



Contents lists available at [Journal IICET](#)
Southeast Asian Journal of technology and Science
ISSN: 2723-1151(Print) ISSN 2723-116X (Electronic)

Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/sajts>



Bimbingan kelompok teknik modifikasi musik untuk mencegah perilaku bullying dalam meningkatkan empati siswa sekolah dasar

Mohammad Ilham Dwiputra^{*)}, Nova Riswanti
Universitas Pattimura, Ambon, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jun 12th, 2026
Revised Jun 20th, 2026
Accepted Jun 25th, 2026

Keyword:

Bimbingan Kelompok
Bullying
Empati
Modifikasi Musik
Siswa

ABSTRAK

Perilaku bullying merupakan perilaku yang melebihi batas wajar yang dilakukan oleh anak-anak bisa berupa kekerasan fisik, verbal maupun melalui serangan digital yang dilakukan di lingkungan sekolah sehingga menurunkan sikap empati siswa. Oleh sebab itu, diperlukan pemahaman siswa untuk mencegah terjadi perilaku bullying di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan menganalisis seberapa efektif bimbingan kelompok dengan teknik modifikasi musik dalam meningkatkan empati siswa SD dalam mencegah perilaku bullying di sekolah. Penelitian menggunakan rancangan praeksperimen one group pre-test-post-test dengan subjek 14 siswa kelas V SD Negeri 294 Maluku Tengah yang ditetapkan melalui total sampling setelah verifikasi kelengkapan data. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner pre-test dan post-test empati siswa berskala 1-4, materi pencegahan bullying, modifikasi lagu "Aksi Empati", serta praktik menyanyikan lagu. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan rencana uji beda pre-test-post-test (uji-t berpasangan/Wilcoxon) disertai uji normalitas, effect size, dan N-Gain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara deskriptif teknik modifikasi musik dalam bimbingan kelompok diterima baik oleh siswa, namun peningkatan empati pada tingkat kelompok tergolong dapat diabaikan (selisih rerata 0,27 dari skor maksimum 40; N-Gain kategori rendah) dengan pola antar indikator yang bervariasi, sehingga efektivitasnya belum dapat ditegakkan dan memerlukan pengujian lanjutan dengan rancangan yang lebih kuat.



© 2026 The Authors. Published by IICET.
This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Mohammad Ilham Dwiputra,
Universitas Pattimura, Ambon, Indonesia
Email: m.dwiputra@lecturer.unpatti.ac.id

Pendahuluan

Siswa SD tergolong pada masa perkembangan kanak-kanak akhir. Menurut Erikson (Santrock, 2011) masa perkembangan kanak-kanak akhir adalah masa dimana mulai berpikir kritis, mampu menguasai keterampilan sosial dan akademis, keberhasilan memupuk rasa kompeten serta rasa rendah diri apabila mereka menghadapi kegagalan yang sering disebut dengan Ketekunan vs Rendah Diri. Keberhasilan masa kanak-kanak akhir biasanya dilihat bagaimana ia bisa menyelesaikan tantangan dalam sikap belajarnya serta menguasai keterampilan sosial terhadap teman-temannya. Tanpa disadari, masih banyak siswa SD atau masa kanak-kanak akhir belum utuh dalam masa perkembangannya di antaranya: belum mampu mengontrol emosinya

serta memiliki rendah diri karena gagal dalam mewujudkan impiannya. Siswa SD yang belum mampu mengontrol mengakibatkan perilaku bullying di lingkungan sekolahnya.

Berdasarkan data dari Kemendikbudnas (2023), Kasus perundungan/bullying di lingkungan sekolah masih menjadi permasalahan serius di Indonesia. Berdasarkan laporan internasional, Indonesia termasuk dalam lima besar dari 81 negara dengan tingkat bullying yang tinggi, di mana lebih dari 41% siswa pernah mengalami perlakuan negatif, mulai dari ejekan verbal hingga kekerasan fisik. Fenomena ini sering kali dianggap sebagai hal yang wajar, meskipun dampaknya dapat menimbulkan luka psikologis yang mendalam bagi korban.

Beberapa penelitian mengatakan bahwa kasus bullying sering terjadi pada siswa di sekolah inklusi dimana pada siswa ABK yang mengalami bullying secara parah (Kurniawan et al., 2024). Anak-anak juga cenderung bersikeras mencari jati dirinya sendiri tanpa mempertimbangkan dampak yang dialami oleh dirinya melainkan ia ingin diterima di kelompok sosialnya (Purba et al., 2025). Perilaku bullying yang terjadi di lingkungan sekolah dasar biasanya berupa serangan fisik, bahkan yang terparahnya lagi melalui digital yang seringkali dinamakan cyberbullying (Aulia et al., 2024). Kasus bullying memang berdampak pada siswa yang mengalami gejala kurangnya pergaulan teman sebaya, perilaku menyendiri bahkan lebih terparahnya lagi terutama pada siswa sekolah dasar, seringkali terjadi perilaku pukul-memukul sesama teman sebaya.

