

Penerapan Pelatihan Asertivitas pada Anak-anak yang Mengalami Peer Victimization di RPTRA

Stevanie Regina¹, Ezra Manora Glorya Simalango², Bijanca Aufina Diefa³, Denrich Suryadi⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Indonesia
*e-mail: denrich@fpsi.untar.ac.id

Abstrak

Peer victimization merupakan salah satu permasalahan sosial yang sering dialami anak usia sekolah dan dapat berdampak negatif terhadap perkembangan emosional serta sosial mereka. Kondisi ini dapat menyebabkan rendahnya asertivitas sehingga anak menjadi lebih rentan dalam interaksi sosial. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan asertivitas anak usia sekolah dasar yang mengalami peer victimization melalui pelatihan asertivitas berbasis permainan di RPTRA Amanah Bunda, Jakarta Barat. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga sesi dengan melibatkan lima peserta yang teridentifikasi mengalami peer victimization, sementara seluruh rangkaian kegiatan diikuti oleh sembilan anak. Evaluasi program dilakukan menggunakan Peer Victimization Scale dan Rathus Assertiveness Scale (RAS) melalui metode pre-test dan post-test. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan skor asertivitas peserta setelah mengikuti pelatihan. Rata-rata skor asertivitas meningkat dari 10,00 pada pre-test menjadi 61,80 pada post-test. Peserta dengan tingkat peer victimization tertinggi juga menunjukkan peningkatan asertivitas yang paling besar. Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan asertivitas berbasis permainan dapat menjadi salah satu alternatif intervensi yang efektif untuk meningkatkan perilaku asertif anak serta mendukung terciptanya lingkungan sosial yang lebih positif.

Kata kunci: asertivitas, peer victimization, pelatihan asertivitas, intervensi berbasis permainan, anak usia sekolah

Abstract

Peer victimization is a common social issue experienced by school-aged children and can negatively affect their emotional and social development. This condition may lead to low levels of assertiveness, making children more vulnerable in social interactions. This community service program aimed to improve the assertiveness of elementary school children experiencing peer victimization through a game-based assertiveness training program at RPTRA Amanah Bunda, West Jakarta. The program was conducted in three sessions involving five participants identified as experiencing peer victimization, while a total of nine children attended the entire series of activities. Program evaluation was carried out using the Peer Victimization Scale and the Rathus Assertiveness Scale (RAS) through a pre-test and post-test design. The evaluation results indicated an increase in participants' assertiveness scores after completing the training. The mean assertiveness score increased from 10.00 in the pre-test to 61.80 in the post-test. Participants with the highest levels of peer victimization also demonstrated the greatest improvement in assertiveness. These findings suggest that game-based assertiveness training can serve as an effective intervention to enhance assertive behavior among children and support the development of a more positive social environment.

Keywords : assertiveness, peer victimization, assertiveness training, game-based intervention, school-aged children

1. PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan periode penting dalam perkembangan individu karena pada tahap ini anak mulai membangun kompetensi sosial, emosional, dan psikologis yang akan menjadi dasar perkembangan pada tahap perkembangan selanjutnya. Pada rentang usia 7–12 tahun, anak mulai mengembangkan konsep diri yang lebih kompleks dan mampu membandingkan kemampuan dirinya dengan orang lain. Menurut Papalia dan Martorell (2021), anak pada usia tersebut memasuki tahap sistem representasional, yaitu kemampuan memahami

