Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, November 2026, 12 (11.B), 93-104
DOI: https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/15019
p-ISSN: 2622-8327 e-ISSN: 2089-5364
Accredited by Directorate General of Strengthening for Research and Development
Available online at https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP

Implementasi Metode Habitulasi Karakter Untuk Mengurangi Prilaku *Bulliying* Pada Siswa Kelas III SDN 1 Andalan

M. Rizqy Aulia Alwathoni[1], Fitriani Rahayu[2], Nunung Mardianti[3]

PGSD, STKIP Hamzar

Received: 10 Oktober 2026
Revised: 02 November 2026
Accepted: 14 November 2026

Abstract

Penelitian ini dilatar belakangi oleh masih ditemukannya perilaku bullying pada siswa kelas III SDN 1 Andalan, baik dalam bentuk bullying verbal, fisik, maupun sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi metode habituasi karakter dalam mengurangi perilaku bullying, mengidentifikasi bentuk-bentuk bullying yang terjadi, serta mengetahui faktor pendukung dan penghambat penerapan metode habituasi karakter. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek penelitian meliputi kepala sekolah, guru kelas III, dan siswa kelas III SDN 1 Andalan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldana yang meliputi kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi metode habituasi karakter dilakukan melalui pembiasaan kegiatan positif seperti program Mentari Pagi, berdoa bersama, salam, senyum dan sapa, pembiasaan disiplin, kerja sama, empati, serta pemberian pembinaan kepada siswa yang melakukan bullying. Bentuk bullying yang ditemukan meliputi bullying verbal yang paling dominan, bullying fisik, dan bullying sosial. Penerapan metode habituasi karakter terbukti mampu mengurangi perilaku bullying serta menumbuhkan sikap disiplin, empati, tanggung jawab, dan saling menghargai antarsiswa. Keberhasilan penerapan metode ini didukung oleh komitmen guru, program pembiasaan yang dilakukan secara konsisten, dan lingkungan sekolah yang kondusif, sedangkan faktor penghambatnya meliputi pengaruh lingkungan pergaulan, kurangnya pengawasan di luar kelas, serta belum optimalnya keterlibatan orang tua dalam pembentukan karakter siswa.

Keywords: Habituasi karakter, *bullying*, pendidikan karakter, sekolah dasar

(*) Corresponding Author: alwathoniaulia@gmail.com, fi3ani.rhy@gmail.com, nunungmardianti28@gmail.com

How to Cite: Alwathoni, M., Rahayu, F., & Mardianti, N. (2026). Implementasi Metode Habitulasi Karakter Untuk Mengurangi Prilaku Bulliying Pada Siswa Kelas III SDN 1 Andalan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *12*(11.B), 93-104. Retrieved from https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/15019.

PENDAHULUAN

Habituasi berasal dari kata "kebiasaan" dalam bahasa Inggris, yang berarti "kebiasaan". Menurut Nurcholish Madjid, istilah "kebiasaan adalah watak kedua" (kebiasaan adalah watak kedua) adalah ungkapan atau pepatah Inggris yang terkenal. “Nabi pernah memberi petunjuk agar kita membiasakan diri untuk berbuat baik, meskipun hanya sekedar menyingkirkan sepucuk duri dari jalanan, bahkan hanya sekedar tersenyum kepada kawan. Jika pembiasaan tersebut berhasil, maka akan menjadi budaya, dan hal tersebut tidak terasa lagi sebagai beban.” Untuk

menjadi terbiasa dan menjadi terbiasa, seringkali diperlukan pemaksaan. Dengan demikian, akhlak dapat melekat dalam diri seseorang tanpa disadari. (Jakarta: Imania, 2013).

Habituasi adalah proses menciptakan situasi dan kondisi (persistence life situation) yang memungkinkan seseorang membiasakan diri berperilaku sesuai nilai dan telah menjadi karakternya melalui internalisasi dan personifikasi melalui intervensi, menurut Muchlas Samani dan Hariyanto (2011). Sengaja melakukan sesuatu berulang kali untuk menjadi kebiasaan disebut habituasi. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), 239. Diketahui juga bahwa metode habituasi (pembiasaan) memiliki ketrkaitan dengan teori behaviorisme sangat erat, karena keduanya sama-sama menekankan pada perubahan perilaku melalui stimulus dan respon yang dilakukan secara berulang-ulang. Dalam teori behaviorisme, perilaku manusia dibentuk oleh lingkungan melalui proses belajar yang disebut stimulus–respon (S-R). Tokoh utama seperti John B. Watson (1913), menyatakan bahwa perilaku dapat dibentuk melalui pembiasaan dari lingkungan. Artinya, jika suatu tindakan diulang terus-menerus, maka akan menjadi kebiasaan.

