Raya	Jurnal Restorica	Vol. 3, No. 01, 2017
3.	Efektivitas Konseling Kelompok Berbantuan Teknik Problem Solving	Jurnal Suluh	Vol. 3, No. 01, 2017

untuk Menurunkan Perilaku Membolos

- |    |  |                  |                      |
|----|--|------------------|----------------------|
| 4. | Perilaku Tantrum Pada Anak TK Rahmat Al-Falah Kelompok B Palangka Raya   | Jurnal Suluh     | Vol. 2, No. 01, 2017 |
| 5. | Iklim Komunikasi Organisasi Universitas X di Kota Palangkaraya   | Jurnal Restorica |                      |
| 6. | Identifikasi Ciri-ciri Penyebab Perilaku Agresif Verbal dan Perilaku Agresif Non Verbal pada SMP Negeri 13 Palangka Raya | Jurnal Suluh     | Vol. 3, No.02, 2018  |
| 7. | Pengaruh Interaksi Teman Sejawat Terhadap Disiplin Peserta Didik Kelas VII dan VIII SMP Muhammadiyah Palangkaraya        | Jurnal Suluh     | Vol. 4, No.02, 2019  |

**E. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 tahun terakhir**

No	Nama Temu Ilmiah / Seminar	Judul Artikel	Waktu dan Tempat
----	----------------------------	---------------	------------------

**F. Karya Buku dalam 5 tahun terakhir**

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1.	Teknik Creative Problem Solving	2019	76	K-Media

G. Perolehan HAKI dalam 10 tahun terakhir

No	Judul HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID 1
1.	Mitigasi Pencegahan Seks Bebas Generasi Millennial Yang Berdampak Pada Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Teknik <i>Creatif Problem Solving</i>	2019	Laporan Penelitian	000172482

Semua data yang saya isikan dan daa tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Surat Perjanjian Penugasan Pengabdian Masyarakat.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Pengabdian Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat Stimulus (PKMS).

Palangkaraya, 18 Mei 2022  
Anggota I



Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi.,Psikolog  
NIP/NIK. 12.0201.015

## **BIODATA PENGUSUL**

### **A. Identitas Diri**

Nama Lengkap	M. Fatchurahman
Jenis Kelamin	Laki-laki
Jabatan Fungsional	Lektor Kepala
NIP/NIK	196608051994121001
NIDN	0005086602
Tempat dan Tanggal Lahir	
Email	mfatchurahman789@gmail.com
Nomor Telepon/HP	082351350300
Mata kuliah yang diampu	1. Pemahaman Individu I/Assesmen Psikologi Teknik Non Tes
	2. Praktikum Assesmen Psikologi Teknik Non Tes
	3. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling
	4. Manajemen BK
	5. Metodologi Penelitian dalam BK
	6. Pengembangan Pribadi Konselor
	7. Pengantar Ilmu Pendidikan

### **B. Riwayat Pendidikan**

Nama Perguruan Tinggi	S1	S2	S3
Program Studi			
Tahun Masuk – Lulus			
Judul Tugas Akhir			
Nama Pembimbing/Promotor			

### **C. Pengalaman Penelitian dalam 5 tahun terakhir (Bukan Skripsi, Tesis, dan Disertasi)**



NO	Tahun	Topik/Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1.	2019	Mitigasi Pencegahan Seks Bebas Generasi Millennial Yang Berdampak Pada Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Teknik <i>Creatif Problem Solving</i>	LP2M UM Palangkaraya	10.000.000
2.	2018	Pengembangan Teknik Modeling Simbolik Untuk Meningkatkan Perilaku Menjaga Kelestarian Hutan Kalimantan	LP2M UM Palangkaraya	8.000.0000
3.	2018	Revitalisasi Facilities Pelayanan BK di SMA Negeri Kota Palangka Raya	UM Palangkaraya	
4.	2018	Preferensi Siswa Terhadap Perilaku Konselor Dengan Minatnya Pada Program Bimbingan dan Konseling	Mandiri	
5.	2017	Problematik Pelaksanaan Konseling Individual	Mandiri	
6.	2017	Efektivitas Strategi Emotion Script Learning untuk Meningkatkan Kesadaran Emosi Siswa	Mandiri	
7.	2017	Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan menggunakan Teknik Problem Solving untuk menurunkan Perilaku Membolos Siswa SMA	Hibah	
8.	2016	Implementasi Teknik Cynema Therapy untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa terhadap Bahaya Merokok	Hibah	
9.	2016	Evaluasi Program Pelayanan BK pada SMA Negeri Kota Palangka Raya	Dinas Pendidikan Prop Kalteng	
10	2015	Penggunaan Media Sosial Bagi Peserta Didik	Sendiri	
11.	2015	Kepribadian Konselor dengan Pemanfaatan Layanan BK	Sendiri	

12.	2014	Hubungan antara Hasil UAN dengan Prestasi Belajar Peserta Didik SMA Muhammadiyah 1 Palangka Raya.	Kelompok (sebagai anggota)
-----	------	---	----------------------------

D. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 tahun terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Vol/No/Tahun
1.	Facilities Revitalization of Mentoring and Counseling Services at Secondary School Level	UMER	Vol 3 Issue 3 96-99/2018
2.	Preferensi Siswa Terhadap Perilaku Konselor Dengan Minatnya Pada Program Bimbingan Dan Konseling	Terapetik Jurnal BK	Vol 1/No 3 239-244/2018
3.	Problematik Pelaksanaan Konseling Individual	Ar-Rahman Jurnal BK	Vol. 3 No. 2 25-30/2017
4.	Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Menggunakan Teknik Problem Solving untuk Menurunkan Perilaku Membolos Siswa SMA	IJEC Jurnal BK	Vol. 2 No. 1 55-68/2017
5.	Penerapan Teknik Cynema Therapy untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa terhadap Bahaya Merokok	JPPK Jurnal BK	Vol. 3 No. 1 1-10/2017
6.	The Implementation of Guidance and Counseling In SMA (Senior Higt) Government School In Palangka Raya	Gusjigang Jurnal Konseling	Vol. 3 No. 1 1-10/2017
7.	Konseling Kelompok Gestalt dengan Reversal Technique untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Self Management dalam Belajar	Suluh Jurnal BK	Vol. 3 No. 1 1-10/2017

E. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 tahun terakhir

No	Nama Temu Ilmiah / Seminar	Judul Artikel	Waktu dan Tempat

F. Karya Buku dalam 5 tahun terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit

G. Perolehan HKI dalam 10 tahun terakhir

No	Judul HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID 1

Semua data yang saya isikan dan daa tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Surat Perjanjian Pengabdian Kepada Masyarakat.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Pengabdian Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat Stimulus (PKMS).

Palangkaraya, 18 Mei 2022  
Anggota II



Dr. M. Fatchurahman, M.Pd., M.Psi  
NIP. 9660805 199412 1 001

## SURAT PERYATAAN KERJASAMA

Pada hari ini, Selasa tanggal Tujuh Belas, bulan Mei tahun Dua Ribu Dua Puluh Dua, yang bertanda tangan di bawah ini :

1. a. Nama : Hj. Sri Sundari, S.Pd., M.Pd
- b. Jabatan : Kepala SMK Negeri 3 Palangkaraya
- c. Alamat : Jl. R. A. Kartini No.25, Langkai, Kec. Pahandut, Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah 74874

Selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**

2. a. Nama : Karyanti, M.Pd
- b. Jabatan : Ketua Pengabdian Pada Masyarakat
- c. Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
- d. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Palangkaraya

Selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**

Pihak pertama dan kedua menyatakan bersedia untuk bekerjasama dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul "PELATIHAN KOMUNIKASI ASERTIF DENGAN TEKNIK *PSYCHOEDUCATIONAL INTERVENTION MODEL* UNTUK MENCEGAH *CYBERBULLYING* DI SMK NEGERI 3 PALANGKA RAYA" diajukan oleh pihak pertama pada skema Pengabdian Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat Stimulus Universitas Muhammadiyah Palangkaraya Tahun 2022, dan apabila disetujui pendanaanya, akan siap bekerjasama dalam pelaksanaan kegiatan tersebut.

Pihak Pertama

  
Karyanti, M.Pd

Pihak Kedua

  
Kepala SMK Negeri 3 Palangkaraya  
Hj. Sri Sundari, S.Pd., M.Pd

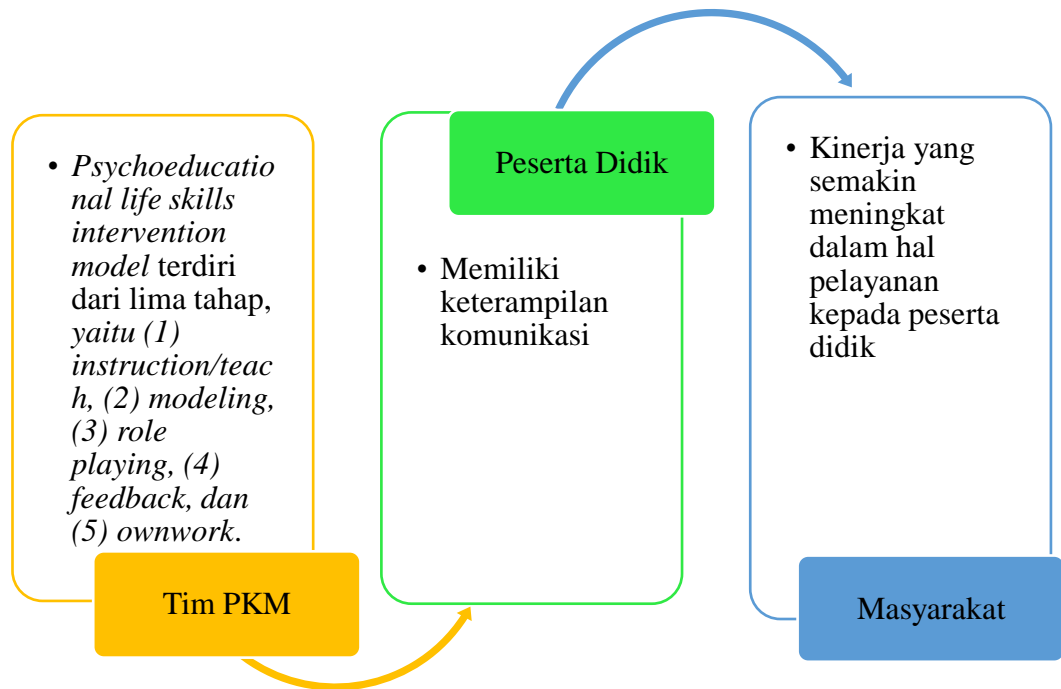
## GAMBARAN IPTEK

Pengabdian Kepada masyarakat ini, tim merancang pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* untuk mencegah *cyberbullying*. Tujuan mencegah *cyberbullying* melalui pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model*. Pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* diterapkan kepada 200 peserta didik SMK Negeri 3 Palangkaraya. Pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* yang dilaksanakan guna mencegah *cyberbullying*. Sehingga, peserta didik dapat terus meningkatkan kemampuan komunikasi asertif, dan disesuaikan dengan keadaan yang terjadi.