Berdasarkan fakta di lapangan, kasus bullying terjadi di SD Negeri 294, Maluku Tengah disebabkan beberapa faktor, antara lain: (1) Maraknya ejekan sesama teman sebaya; (2) Perilaku saling memukul atau kekerasan fisik sesama teman; (3) Masih belum memahami tata tertib yang ada di sekolah. Berdasarkan penelitian Haumahu dkk (2025) mengatakan bahwa Berbagai kasus perundungan di sekolah kerap menjadi perhatian publik dan viral di media sosial. Bentuk perundungan yang dialami siswa meliputi kekerasan fisik maupun verbal, seperti pemukulan, bentakan, hinaan, dan tindakan agresif lainnya. Menurut Sabban (2025) bahwa sebagian siswa sekolah dasar belum mendapatkan edukasi tentang pencegahan bullying serta dampak yang ditimbulkannya. Dalam keseharian, siswa SD hanya mengetahui istilah mengejek, menghina, merendahkan dan berkelahi.

Empati dikategorikan sebagai bentuk perilaku emosi yang dimiliki seseorang. Menurut Shannen et al. (2021), empati terdiri atas dua dimensi, yaitu kognitif dan afektif. Empati kognitif merujuk pada kemampuan mengenali, memahami, serta mentoleransi emosi dalam proses komunikasi, sedangkan empati afektif merupakan kemampuan memahami dan turut merasakan emosi yang dialami orang lain. Menurut Ninivanggi (2019), Empati merupakan aspek fundamental dalam pemahaman psikologis yang didasarkan pada kemampuan memahami diri sendiri. Empati mencakup dua komponen utama, yaitu pemahaman emosional dan afektif terhadap pengalaman batin orang lain, serta kemampuan mengambil perspektif kognitif untuk memahami keyakinan, niat, dan nilai yang dimiliki individu lain. Menurut Qolbya dkk (2023), bahwa empati merupakan kemampuan individu untuk memahami emosi yang dialami diri sendiri maupun orang lain. Pemahaman terhadap perasaan orang lain dapat menumbuhkan kepedulian sosial yang mendorong individu untuk berbagi, membantu, dan melakukan tindakan positif terhadap sesama. Dalam kasus perilaku bullying, empati sangat diperlukan, guna untuk mengatasi tindakan perilaku bullying yang sering kerap terjadi sehingga individu merasakan perilaku saling memahami satu sama lain serta memiliki rasa untuk perhatian serta berbagi dan membantu dalam hal positif.

Untuk mencegah perilaku bullying dan meningkatkan kemampuan empati SD Negeri 294 Maluku Tengah, diterapkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik musik modifikasi guna mencegah perilaku bullying serta meningkatkan empati siswa akibat sering mengalami kekerasan bullying baik secara fisik maupun perasaan. Pada usia sekolah dasar, siswa berada pada masa transisi dari akhir kanak-kanak ke remaja awal yang ditandai dengan pencarian identitas diri sebagaimana dikemukakan Santrock (2011), masa kanak-kanak akhir ditandai dengan perubahan yang signifikan pada aspek fisik, kognitif, sosial dan emosional. Hal ini mendasar dari segi kognitif, bahwa siswa SD di masa perkembangannya, mulai mampu berpikir logis terhadap situasi konkret, memahami aturan, serta meningkatkan kemampuan membaca, menulis, dan berhitung. Sedangkan dalam segi sosial dan emosional, siswa mulai belajar bekerja sama, membangun hubungan pertemanan, memahami norma sosial, serta mengembangkan konsep diri dan rasa tanggung jawab.

Bimbingan dan konseling memiliki peran yang berbeda dalam menangani permasalahan peserta didik, di mana bimbingan berfungsi secara preventif untuk mencegah munculnya masalah pada siswa. Dalam pendekatan bimbingan komprehensif, layanan dasar menjadi salah satu dari empat komponen utama yang mencakup layanan klasikal, orientasi, informasi, bimbingan kelompok, dan pengumpulan data (Subekti et al., 2012). Layanan dasar bertujuan mengembangkan aspek pribadi, sosial, akademik, dan perencanaan karier siswa melalui penguatan keterampilan hidup. Pelaksanaannya, baik melalui layanan klasikal maupun bimbingan kelompok, diharapkan mampu mendukung perkembangan optimal, kesehatan mental, dan

kemandirian siswa (Subekti et al., 2012). Penelitian ini menggunakan layanan bimbingan kelompok pada bidang pribadi dan sosial. Secara umum, layanan bimbingan di sekolah bertujuan membantu siswa dalam pengambilan keputusan dan penyesuaian diri guna mempersiapkan tahapan kehidupan selanjutnya (Ramlah, 2018).

Bimbingan kelompok merupakan layanan bantuan yang dilaksanakan melalui dinamika kelompok kecil yang umumnya terdiri atas dua hingga sepuluh anggota, meskipun dalam praktiknya dapat melibatkan sekitar 10–15 peserta dalam satu kelompok (Prayitno et al., 2017). Layanan ini berorientasi pada peningkatan partisipasi aktif anggota melalui proses diskusi guna menghasilkan solusi pemecahan masalah secara bersama (Romlah, 2013). Bimbingan kelompok bertujuan mencegah munculnya perilaku bullying, terutama dalam meningkatkan empati siswa di SD Negeri 294, Maluku Tengah. Untuk mendukung efektivitas dinamika kelompok, pelaksanaannya dapat memanfaatkan berbagai teknik dan media, seperti bermain peran, sosiodrama, psikodrama, pemecahan masalah, diskusi kelompok, simulasi, serta media pendukung lainnya.