bahwa dirinya dapat memiliki kelebihan dan kekurangan pada berbagai aspek yang berbeda. Sejalan dengan teori perkembangan psikososial yang dikemukakan oleh Erik Erikson, anak pada tahap industry versus inferiority berada dalam fase perkembangan yang ditandai dengan upaya untuk membangun rasa kompeten melalui berbagai pengalaman keberhasilan, baik dalam bidang akademik maupun sosial. Pada tahap ini, anak mulai memiliki kebutuhan untuk memperoleh pengakuan, penghargaan, serta dukungan dari lingkungan sekitarnya, seperti keluarga, guru, dan teman sebaya. Pengalaman positif yang diterima anak akan membantu terbentuknya rasa percaya diri dan keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya. Sebaliknya, ketika anak kurang memperoleh dukungan sosial atau sering mengalami kegagalan tanpa adanya pendampingan yang memadai, kondisi tersebut dapat memunculkan perasaan rendah diri (*inferiority*). Perasaan ini tidak hanya mempengaruhi cara anak memandang dirinya sendiri, tetapi juga dapat berdampak pada kemampuan anak dalam menjalin interaksi sosial dengan lingkungan sekitar. Anak menjadi lebih ragu untuk berpartisipasi, kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat, dan cenderung menarik diri dari situasi sosial tertentu. Oleh karena itu, teori ini menekankan bahwa keberhasilan anak dalam menguasai keterampilan sosial maupun akademik pada tahap perkembangan tersebut memiliki peran penting dalam pembentukan konsep diri yang positif. Apabila anak terus-menerus mengalami kegagalan atau merasa tidak mampu dibandingkan dengan lingkungan sebayanya, maka perasaan inferior dapat berkembang secara berkepanjangan dan pada akhirnya mempengaruhi motivasi anak untuk terlibat dalam interaksi sosial yang sehat.

Pada masa sekolah dasar, interaksi dengan teman sebaya menjadi salah satu aspek penting dalam perkembangan sosial anak. Kelompok teman sebaya berfungsi sebagai sarana belajar bekerja sama, bernegosiasi, menyelesaikan konflik, dan membangun identitas sosial (Papalia & Martorell, 2021). Namun demikian, tidak seluruh anak memperoleh pengalaman sosial yang positif. Salah satu permasalahan yang sering ditemukan adalah *peer victimization* atau viktimisasi teman sebaya, yaitu pengalaman menerima perlakuan negatif dari teman sebaya dalam bentuk fisik, verbal, maupun sosial (Damra et al., 2020). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pengalaman tersebut dapat berdampak pada rendahnya harga diri, meningkatnya kecemasan, kesulitan menjalin hubungan interpersonal, serta menurunnya kemampuan anak dalam mempertahankan hak-haknya secara adaptif (Pimentel et al., 2020; Kristanti & Andromeda, 2018). Anak-anak yang menjadi korban perundungan seringkali memiliki pola yang serupa, yaitu cenderung pendiam dan mudah cemas (Mansyur, 2021; Pimentel et al., 2020).

Permasalahan perundungan dan viktimisasi teman sebaya masih menjadi isu yang memerlukan perhatian serius di Indonesia. Data gabungan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) tahun 2023 yang dirangkum oleh Pusiknas Polri menunjukkan bahwa siswa Sekolah Dasar merupakan kelompok korban perundungan terbanyak dengan proporsi mencapai 26%, lebih tinggi dibandingkan dengan siswa SMP (25%) dan SMA (18,75%) (Pusiknas Polri, 2025). Temuan ini sejalan dengan laporan Ella Andhany et al. (2024) yang juga menyebutkan bahwa *bullying* secara fisik merupakan jenis yang paling banyak dialami korban (55,5%), diikuti verbal (29,3%), dan psikis (15,2%). Data ini menegaskan bahwa anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang rentan terhadap dampak negatif *bullying* sehingga membutuhkan upaya pencegahan dan intervensi yang sesuai dengan tahap perkembangannya.

Berdasarkan hasil observasi awal dan asesmen yang dilakukan di RPTRA Amanah Bunda, Jakarta Barat, ditemukan beberapa anak usia sekolah dasar yang menunjukkan pengalaman viktimisasi teman sebaya disertai kecenderungan perilaku kurang asertif. Anak-anak terlihat kesulitan mengungkapkan pendapat, menolak perlakuan yang tidak menyenangkan, maupun mempertahankan hak pribadinya ketika berinteraksi dengan teman sebaya. Dari hasil asesmen menggunakan *Peer Victimization Scale*, teridentifikasi lima anak yang memiliki skor *peer victimization* pada rentang 32–43 dengan rata-rata 37,60 ($SD=4,72$). Sementara itu, pengukuran awal menggunakan *Rathus Assertiveness Scale* (RAS) pada kelima anak tersebut menunjukkan skor asertivitas pada rentang -14 hingga 49 dengan rata-rata 10,00 ($SD=20,43$). Profil ini

mengindikasikan bahwa anak-anak sasaran memiliki tingkat viktimisasi yang tergolong sedang hingga tinggi dengan kemampuan asertif yang rendah hingga sedang. Kelima anak ini menjadi sasaran utama program pengabdian.