*Psychoeducational intervention model* adalah Thompson (Karyanti et al., 2015) menjelaskan bahwa *psychoeducational life skills intervention model* sebagai model pelatihan keterampilan sosial yang dapat memfasilitasi pengembangan keterampilan individu. *Psychoeducational life skills intervention model* yang berfungsi untuk memfasilitasi dan meningkatkan keterampilan sosial merupakan pendekatan yang komprehensif dan sistematis. Keterampilan sosial sendiri dapat diperoleh melalui pembelajaran melalui pengamatan, pemodelan, pelatihan, dan pemberian balikan, serta penguatan sosial (seperti respon positif dari lingkungan sosial konselor). *Psychoeducational life skills intervention model* terdiri dari lima tahap, yaitu (1) *instruction/teach*, (2) *modeling*, (3) *role playing*, (4) *feedback*, dan (5) *ownwork*.

*Psychoeducational life skills intervention model* adalah intervensi terapeutik yang menggabungkan psikoterapi dan pendidikan. Intervensi psikoedukasi ini dapat dibuat dalam bentuk individu atau kelompok psikoedukasi. Kelompok psikoedukasi ini juga disebut sebagai kelompok bimbingan (Gladding, 2003; 2013). Kelompok psikoedukasi juga merupakan pendekatan konseling yang melibatkan aspek psikologi dan membimbing klien pada teknik atau strategi pendidikan (Amalia Madihie, 2015). Psikoedukasi juga dikenal sebagai "pendidikan ulang", "pendidikan psikologis", dan "pendidikan informasi psikologis" (Richards Scott & Dennis, 2012).

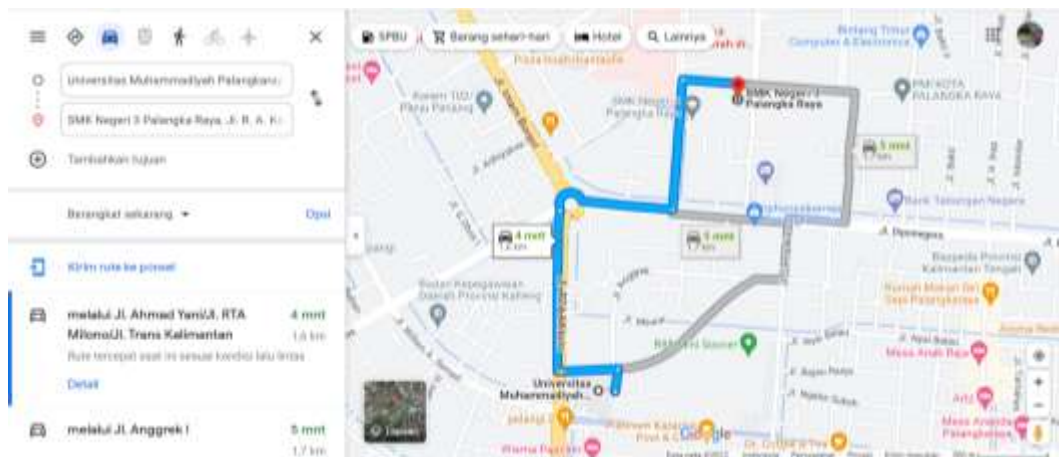
Berikut gambaran iptek dalam pengabdian masyarakat:



**Gambaran IPTEK Pengabdian Kepada Masyarakat Stimulus (PKM)**

## PETA LOKASI

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berupa pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention model* untuk mencegah *cyberbullying*. Jadi, yang menjadi mitra pengabdian kepada masyarakat adalah SMK Negeri 3 Palangka Raya. SMK Negeri 3 Palangka Raya merupakan sebuah sekolah kejuruan di Kota Palangkaraya. Alamat SMK Negeri 3 Palangka Raya terletak di Jl. R. A. Kartini No.25, Langkai, Kec. Pahandut, Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah 74874. Jarak antara Universitas Muhammadiyah Palangkaraya dengan SMK Negeri 3 Palangka Raya. Berikut gambaran jarak peta lokasi kantor Mitra dengan Universitas Muhammadiyah Palangkaraya:





# BUBUNGAN TINGGI

## Jurnal Pengabdian Masyarakat

Banjarmasin, 14 Desember 2022

No : 049/UN.8.1.2/BTJPM/AL/XII/2022  
Lampiran : -  
Hal : *Accepted Letter*

**Yth. Karyanti<sup>1</sup>, Dina Fariza Tryani Syarif<sup>2</sup>, M. Fatchurahman<sup>3</sup>**  
Universitas Muhammadiyah Palangkaraya

Dengan hormat,

Berdasarkan hasil penilaian *review* tim reviewer jurnal “Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat” FKIP ULM, dengan ini kami menyampaikan bahwa artikel berikut ini:

Judul                   Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention* Untuk Mencegah *Cyberbullying*  
Penulis                Karyanti<sup>1</sup>, Dina Fariza Tryani Syarif<sup>2</sup>, M. Fatchurahman<sup>3</sup>

**Diterima dengan revisi** untuk dipublikasikan pada Volume 5 Nomor 1 Tahun 2023. Atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu, kami sampaikan terima kasih.