Teknik memodifikasi musik merupakan salah satu cara yang sangat efektif terutama dalam lingkup siswa sekolah dasar di mana mereka sesuai perkembangannya lebih menyukai hal-hal yang bersifat konkret dalam pembentukan kepribadiannya. Jika dikaitkan dengan bimbingan kelompok, pengaruhnya diharapkan dapat meningkatkan perilaku empati siswa dalam mencegah perilaku bullying di lingkungan sekolah dasar (SD). Musik modifikasi memiliki beberapa penelitian diantara dari Rahayu dkk (2024), menjelaskan bahwa anak yang diberikan pemahaman melalui *read aloud and singing*, dimana anak akan menyanyikan sebuah lagu dan menerapkannya didalam sehari-hari, otomatis anak akan semakin banyak menghafal beberapa karakter yang dicontohkan serta dapat meningkatkan perilaku positif terutama pada kemampuan empati individu dalam mencegah perilaku bullying. Menurut Gutama dkk (2025), dalam upaya pencegahan perilaku bullying pada siswa sekolah dasar dapat dilakukan dengan cara menggunakan video gerak dan musik, yaitu menggunakan model 4D antara lain: *define* (pendefinisian), *design* (perancangan), *develop* (pengembangan), dan *disseminate* (penyebarluasan). Produk berupa video gerak dan lagu anti perundungan yang telah dikembangkan kemudian disebarluaskan melalui akun YouTube peneliti agar dapat diakses dan dimanfaatkan secara lebih luas, khususnya dalam konteks pendidikan.

Keunikan penelitian ini terletak pada fokus kajian terhadap upaya pencegahan perilaku bullying dalam meningkatkan empati siswa SD Negeri 294, Maluku Tengah, sebagai upaya menurunkan perilaku bullying dan meningkatkan kemampuan empati siswa di lingkungan sekolah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan edukasi kepada siswa SD Negeri 294, Maluku Tengah untuk mencegah perilaku bullying melalui bimbingan kelompok teknik musik modifikasi agar siswa dapat meningkatkan empati dan saling perhatian dengan teman sebayanya.

Metode Penelitian

Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimen (*pre-experimental*) menggunakan rancangan satu kelompok dengan pengukuran awal dan akhir (*one-group pre-test-post-test design*). Rancangan ini dipilih karena penelitian dilaksanakan pada satu kelas utuh tanpa kelas pembanding, sehingga perubahan empati siswa dievaluasi dengan membandingkan kondisi sebelum perlakuan (O_1) dan sesudah perlakuan (O_2) berupa bimbingan kelompok teknik modifikasi musik (X). Konsekuensi metodologisnya, rancangan pra-eksperimen tidak menyertakan kelompok kontrol sehingga memiliki keterbatasan validitas internal: perubahan skor berpotensi dipengaruhi faktor di luar perlakuan, seperti efek pengerjaan tes berulang (*testing*), kematangan (*maturation*), maupun keterbatasan instrumen (*instrumentation*). Oleh karena itu, hasil penelitian ini diposisikan sebagai temuan awal (*preliminary*) dan tidak dimaksudkan untuk menarik kesimpulan kausal yang kuat. Desain penelitian disajikan pada Tabel 1. (Sugiyono, 2016).

Tabel 1. <Desain Pre-test and Post-test Group Design>

Pre-test	Perlakuan	Post-test
O_1	X	O_2

Keterangan: O_1 = nilai pre-test (sebelum diberi perlakuan); O_2 = nilai post-test (sesudah diberi perlakuan); X = perlakuan berupa bimbingan kelompok teknik modifikasi musik; $O_2 - O_1$ = pengaruh perlakuan terhadap peningkatan empati.

Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri 294, Kabupaten Maluku Tengah yang berjumlah 17 siswa dan teridentifikasi memiliki kecenderungan perilaku bullying berdasarkan hasil observasi awal bersama pihak sekolah. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling (sampling jenuh), yaitu seluruh anggota populasi dilibatkan sebagai subjek penelitian. Kriteria inklusi adalah siswa yang mengikuti seluruh rangkaian kegiatan serta mengisi instrumen pre-test dan post-test secara lengkap. Pada tahap verifikasi data, tiga subjek (NT, DN, dan GR) dinyatakan gugur karena mengisi instrumen secara tidak lengkap atau memberikan lebih dari satu jawaban pada satu butir. Dengan demikian, jumlah subjek yang memenuhi syarat untuk dianalisis sebanyak 14 siswa. Jumlah subjek yang kecil ini menegaskan posisi penelitian sebagai studi pendahuluan berskala terbatas.

Definisi Operasional

Empati didefinisikan secara operasional sebagai skor total yang diperoleh siswa pada skala empati yang terdiri atas sepuluh butir, mencakup dimensi kognitif (kemampuan mengenali dan memahami emosi orang lain) dan dimensi afektif (kemampuan turut merasakan emosi orang lain). Bimbingan kelompok teknik modifikasi musik didefinisikan sebagai layanan bimbingan kelompok yang menggunakan lagu anak yang liriknya dimodifikasi bertema pencegahan bullying, yaitu lagu "Aksi Empati" (hasil modifikasi lagu "Kalau Kau Suka Hati"), dinyanyikan disertai gerakan dan ekspresi wajah dan dilaksanakan dalam satu rangkaian pertemuan terstruktur yang terdiri atas empat tahap.