Asertivitas merupakan kemampuan individu untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, kebutuhan, dan hak pribadi secara jujur serta langsung tanpa melanggar hak orang lain (Izzatie & Aulia, 2021). Anak yang memiliki kemampuan asertif cenderung lebih mampu menetapkan batasan dalam hubungan sosial, mempertahankan diri dari perlakuan negatif, dan mencari bantuan ketika menghadapi situasi yang menekan. Syaodih dan Handayani (2017) dalam studinya menegaskan bahwa salah satu cara yang dapat mengurangi peluang anak menjadi korban *bullying* di masa kanak-kanak adalah dengan mengembangkan kemampuan asertif sejak dini, yaitu kemampuan untuk menunjukkan penolakan dan perlawanan dengan mengkomunikasikan apa yang dirasakan anak sebagai korban *bullying*. Penelitian Damra et al. (2020) menunjukkan bahwa pelatihan asertivitas dapat menurunkan tingkat *peer victimization* pada anak sekolah. Di Indonesia, Nafwari dan Qudsyi (2024) melaporkan bahwa pelatihan asertivitas efektif meningkatkan asertivitas korban *bullying*. Selain itu, Parapat dan Royanto (2023) melaporkan bahwa program pelatihan berbasis permainan dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas V SD yang mengalami situasi perundungan.

Efektivitas intervensi pada anak sangat dipengaruhi oleh kesesuaian metode dengan karakteristik perkembangan mereka. Bermain merupakan aktivitas utama yang memungkinkan anak belajar, mengekspresikan diri, dan mengembangkan keterampilan sosial secara alami. Kajian sistematis oleh Salau et al. (2023) menyimpulkan bahwa intervensi berbasis permainan (*play-based intervention*) efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial-emosional anak usia sekolah dasar. Wurjinem (2020) menunjukkan bahwa pembelajaran bermain peran efektif meningkatkan perilaku asertif siswa kelas 1 SD. Penelitian oleh Asiyah (2023) menunjukkan bahwa pelatihan berbasis roleplay efektif meningkatkan kemampuan asertivitas anak usia sekolah dasar sebagai upaya pencegahan *bullying*. Oleh karena itu, program pengabdian ini mengadopsi pendekatan pelatihan asertivitas berbasis permainan yang mengintegrasikan unsur edukatif, partisipatif, dan pengalaman langsung dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan yang dirumuskan dalam kegiatan pengabdian ini adalah rendahnya kemampuan asertivitas pada anak yang mengalami *peer victimization* di RPTRA Amanah Bunda, Jakarta Barat. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan kemampuan asertivitas anak melalui pelatihan asertivitas berbasis permainan sehingga anak mampu mengungkapkan pendapat, mempertahankan hak pribadi secara positif, serta menghadapi interaksi sosial dengan lebih percaya diri.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pelatihan asertivitas berbasis permainan (*play-based intervention*) yang ditujukan kepada anak-anak usia sekolah dasar di RPTRA Amanah Bunda. Program dilaksanakan selama tiga sesi pada tanggal 7, 9, dan 10 April 2026. Kegiatan dirancang untuk meningkatkan kemampuan asertivitas peserta dalam mengekspresikan pendapat dan perasaan, menyampaikan kebutuhan, meminta bantuan, meningkatkan kepercayaan diri, serta menolak ajakan yang tidak sesuai secara asertif.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, kegiatan difokuskan pada proses rapport atau pendekatan kepada anak-anak di lingkungan RPTRA, di mana fasilitator melakukan asesmen awal dan pengukuran pre-test menggunakan Rathus Assertiveness Scale (RAS) yang telah disesuaikan dengan tingkat pemahaman anak usia sekolah dasar. Memasuki tahap pelaksanaan, intervensi dilakukan melalui berbagai aktivitas permainan yang dirancang secara spesifik untuk melatih perilaku asertif. Permainan utama yang diimplementasikan meliputi *Board Game Asertivitas*, *Cup Pong*, dan *Cup of Assertiveness*, yang dipilih dengan landasan prinsip bahwa anak-anak lebih mudah menyerap konsep kognitif melalui aktivitas kinestetik yang menyenangkan. Selanjutnya,

pada tahap evaluasi, peserta mengisi instrumen post-test menggunakan kuesioner yang sama dengan pre-test untuk mengukur efektivitas intervensi secara terukur.