Dr. Chairil Faif Pasani, M. Si  
NIP 196508081993031003

ISSN 2722-2934 (print) 2722-3043 (online)

Email: [btjpm@ulm.ac.id](mailto:btjpm@ulm.ac.id)

Link: <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/bti/index>

Jurnal Nasional Terakreditasi Sinta 4

FKIP Universitas Lambung Mangkurat

Jl. Brigjen H. Hasan Basry, Gedung FKIP ULM Kotak Pos No. 87, Banjarmasin 70123



## **Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention* Untuk Mencegah Cyberbullying**

**Karyanti<sup>1</sup>, Dina Fariza Tryani Syarif<sup>2</sup>, M. Fatchurahman<sup>3</sup>**

- 1) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Palangkaraya
- 2) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Palangkaraya
- 3) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Palangkaraya

Email : [karyanti982@gmail.com](mailto:karyanti982@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Pelatihan yang diselenggarakan dalam Pengabdian Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat Stimulus (PKMS) ditujukan untuk pegawai di lingkungan UMPR. Implementasi pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention* untuk mencegah cyberbullying di SMK Negeri 3 Palangka Raya, sebagai solusi permasalahan yang dihadapi siswa yang berada pada fase remaja yang cenderung terlibat cyberbullying baik sebagai pelaku atau korban. Kasus cyberbullying di lingkungan sekolah bukan hanya melibatkan siswa sebagai bullies dan victim. Insiden cyberbullying meningkat secara internasional dan dianggap sebagai masalah baik di dalam maupun di luar sekolah. Cyberbullying telah mendapat perhatian karena mempengaruhi banyak individu pada berbagai usia dalam lingkungan yang bervariasi, khususnya remaja. Kegiatan pelatihan diimplementasikan selama 1 hari tanggal 15 Agustus 2022. Peserta pelatihan berjumlah 150 siswa. Berdasarkan hasil analisis ketercapaian keberhasilan pelatihan, 91 % siswa mengalami peningkatan pengetahuan mengenai cyberbullying dan memiliki keterampilan komunikasi asertif.

**Kata kunci:** *Cyberbullying, Komunikasi Asertif, Psychoeducational Intervention*

Commented [LENOVO1]: Abstrak bahasa inggris?

### **ABSTRACT**

The training held in the Stimulus Community Partnership Program Community Service (PKMS) is aimed at employees in the UMPR environment. Implementation of assertive communication training using *psychoeducational intervention* techniques to prevent cyberbullying at SMK Negeri 3 Palangka Raya, as a solution to problems faced by students who are in the adolescent phase who tend to be involved in cyberbullying either as perpetrators or victims. Cases of cyberbullying in the school environment do not only involve students as bullies and victims. Incidents of cyberbullying are increasing internationally and are considered a problem both inside and outside of school. Cyberbullying has received attention because it affects many individuals at various ages in a variety of settings, especially adolescents. The training activities were implemented for 1 day on August 15 2022. The training participants totaled 150 students. Based on the results of the analysis of the success of the training, 91% of students experienced increased knowledge about cyberbullying and had assertive communication skills

Keywords: *Cyberbullying, Assertive Communication, Psychoeducational Intervention*

## PENDAHULUAN

Media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari generasi muda. Berdasarkan survei APJII tahun 2019, 51,5% pengguna internet di Indonesia terutama menggunakan internet untuk mengakses media sosial (Asriani *et al.*, 2021). Remaja cenderung merasa lebih nyaman menggunakan media sosial karena memungkinkan mereka untuk mengembangkan identitas mereka dan membangun hubungan baru. Media sosial juga membantu remaja mengungkapkan perasaannya, bersosialisasi dengan teman, dan bereksplorasi identitas diri mereka tanpa menghadapi tekanan interaksi tatap muka. Secara global, UNICEF (González-Alonso *et al.*, 2020)

Berdasarkan penelitian Programme for International Students Assessment (PISA) 2018 tentang peran siswa dalam peristiwa bullying, 41,1% siswa yang menyatakan sebagai victim (korban) di Indonesia. Persentase siswa sebagai victim lebih tinggi diantara rata-rata negara anggota OECD dimana persentase sebagai victim hanya 22,7%. Indonesia menjadi negara yang termasuk lima besar untuk peristiwa bullying, disebabkan siswa di Indonesia banyak menjadi victim dari 78 negara. Bullying cenderung berdampak luka fisi, gangguan psikologis seperti stres dan defresi, bahkan korban memiliki keinginan untuk bunuh diri.

Olweus (Asriani *et al.*, 2021) menyatakan bahwa bullying merupakan tindakan yang disengaja, sistematis dan agresif ditandai dengan ketidakseimbangan kekuatan antara pengganggu dan korban. Bullying menyebabkan masalah eksternalisasi, seperti agresif dan antisosial perilaku dan internalisasi depresi, kecemasan serta memiliki *self esteem* rendah bagi pelaku dan korban.