Selain itu, B.F. Skinner (1938), juga menjelaskan melalui teori operant conditioning bahwa perilaku dapat diperkuat dengan adanya penguatan (reinforcement). Dalam metode habituasi, penguatan ini muncul dalam bentuk pujian, hadiah, atau konsekuensi yang membuat siswa terbiasa melakukan perilaku yang diinginkan. Tokoh lain, Ivan Pavlov (1890-an, dipublikasikan 1927), melalui classical conditioning menunjukkan bahwa kebiasaan dapat terbentuk dari asosiasi yang dilakukan secara berulang.

Metode habituasi merupakan penerapan dari teori behaviorisme karena sama-sama menekankan pengulangan, stimulus–respon, dan penguatan dalam membentuk perilaku. Pendapat para tokoh di atas (Watson 1913, Pavlov 1927, dan Skinner 1938) memperkuat bahwa kebiasaan terbentuk melalui proses belajar dari lingkungan. Hal ini sejalan dengan habituasi, di mana siswa dibiasakan melakukan suatu tindakan sampai menjadi otomatis. Secara umum, habituasi dapat berdampak pada bagaimana seseorang berperilaku dalam kegiatan sehari-harinya. Banyak hal, seperti agama atau kepercayaan seseorang, budaya, lingkungan, keluarga, rekan seusia, dan sebagainya, memengaruhi kebiasaan atau habituasi seseorang. Pembentukan moral, karakter, internalisasi nilai, atau penanaman afeksi tidak cukup apabila pembelajaran dilakukan hanya melalui kognisi. Meskipun demikian, hal ini harus ditanamkan secara langsung melalui praktik dan pembiasaan. Ketika suatu tindakan menjadi kebiasaan karena pembiasaan, ia menjadi ketagihan dan akhirnya menjadi tradisi yang sulit untuk ditinggalkan. Irfani, no. 1 (2017): 133.

Kaitan antara metode habituasi (pembiasaan) dengan *bulliying* dapat dipahami melalui sudut pandang teori behaviorisme, yang menjelaskan bahwa perilaku terbentuk dari kebiasaan yang diperoleh melalui lingkungan dan pengalaman. Menurut Albert Bandura (1977), dalam teori social learning, perilaku seperti *bulliying* dapat muncul karena proses peniruan (observational learning) dan pembiasaan dari lingkungan sekitar, misalnya ketika anak sering melihat tindakan agresif lalu menirunya hingga menjadi kebiasaan. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa pembiasaan yang baik, perilaku negatif seperti *bulliying* dapat terbentuk dan berulang. Dengan demikian, metode habituasi memiliki kaitan penting dalam mencegah dan mengatasi *bulliying*, karena melalui pembiasaan yang konsisten dan

penguatan positif, siswa dapat diarahkan untuk mengembangkan perilaku sosial yang baik dan menghindari tindakan *bulliying*.

Kata *bulliying* berasal dari bahasa Inggris, yaitu dari kata *bull* yang berarti banteng yang senang merunduk kesana-kemari. Secara etimologis, kata *bully* berarti menggertak, orang yang mengganggu orang yang lemah. Di sisi lain, definisi tentang *bulliying* "keinginan untuk menyakiti itu secara terminology hasrat Ini dilakukan. dengan. senang hati oleh pelakunya dan kerugiaan yang cukup berat bagi korbanya (H. N. Sari dkk., 2022). Menurut Panggabean dkk,(2023) *bulliying* secara umum adalah segala macam kegiatan yang bertujuan untuk melukai dan menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental secara berulang-ulang. *Bulliying* atau perundungan adalah masalah serius yang mempengaruhi siswa pada berbagai level usia di seluruh dunia dan membutuhkan perhatian dari orang tua dan pendidik. *Bulliying* merupakan perilaku agresif yang melibatkan ketidak seimbangan kekuatan, perilaku diulang-ulang, atau memiliki potensi diulang (Setiowati & Dwiningrum, 2020).

Salah satu penelitian tentang *bulliying* dikemukakan oleh Habibi Musa pada tahun 2024. Dalam penelitiannya yang berjudul "Analisis Faktor Penyebab dan Dampak Terjadinya *Bulliying* pada Siswa Kelas 6 SD Inpres Nitneo", ditemukan bahwa perilaku *bulliying* dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi keluarga yang kurang harmonis, lingkungan sekolah yang negatif, tekanan teman sebaya, serta pengaruh media sosial. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa *bulliying* terjadi dalam berbagai bentuk, seperti verbal, fisik, sosial, dan *cyberbulliying* . Dampak dari perilaku ini sangat luas, tidak hanya mempengaruhi kondisi psikologis siswa, tetapi juga hubungan sosial dan proses belajar mereka di sekolah. Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa *bulliying* merupakan masalah serius yang harus ditangani secara menyeluruh, baik melalui peran guru, lingkungan sekolah, maupun keluarga, agar tidak menjadi kebiasaan negatif yang terus berulang pada siswa.

