

PENCEGAHAN DAN PENANGANAN BULLYING BERBASIS HADIS MENGGUNAKAN METODE BUTTERFLY HUG: STRATEGI PEMULIHAN TERHADAP MENTAL KORBAN DAN PELAKU BULLYING

**Muhammad Sulaiman Hasyim, Ida Rochmawati, Muhamad Firulloh Azzuhdi,
Ikromul Wafa As-Shidiqi, Malihatul Fauziah, Nuril Lailatul Maf'ulah,
Meta Merlinda, Intan Syamikhoh, Putri Amanda Listari**

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
sulaimanhasyimmuhammad@gmail.com

Abstract

Bullying is still a hot topic because it often occurs in school environments, one of which is at MI Hidayatul Ulum Sidoarjo. Based on the results of observations and interviews, cases of bullying were found to occur due to a lack of understanding of students regarding the negative impacts of bullying and a lack of attention they do not get from home, which makes them seek attention in bad ways. The steps taken to overcome these two factors are to conduct anti-bullying education based on the hadith "compassion for others" and therapy using the butterfly hug method with the aim of restoring children's mental and psychological health. The method used in this service is Community-Based Research (CBR) through its four stages. The results of this service are known through the interview process with several respondents who have participated in education and therapy, that they have learned the negative impacts of bullying through the hadith. Butterfly hugs have also been proven to help restore children's mental and psychological health.

Keywords: *Bullying, Hadith, Butterfly Hug, Child Mentality.*

Abstrak

Bullying masih menjadi perbincangan hangat karena sering terjadi di lingkungan sekolah, salah satunya seperti di MI Hidayatul Ulum Sidoarjo. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemukan kasus bullying yang terjadi akibat faktor kurangnya pemahaman siswa terkait dampak negatif bullying serta kurangnya perhatian yang tidak mereka dapatkan dari rumah, sehingga membuatnya mencari perhatian melalui cara yang kurang baik. Langkah yang diambil untuk mengatasi dua faktor tersebut adalah melakukan edukasi anti-bullying berbasis hadis "kasih sayang terhadap sesama" serta terapi menggunakan metode butterfly hug dengan tujuan untuk memulihkan kembali kesehatan mental dan psikis anak. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah Community-Based Research (CBR) melalui empat tahapannya. Hasil dari pengabdian ini diketahui melalui proses wawancara ke beberapa responden yang telah mengikuti edukasi serta terapi, bahwa mereka telah mengetahui dampak negatif dari tindakan bullying melalui hadis. Butterfly hug juga terbukti membantu dalam memulihkan mental dan psikis anak.

Keywords: *Bullying, Hadis, Butterfly Hug, Mental Anak.*

PENDAHULUAN

Kasus *bullying* di Indonesia masih menjadi perbincangan hangat hingga saat ini, karena sering terjadi di lingkungan sekolah. Berdasarkan data yang didapatkan dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), bahwa per Maret 2024 setidaknya terdapat 141 laporan kasus *bullying* yang sebagian besar atau hampir 95% terjadi di lingkungan pendidikan. Dari total 141 kasus *bullying* tersebut, 46 kasus di antaranya bahkan membuat korban harus kehilangan nyawa (Waluyo dkk., 2024). Lebih mirisnya, Saiful Huda (Ketua Komisi V DPR RI) menyebutkan bahwa data yang disampaikan oleh KPAI tersebut menurutnya belum sampai 1/4 dari fakta sesungguhnya yang terjadi di lapangan. Karena pada kenyataannya, tidak semua korban berani untuk melaporkan tindakan *bullying* yang dialaminya. Hanya anak-anak yang punya keberanian yang mau untuk melaporkan (Nurhidayat, 2024). Kasus *bullying* ini juga terjadi di Sidoarjo, salah satu kabupaten di provinsi Jawa Timur tersebut juga memiliki catatan tersendiri terkait kasus *bullying*. Salah satu contoh kasus *bullying* yang pernah viral adalah *bullying* yang dialami oleh siswi salah satu SMP di Sidoarjo yang dilakukan oleh temannya dengan mendorong dagu dan kepalanya menggunakan tangan serta mengolok-olok korban dan merekamnya (Siswati & Laili, 2024).