Karakteristik *bullies* dan *victim* yang berdampak pada kecenderungan perilaku negatif yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain, diperlukan strategi penangan bullying melalui program anti bullying melalui layanan bimbingan yang dapat mencegah bullying. Program intervensi efektif dalam mengurangi tindakan perundungan di sekolah sekitar 19–20% dan korban perundungan di sekolah sekitar 15–16% (Gaffney & Farrington, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK dan kepala sekolah SMK Negeri 3 Palangka Raya, mengingat banyak kasus bullying dan cyberbullying yang tersebar di media sosial, sekolah bersama psikolog dari perlindungan anak kota Palangka Raya telah mengembangkan program pencegahan bullying. Namun, sekolah belum merancang sebuah program intervensi untuk mencegah tindakan cyberbullying.

Individu berkomunikasi satu sama lain baik secara verbal maupun nonverbal.

Commented [LENOVO2]: Tahun?

Commented [LENOVO3]: &

Kami mengirimkan kami pikiran dan perasaan melalui kata-kata – verbal dan nonverbal melalui bahasa tubuh, nada suara, ekspresi wajah, gerak tubuh, dan tindakan. Penting untuk memiliki kesepakatan antara kedua bentuk komunikasi. Studi menunjukkan bahwa ketika ada perbedaan antara verbal dan nonverbal pesan kita cenderung percaya yang kedua. Mulai dari dua bentuk komunikasi adalah tiga gaya komunikasi dalam hubungan. Gaya ini disebut pasif, agresif dan asertif.

Diketahui bahwa orang menggunakan ketiga gaya komunikasi dalam percakapan dan ketika situasi mengharuskan mereka menangani hanya satu gaya. "Asertif" adalah istilah baru. Asertif atau tegas adalah sikap dimana individu dapat mengatakan apa yang tidak setuju dengan cara yang elegan, tanpa menjadi agresif secara verbal, tanpa merusak atau mengganggu, tanpa ditempatkan pada posisi yang rentan, meninggalkan ruang untuk diskusi, tetapi dalam hal itu individu mengambil kebebasan untuk "memaksakan."

Individu sering berada di rumah, di tempat kerja, di masyarakat, batapun media sosial dihadapkan pada hubungan dengan orang-orang yang tidak berkomunikasi dengan baik, yang tidak mengerti kata-kata yang kita ucapkan. Ketidakmampuan untuk berkomunikasi ini menimbulkan frustrasi, kekecewaan

*ISSN : 2461-0992*

dan terkadang menimbulkan perasaan tidak berdaya. Sehingga individu menggunakan kata-kata yang lebih kasar, untuk membalas komentar negatif orang lain di media sosial.

Asertif adalah kemampuan untuk menunjukkan kepada dunia siapa Anda sebenarnya, untuk mengungkapkan apa yang Anda miliki rasakan, ketika Anda merasa perlu. Ini adalah kemampuan untuk mengekspresikan perasaan dan hak Anda, menghormati perasaan dan hak orang lain. Peserta didik yang telah menguasai ketegasan mampu mengurangi konflik interpersonal dalam kehidupan mereka, sehingga menghilangkan sumber utama stres. Perilaku asertif menunjukkan rasa hormat terhadap diri sendiri dan orang lain, mendorong pengungkapan diri, pengendalian diri, dan apresiasi positif terhadap harga diri.

Asertif adalah cara paling efektif untuk memecahkan masalah interpersonal terutama masalah *cyberbullying*. komunikasi, keterbukaan, dan kejujuran memungkinkan siswa menerima pesan tanpa distorsi.

Lazarus (Pipaş and Jaradat, 2010) adalah orang pertama yang mengidentifikasi kelas-kelas respons tertentu di mana asertif dapat didefinisikan: "kemampuan untuk mengatakan tidak, kemampuan untuk meminta bantuan atau membuat permintaan, kemampuan untuk

mengekspresikan perasaan positif dan negatif, kemampuan untuk memulai, melanjutkan dan menyelesaikan percakapan."

Gaya komunikasi asertif merupakan perpaduan antara gaya pasif dan gaya agresif. gaya ini juga membutuhkan keadilan dan kekuasaan. Mencirikan siswa yang memperjuangkan hak-hak mereka tetapi tegas sambil tetap peka terhadap hak orang lain sehingga perjuangan untuk apa yang pantas mereka dapatkan tidak akan merugikan siapa pun. Ini adalah siswa yang santai dan berbicara secara terbuka tentang perasaan mereka.

Gaya komunikasi yang asertif membutuhkan keseimbangan antara apa yang diinginkan siswa dan apa yang orang lain inginkan. Dasar dari gaya komunikasi ini adalah sikap terbuka terhadap diri sendiri dan orang lain, dan mendengarkan sudut pandang lain dan menghormati orang lain. Gaya komunikasi ini paling cocok untuk hubungan jangka panjang yang baik. Peserta didik yang berurusan dengan gaya komunikasi asertif mampu mencapai kesejahteraan emosional. Gaya komunikasi ini memungkinkan siswa untuk berpendapat pendapat Anda tanpa menjadi agresif dan tidak merasa terhina.

Mencegah *cyberbullying* ditangani melalui pemberdayaan program seperti, pemahaman tentang penggunaan media sosial yang aman dan pengembangan keterampilan komunikasi yang tepat.