Instrumen Penelitian

Instrumen utama berupa kuesioner empati yang terdiri atas sepuluh pernyataan dengan skala penilaian 1–4 (1 = tidak pernah hingga 4 = selalu). Butir disusun berdasarkan indikator empati kognitif dan afektif. Kuesioner yang sama digunakan pada pre-test maupun post-test, dan pengisiannya dilakukan secara manual karena sebagian siswa belum terbiasa dengan kuesioner berbasis daring. Validitas isi instrumen didasarkan pada keselarasan butir dengan dimensi empati kognitif–afektif. Untuk penguatan kualitas pengukuran, instrumen direkomendasikan untuk diuji validitas isi melalui penilaian ahli (indeks Aiken's V) dan reliabilitas konsistensi internal (koefisien Cronbach's Alpha); pada penelitian pendahuluan ini bukti psikometrik formal tersebut belum ditetapkan sehingga menjadi salah satu keterbatasan. Kisi-kisi pernyataan instrumen empati disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. <Pernyataan Aksi Empati (Indikator Empati Kognitif dan Afektif)>

No	Pernyataan (Aksi Empati)
1	Aku bisa tahu teman sedang sedih atau senang hanya dengan melihat wajahnya.
2	Kalau melihat teman menangis, aku coba memikirkan apa yang membuatnya sedih.
3	Aku sering membayangkan, "Bagaimana ya rasanya kalau aku yang menjadi dia?"
4	Aku mengerti mengapa temanku merasa senang saat mendapatkan nilai bagus.
5	Sebelum berbicara keras atau berteriak, aku berpikir dulu: "Temanku kaget atau sedih tidak ya?"
6	Aku senang mendengarkan cerita temanku agar aku tahu apa yang sedang ia pikirkan.
7	Meskipun temanku diam saja, aku bisa tahu kalau ia sedang membutuhkan bantuan.
8	Kalau teman memiliki keinginan yang berbeda, aku coba mengerti alasannya.
9	Melalui lagu "Aksi Empati", aku menjadi lebih mudah mengerti perasaan orang lain.
10	Saat sedang bertengkar, aku coba memikirkan mengapa temanku sampai bisa marah.

Pertimbangan Etik

Karena subjek penelitian adalah anak usia sekolah dasar, pelaksanaan penelitian didahului dengan izin dari pihak sekolah serta memperhatikan persetujuan orang tua/wali (parental consent) dan kesediaan anak untuk berpartisipasi (child assent). Identitas seluruh siswa disamarkan menggunakan inisial untuk menjaga kerahasiaan data.

Prosedur Penelitian

Penelitian dilaksanakan melalui dua tahap, yaitu observasi langsung dan pengukuran kuantitatif. Pada tahap observasi langsung, peneliti menjalin kerja sama dengan pihak sekolah, kemudian melaksanakan layanan bimbingan kelompok teknik modifikasi musik yang terbagi atas empat tahap berikut.

- Tahap Pembentukan. Peneliti melakukan kerja sama dengan pihak sekolah, melakukan perkenalan dengan siswa, membagi kelompok, serta membagikan pre-test kepada siswa.
- Tahap Peralihan. Peneliti menyampaikan materi bahaya bullying disertai penjelasan tujuan kegiatan, serta memberikan intervensi melalui lagu anak yang telah dimodifikasi dengan tema perundungan, disertai gerakan dan ekspresi wajah.
- Tahap Inti. Siswa diminta menyanyikan dan menirukan lagu berjudul “Aksi Empati” disertai mimik wajah dan gerakan menarik untuk menumbuhkan suasana empati. Peneliti juga memaparkan materi “Bullying Jangan Ya Dek Ya” mengenai bahaya bullying di lingkungan sekolah dasar.
- Tahap Pengakhiran. Peneliti melaksanakan evaluasi dengan membagikan post-test serta menyimpulkan kegiatan bersama siswa.

Lagu “Kalau Kau Suka Hati” dimodifikasi menjadi “Aksi Empati” dengan lirik sebagai berikut:

AKSI EMPATI

Kalau kau sayang teman, senyum dong (Senyum!)

Kalau kau sayang teman, puji dong (Hebat!)

Kalau kau sayang teman, mari kita lakukan

Kalau kau sayang teman, bantu dong (Bantu!)

Kalau ada yang sedih, hibur dong (Sabar ya!)

Kalau ada yang jatuh, bantu dong (Sini kuberdiri!)

Kalau ada yang nakal, segera kita hentikan

Berani bilang "Stop", keren dong (STOP!)

Pada tahap kedua, dilakukan pengukuran kuantitatif dengan rancangan one-group pre-test–posttest. Rancangan ini melibatkan pengukuran awal (pre-test) sebelum perlakuan dan pengukuran akhir (post-test) sesudah perlakuan, sehingga perubahan empati siswa dapat dievaluasi melalui perbandingan hasil sebelum dan sesudah perlakuan.