Seluruh kegiatan pelatihan dilaksanakan secara partisipatif dengan memberikan kesempatan yang sama kepada setiap peserta untuk terlibat aktif dalam setiap permainan maupun diskusi. Fasilitator berperan sebagai pendamping yang memberikan arahan, contoh respon asertif, serta penguatan positif terhadap setiap usaha peserta dalam mengungkapkan pendapatnya. Pendekatan ini dipilih agar peserta tidak hanya memahami konsep asertivitas secara teoritis, tetapi juga memperoleh pengalaman langsung dalam menerapkan perilaku tersebut pada situasi yang menyerupai kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, proses pembelajaran berlangsung secara aktif, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar.

Sebanyak sembilan anak mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pelatihan. Namun, berdasarkan hasil asesmen menggunakan *Peer Victimization Scale*, terdapat lima anak yang teridentifikasi mengalami *peer victimization* dan menjadi sasaran utama evaluasi program. Kelima peserta tersebut mengikuti pengukuran pre-test dan post-test menggunakan *Rathus Assertiveness Scale* (RAS) untuk mengetahui perubahan tingkat asertivitas setelah intervensi diberikan.

Keberhasilan program diukur melalui perbandingan skor pre-test dan post-test asertivitas menggunakan *Rathus Assertiveness Scale* (RAS). Selain itu, dilakukan observasi selama kegiatan berlangsung untuk melihat perubahan perilaku peserta, seperti keberanian menyampaikan pendapat, kemampuan menolak secara tegas namun sopan, keterlibatan dalam diskusi kelompok, serta kepercayaan diri saat berinteraksi dengan teman sebaya. Tingkat ketercapaian program ditunjukkan oleh peningkatan skor asertivitas peserta dan munculnya perubahan perilaku asertif yang diamati selama pelaksanaan kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan asertivitas berbasis permainan di RPTRA Amanah Bunda dilaksanakan dalam tiga hari, yaitu pada tanggal 7, 9, dan 10 April 2026. Kegiatan ini dihadiri oleh sembilan peserta anak sekolah dasar yang mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, namun tidak semua dari mereka mengikuti *pre-test* dan *post-test*. Setiap sesi kegiatan berjalan dengan sangat interaktif. Peserta terlihat antusias ketika diajak mencoba secara langsung mempraktikkan respons asertif dalam skenario sosial. Saat sesi pertama dilaksanakan, sebagian besar peserta terlihat canggung saat diminta untuk memperkenalkan diri di depan kelompok. Ketika permainan *Hot Potato* dan *Board Game* Asertivitas dijalankan, peserta mulai aktif, walaupun beberapa masih perlu bantuan. Salah satu contohnya adalah peserta C yang saat *pre-test* menunjukkan skor *peer victimization* tertinggi, yaitu 43, dan asertivitas terendah, yaitu -14, sempat menarik diri di awal sesi, tetapi mulai ikut terlibat setelah kegiatan *ice breaking* berlangsung.

Sesi kedua berisi aktivitas yang lebih menantang seperti *Cup Pong* yang menggabungkan tantangan verbal dan *roleplay* dalam situasi sosial. Perkembangan peserta terlihat jelas pada tantangan ini. Contohnya, beberapa anak yang di sesi pertama masih ragu mulai bisa menyampaikan penolakan dengan lebih tegas. Hal yang paling berkesan adalah saat para peserta juga mulai menunjukkan empati dengan saling menyemangati saat ada peserta lain yang kesulitan dalam merespons suatu skenario, sehingga membuktikan bahwa metode yang dilakukan efektif dalam melatih ketegasan individu dan membentuk lingkungan yang suportif. Sesi ketiga menjadi tahap penutup dari seluruh rangkaian program. Setelah mengulang materi dan *ice breaking*, para peserta mengerjakan *post-test RAS* dengan percaya diri dan makin akrab satu sama lain. Acara ditutup dengan pembagian hadiah dan penulisan kalimat penyemangat bersama, sebagai tanda pengingat perubahan positif peserta selama kegiatan berlangsung.