Sebelum merenungkan atau bereaksi terhadap *cyberbullying*, siswa perlu memahami konsep dan representasi. Penggunaan strategi dapat mendukung pemahaman siswa tentang *cyberbullying* dalam berbagai media sosial. Tim PKM berasumsi bahwa yang bisa memahami dan mempertahankan kendali atas pikiran dan tindakan siswa lebih mungkin untuk bereaksi secara efektif terhadap ancaman *cyberbullying*. Selain itu, mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif dapat membantu siswa menghadapi *cyberbullying* secara asertif.

#### METODE PELAKSANAAN

Pengabdian Kepada Masyarakat Stimulus "Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention* Untuk Mencegah *Cyberbullying* Di SMK Negeri 3 Palangka Raya" terhadap peserta didik diimplementasi melalui pelatihan dengan teknik *psychoeducational intervention model*. Prosedur kegiatan pendampingan terdiri dari lima tahap, yaitu (1) instruction/teach, (2) modeling, (3) role playing, (4) feedback, dan (5) ownwork. Dapat dilihat pada gambar 1



Gambar 1 Tahapan *Psychoeducational Intervention*

Commented [LENOVO4]: Pendahuluan ini terlalu panjang

Isi pendahuluan PkM cukup tentang harapan/idealnya seperti apa, kemudian apa yang terjadi pada mitra, solusi bagaimana, tujuan PkM

Target capain pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat Stimulus ” pelatihan komunikasi asertif dengan teknik *psychoeducational intervention* untuk mencegah *cyberbullying*”, sebagai berikut:

1. Peserta (konseli) 80% memahami tentang *cyberbullying*.
2. Peserta (konseli) 80% memiliki keterampilan komunikasi asertif.
3. Peserta (konseli) 80% mengalami peningkatan keterampilan komunikasi asertif, sebelumnya berada pada level rendah menjadi level tinggi.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian Kepada Masyarakat Stimulus “Pelatihan Komunikasi Asertif Dengan Teknik *Psychoeducational Intervention* Untuk Mencegah *Cyberbullying* ” dilaksanakan selama 1 hari, yaitu pada tanggal 15 Agustus 2022 di SMK Negeri 3 Palangka Raya yang terletak di Jl. R. A. Kartini No.25, Langkai, Kec. Pahandut, Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah 74874. Kegiatan pelatihan dapat dilihat pada gambar 2 dan peserta kegiatan dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 2. Kegiatan Pelatihan



Gambar 3. Peserta Kegiatan Pelatihan

Hasil dari pelaksanaan kegiatan pelatihan yang dilaksanakan, dapat dilihat dari hasil pre test dan post test pada Tabel 1.

Tabel 1 Hasil

No	Responden	Pree Test	Post Tes	No	Responden	Pree Test	Post Tes
1	SC	15	30	76	FT	10	30
2	SA	10	33	77	EDM	10	30
3	NDR	21	35	78	DD	10	29
4	SASN	15	30	79	PT	10	30
5	DP	20	30	80	IA	10	30
6	DN	24	35	81	RH	25	32
7	CS	25	35	82	NAF	25	32
8	AV	15	30	83	MBI	10	30
9	ACP	17	30	84	IMY	25	30
10	NPS	15	35	85	DRS	25	28
11	MABS	20	30	86	DY	10	28
12	SS	22	30	87	ANN	10	30
13	SN	10	25	88	MI	10	30
14	AIC	25	35	89	AD	10	30
15	NA	18	30	90	MF	10	31
16	AG	10	31	91	AF	10	30
17	BSHA	11	35	92	SS	25	30
18	TT	15	30	93	FS	25	30
19	NAF	19	30	94	EZ	25	27
20	LS	24	35	95	DCP	25	30
21	AAF	7	32	96	CMM	25	30
22	FBM	10	30	97	RC	25	30
23	SM	10	25	98	SA	25	28
24	AP	22	30	99	NI	25	30
25	SR	20	30	100	RNR	25	34
26	RCA	20	31	101	ADS	10	30
27	SA	25	35	102	NP	10	30
28	DS	15	29	103	NOO	25	35
29	MNR	12	30	104	MR	25	35
30	KR	10	28	105	MIR	10	30
31	WY	10	30	106	NKY	10	25
32	SRPS	25	32	107	AFJ	10	30
33	DE	10	30	108	AD	10	20
34	EA	17	29	109	AFN	10	30
35	KAA	25	30	110	NSA	25	34
36	NS	25	30	111	TTR	25	35
37	RN	21	30	112	REY	25	30
38	APD	10	30	113	MNM	10	30
39	KS	25	33	114	JBA	10	30
40	SM	10	30	115	PYA	10	20
41	SNW	12	28	116	SAD	10	29
42	MU	10	30	117	ENO	10	30
43	CDF	15	27	118	DYA	25	30
44	AD	25	30	119	MHA	10	25
45	AA	10	30	120	RMH	25	35
46	RU	10	30	121	AGS	25	35
47	OL	10	30	122	INA	10	30
48	ARP	10	30	123	AKS	10	30
49	SYL	10	30	124	MTW	25	35
50	MIN	10	30	125	YND	10	25
51	IMS	10	30	126	AHY	25	35
52	DAN	25	35	127	FSJ	25	35
53	AN	25	35	128	RES	25	35
54	RHN	10	25	129	AMH	10	25
55	RS	13	30	130	APH	10	30
56	NO	10	20	131	HDS	25	35
57	FAL	10	35	132	PN	10	29
58	HK	14	27	133	DTY	10	30
59	YY	10	35	134	DV	10	25
60	IAR	10	30	135	ASL	10	30
61	RS	10	35	136	YL	10	30
62	FAP	10	26	137	BAM	25	35
63	NH	10	30	138	IT	10	22
64	DMW	25	35	139	AMR	25	35
65	DAP	25	35	140	AK	25	35
66	NYP	10	30	141	GH	25	35
67	NJ	20	35	142	MIM	10	27
68	OKS	10	31	143	DK	10	30
69	NS	25	30	144	HYL	25	35
70	PZ	10	30	145	MN	10	31
71	FAT	10	30	146	CC	15	30
72	SZ	10	32	147	BNS	10	25
73	MY	10	30	148	JK	20	30
74	DAI	10	28	149	WHY	10	30
75	VZJ	25	30	150	GM	25	35