Teknik Analisis Data

Data dianalisis melalui dua tahap. Pertama, analisis deskriptif untuk memperoleh gambaran skor empati (rerata serta skor per indikator) pada pre-test dan post-test, baik secara agregat maupun per indikator. Kedua, analisis inferensial untuk menguji perbedaan skor pre-test dan post-test. Sebelum uji beda, dilakukan uji normalitas terhadap selisih skor menggunakan uji Shapiro–Wilk yang sesuai untuk ukuran sampel kecil ($n < 50$). Apabila selisih skor berdistribusi normal, perbedaan diuji dengan uji-t sampel berpasangan (paired-samples t-test); apabila tidak normal, digunakan uji Wilcoxon signed-rank sebagai alternatif nonparametrik. Besar pengaruh perlakuan dinilai menggunakan effect size (Cohen’s d untuk uji parametrik atau r untuk uji nonparametrik) serta skor N-Gain untuk menilai kategori peningkatan (rendah jika $g < 0,30$; sedang jika $0,30–0,70$; tinggi jika $g > 0,70$). Seluruh pengujian menggunakan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan diolah dengan bantuan perangkat lunak statistik.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Observasi Langsung

Dalam pelaksanaan kegiatan, peneliti melaksanakan observasi langsung kepada siswa kelas V SD Negeri 294, Kabupaten Maluku Tengah guna melihat perilaku yang muncul pada setiap kegiatan. Sebelum diberikan materi, peneliti membagikan angket pre-test empati siswa untuk melihat perilaku empati terhadap pencegahan perilaku bullying. Setelah pre-test, peneliti menampilkan lagu “Kalau Kau Suka Hati” yang dimodifikasi menjadi “Aksi Empati”. Lagu dinyanyikan sebelum pemberian materi agar siswa tidak mudah bosan dan tetap terhibur. Peneliti juga melakukan ice breaking serta membagikan doorprize sebagai bentuk reward kepada peserta didik. Selanjutnya peneliti memaparkan materi anti-bullying dengan bahasa yang mudah dipahami sesuai usia sekolah dasar, dijelaskan secara konkret dan dilengkapi gambar-gambar menarik. Hasilnya, siswa tampak memahami pentingnya empati terhadap teman sebaya serta cara mencegah perilaku bullying di sekolah.

Hasil Pre-test dan Post-test

Sebelum pelaksanaan kegiatan, peneliti membagikan soal pre-test kepada 17 siswa yang berisi 10 pernyataan berdasarkan indikator empati. Sebagian siswa menjawab lebih dari satu pilihan dan sebagian tidak mengisi jawaban, sehingga setelah verifikasi kelengkapan data secara keseluruhan terdapat tiga siswa yang gugur (NT, DN, dan GR). Hasil pre-test untuk 14 siswa yang dianalisis disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. <Hasil Pre-test 14 Siswa yang Dianalisis>

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total
DA	4	1	3	4	3	1	3	2	3	4	28
NAH	4	3	2	3	1	4	3	3	4	1	28
JR	4	3	3	3	2	3	2	2	3	3	28
RCM	2	4	4	3	3	3	2	3	4	3	31
AM	2	4	1	3	2	4	4	3	2	4	29
ANH	4	3	1	3	2	3	1	4	4	1	26
RH	4	1	2	3	2	4	3	2	2	1	24
AP	2	2	3	3	1	4	3	1	3	4	26
BH	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	31
CS	4	1	2	4	2	4	3	2	3	2	27
JM	4	3	2	4	3	3	3	2	2	3	29
EL	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	36
ZM	4	4	4	3	1	3	4	3	4	4	34
GJH	3	2	2	4	2	3	4	3	4	1	28

Setelah pelaksanaan kegiatan, peneliti membagikan soal post-test dengan pernyataan yang sama. Hasil post-test untuk 14 siswa yang dianalisis disajikan pada Tabel 4, sedangkan rata-rata skor per indikator untuk pre-test dan post-test disajikan pada Tabel 5.

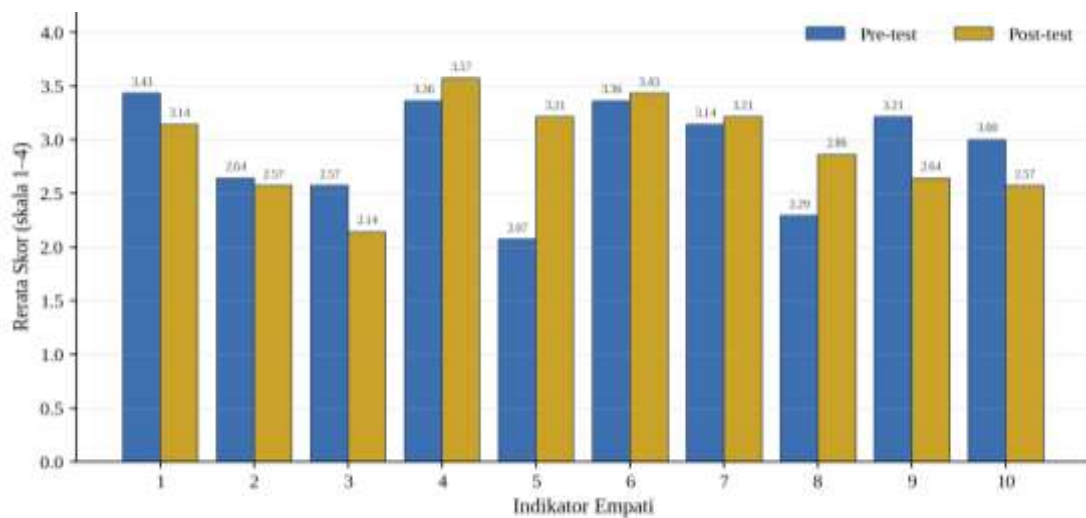
Tabel 4. <Hasil Post-test 14 Siswa yang Dianalisis>