Secara garis besar, setidaknya terdapat tiga faktor yang membuat seseorang melakukan dan mengalami tindakan *bullying*. Pertama, karena faktor kesenjangan kekuatan fisik yang seakan membuat pelaku selalu berada di atas korbannya (Soraya dkk., 2024). Kedua, karena faktor lingkungan yang menganggap perilaku dan tindakan *bullying* sebagai hal yang biasa dan

wajar. Ketiga, karena faktor keluarga, yakni pola asuh dari orang tua yang otoriter atau *permissive* (Pratama & Hidayat, 2018). Bisa juga karena faktor kurangnya perhatian dari lingkungan sekitar khususnya lingkungan rumah juga dapat memicu seseorang mengalami kasus *bullying*. Karena pada dasarnya, seorang anak yang kurang mendapatkan perhatian atau kasih sayang baik dari orang tuanya atau dari lingkungan sekitar rumahnya rentan mengalami gangguan terhadap kesehatan mental dan psikisnya (Siswati & Laili, 2024). Hal ini bisa membuat anak tersebut merasa kurang percaya diri yang membuatnya terlihat lemah sehingga sangat rentan menjadi sasaran korban *bullying* oleh temannya, atau bisa juga membuat anak menjadi haus perhatian serta validasi dari lingkungan barunya yang membuatnya tampak super aktif sehingga cukup rentan menjadi pelaku *bullying*.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, tim mulai melakukan observasi ke beberapa lembaga pendidikan yang ada di Sidoarjo untuk mengamati kasus *bullying* yang tengah terjadi di lingkungan pendidikan. Salah satu tujuan tim memilih sekolah tingkat dasar atau setara MI (Madrasah Ibtidaiyyah) sebagai objek pengabdian adalah karena masa anak-anak merupakan fase pembentukan karakter dan kepribadian, sehingga mudah apabila ingin untuk mengubah karakter atau kepribadian kurang baik seseorang jika dilakukan sejak usia dini (Ibrahim dkk., 2024). Hasilnya, tim menemukan salah satu sekolah di Sidoarjo yang memiliki catatan tersendiri terkait kasus *bullying*, di mana salah satu korban memiliki *problem* gangguan kesehatan mental dan psikis seorang anak. Sementara beberapa pelaku *bullying* melakukan tindakan *bullying* karena tidak adanya pengetahuan tentang

tindakan perundungan serta bersikap reaktif terhadap perilaku korban. Tidak adanya ikatan emosional di antara anak-anak ini membuat mereka berinteraksi tanpa didasari oleh perasaan saling perhatian dan kasih sayang. Pergaulan dan interaksi anak-anak di kelas maupun di luar kelas seringkali dipicu oleh sikap persaingan dan balas dendam terhadap perlakuan teman.

Inilah yang menjadi pertimbangan tim dalam melakukan perencanaan pengabdian secara partisipatif dengan pihak sekolah. Pertama, memberikan edukasi melalui pengenalan hadis-hadis kasih sayang yang telah diajarkan oleh Rasulullah. Melalui pengenalan hadis ini diharapkan anak-anak dapat meneladani perilaku Rasulullah dalam bergaul dengan orang lain, menebar kasih sayang dan saling menghargai antar sesama. Kedua, menggunakan metode terapi “butterfly hug”, dengan tujuan untuk mengembalikan rasa percaya diri, menyayangi diri sendiri dan melepaskan beban emosi yang menjadi pemicu korban mengalami masalah psikologis. Metode terapi “butterfly hug” merupakan sebuah metode terapi yang tekniknya adalah mengembalikan rasa kasih sayang pada diri sendiri untuk bisa merasa lebih baik dengan memeluk dan menerima diri apa adanya (Astuti, 2024). Teknik ini secara efektif mampu untuk meningkatkan konsentrasi oksigen di dalam darah dan menjadikan diri merasa lebih tenang. Selain itu, terapi ini dapat mengobati perasaan yang negatif maupun traumatis (Aulia dkk., 2024). Terapi “butterfly hug” ini memberikan ketenangan, diharapkan dapat mempunyai pengaruh yang besar terhadap penurunan gangguan kesehatan mental dan psikis anak, sehingga secara otomatis mata rantai kasus *bullying* akan terputus dengan sendirinya melalui diri sendiri.