Berdasarkan hasil observasi awal serta dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan kepala sekolah SDN 1 Andalan yakni bapak Lalu Nika Sosyandi S. Pd, ditemukan beberapa kondisi yang mengindikasikan adanya perilaku *bulliying* pada siswa, khususnya di kelas III. Selama proses pengamatan di dalam dan di luar kelas, terlihat adanya interaksi antar siswa yang mengarah pada perilaku negatif, seperti saling mengejek, memberi julukan yang merendahkan, serta tertawa saat ada teman yang melakukan kesalahan. Selain itu, terdapat beberapa siswa yang cenderung dikucilkan dalam kegiatan kelompok dan jarang diajak bermain oleh teman sebayanya. Kondisi ini menunjukkan adanya bentuk *bulliying* verbal dan sosial yang terjadi secara berulang. Berdasarkan permasalahan tersebut, penulis merasa perlu menyusun proposal ini sebagai upaya untuk mengurangi prilaku buliying disekolah dasar dengan menerapkan metode habutulasi karakter, hingga semua siswa dapat melaksanakan pembelajaran denga naman dan nyaman.

METODE

Penelitian ini termasuk studi kasus karena berfokus pada satu kasus tertentu secara mendalam, yaitu perilaku *bulliying* pada siswa kelas III di SDN 1 Andalan. Penelitian ini tidak membahas banyak tempat, tetapi hanya pada satu lokasi dengan kondisi yang spesifik dan nyata. Selain itu, data dikumpulkan secara rinci melalui

observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk memahami fenomena secara menyeluruh. Hal ini sesuai dengan pendapat John W. Creswell (2014) yang menyatakan bahwa studi kasus digunakan untuk mengeksplorasi suatu kasus secara mendalam dalam konteks kehidupan nyata. Tempat penelitian merupakan tempat yang digunakan saat penelitian untuk memperoleh data yang dibutuhkan. Lokasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah di SDN 1 Andalan, Dusun Embar-embar, Desa Andalan, Kecamatan Bayan, Kabupaten Lombok Utara. Sumber data dibagi menjadi dua macam yaitu data primer dan data sekunder: Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode-metode berikut untuk mendapatkan data yang sah yaitu observasi, wawancara, dokumentasi. Analisa data dalam penelitian ini berupa kondensasi data, penyajian data, menggambar dan memverifikasi kesimpulan. Untuk memastikan bahwa data penelitian kualitatif dapat dianggap sebagai penelitian ilmiah, mereka harus diuji. Berikut ini adalah teknik pengujian keabsahan data diantaranya triangulasi teknik, sumber dan waktu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Impelementasi Metode Habitulasi Karakter

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi di SDN 1 Andalan, diperoleh informasi bahwa implementasi metode habituasi karakter dalam mengurangi perilaku bullying pada siswa kelas III telah dilaksanakan secara sistematis dan berkesinambungan melalui berbagai kegiatan pembiasaan yang menjadi budaya sekolah. Kegiatan tersebut tidak hanya dilaksanakan pada saat proses pembelajaran berlangsung, tetapi juga diterapkan sejak siswa memasuki lingkungan sekolah hingga kegiatan pembelajaran selesai. Bentuk implementasi yang dilakukan meliputi kegiatan Mentari Pagi, pembiasaan berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran, salam, senyum dan sapa kepada guru maupun teman, pembiasaan disiplin, kerja sama, sikap saling menghargai, empati, tanggung jawab, serta pemberian pembinaan secara langsung kepada siswa yang melakukan tindakan bullying. Seluruh kegiatan tersebut dilaksanakan secara konsisten sehingga menjadi kebiasaan yang akhirnya membentuk karakter positif pada diri siswa. Temuan penelitian ini sejalan dengan Lickona (2021, : 89): Pendidikan karakter akan terbentuk secara efektif melalui pembiasaan yang dilakukan secara konsisten dalam aktivitas sehari-hari di sekolah sehingga nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab, rasa hormat, dan empati menjadi bagian dari perilaku peserta didik.