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total
DA	4	1	3	4	3	3	4	3	3	2	30
NAH	3	3	2	4	4	3	4	3	3	1	30
JR	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	27
RCM	4	3	3	4	4	3	2	3	2	4	32
AM	2	3	1	4	3	3	4	4	2	3	29
ANH	4	1	3	2	4	4	2	3	1	4	28
RH	4	2	2	3	2	4	2	1	2	1	23
AP	2	3	3	3	4	4	4	3	3	1	30
BH	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	34

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total
CS	4	3	3	4	2	3	2	3	4	1	29
JM	4	3	2	4	3	2	3	2	3	3	29
EL	1	3	1	4	4	4	3	4	4	4	32
ZM	1	3	1	4	4	4	4	3	4	4	32
GJH	4	2	1	3	2	4	4	3	1	2	26

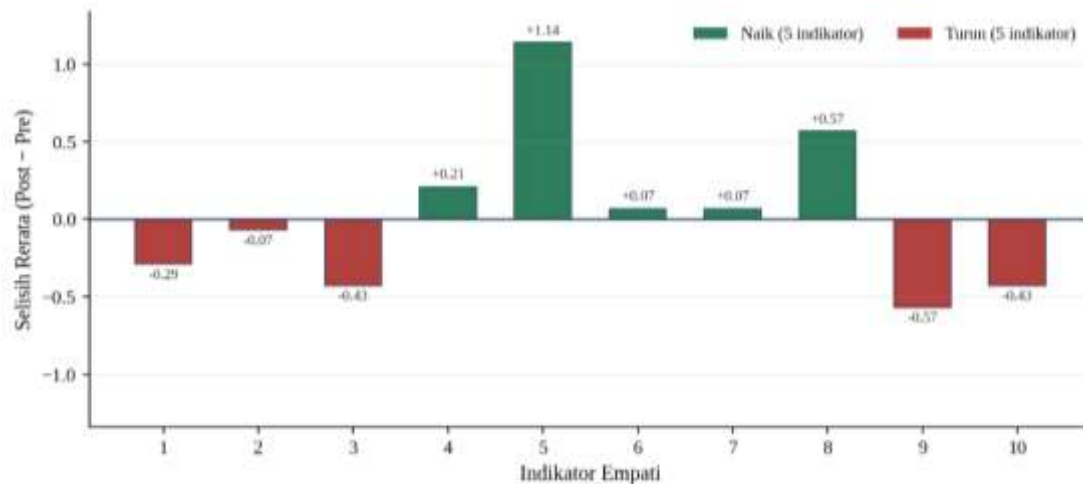
Tabel 5. <Rata-rata Skor Empati per Indikator (Pre-test dan Post-test)>

Indikator	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pre-test	3.43	2.64	2.57	3.36	2.07	3.36	3.14	2.29	3.21	3.00
Post-test	3.14	2.57	2.14	3.57	3.21	3.43	3.21	2.86	2.64	2.57



Gambar 1. Skor Empati Pretest-Posttest

Gambar 2 memperlihatkan bahwa arah perubahan rerata skor antar indikator tidak konsisten: pada sebagian indikator skor post-test lebih tinggi, sementara pada sebagian lain justru lebih rendah dibanding pre-test.



Gambar 2. Perubahan Skor Empati Post-Pre

Gambar 3 menegaskan pola tersebut, yaitu lima indikator mengalami kenaikan dan lima indikator mengalami penurunan, dengan besar perubahan yang kecil sehingga secara agregat perubahannya mendekati nol. Penelitian ini bertujuan mengetahui pemahaman siswa kelas V SD Negeri 294 Maluku Tengah tentang bahaya bullying di lingkungan sekolah dalam upaya meningkatkan perilaku empati, sekaligus menguji penerapan musik modifikasi di lingkungan sekolah tersebut. Berdasarkan hasil observasi langsung bersama pihak sekolah, sebanyak 17 siswa kelas V SD Negeri 294 Maluku Tengah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik musik modifikasi lagu anak bertema pencegahan bullying. Lagu yang ditampilkan menarik minat siswa yang mengalami gejala bullying sehingga mereka mengetahui cara mencegah perilaku bullying di sekolah dan diajarkan pentingnya empati. Paduan modifikasi lagu “Kalau Kau Suka Hati” menjadi “Aksi Empati” mampu menarik minat siswa untuk melakukan aksi empati kepada teman, seperti saling berbagi, saling perhatian, serta akrab dan rukun antar sesama.