Cukup banyak *literature* terdahulu yang menunjukkan efektifitas metode ini sebagai media terapi untuk pemulihan mental dan psikis seorang anak. Salah satunya yakni pengabdian yang dilakukan oleh Arif Pristianto, dkk. dengan judul “*Deep Breathing dan Butterfly Hug: Teknik Mengatasi Kecemasan Pada Siswa MAN 2 Surakarta*”. Kegiatan terapi yang dilakukan tersebut terbukti cukup efektif untuk mengurangi kecemasan atau gangguan kesehatan mental lainnya. Bahkan metode ini juga dipercaya dapat meningkatkan kepercayaan diri dan membuat perasaan jauh lebih baik karena metode ini dapat menyeimbangkan senyawa kimia yang ada dalam otak (Pristianto dkk., 2022). Sehingga kegiatan pengabdian ini menggunakan metode “butterfly hug” sebagai media terapi dengan tujuan untuk memulihkan kembali kesehatan mental dan psikis anak, baik bagi pelaku karena dapat mengurangi rasa kecemasan atas dirinya atau bagi korban karena dapat meningkatkan kepercayaan diri serta membuat perasaannya jauh lebih baik.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam rentang waktu satu bulan, yakni pada bulan Oktober - November 2024 dengan sasaran murid kelas 4A, 4B, 5A, 5B, 6A dan 6B MI Hidayatul Ulum Sidoarjo sebanyak 134 responden. Metode yang digunakan dalam proses pengabdian ini menggunakan metode *Community-Based Research* (CBR). Metode CBR merupakan sebuah pendekatan yang menitikberatkan peran aktif dari Masyarakat/komunitas dalam menyusun perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi hasil pengabdian. Dalam hal ini, tim berperan utama sebagai fasilitator yang

bersama-sama Masyarakat/komunitas merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi program-program pengabdian (Hanafi dkk., 2015). Teknik penerapan metode CBR memiliki empat tahapan, yaitu:

1. Peletakan Dasar. Tahapan ini melibatkan tim dengan komunitas yang dalam hal ini adalah MI Hidayatul Ulum Sidoarjo untuk mendiskusikan tujuan pengabdian dan melakukan pembagian peran setiap pihak, baik dari pihak tim maupun dari pihak sekolah. Inkulturasi dengan pihak sekolah juga dilakukan untuk mengkomunikasikan masalah umum yang terjadi di lingkungan sekolahnya. Pada tahap ini, tim berdiskusi dengan pihak sekolah untuk menyusun perencanaan pengabdian, menentukan prioritas utama yang akan dijadikan sebagai pertanyaan penelitian dan target yang akan dijadikan sebagai objek penelitian.

2. Pengumpulan dan Analisis Data. Setelah diketahui bahwa masalah umum yang terjadi di lingkungan sekolah tersebut adalah tindakan *bullying*, tim dengan dibantu pihak sekolah mulai melakukan observasi dengan menyebarluaskan kuesioner kepada 134 siswa kelas 4A, 4B, 5A, 5B, 6A dan 6B untuk mengidentifikasi bentuk serta dampak tindakan *bullying* yang pernah mereka alami. Kemudian tim melakukan wawancara secara mendalam kepada para korban dan pelaku serta melakukan analisis terhadap data-data yang telah dikumpulkan.

3. Perencanaan Pengabdian. Setelah semua data telah dikumpulkan dan dianalisis, tim berdiskusi kembali dengan pihak sekolah untuk menyusun perencanaan aksi yang akan dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut. Pada tahap ini juga dilakukan kesepakatan bersama

bahwa tindakan yang akan diambil adalah dengan menggelar edukasi anti-*bullying* melalui nilai-nilai dalam hadis serta melakukan terapi kepada beberapa siswa yang kesehatan mentalnya terganggu akibat tindakan *bullying* yang mereka alami.

4. Pelaksanaan Pengabdian. Tahap ini merupakan tahap aksi pengabdian yang dilakukan dengan dua kegiatan, yakni 1) Pengenalan hadis tentang kasih sayang melalui edukasi, 2) Melakukan terapi menggunakan metode “butterfly hug” sebagai bentuk interpretasi dari hadis tentang kasih sayang. Dua kegiatan ini merupakan upaya untuk mencegah dan mengatasi terjadinya tindakan *bullying* di lingkungan sekolah tersebut. Pada tahap ini juga tim bersama pihak sekolah mengevaluasi dan menindaklanjuti hasil penelitian yang telah dilakukan.