3.1. Permainan Pertemuan Pertama (*Board Game Assertiveness*)

Pada permainan Board Game Assertiveness, peserta diharapkan untuk belajar memahami konsep dasar asertivitas. Melalui aktivitas yang menyenangkan dan interaktif. Berikut ini adalah contoh alat permainan pada pertemuan pertama, yaitu *Board Game Assertiveness*. *Board Game* Asertivitas berbasis studi kasus. Permainan dilakukan dengan mekanisme yang menyerupai permainan ular tangga. Setiap peserta secara bergiliran melempar dadu dan memindahkan pion sesuai jumlah angka yang diperoleh. Pada petak-petak tertentu, peserta akan mendapatkan pertanyaan mengenai situasi atau studi kasus yang berkaitan dengan perundungan teman sebaya (*peer victimization*) dan interaksi sosial yang umumnya terjadi dalam kehidupan sehari-hari.

Contoh situasi yang diberikan antara lain adalah ketika peserta diejek oleh teman sebayanya dan dipaksa mengikuti keinginan teman, tidak diajak bermain, atau menghadapi teman yang telah mengambil barangnya tanpa izin. Pada situasi tertentu, dipilih karena sering dijumpai dan relevan dengan keseharian anak-anaknya, sehingga peserta lebih mudah memahami pembelajaran yang ingin disampaikan.

Peserta kemudian diminta menjelaskan bagaimana mereka akan merespons situasi tersebut secara asertif. Setelah peserta memberikan jawaban, peserta yang lain dibolehkan untuk memberikan umpan balik dan mendiskusikan alternatif respons yang lebih tepat apabila diperlukan.

Selama proses diskusi berlangsung, fasilitator memberikan penjelasan terhadap jawaban yang sudah disesuaikan dengan prinsip perilaku asertif dan memberikan penjelasan apabila anak-anak memberikan jawaban yang cenderung pasif maupun agresif. Dengan cara ini, peserta tidak hanya belajar untuk mengetahui jawaban yang benar, tetapi juga belajar memahami alasan mengapa respons yang mereka berikan merupakan bentuk perilaku asertif.

Tujuan permainan ini adalah agar anak-anak belajar merespons secara asertif secara langsung dalam berbagai skenario sosial yang berkaitan dengan perundungan teman sebaya (*peer victimization*). Selain itu, permainan *board game* ini juga bertujuan untuk melatih kemampuan peserta dalam menggunakan pendapat mereka, meningkatkan rasa kepercayaan diri saat berkomunikasi, serta mengembangkan kemampuan memecahkan masalah sosial melalui diskusi bersama temannya. Melalui pengalaman belajar yang aktif, diharapkan peserta dapat menerapkan sikap asertif dalam kehidupan mereka sehari-hari.



Gambar 1. *Board Game Assertiveness*

3.2. Permainan Pertemuan Kedua (*Cup Pong Asertivitas dan Cup of Assertiveness*)

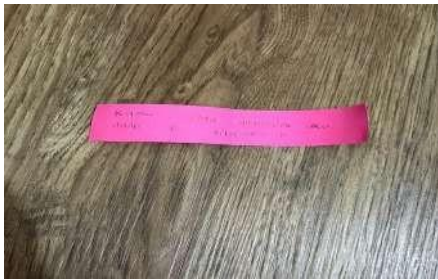
Permainan kedua, *Cup Pong Asertivitas*, dilaksanakan secara berkelompok dengan memadukan unsur permainan dan latihan keterampilan sosial. Peserta yang berhasil memasukkan bola ke dalam gelas memperoleh kesempatan untuk menjawab pertanyaan atau skenario yang berkaitan dengan situasi sosial yang umum dialami anak-anak. Melalui kegiatan ini, peserta didorong untuk mengungkapkan pendapat, menyampaikan perasaan, serta memberikan respons yang tegas namun tetap menghargai orang lain. Suasana permainan yang

menyenangkan membuat peserta lebih percaya diri untuk berpartisipasi dan mencoba menjawab setiap skenario yang diberikan. Selain itu, fasilitator memberikan umpan balik terhadap jawaban peserta agar mereka dapat memahami perbedaan antara respons pasif, agresif, dan asertif, sehingga keterampilan asertivitas dapat berkembang secara lebih optimal.