Hasil observasi menunjukkan bahwa setiap pagi sebelum memasuki kelas seluruh siswa mengikuti kegiatan Mentari Pagi yang dipandu oleh guru. Dalam kegiatan tersebut siswa dibiasakan datang tepat waktu, berbaris dengan tertib, mengucapkan salam, membaca doa bersama, serta menerima arahan singkat mengenai pentingnya bersikap sopan, menghormati teman, dan menjaga perilaku selama berada di sekolah. Guru juga mengingatkan siswa agar tidak mengejek, mengolok-olok, ataupun melakukan tindakan yang dapat menyakiti teman. Pembiasaan tersebut dilakukan setiap hari sehingga siswa secara perlahan memahami perilaku yang baik dan perilaku yang harus dihindari. Selain itu, guru selalu memberikan contoh secara langsung melalui sikap yang ramah, santun, dan menghargai setiap siswa sehingga siswa memiliki teladan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Implementasi habituasi karakter juga terlihat pada proses pembelajaran di kelas. Guru membiasakan siswa untuk bekerja sama dalam kelompok, saling membantu ketika mengalami kesulitan, menghargai pendapat teman, meminta maaf apabila melakukan kesalahan, dan mengucapkan terima kasih ketika memperoleh bantuan. Guru tidak hanya menyampaikan materi pelajaran, tetapi juga terus mengintegrasikan nilai-nilai karakter dalam setiap kegiatan pembelajaran. Ketika terdapat siswa yang mulai mengejek atau mengganggu temannya, guru segera memberikan teguran dan pembinaan secara langsung agar perilaku tersebut tidak diulangi kembali. Pembinaan dilakukan secara persuasif dengan memberikan pemahaman mengenai dampak negatif bullying terhadap teman maupun terhadap dirinya sendiri. Melalui cara tersebut siswa tidak hanya merasa takut terhadap hukuman, tetapi juga memahami alasan mengapa perilaku bullying tidak boleh dilakukan. Implementasi habituasi karakter di SDN 1 Andalan juga mencerminkan konsep pendidikan karakter yang dikemukakan oleh Thomas (2022, :114): Pembentukan karakter akan lebih efektif apabila nilai-nilai karakter diterapkan melalui pembiasaan yang konsisten dan keteladanan guru dalam setiap kegiatan pembelajaran sehingga dapat menumbuhkan sikap disiplin, empati, tanggung jawab, dan mengurangi perilaku bullying"

Implementasi metode habituasi karakter juga diperkuat melalui pembiasaan disiplin yang diterapkan di sekolah. Guru membiasakan siswa menaati tata tertib sekolah, menjaga kebersihan kelas, melaksanakan piket sesuai jadwal, menjaga ketertiban saat belajar, serta bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan. Pembiasaan tersebut secara tidak langsung membentuk sikap disiplin, tanggung jawab, serta kepedulian terhadap lingkungan sekolah. Karakter-karakter tersebut menjadi dasar terbentuknya hubungan sosial yang positif sehingga mampu meminimalkan munculnya perilaku bullying antar siswa. Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sudirman, Umar, dan Habibi (2022) mengenai model habituasi sikap anti-bullying melalui permainan menyenangkan pada siswa sekolah dasar. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pembiasaan secara konsisten dapat meningkatkan sikap positif dan mengurangi perilaku bullying pada siswa. Persamaannya terletak pada penggunaan metode habituasi dalam pembentukan karakter. Perbedaannya, penelitian Sudirman dkk. menggunakan permainan edukatif, sedangkan penelitian ini menerapkan pembiasaan melalui kegiatan rutin sekolah, pembinaan, dan kegiatan keagamaan."

Selain pembiasaan secara umum, guru juga memberikan perhatian khusus kepada siswa yang pernah melakukan bullying. Berdasarkan hasil wawancara, guru tidak langsung memberikan hukuman yang bersifat fisik ataupun mempermalukan siswa di depan kelas. Sebaliknya, guru memanggil siswa secara pribadi, memberikan nasihat, mengajak berdiskusi mengenai kesalahan yang telah dilakukan, meminta siswa meminta maaf kepada korban, serta terus memantau perkembangan perilakunya. Pendekatan tersebut menunjukkan bahwa penerapan habituasi karakter tidak hanya berorientasi pada pemberian sanksi, tetapi lebih menekankan pada proses pembentukan kesadaran siswa agar mampu memperbaiki perilakunya secara berkelanjutan. Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung teori Behaviorisme yang dikemukakan oleh B. F. Skinner dalam Schunk (2021, : 88): Perubahan perilaku akan lebih efektif apabila dilakukan melalui penguatan

(reinforcement) dan pembinaan secara konsisten sehingga peserta didik terdorong untuk mengulangi perilaku positif dan mengurangi perilaku negatif.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa implementasi metode habituasi karakter di SDN 1 Andalan tidak dilaksanakan dalam bentuk kegiatan yang bersifat insidental, melainkan telah menjadi budaya sekolah yang dilakukan secara rutin dan terus-menerus. Pembiasaan yang dilakukan setiap hari memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengulang perilaku positif sehingga lama-kelamaan perilaku tersebut menjadi bagian dari kepribadiannya. Kondisi tersebut terlihat dari semakin berkurangnya tindakan saling mengejek, meningkatnya sikap saling menghargai, serta semakin baiknya interaksi sosial antar siswa dibandingkan sebelum program pembiasaan diterapkan.