Gambar 1. Siklus Langkah Pengabdian Dengan Metode CBR

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan langkah CBR, kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan empat tahapan, yakni: 1) tahap inkulturasi, 2) pengumpulan data, 3) perencanaan pengabdian dan 4) pelaksanaan pengabdian. Pertama, tahap inkulturasi. Tim melakukan inkulturasi dengan pihak sekolah MI Hidayatul Ulum Sidoarjo dengan tujuan untuk

mengidentifikasi masalah-masalah umum yang terjadi di lingkungan sekolah tersebut. Tim juga berdiskusi dengan pihak sekolah untuk menyusun perencanaan pengabdian, menentukan prioritas utama yang akan dijadikan sebagai pertanyaan penelitian, dan target yang akan dijadikan sebagai objek penelitian. Proses inkulturasasi ini dilaksanakan pada 14 Oktober 2024.

Kedua, tahap pengumpulan data. Berdasarkan hasil inkulturasasi yang telah dilakukan sebelumnya. Ditemukan sebuah data bahwa beberapa siswa di sekolah tersebut mengalami tindakan *bullying*. Sehingga minggu berikutnya, pada 21 Oktober 2024 tim melakukan observasi dengan menyebarluaskan kuesioner kepada sejumlah siswa kelas 4A, 4B, 5A, 5B, 6A dan 6B MI Hidayatul Ulum Sidoarjo yang berjumlah 134 siswa. Alasan memilih sasaran responden kelas tersebut adalah karena menurut keterangan yang tim dapatkan, kasus *bullying* di sekolah tersebut biasanya dialami oleh sejumlah anak-anak kelas 4 ke atas.



Gambar 2&3. Kegiatan penyebaran kuesioner terhadap kelas 4A, 4B, 5A, 5B, 6A dan 6B

Adapun dari penyebaran kuesioner yang diberikan kepada 134 responden, didapatkan hasil temuan sebagaimana tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Penyebaran Kuesioner

No.	Jenis <i>Bullying</i>	Jumlah Responden	Prosentase
1.	Korban <i>Bullying</i> Verbal	42	31%
2.	Korban <i>Bullying</i> Fisik	27	20%
3.	Pelaku <i>Bullying</i> Tidak	9	7%
4.	Mengalami <i>Bullying</i>	56	42%

Berdasarkan hasil analisis data pada tabel 1, tim kemudian melakukan pendalaman dan penggalian informasi terhadap 5 responden dari total 69 korban *bullying* melalui wawancara secara intensif yang dilakukan pada 28 Oktober 2024. Dari hasil wawancara secara mendalam tersebut menunjukkan bahwa 4 dari 5 responden yakni A (kelas 4A), I (kelas 4B), U (kelas 5A) dan R (kelas 5A) pernah menjadi korban *bullying* di sekolah bahkan sejak dari kelas sebelumnya. Namun bentuk *bullying* yang didapatkan tergolong ringan dan korban mengaku bahwa

tindakan *bullying* yang dialaminya tidak mengganggu aktifitas belajarnya di sekolah. Sedangkan 1 dari 5 responden lainnya yakni S (kelas 6B) mengaku bahwa tindakan *bullying* yang menimpanya cukup serius serta mengganggu aktifitas belajarnya di sekolah. Bahkan S mengaku bahwa sejak kelas 4 sudah mengalami tindakan *bullying* baik berupa verbal maupun fisik dan berdampak kepada perkembangan mental dan psikisnya.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut serta analisis yang dilakukan secara mendalam, tim menemukan bahwa terdapat jaringan sindikat yang terkenal sering melakukan tindakan *bullying* terhadap beberapa siswa di sekolah tersebut, termasuk terhadap korban S (kelas 6B). Tim kemudian melakukan wawancara lanjutan kepada 9 siswa (kelas 6A dan 6B) yang menurut pengakuan korban dan beberapa saksi terlibat sebagai jaringan perundungan di sekolah tersebut. Kegiatan wawancara lanjutan ini dilakukan pada 4 November 2024. Selain melakukan wawancara secara intensif kepada 9 siswa tersebut, tim juga melakukan wawancara kepada guru bagian kesiswaan, wali kelas dari 6A dan 6B serta kepala sekolah untuk membahas mengenai solusi serta tindakan yang akan diambil sebagai upaya menghentikan mata rantai *bullying* di sekolah tersebut.