Hasilnya, siswa merasa senang dengan materi yang disampaikan dan lagu yang ditampilkan memberi pengaruh agar siswa dapat menirukan serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini selaras dengan Purba (2025) yang menyatakan bahwa penanaman sikap empati dalam pencegahan bullying dapat dilakukan melalui media pembelajaran yang menarik, seperti pemutaran video, berbagi pengalaman, dan diskusi kelompok. Senada dengan Qolbya (2023) yang menegaskan bahwa empati berperan penting dalam mengurangi perilaku bullying, termasuk cyberbullying, yang berpotensi berdampak negatif pada perkembangan anak usia sekolah dasar. Haumahu (2025) juga menjelaskan bahwa perilaku bullying dapat diminimalkan melalui kegiatan psikoedukasi yang menarik dan interaktif guna mengembangkan empati siswa.

Hasil observasi pelaksanaan bimbingan kelompok teknik musik modifikasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memperhatikan materi edukasi pencegahan bullying sejak dini yang diiringi pemutaran lagu modifikasi “Aksi Empati”. Materi yang disampaikan cukup jelas sehingga siswa lebih mengetahui bahaya bullying serta cara menanggulangnya melalui interaksi sosial, penanaman sikap empati, dan keterampilan bergaul dengan teman sebaya. Hasil pre-test dan post-test pada 17 siswa menunjukkan 3 siswa dinyatakan gugur, yaitu: subjek DN tidak mengisi sebagian indikator pada pre-test maupun post-test sehingga memperoleh nilai 0; subjek NT hanya mengisi sebagian indikator pada pre-test; dan subjek GR tidak mengisi satu indikator. Dengan demikian tersisa 14 siswa yang layak dianalisis. Berdasarkan hasil analisis, pada pre-test skor tertinggi terdapat pada indikator ke-1 (rerata 3,43) dan terendah pada indikator ke-5 (rerata 2,07), yang menunjukkan bahwa siswa cukup peka membaca raut wajah teman namun masih cenderung membentak teman sebaya. Pada post-test, skor tertinggi terdapat pada indikator ke-4 (rerata 3,57) dan terendah pada indikator ke-3 (rerata 2,14).

Secara agregat, rerata skor total empati hanya bergerak dari 29,07 pada pre-test menjadi 29,34 pada post-test (dari skor maksimum 40), sehingga selisih reratanya sebesar 0,27 poin atau sekitar 0,7% dari rentang skala. Perhitungan N-Gain menghasilkan nilai 0,03 yang termasuk kategori rendah. Pola perubahan antar indikator juga bersifat campuran: lima indikator mengalami kenaikan rerata (indikator 4, 5, 6, 7, dan 8), sementara lima indikator lainnya mengalami penurunan (indikator 1, 2, 3, 9, dan 10). Dengan demikian, secara deskriptif perlakuan belum menunjukkan peningkatan empati yang berarti pada tingkat kelompok. Uji beda inferensial (paired-samples t-test/Wilcoxon) beserta effect size perlu dihitung dari data lengkap untuk memastikan

signifikansi statistiknya; namun mengingat selisih rerata yang sangat kecil dan arah perubahan yang tidak konsisten, indikasi awal mengarah pada belum adanya peningkatan empati yang signifikan.

Bimbingan kelompok berfungsi sebagai langkah preventif dalam mencegah perilaku bullying melalui edukasi dan pengembangan kesiapan siswa menghadapi permasalahan di lingkungan sosialnya. Selaras dengan Palloan (2026) yang menyatakan pencegahan bullying dapat dilakukan melalui bimbingan kelompok teknik psikodrama yang berfokus pada peningkatan empati, membantu siswa memahami perspektif orang lain, meningkatkan kesadaran diri, serta mengembangkan keterampilan sosial. Selain itu, Nabilla (2025) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok teknik biblioterapi efektif mengatasi perilaku bullying melalui pengembangan empati siswa, karena pemanfaatan media bacaan yang relevan mendorong siswa memahami pengalaman orang lain dan menumbuhkan kepedulian sosial.

Kelebihan penelitian ini adalah kegiatannya menarik dan diterima baik oleh siswa sehingga membantu mereka memahami pentingnya empati tanpa menimbulkan kebosanan. Namun, penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan. Pertama, rancangan pra-eksperimen tanpa kelompok kontrol membatasi kesimpulan kausal. Kedua, ukuran sampel kecil (14 siswa) membatasi generalisasi dan daya uji statistik. Ketiga, instrumen belum diuji validitas dan reliabilitasnya secara formal. Keempat, pengumpulan data pre-test dan post-test menggunakan angket manual karena sebagian siswa belum memahami kuesioner daring, dan ditemukan separuh siswa mengalami kenaikan sementara separuh lainnya mengalami penurunan skor, sehingga akurasi data dalam merepresentasikan kondisi emosional siswa masih perlu dikaji lebih lanjut. Hasil observasi juga menunjukkan sebagian siswa tampak pasif, cemas, dan murung selama kegiatan, sehingga diperlukan tindak lanjut berupa layanan konseling oleh guru atau konselor.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan, layanan bimbingan kelompok dengan teknik modifikasi musik belum dapat dibuktikan secara empiris efektif meningkatkan empati siswa sekolah dasar sebagai upaya pencegahan perilaku bullying. Meskipun kegiatan memperoleh respons positif, menarik minat siswa, dan berpotensi menjadi media edukasi yang menyenangkan, peningkatan skor empati yang diperoleh masih sangat rendah sehingga belum mendukung klaim efektivitas intervensi. Temuan ini dipengaruhi oleh keterbatasan desain penelitian, ukuran sampel, dan kualitas instrumen. Oleh karena itu, penggunaan teknik ini perlu dipadukan dengan layanan konseling berkelanjutan, sedangkan penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimen yang lebih kuat, instrumen tervalidasi, dan sampel yang lebih memadai.