Bandura (Veiga Simão *et al.*, 2018) Pesatnya pertumbuhan sumber daya multimedia, remaja telah menemukan cara baru untuk menjalin interaksi sosial. Sebagai pengamat cyberbullying, remaja berhubungan dengan agresi verbal yang mereka tanggapi, dengan membuangnya, dengan melaporkannya, atau dengan menggunakannya untuk berinteraksi dengan orang lain. Konten yang digunakan oleh remaja di konteks ini telah diperiksa dalam banyak penelitian. Livingstone & Smith (Veiga Simão *et al.*, 2018) masih sedikit yang diketahui tentang bagaimana mereka bereaksi terhadap cyberbullying.

*Bullying* verbal dapat berupa menakuti lewat *handphone*, *e-mail* yang meng*bullying* dan surat-surat kaleng yang berisi ancaman kekerasan dan ejekan seksual (Coloroso, 2003). *Cyberbullying* adalah bentuk *bullying* yang dalam beberapa tahun terakhir menjadi lebih jelas, seperti penggunaan perangkat elektronik seperti komputer dan telepon seluler oleh orang-orang muda telah meningkat (Smith, et al, 2006). Thorbes (Maliki, et al, 2009) mengemukakan bahwa *cybervictim* dan *cyberbullies* lebih mungkin untuk menampilkan beberapa pemikiran untuk masalah-bunuh diri, depresi, kecemasan, kesehatan fisik umum yang buruk, penggunaan narkoba, citra tubuh yang buruk, gangguan makan dan prestasi akademik rendah.

Souza (Rosa *et al.*, 2019)

berkembangnya Information and Communication Technologies (ICT) dan Sistem Jaringan Sosial di kalangan remaja untuk berkomunikasi secara online, hubungan interpersonal telah memperoleh media baru di mana komunikasi terjalin. Dalam komunikasi online ini, adalah umum untuk melihat interaksi yang melibatkan konten online sosial yang menyinggung, karena ini adalah salah satu dari ekspresi utama agresi dalam situasi pelecehan dunia maya, seperti cyberbullying.

Fernández & Cuadrado (Hennig Manzuoli and Cuesta Medina, 2017) cyberbullying dianggap sebagai bentuk kekerasan. Meskipun cyberbullying memiliki banyak karakteristik yang sama dengan bentuk lain dari intimidasi sekolah, itu juga menampilkan fitur baru, seperti anonimitas, kemungkinan mendapatkan lebih besar audiens online, dan akses ke informasi pribadi online, yang dapat dimodifikasi atau diubah untuk tujuan yang berbeda.

Hinduja & Patchin cyberbullying sebagai perilaku disengaja dan berulang yang dilakukan melalui komputer, ponsel, dan perangkat elektronik lainnya. Elemen pada cyberbullying adalah perilaku yang disengaja, terjadi dari waktu ke waktu, dan mengakibatkan kerugian. Gámez-Guadix (Chun *et al.*, 2020) dampak dari cyberbullying pada remaja adalah

gangguan psikologis, kerusakan fisik, dan kesejahteraan perilaku.

Konsekuensi negatif pada semua orang yang terlibat dalam ini perilaku *cyberbullying*, termasuk agresor dan individu yang tidak terlibat (pengamat). Para korban telah menerima perhatian paling besar sehubungan dengan konsekuensi dari *cyberbullying*. *Cybervictim* mengalami kecemasan, depresi, stres, ketakutan, harga diri rendah, perasaan marah dan frustrasi, ketidakberdayaan, gugup, lekas marah, somatisasi, gangguan tidur, pemikiran bunuh diri, dan kesulitan berkonsentrasi yang mempengaruhi kinerja sekolah, sedangkan *cyberbullies* lebih cenderung mengalami penurunan moral, kurangnya empati dengan *cybervictim*, masalah yang disebabkan oleh perilaku agresif, tindakan kriminal, konsumsi alkohol dan obat-obatan, ketergantungan teknologi, dan ketidakhadiran di sekolah. Oleh karena itu, studi empiris masa lalu cenderung untuk fokus memeriksa hasil peran sebagai *cybervictim* atau *cyberbullying*, dan mencegah dampak yang muncul akibat *cyberbullying*. Pihak sekolah saat ini lebih fokus untuk menyusun program pencegahan bullying, namun belum mengarah ke tindakan *cyberbullying*. Lebih sedikit program untuk mengidentifikasi peran dalam *cyberbullying* dan sikap apa yang harus dilatihkan pada siswa baik yang terlibat

ISSN : 2461-0992

dalam peristiwa *cyberbullying* ataupun tindakan pencegahan. Oleh karena itu, perlu untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang memiliki efek protektif terhadap *cyberbullying* atau faktor-faktornya atau perilaku yang mengarahkan seseorang untuk menggertak atau diintimidasi menggunakan TIK sebagai aspek penting saat terlibat dalam intervensi pencegahan. Pelatihan komunikasi asertif merupakan salah satu intervensi yang dapat membantu siswa terhindar dari *cyberbullying*.