2. Bentuk-Bentuk Tindakan Bullying yang Terjadi pada Siswa Kelas III SDN 1 Andalan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi di SDN 1 Andalan, diketahui bahwa bentuk tindakan bullying yang terjadi pada siswa kelas III terdiri atas bullying verbal, bullying fisik, dan bullying relasional atau sosial. Ketiga bentuk bullying tersebut ditemukan dalam intensitas yang berbeda-beda selama proses pembelajaran maupun di luar jam pelajaran. Dari ketiga bentuk tersebut, bullying verbal merupakan bentuk yang paling sering dilakukan oleh siswa dibandingkan dengan bullying fisik maupun relasional. Bentuk bullying verbal yang ditemukan antara lain mengejek teman menggunakan nama orang tua, memberikan julukan yang merendahkan, mengolok-olok kondisi fisik teman, menertawakan kesalahan teman, serta mengucapkan kata-kata yang menyakitkan. Sementara itu, bullying fisik terlihat dalam bentuk mendorong, memukul, mencubit, menarik baju, serta mengganggu teman ketika sedang belajar atau bermain. Adapun bullying relasional ditunjukkan melalui tindakan mengucilkan teman dari kelompok bermain, tidak mengajak teman mengikuti kegiatan kelompok, serta sengaja mendiamkan teman sebagai bentuk penolakan dalam pergaulan. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa tindakan tersebut umumnya terjadi ketika guru sedang tidak berada di dekat siswa, saat jam istirahat, maupun ketika siswa bermain bersama di luar kelas. Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Dorothy dan Susan (2022, : 37) yang menyatakan bahwa: Bullying pada anak umumnya muncul dalam bentuk verbal, fisik, dan relasional, dengan bullying verbal menjadi bentuk yang paling sering terjadi di lingkungan sekolah karena lebih mudah dilakukan dan sering dianggap sebagai perilaku yang biasa."

Menurut Olweus (2005), Tindakan tersebut dapat berupa kekerasan fisik, verbal, maupun psikologis yang dilakukan untuk menyakiti individu yang dianggap lebih lemah. Berdasarkan teori tersebut, perilaku mengejek, memberikan julukan, mendorong, maupun mengucilkan teman yang ditemukan pada siswa kelas III SDN 1 Andalan telah memenuhi karakteristik perilaku bullying karena dilakukan secara berulang dan menyebabkan korban merasa tidak nyaman serta mengalami tekanan secara emosional. Temuan penelitian ini juga sesuai dengan pendapat Dorothy (2024, : 42), yang menjelaskan bahwa: Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang untuk menyakiti atau mendominasi individu yang lebih lemah, baik melalui tindakan verbal, fisik, maupun relasional."

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa beberapa siswa melakukan bullying kepada teman yang memiliki sifat pendiam, kurang percaya diri, atau tidak mampu membalas perlakuan pelaku. Kondisi tersebut menunjukkan adanya ketidakseimbangan kekuatan sebagaimana dijelaskan oleh Black dan Jackson (2007), sehingga perilaku yang terjadi bukan lagi sekadar konflik biasa antar teman sebaya, melainkan telah mengarah pada perilaku bullying.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas III, diketahui bahwa perilaku bullying yang dilakukan siswa umumnya masih dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman mengenai dampak dari tindakan tersebut. Sebagian besar siswa menganggap bahwa mengejek, memberikan julukan, ataupun mendorong teman hanya merupakan bentuk bercanda sehingga mereka belum menyadari bahwa tindakan tersebut termasuk perilaku bullying yang dapat menyakiti perasaan maupun kondisi fisik teman. Oleh karena itu, guru secara terus-menerus memberikan pengarahan, teguran, serta pembinaan kepada siswa agar mampu membedakan antara bercanda dengan perilaku yang termasuk bullying. Guru juga selalu mengingatkan pentingnya menjaga ucapan, menghargai teman, serta menyelesaikan permasalahan melalui komunikasi yang baik sehingga hubungan antarsiswa tetap harmonis. Sementara itu, bentuk bullying relasional yang ditemukan berupa mengucilkan teman, tidak mengajak bermain, serta mengabaikan keberadaan teman dalam kelompok. Temuan ini sejalan dengan Sapitri (2024) yang menyatakan bahwa: Perilaku bullying di sekolah dasar umumnya ditangani melalui pembinaan, pemberian nasihat, dan pengarahan oleh guru agar siswa menyadari dampak negatif dari perilaku tersebut serta tidak mengulanginya."