Gambar 4&5. Kegiatan wawancara kepada beberapa korban dan pelaku

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, tim menemukan sebuah data bahwa motivasi para pelaku melakukan tindakan *bullying* terhadap temannya adalah karena faktor pemahaman mereka yang kurang terhadap *bullying* sehingga perbuatan yang mereka lakukan seakan suatu hal yang biasa dan normal. Mereka tidak mengetahui bahwa hal tersebut bisa berdampak buruk terhadap perkembangan mental temannya. Beberapa responden juga mengaku bahwa faktor mereka melakukan perundungan lantaran kurangnya perhatian yang tidak mereka dapatkan ketika di rumah sehingga mereka melampiaskannya dengan cara mengganggu temannya untuk mencari perhatian. Beberapa anak melakukan tindakan *bullying* lantaran kesal dengan perilaku korban terhadapnya sehingga pelaku ingin membalas perbuatan korban. Sedangkan menurut laporan dari beberapa guru yang tim wawancarai, bahwa pihak sekolah memang sudah beberapa kali mengambil tindakan pada para pelaku yang dianggap melakukan tindakan perundungan kepada temannya. Namun, karena faktor usia mereka yang masih labil sehingga tindakan yang diberikan

juga tidak sampai melukai pribadi serta mentalnya.

Dari hasil data di atas, dapat di analisis bahwa setidaknya terdapat dua faktor yang menyebabkan terjadinya tindakan *bullying* di sekolah tersebut. Pertama, faktor kurangnya pemahaman terkait dampak negatif dari *bullying* dan menganggap perundungan sebagai suatu hal yang biasa dan wajar. Kedua, faktor kurangnya perhatian yang tidak mereka dapatkan dari rumah sehingga membuat pelaku mencari perhatian melalui cara-cara yang kurang baik. Tindakan pelaku ini menyebabkan dampak psikis dan mental, yang diliputi oleh rasa kecemasan serta rasa haus akan perhatian dan validasi.

Berdasar temuan inilah, tim bersama dengan pihak sekolah merancang dua kegiatan pendampingan untuk mengatasi dua masalah tersebut. Langkah pertama, dengan mengenalkan hadis-hadis Nabi bertema “kasih sayang terhadap sesama”. Salah satu hadis yang digunakan adalah sabda Nabi yang diriwayatkan oleh Imam Al-Bukhari yakni “Tidaklah beriman seseorang dari kalian sehingga dia menyayangi saudaranya sebagaimana dia menyayangi dirinya sendiri” (Al-Bukhāriy, 1993). Pengenalan hadis kasih sayang ini untuk memberikan pemahaman pada anak-anak bahwa Rasulullah sebagai panutan umat Islam telah memberikan teladan dalam bergaul dengan orang lain. Sikap saling menyayangi antar sesama umat Islam maupun orang lain menjadi ciri utama seorang yang beriman. Dalam edukasi pengenalan nilai-nilai hadis ini, anak-anak juga diberikan pemahaman mengenai dampak negatif dari tindakan *bullying* serta cara untuk menghadapinya. Kegiatan edukasi ini dilaksanakan pada 11 November 2024 selepas kegiatan upacara pagi di halaman sekolah, dengan di ikuti oleh

134 siswa kelas 4A, 4B, 5A, 5B, 6A dan 6B.

Langkah kedua, dengan melakukan terapi menggunakan metode “butterfly hug”. Bagi korban dan pelaku *bullying* secara khusus. Kegiatan ini dilaksanakan pada 11 November 2024 dengan target sasaran kepada 10 siswa yang diduga mengalami gangguan psikis dan mental akibat terlibat kasus *bullying* di sekolah dengan rincian 1 korban *bullying* dan 9 pelaku *bullying* dari siswa kelas 6A dan 6B. Metode terapi “butterfly hug” merupakan sebuah metode terapi yang menggunakan teknik *self affirmation*. Tekniknya, dengan menyarankan pada diri sendiri untuk bisa merasa lebih baik. Teknik ini secara efektif mampu untuk meningkatkan konsentrasi oksigen di dalam darah dan menjadikan diri merasa lebih tenang. Selain itu, terapi ini dapat mengobati perasaan yang negatif maupun traumatis (Aulia dkk., 2024). Adapun terapi yang dilakukan terhadap 10 siswa tersebut adalah dengan menekankan terhadap empat hal:

1. Rumah: menjadikannya sebagai tempat pulang dari segala masalah, sebesar apapun masalah atau musibah yang dialami, jadikan rumah sebagai tempat ternyaman untuk pulang.