Memberikan pengetahuan dan kesadaran tentang akibat negatif dari *cyberbullying*. Lebih khusus lagi, memberikan pengetahuan bahwa *cyberbullying* tersebut dianggap sebagai perilaku yang tidak dapat diterima oleh orang-orang penting di sekitar mereka (misalnya teman sebaya, guru, orang tua). Vlaanderen et al., (Asriani *et al.*, 2021) menyatakan bahwa siswa dan masyarakat luas perlu dilatih tentang strategi mengatasi situasi *cyberbullying*, seperti melatih keterampilan komunikasi asertif.

Komunikasi asertif mampu melatih siswa yang mengalami kesulitan untuk menyatakan perasaan dan hak dirinya bahwa tindakanya adalah layak atau benar dengan mengungkapkan perasaan melalui respon positif (Umar et al, 2022).



**KESIMPULAN**

Siswa dilatih untuk memiliki keterampilan komunikasi asertif, namun sebelum pelaksanaan tahapan pelatihan, 150 orang siswa diberikan *pre test*, selanjutnya siswa dilatih keterampilan komunikasi asertif dilaksanakan melalui 5 tahap, yaitu (1) instruction/teach, (2) modeling, (3) role playing, (4) *feedback*, dan (5) *ownwork*. Tahap pertama, instruction/teach menghadirkan pakar komunikasi yaitu ibu Dr. Aquarini, S.Sos, M.I.Kom. yang merupakan penyiar Pro 1 Radio Republik Indonesia (RRI) Palangka Raya. Materi selanjutnya adalah *Cyberbullying* yang disampaikan oleh Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi., Psikolog. Tahap kedua yaitu modeling. Pada tahap ini ibu Karyanti, M.Pd, yang merupakan seorang konselor memperagakan bagaimana menghadapi situasi *cyberbullying*, seperti menerima komentar menyakitkan atau mendapat ancaman dari siswa lain.

Tahap ketiga, siswa diminta memerankan sebagai pelaku *cyberbullying* dan seorang siswa sebagai korban *cyberbullying*. Tahap keempat *feedback*, yang dibimbing ibu Dina Fariza Tryani Syarif, M.Psi, pada tahap diberikan penegasan kembali bagaimana tindakan siswa ketika mengalami *cyberbullying*. Pada tahap kelima *ownwork*, siswa diberikan tugas bagaimana tindakan komunikasi ketika menghadapi situasi *cyberbullying*. Setelah tahapan pelatihan

selesai, peserta didik diberikan post test untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa tentang komunikasi asertif dalam menghadapi *cyberbullying*.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Asriani, D. D. *et al.* (2021) 'Teenager-Related Cyberbullying Case in Indonesia', *Fispol UGM*, (August).
- Chun, J. S. *et al.* (2020) *An international systematic review of cyberbullying measurements, Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd. doi: 10.1016/j.chb.2020.106485.
- Coloroso, B. (2003) 'The Bully, The Bullied, and The Bystander Breaking the Cycle of Violence', in *Cycle*.
- Gaffney, H. and Farrington, D. P. (2018) *Cyberbullying in the United Kingdom and Ireland, International Perspectives on Cyberbullying*. doi: 10.1007/978-3-319-73263-3\_5.
- Hennig Manzuoli, C. and Cuesta Medina, L. (2017) 'Determining Factors for Cyberbullying Prevention Programmes', *International Education Studies*, 10(12), p. 52. doi: 10.5539/ies.v10n12p52.
- Pipaş, M. D. and Jaradat, M. (2010) 'Assertive Communication Skills', *Annales Universitatis Apulensis Series Oeconomica*, 2(12), pp. 649–656. doi: 10.29302/oeconomica.2010.12.2.17
- Rosa, H. *et al.* (2019) 'Automatic cyberbullying detection: A systematic review', *Computers in Human Behavior*, 93(December 2018), pp. 333–345. doi: 10.1016/j.chb.2018.12.021.

**Commented [LENOVO5]:** Daftar pustaka minimal 10 buah,perbanyak dari jurnal ilmiah

- Smith, P.K., Mahdavi, J., Carvalho, M. and Tippett, N., (2006). An Investigation Into *Cyberbullying*, Its Forms, Awareness And Impact, And The Relationship Between Age And Gender In *Cyberbullying. Research Brief No. RBX03-06. London: DfES.*
- Umar, N. F., Rafli, M., Dilah, N. J., & Mentari, N. N. (2022). Pengembangan U-SHIELD: Aplikasi Self-Defense Remaja Berbasis Strategi Komunikasi Asertif Pencegah Cyberbullying. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 5(1), 35-43.
- Veiga Simão, A. M. V. da *et al.* (2018) 'Cyberbullying: Shaping the use of verbal aggression through normative moral beliefs and self-efficacy', *New Media and Society*, 20(12), pp. 4787–4806. doi: 10.1177/1461444818784870.