Menurut Coloroso (2003), bentuk bullying ini sering kali sulit dikenali karena tidak melibatkan kekerasan fisik, tetapi memiliki dampak psikologis yang cukup besar terhadap korban, seperti munculnya rasa kesepian, rendah diri, dan kehilangan kepercayaan terhadap lingkungan sosialnya. Kondisi tersebut juga terlihat pada beberapa siswa yang lebih memilih menyendiri setelah tidak diajak bergabung dalam kelompok bermain oleh teman-temannya. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Habibi Musa (2024) tentang Analisis Faktor Penyebab dan Dampak Terjadinya Bullying pada Siswa Kelas VI SD Inpres Nitneo: Penelitian tersebut menunjukkan bahwa bullying di sekolah dasar terdiri atas bullying verbal, fisik, sosial, dan siber yang berdampak pada kondisi psikologis, hubungan sosial, serta proses belajar siswa. Persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama menemukan dominasi bullying verbal dan fisik. Perbedaannya, penelitian Habibi Musa berfokus pada penyebab dan dampak bullying, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada identifikasi bentuk bullying sebagai dasar penerapan metode habituasi karakter.

Hasil dokumentasi yang diperoleh selama penelitian turut memperkuat temuan tersebut. Dokumentasi menunjukkan adanya berbagai kegiatan pembiasaan karakter yang dilaksanakan sekolah sebagai upaya mengurangi bentuk-bentuk bullying yang muncul di lingkungan sekolah. Melalui kegiatan Mentari Pagi, pembiasaan salam, senyum, sapa, berdoa bersama, kerja sama dalam kelompok, serta pembinaan langsung kepada siswa yang melakukan bullying, guru berusaha menanamkan nilai empati, kepedulian, toleransi, dan sikap saling menghargai antarsiswa. Kegiatan tersebut secara bertahap memberikan perubahan terhadap

perilaku siswa sehingga frekuensi tindakan bullying mulai berkurang dibandingkan sebelum program pembiasaan diterapkan.

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Metode Habituasi Karakter dalam Mengurangi Perilaku Bullying pada Siswa Kelas III SDN 1 Andalan

a. Faktor Pendukung

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang telah dilakukan di SDN 1 Andalan, diperoleh informasi bahwa terdapat beberapa faktor yang mendukung keberhasilan penerapan metode habituasi karakter dalam mengurangi perilaku bullying pada siswa kelas III. Faktor pendukung tersebut meliputi komitmen guru dalam melaksanakan pembiasaan karakter, adanya program pembiasaan yang terstruktur, dukungan dari kepala sekolah, kerja sama antarwarga sekolah, serta keterlibatan orang tua dalam mendukung pembentukan karakter siswa.

Hasil observasi menunjukkan bahwa guru memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk karakter peserta didik melalui berbagai kegiatan pembiasaan yang dilakukan secara konsisten setiap hari. Guru membimbing siswa mengikuti kegiatan Mentari Pagi, membiasakan siswa mengucapkan salam, berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran, menjaga disiplin, bekerja sama dalam kelompok, serta membiasakan sikap saling menghargai dan menghormati sesama teman. Selain itu, guru juga memberikan pembinaan secara langsung kepada siswa yang melakukan tindakan bullying sehingga perilaku tersebut tidak berkembang menjadi kebiasaan yang menetap.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa seluruh guru di SDN 1 Andalan memiliki komitmen yang sama dalam menanamkan pendidikan karakter kepada peserta didik. Guru tidak hanya memberikan materi pembelajaran, tetapi juga menjadi teladan dalam bersikap santun, disiplin, bertanggung jawab, dan menghargai orang lain. Keteladanan tersebut menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan metode habituasi karakter karena siswa cenderung meniru perilaku yang dicontohkan oleh gurunya. Selain peran guru, program sekolah yang dilaksanakan secara rutin juga menjadi faktor pendukung utama. Kegiatan Mentari Pagi, pembiasaan budaya 5S (Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun), doa bersama, kegiatan keagamaan, kerja bakti, serta pembinaan terhadap siswa yang melakukan pelanggaran membentuk lingkungan sekolah yang kondusif bagi perkembangan karakter siswa. Program-program tersebut dilakukan secara terus-menerus sehingga nilai disiplin, empati, tanggung jawab, dan kepedulian sosial dapat tertanam dalam diri peserta didik.

Keberhasilan penerapan metode habituasi karakter juga didukung oleh adanya kerja sama yang baik antara guru, kepala sekolah, dan orang tua. Berdasarkan hasil wawancara, apabila terdapat siswa yang melakukan bullying secara berulang, guru akan berkomunikasi dengan orang tua untuk bersama-sama memberikan pembinaan kepada anak. Kerja sama tersebut menjadikan proses pembentukan karakter tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga dilanjutkan di lingkungan keluarga sehingga hasil pembiasaan menjadi lebih optimal. Temuan penelitian ini sesuai dengan penelitian Marina, Ratna, dan Wilia (2024) yang menyatakan bahwa: Keberhasilan pendidikan karakter sangat dipengaruhi oleh sinergi antara guru dan orang tua. Kolaborasi yang dilakukan secara konsisten

mampu memperkuat pembiasaan karakter sekaligus mendukung upaya pencegahan perilaku bullying pada peserta didik.