Referensi

- Aulia, L. R., Kholisoh, N., Rahma, V. Z., & Rostika, D. 2024. Pentingnya Pendidikan Empati Untuk Mengurangi Kasus Bullying Di Sekolah Dasar. 2(1).
- Gutama, A., Nita, C. I. R., & Sari, N. K. 2025. Pengembangan Video Gerak dan Lagu Anti Bullying Untuk Siswa Sekolah Dasar. MAVIS: Jurnal Desain Komunikasi Visual, 7(1), 1–12.
- Haumahu, C. P., Korlefura, C., Makulua, I. J., Hermanus, Y., & Tuasikal, A. J. 2025. Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Bullying pada Remaja: Peningkatan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-being) Remaja di SMA Negeri 31 Maluku Tengah. Jurnal Tagalaya (Pengabdian Kepada Masyarakat), 5(5), 249–256.
- Kemendikbudnas. 2023. Menciptakan Sekolah Tanpa Bullying: Upaya BBPPMPV Seni dan Budaya Wujudkan Ruang Belajar yang Aman, Nyaman, dan Menggembirakan. BBPPMPVSB Kemendikdasmen. <https://bbppmpvsb.kemendikdasmen.go.id/menciptakan-sekolah-tanpa-bullying-upaya-bbppmpv-seni-dan-budaya-wujudkan-ruang-belajar-yang-aman-nyaman-dan-menggembirakan/>
- Kurniawan, R. I., Aini, K., & Rini, H. P. 2024. Peran Empati dalam Penanggulangan Bullying Terhadap Siswa ABK di Sekolah Inklusi. Prosiding Seminar Nasional 2024 Psikologi, FISIB, UTM, 310–322.
- Nabilla, A. A., Rahman, D. H., & Eva, N. 2025. Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik Biblioedukasi Bermuatan Nilai-Nilai Budaya Hasth laku Untuk Mengembangkan Empati Bystander Bullying Siswa SMP. G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 9(2), 992–1003. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7074>
- Ninivanggi, F. J. 2019. Learned Mindfulness (Physician Engagement and M.D. Wellness). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/C2018-0-00101-2>

-
- Palloan, A., Marieske, J., Arruan, S. D., & Rapang, Y. 2026. Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama dalam Mengatasi Perilaku Bullying di SMP. Sabar: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Katolik, 3(April), 1–8.
- Prayitno, Afdal, Ifdil, & Ardi, Z. 2017. Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok yang Berhasil (Dasar dan Profil). Ghalia Indonesia.
- Purba, A., Anggraini, D. P., Fatimah, A. E., & Noverita, A. 2025. Edukasi Pencegahan Bullying Melalui Penguatan Empati Siswa Sekolah Dasar. 6(2), 31–41.
- Qolbya, A. G., Siswandi, A. S., & Putri, R. D. 2023. Empati dan Cyberbullying pada Remaja Pengguna Media Sosial: Sebuah Kajian Literatur. 3(9), 352–359. <https://doi.org/10.17977/um070v3i92023p352-359>
- Rahayu, A. P., & Fadlillah, Q. 2024. Penerapan Read Aloud and Singing Sebagai Strategi Pendidikan Karakter Anti Bullying pada Anak Usia Dini. Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(2), 676–690. <https://doi.org/10.37985/murhum.v5i2.954>
- Ramlah. 2018. Pentingnya Layanan Bimbingan Konseling bagi Peserta Didik. BK Peserta Didik, 1(September), 70–76. <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/mauizhah/article/download/8/6/>
- Rasimin, & Hamdi, M. 2017. Bimbingan dan Konseling Kelompok. Bumi Aksara.
- Romlah, T. 2013. Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok. UM Press.
- Sabban, I. 2025. Penguatan Pengetahuan Mengenai Bullying untuk Anak Sekolah Dasar GMIH Daeo, Maluku Utara. Journal of Social and Community Development, 2(02), 74–81. <https://doi.org/10.56741/jscd.v2i02.930>
- Santrock, J. W. 2011. Life-span Development (13th ed.). McGraw-Hill.
- Shannen, T., Kim, S., & Lee, J. 2021. Empathy, Cyberbullying, and Cybervictimization among Filipino Adolescents. 27(1), 65–74.
- Subekti, L. P., Pd, Y. M., & Astuti, I. 2012. Pelaksanaan Layanan Dasar Bimbingan dan Konseling Komprehensif di SMP Negeri 3 Pontianak. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK), 11, 1–8.
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Alfabeta.