2. Teman: apabila tidak mendapatkan yang pertama, jadikan teman sebagai tempat sosialisasi yang baik, sebisa mungkin memfilter antara teman yang baik dan tidak agar dapat menemukan lingkungan ternyaman yang diinginkan (untuk menghindari *bullying*).

3. Lingkungan: tidak hanya di pertemanan tapi juga harus baik di lingkungan, ketika kita baik dengan lingkungan maka lingkungan akan baik kepada kita.

4. Sekolah: menjadikannya sebagai rumah kedua itu adalah sekolah,

karena di sekolah kita bisa bermain dengan teman, di sekolah kita bisa menemukan lingkungan yang baru (yang mungkin tidak di dapatkan ketika di rumah).

Keempat hal di atas saling berkesinambungan antara satu sama lain, sehingga diharapkan para siswa mulai menyadari akan peran penting dari rumah, teman, lingkungan dan sekolah. Apapun yang terjadi dan menimpa mereka, harus mulai disadari bahwa keempat lingkungan tersebut menjadi tempat terbaik dan ternyaman. Sesi terapi ini dilakukan dengan cara menutup mata dan memeluk diri sendiri sembari menarik para siswa ke alam bawah sadarnya (mode beta). Tujuan dari metode terapi “butterfly hug” ini adalah agar setiap individu bisa merasakan bahwa dirinya tidak sempurna sehingga mencari kesempurnaan tersebut pada individu lainnya, sebagai bentuk pencegahan agar mereka tidak lagi melestarikan *bullying* di lingkungan sekolahnya. Selain itu, tim juga memberikan kertas HVS beserta pensil warna sebagai media bagi siswa untuk meluapkan emosi serta apapun yang mereka pendam saat ini melalui media menggambar.



Gambar 6&7. Kegiatan terapi menggunakan metode “butterfly hug”

Berdasarkan hasil terapi yang dilakukan, terlihat hasil yang cukup signifikan yang dirasakan oleh 10 siswa selepas mengikuti sesi terapi. Para siswa mengaku cukup rileks serta beban yang selama ini mereka rasakan seakan lepas dalam sekejap. Salah satu indikator keberhasilan metode ini adalah keantusiasan para siswa untuk mengikuti arahan dari tim sehingga banyak dari mereka yang melepaskan emosinya dengan menangis. Selain memberikan arahan terapi, tim juga memberikan pemahaman langsung terkait dampak negatif *bullying* yang dapat dirasakan secara langsung oleh para siswa saat itu juga. Melalui wawancara terhadap para siswa tersebut didapati bahwa mereka mengakui sudah sangat memahami serta merasakan secara langsung (melalui sesi terapi) bagaimana dampak negatif dari tindakan *bullying*.

Pendampingan untuk mengatasi dampak *bullying* pada siswa MI Hidayatul Ulum Sidoarjo ini memberikan dampak yang cukup komprehensif. Wawasan nilai-nilai humanis dan kasih sayang yang berasal dari hadis Nabi akan memberikan pondasi nilai pembangun karakter saling menghargai dan menyayangi antar teman. Mereka akan menjauhi

sikap saling mengganggu, menyakiti baik secara verbal, fisik maupun psikis sehingga suasana kelas dan sekolah menjadi tidak nyaman bagi sebagain anak yang menjadi korban. Nilai-nilai ini sebenarnya sudah dicontohkan oleh Rasulullah sejak Islam datang, sehingga perlu dikenalkan pada anak agar memiliki karakter yang penyayang dan terhindar dari perilaku yang menyebabkan terjadinya perundungan. Sementara terapi “butterfly hug” diharapkan membantu korban dan pelaku *bullying* melakukan *self affirmation* untuk lepas dari kondisi psikologis yang negatif. Secara perlahan dengan terapi ini, anak-anak akan lebih bisa menerima diri mereka, mengendapkan semua peristiwa yang membuat luka dan memaafkan semua yang pernah membuat mereka luka.