Permainan ketiga, *Cup of Assertiveness* merupakan permainan estafet menulis yang dirancang untuk melatih kemampuan peserta dalam menyusun respons asertif terhadap berbagai situasi sosial. Dalam permainan ini, peserta secara bergantian berlari menuju pos yang telah disediakan untuk menuliskan jawaban terhadap skenario yang diberikan, kemudian memasukkan jawabannya ke dalam gelas yang sesuai. Kegiatan ini mendorong peserta untuk berpikir secara cepat dan tepat dalam menentukan respons yang mencerminkan perilaku asertif. Melalui proses menulis, peserta memiliki kesempatan untuk mengorganisasi pikiran dan mengekspresikan pendapatnya secara lebih terstruktur sebelum menyampaikannya kepada orang lain. Selain melatih keterampilan asertivitas, permainan ini juga meningkatkan kerja sama antar peserta karena keberhasilan kelompok bergantung pada kontribusi dan partisipasi setiap anggota tim.

Berikut ini adalah contoh hasil gambar pertemuan kedua (*Cup of Assertiveness*) pada tabel 1.

Tabel 1. Gambar hasil *Cup of Assertiveness*

Nama Kegiatan	Gambar	Keterangan
		Kamu jangan menonjok aku aku bilangin guru
		Kamu jangan mengejek aku nanti aku bilangin lo
		Diam ini punya

Nama Kegiatan	Gambar	Keterangan
		Kamu jangan ngajakin aku main FF karena aku mau ngerjain tugas
		Kamu ngapain ngajak aku main kasar
		Aku ga mau ikut karena aku mau kerjakan tugas

Nama Kegiatan	Gambar	Keterangan
		Maaf ya tapi aku maunya begini
		Aku tidak setuju dengan pendapatmu
		Aku gak mau main sama kamu

3.3. Analisis dan Pembahasan Terhadap Pengamatan dan Kegiatan

Tabel 2. Statistik Deskriptif TOTAL_PV (*Peer Victimization*)

	N	Minimun	Maximun	Mean	Std. Deviation
TOTAL_PV	5	32	43	37.60	4.722
Valid N (listwise)	5				

Tabel 3. Statistik Deskriptif TOTAL_A (*Asertivitas Pre-test*)

	N	Minimun	Maximun	Mean	Std. Deviation
TOTAL_A	5	-14	45	10.00	20.433
Valid N (listwise)	5				

Tabel 4. Statistik Deskriptif TOTAL_AP (*Asertivitas Post-test*)

	N	Minimun	Maximun	Mean	Std. Deviation
TOTAL_AP	5	53	68	61.80	5.805
Valid N (listwise)	5				

Data *pre-test* menunjukkan variasi yang cukup luas di antara kelima peserta. Skor *peer victimization* peserta berada di antara 32 sampai 43 dengan *mean* 37.60 dan *standard deviation* 4.7222, sedangkan pada skor asertivitas pre-test menunjukkan rentang yang bervariasi, yaitu di antara -14 hingga 49 dengan *mean* 10.00 serta *standard deviation* 20.433. Skor *post-test* asertivitas berada di rentang 53 sampai 68 dengan rata-rata 61.80 dan *standard deviation* 5.805.

Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan skor asertivitas pada seluruh peserta setelah mengikuti pelatihan asertivitas berbasis permainan. Rata-rata skor asertivitas meningkat sebesar 51,80 poin dari nilai pre-test sebesar 10,00 menjadi 61,80 pada post-test. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa peserta mampu mengembangkan kemampuan untuk menyampaikan pendapat, menolak perlakuan yang tidak diinginkan, serta mempertahankan hak pribadi secara lebih tepat setelah mengikuti kegiatan pelatihan.

Selain tercermin dari peningkatan skor asertivitas, perubahan perilaku peserta juga terlihat selama proses pelaksanaan kegiatan berlangsung. Pada awal pelatihan, beberapa peserta masih tampak ragu ketika diminta mengemukakan pendapat atau memberikan respons terhadap situasi yang disajikan. Namun, setelah beberapa kali memperoleh kesempatan untuk berlatih melalui permainan dan diskusi, peserta mulai menunjukkan keberanian yang lebih besar dalam berbicara serta menyampaikan alasan atas jawaban yang diberikan. Perubahan tersebut mengindikasikan bahwa latihan yang dilakukan secara berulang dalam suasana yang aman dan menyenangkan mampu meningkatkan rasa percaya diri peserta untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya secara lebih terbuka.