b. Faktor Penghambat

Selain adanya faktor pendukung, penelitian ini juga menemukan beberapa faktor yang menjadi penghambat dalam penerapan metode habituasi karakter untuk mengurangi perilaku bullying pada siswa kelas III SDN 1 Andalan. Faktor-faktor tersebut meliputi lingkungan keluarga yang kurang mendukung, pengaruh teman sebaya, penggunaan media sosial yang kurang terkontrol, serta karakter siswa yang berbeda-beda sehingga membutuhkan pendekatan pembinaan yang tidak sama.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, masih terdapat beberapa siswa yang kurang memperoleh perhatian dan pengawasan dari orang tua karena kesibukan bekerja. Kondisi tersebut menyebabkan pembiasaan karakter yang diterapkan di sekolah tidak selalu dilanjutkan di rumah. Akibatnya, beberapa siswa masih membawa kebiasaan berkata kasar, mengejek teman, maupun kurang mampu mengendalikan emosi ketika berinteraksi dengan teman sebaya.

Selain lingkungan keluarga, pengaruh teman sebaya juga menjadi faktor penghambat yang cukup dominan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa siswa melakukan tindakan bullying bukan karena memiliki niat menyakiti teman, tetapi karena mengikuti perilaku teman lainnya agar diterima dalam kelompok bermain. Perilaku saling mengejek yang dianggap sebagai candaan sering kali berkembang menjadi bullying verbal apabila tidak segera diberikan pembinaan oleh guru.

Penggunaan media sosial dan perkembangan teknologi juga menjadi salah satu hambatan dalam pembentukan karakter siswa. Meskipun belum ditemukan kasus cyberbullying di lingkungan sekolah, guru mengungkapkan bahwa beberapa siswa mulai meniru ucapan maupun perilaku yang mereka lihat melalui media digital. Apabila penggunaan media sosial tidak disertai dengan pengawasan orang tua, maka anak berpotensi meniru perilaku agresif yang dapat memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan teman di sekolah.

Hambatan lainnya adalah karakter dan latar belakang siswa yang berbeda-beda. Setiap siswa memiliki kemampuan menerima pembiasaan yang tidak sama sehingga terdapat beberapa siswa yang membutuhkan waktu lebih lama untuk mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif. Oleh karena itu, guru harus memberikan pendekatan yang berbeda sesuai dengan karakter masing-masing siswa agar proses pembentukan karakter dapat berjalan secara optimal. Temuan penelitian ini sesuai dengan pendapat Aristo (2022) yang menjelaskan bahwa: Perilaku bullying dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu lingkungan keluarga, kurangnya pengawasan sekolah, pengaruh teman sebaya, kondisi lingkungan sosial, serta perkembangan media sosial. Faktor-faktor tersebut saling berkaitan dan dapat memengaruhi pembentukan perilaku anak apabila tidak diimbangi dengan pendidikan karakter yang berkelanjutan.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh teori Behaviorisme yang menyatakan bahwa: Lingkungan merupakan faktor utama dalam pembentukan perilaku. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor penghambat penerapan metode habituasi karakter di SDN 1 Andalan berasal dari lingkungan eksternal maupun internal siswa. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama yang berkesinambungan antara sekolah, keluarga, dan masyarakat agar proses

pembentukan karakter dapat berjalan secara optimal serta mampu mengurangi perilaku bullying secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai implementasi metode habituasi karakter dalam mengurangi perilaku bullying pada siswa kelas III SDN 1 Andalan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Pertama, implementasi metode habituasi karakter telah dilaksanakan dengan baik melalui berbagai kegiatan pembiasaan yang dilakukan secara rutin dan berkelanjutan, seperti berdoa, menyapa (3S: senyum, salam, sapa), bekerja sama, serta program sekolah seperti kegiatan Mentari Pagi. Guru juga berperan aktif dalam memberikan contoh, arahan, serta penguatan berupa pujian dan teguran. Pembiasaan ini terbukti mampu membentuk perilaku positif siswa seperti disiplin, empati, kerja sama, dan sikap saling menghargai. Hal ini menunjukkan bahwa metode habituasi karakter efektif dalam membentuk karakter siswa sesuai dengan prinsip teori behaviorisme, yaitu melalui stimulus, respon, dan reinforcement.

Kedua, bentuk perilaku bullying yang terjadi di kelas III SDN 1 Andalan meliputi bullying verbal, fisik, dan sosial. Bullying verbal merupakan bentuk yang paling dominan, seperti mengejek, mengolok-olok, dan berkata kasar. Bullying fisik seperti mendorong dan memukul terjadi namun tidak terlalu sering, sedangkan bullying sosial seperti mengucilkan teman masih ditemukan dalam intensitas yang lebih rendah. Perilaku bullying umumnya terjadi pada saat kurangnya pengawasan, seperti jam istirahat. Dampak yang ditimbulkan pada korban antara lain rasa sedih, takut, dan tidak nyaman.