SIMPULAN

Dari rangkaian kegiatan pengabdian yang telah dilakukan terkait pencegahan dan penanganan korban *bullying* dengan cara mengenalkan nilai-nilai kasih sayang dalam hadis dan terapi menggunakan metode “butterfly hug” sebagai suatu upaya pemulihan terhadap mental anak, hasil yang didapatkan melalui sesi evaluasi dengan melakukan wawancara terhadap beberapa siswa menunjukkan bahwa metode “butterfly hug” cukup efektif dijadikan sebagai media terapi untuk memulihkan kesehatan mental dan psikis anak yang menjadi salah satu faktor terjadinya tindakan *bullying* di lingkungan sekolah tersebut. Tidak hanya melalui sesi terapi, kegiatan edukasi berbasis hadis yang dilakukan juga berhasil memberikan pemahaman kepada siswa terkait dampak negatif dari tindakan *bullying* melalui hadis Nabi sebagai bentuk teladan yang

melarang sesama muslim untuk saling menyakiti.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam kegiatan pengabdian ini, tim mengucapkan terima kasih kepada semua pihak terutama Kepala Sekolah dan beberapa guru baik wali kelas maupun kesiswaan MI Hidayatul Ulum Sidoarjo yang telah memberikan izin kepada tim selama kegiatan pengabdian, para partisipan yang ikut andil memberikan dukungan sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan lancar, serta kepada para responden yang telah membantu mengikuti rangkaian alur pengabdian mulai dari pengisian kuesioner, wawancara, edukasi, terapi, hingga evaluasi. Tidak lupa tim mengucapkan terima kasih kepada para *reviewer* yang telah membantu memperkuat kualitas artikel pengabdian yang telah tim susun.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Bukhāriy, A. ‘Abdullāh M. bin I. (1993). *Ṣaḥīḥ al-Bukhāriy* (1–1). Dār Ibn Kaśīr.
- Astuti, N. A. P. (2024). Butterfly Hug sebagai Teknik Relaksasi: Metode Efektif untuk Mengurangi Kecemasan Remaja. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 5(4).
- Aulia, A. W. Z., Yuliastuti, E., & Suyatno. (2024). Pengaruh Terapi Butterfly Hug terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 5(1).
- Halim, N., Susilawati, & Dwigustini, R. (2023). Edukasi Tindakan Pencegahan Cyber-Bullying Dan

- Pengenalan Istilah Bahasa Inggris Yang Sering Digunakan Oleh Pelaku. *AMMA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(7).
- Hanafi, M., Naily, N., Salahuddin, N., Riza, K., Zuhriyah, L. F., Muhtarom, Rakhmawati, Ritonga, I., Muhid, A., & Dahkelan. (2015). *COMMUNITY BASED RESEARCH Panduan Merancang dan Melaksanakan Penelitian Bersama Komunitas*. LP2M UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Ibrahim, A. L., Bakhtiar, H. S., Prawira, M. R. Y., Novyana, H., Simanjuntak, A. A., Riyanto, Alfath, Nurulhuda, N. S., Permata, V. A. N., Nurhalizah, A., & Sani, R. (2024). Edukasi Anti-Bullying, Pendidikan Disiplin, dan Tanggung Jawab Pada SDN Rawa Barat 05 Pagi. *DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(4).
- Nurhidayat, D. (2024). Indonesia Darurat Perundungan di Satuan Pendidikan. *Media Indonesia*. https://mediaindonesia.com/humaniora/703677/indonesia-darurat-perundungan-di-satuan-pendidikan#google_vignette
- Pratama, A. R., & Hidayat, W. (2018). FENOMENA BULLYING PERSPEKTIF HADITS: Upaya Spiritual sebagai Problem Solving atas Tindakan Bullying. *Riwayah: Jurnal Studi Hadis*, 4(2).
- Pristianto, A., Tyas, R. H., Muflikha, I., Ningsih, A. F., Vanath, I. L., & Reyhana, F. N. (2022). Deep Breathing dan Butterfly Hug: Teknik Mengatasi Kecemasan Pada Siswa MAN 2 Surakarta. *Jurnal Kontribusi*, 3(1).
- Siswati, M., & Laili, N. (2024). Penerimaan Diri dan Harga Diri Remaja Korban Perundungan di Sidoarjo. *Pubmedia Journal of Islamic Psychology*, 1(2).
- Soraya, A. I., Khaerana, A., Ramadhani, R., & Ismail, N. S. (2024). Pemanfaatan Cerpen Sebagai Media Edukasi “Stop Bullying” Terhadap Siswa UPT SPF SD Inpres Unggulan Toddopuli Makassar. *DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(5).
- Waluyo, Al-Mahya, Y. Q. E., Sari, R. E. Z. A., & Pramudia, D. A. (2024). Edukasi Pencegahan Perundungan Bagi Siswa Sekolah Dasar Negeri Gedangan 01 Sidoarjo Yang Melanggar Norma. *KARYA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2).