Temuan ini diduga berkaitan dengan penggunaan metode berbasis permainan yang memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempraktikkan perilaku asertif secara langsung dalam situasi yang menyerupai interaksi sosial sehari-hari. Melalui aktivitas permainan, peserta tidak hanya memperoleh pemahaman mengenai perilaku asertif, tetapi juga dapat melatih keterampilan tersebut dalam suasana yang menyenangkan dan partisipatif.

Selain memberikan kesempatan untuk berlatih perilaku asertif, penggunaan permainan sebagai media intervensi juga membantu menciptakan suasana belajar yang tidak menimbulkan tekanan bagi peserta. Anak-anak cenderung lebih mudah memahami materi ketika proses pembelajaran dikemas dalam bentuk aktivitas yang menarik dan sesuai dengan dunia mereka (Salau et al., 2023). Interaksi yang terjadi selama permainan juga memungkinkan peserta untuk saling mengamati cara teman lain memberikan respons terhadap suatu permasalahan sosial. Melalui proses tersebut, peserta tidak hanya belajar dari fasilitator, tetapi juga memperoleh pengalaman belajar dari teman sebaya sehingga pemahaman mengenai perilaku asertif menjadi semakin kuat dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut sejalan dengan temuan Parapat dan Royanto (2018) yang menunjukkan bahwa pelatihan berbasis permainan mampu meningkatkan perilaku asertif pada anak sekolah dasar.

Peningkatan skor asertivitas dalam program ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya. Damra et al. (2020) melaporkan bahwa pelatihan asertivitas dapat menurunkan tingkat *peer victimization* pada anak sekolah. Syaodih dan Handayani (2017) menegaskan bahwa pengembangan kemampuan asertif sejak dini merupakan salah satu upaya yang dapat mengurangi peluang anak menjadi korban *bullying*. Di Indonesia, Nafwari dan Qudsyi (2024) membuktikan bahwa pelatihan asertivitas efektif meningkatkan asertivitas korban *bullying*. Penelitian Wurjinem (2020) juga menunjukkan peningkatan perilaku asertif siswa kelas 1 SD melalui metode bermain peran. Parapat dan Royanto (2023) mengonfirmasi efektivitas pelatihan asertivitas berbasis permainan pada siswa SD korban *bullying*. Dengan demikian, temuan ini memperkuat bukti bahwa pelatihan asertivitas berbasis permainan merupakan intervensi yang efektif untuk anak usia sekolah dasar.

4. KESIMPULAN

Setelah melaksanakan pelatihan asertivitas berbasis permainan selama tiga hari (7, 9, dan 10 April 2026) kepada sembilan peserta anak sekolah dasar yang mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, terdapat lima anak yang mengikuti *pre-test* dan *post-test* di RPTRA Amanah Bunda. Terdapat peningkatan skor asertivitas yang signifikan. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, rata-rata skor asertivitas meningkat sebesar 51,8 poin, yaitu dari 10,00 pada *pre-test* menjadi 61,80 pada *post-test*. Peningkatan ini juga didukung oleh hasil observasi selama pelaksanaan kegiatan. Pada awal intervensi, beberapa peserta masih menunjukkan sikap pasif, kurang percaya diri, dan belum berani terlibat secara aktif dalam berbagai aktivitas yang diberikan. Namun, seiring berjalannya sesi pelatihan, peserta mulai menunjukkan peningkatan partisipasi dalam kegiatan kelompok. Pada hari kedua dan ketiga, peserta terlihat lebih aktif dalam mengikuti permainan, berinteraksi dengan peserta lain, serta berani menyampaikan pendapat dan membantu teman yang mengalami kesulitan. Perubahan perilaku tersebut menunjukkan adanya perkembangan kemampuan asertivitas peserta selama mengikuti program pelatihan.

Hasil observasi selama tiga hari kegiatan berlangsung juga memperkuat temuan tersebut. Dalam tahap awal pelaksanaan kegiatan intervensi, sebagian besar peserta menunjukkan sikap pasif, kurang percaya diri, dan belum mampu mengekspresikan pendapat secara terbuka. Namun, seiring berjalannya waktu, mereka mampu mulai mengekspresikan diri mereka secara terbuka dalam kegiatan kelompok. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa metode pelatihan berbasis permainan efektif dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sekaligus mendorong anak untuk belajar mengembangkan keterampilan sosial mereka. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa program pelatihan ini berkontribusi positif dalam meningkatkan sikap asertif peserta, baik dari sisi kognitif maupun perilaku.