Ketiga, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan penerapan metode habituasi karakter, yaitu faktor pendukung dan penghambat. Faktor pendukung meliputi konsistensi guru dalam menerapkan pembiasaan, lingkungan sekolah yang kondusif, serta dukungan orang tua. Sementara itu, faktor penghambat meliputi perbedaan karakter siswa, kurangnya kesadaran sebagian siswa, pengaruh lingkungan luar sekolah, serta kurangnya pengawasan pada waktu tertentu. Untuk mengatasi hambatan tersebut, guru melakukan pembinaan secara berkelanjutan, pendekatan edukatif, serta menjalin kerja sama dengan orang tua.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode habituasi karakter memiliki peran yang penting dan cukup efektif dalam mengurangi perilaku bullying pada siswa, meskipun dalam pelaksanaannya masih memerlukan penguatan dan kerja sama dari berbagai pihak agar hasil yang dicapai lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Adiyono, dkk. (2022). *Perilaku bullying dalam lingkungan sekolah*. Yogyakarta: Deepublish.

Alodokter. (2024). *Bullying atau perundungan pada anak*. Jakarta: PT Alodokter Teknologi Indonesia. Diakses pada 12 September 2024.

Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Budiningsih, Asri. (2012). *Belajar dan pembelajaran*. Yogyakarta: Rineka Cipta.

Coloroso, Barbara. (2007). *The bully, the bullied, and the bystander*. New York: HarperCollins.

Depdiknas. (2013). *Pendidikan karakter berbasis pembiasaan*. Depok: Imania Publishing.

Feist, Jess, & Feist, Gregory J. (2010). *Teori kepribadian (Theories of personality)*. Jakarta: Salemba Humanika.

Fauzi, Yahrial. (2025). *Konsep habituasi dalam pembelajaran*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Gunawan, Heri. (2017). *Pendidikan karakter: Konsep dan implementasi*. Bandung: Alfabeta.

Hidayatullah, Furqon. (2010). *Pendidikan karakter: Membangun peradaban bangsa*. Surakarta: UNS Press.

Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Irfani. (2017). Peran pembiasaan dalam pembentukan karakter anak. *Jurnal Pendidikan*, 1(1), 133–140.

Kesuma, Dharma, Triatna, Cepi, & Permana, Johar. (2011). *Pendidikan karakter: Kajian teori dan praktik di sekolah*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Kurniawan, Syamsul. (2017). *Pendidikan karakter: Konsepsi dan implementasinya*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Lickona, T. (2022). *Character Matters: How to Help Our Children Develop Good Judgment, Integrity, and Other Essential Virtues* (Edisi terbaru). New York: Simon & Schuster.

Lickona, Thomas. (2012). *Educating for character: Mendidik untuk membentuk karakter*. Jakarta: Bumi Aksara.

Lickona, Thomas. (2013). *Pendidikan karakter: Panduan lengkap mendidik siswa menjadi pintar dan baik*. Bandung: Nusa Media.

Lickona, T. (2021). *Educating for Character: How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility* (Edisi Revisi). New York: Bantam Books.

Madjid, Nurcholish. (2013). *Pendidikan nilai dan pembentukan karakter*. Jakarta: Paramadina.

Muchlas Samani, & Hariyanto. (2011). *Konsep dan model pendidikan karakter*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Muslich, Masnur. (2011). *Pendidikan karakter: Menjawab tantangan krisis multidimensional*. Jakarta: Bumi Aksara.

Marina, M., Lestari, R. D., & Antika, W. Y. (2024). *Sinergi Guru dan Orang Tua Perkuat Pendidikan Karakter*. Jurnal Pendidikan Tambusai, 8(3), 47737–47743.

Narwanti, Sri. (2014). *Pendidikan karakter: Pengintegrasian 18 nilai pembentuk karakter*. Yogyakarta: Familia.

Olweus, Dan. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell Publishing.

Panggabean, dkk. (2023). *Bullying sebagai masalah sosial di sekolah*. Medan: CV Pustaka Media.

Prasetyo, A. B. E. (2011). *Bullying di sekolah dan dampaknya bagi siswa*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sari, H. N., dkk. (2022). *Dampak bullying terhadap perkembangan anak*. Jakarta: Kencana.

Santrock, John W. (2012). *Life-span development (Perkembangan masa hidup)*. Jakarta: Erlangga.

Sejiwa. (2008). *Bullying: Mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan sekitar anak*. Jakarta: Grasindo.

Schunk, D. H. (2021). *Learning Theories: An Educational Perspective* (8th ed.). Pearson.

Setiowati, & Dwiningrum, S. I. A. (2020). Fenomena bullying di lingkungan pendidikan. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 12(2), 100–108.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.