DAFTAR PUSTAKA

- Asiyah, B. (2023). Mencegah bullying melalui roleplay EMAS (Empati dan Asertif). Jurnal Abdimas PHB : Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming, *6*(2), 386-392. <https://doi.org/10.30591/japhb.v8i3.8408>
- Damra, H. R., Wahyuningsih, H., & Rahcmawati, M. A. (2020). Pengaruh pelatihan keterampilan sosial untuk menurunkan tingkat peer victimization pada siswa di SMPN "X" Yogyakarta. Jurnal Intervensi Psikologi, 10(1), 25-38.
- Ella Andhany, Dina Selvia, Fara Syifa Nabila Siregar, Nuria Ulfah Lubis, & Sahrul Romadona. (2024). Sosialisasi bahaya bullying di SDN 106840 Kampung Benar Dusun VI Kota Pari Kecamatan Pantai Cermin. Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora, 3(4), 1-6.
- Imanniar, O., & Mastuti, E. (2025). *Optimalisasi perkembangan sosial-emosional pada anak dengan reticent behavior melalui play skills: Social skills facilitated play*. Psikoislamedia: Jurnal Psikologi, 10(1), 37-50. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v10i1.28425>
- Izzatie, B. N., & Aulia, Q. (2021). Peran konsep diri terhadap perilaku asertif anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Kutoarjo. Journal of Correctional Issues, 4(2), 85-94.
- Kristanti, E. P., & Andromeda, N. (2018). Mengapa Saya Tidak Asertif? Tinjauan Asertivitas dari Tingkat Self-Esteem Mahasiswa. Psikovidya, 22(1), 86-99.
- Mansyur, Z. (2021). Pola penanganan perilaku bullying pada sekolah dasar. JIVA: Journal of Behavior and Mental Health, 2(2), 180-189. <http://dx.doi.org/10.30984/jiva.v2i2.1770>
- Nafwari, L. F., & Qudsyi, H. (2024). Efektivitas pelatihan asertivitas untuk meningkatkan harga diri korban bullying. Jurnal Intervensi Psikologi, 16(2), 245-260. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol16.iss2.art7>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). Experience human development (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Parapat, V. N., & Royanto, L. R. (2018). Efektivitas Program Pelatihan untuk Meningkatkan Perilaku Asertif dan Perilaku Pembela pada Situasi Perundungan Sekolah Dasar Kelas V. Jurnal Psikogenesis, *6*(2), 130-144. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i2.696>
- Pimentel, F. de O., Della Méa, C. P., & Dapieve Patias, N. (2020). Victims of bullying, symptoms of depression, anxiety and stress, and suicidal ideation in teenagers. Acta Colombiana de Psicología, 23(2), 230-240. <https://doi.org/10.14718/ACP.2020.23.2.9>
- Pusiknas Polri. (2025, Desember 5). Data gabungan: Jumlah kasus perundungan naik dua kali lipat. Pusat Informasi dan Komunikasi Nasional Kepolisian Negara Republik Indonesia. https://pusiknas.polri.go.id/detail/artikel/data_gabungan_jumlah_kasus_perundungan_nai_k_dua_kali_lipat
- Rahma, G. N., Fradianto, I., Neri, E. I., & Fauzan, S. (2023). Edukasi bahaya bullying pada anak sekolah dasar. Jurnal Pengabdian Masyarakat, 6(5), 1664-1667.
- Salau, O., et al. (2023). Play-based interventions in child psychology: A review of effectiveness. Journal of Child Development Research, 15(1), 1-18.
- Syaodih, E., & Handayani, H. (2017). Developing assertive ability of young children as a countermeasure effort for bullying behaviour. In Proceedings of the 2nd International Conference on Educational Management and Administration (CoEMA 2017) (pp. 163-167). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/icece-16.2017.28>
- Wurjinem, W. (2020). Strategi peningkatan perilaku asertif melalui pembelajaran bermain peran pada siswa kelas 1 Sekolah Dasar Negeri 5 Kota Bengkulu. JURIDIKDAS: Jurnal Riset Pendidikan Dasar, *3*(1), 95-101. <https://doi.org/10.33369/juridikdas.3.1.95-101>

Halaman ini dikosongkan