

Implementasi Projek P5 Bertema Ketahanan Sosial dalam Meningkatkan Aksi Anti-Perundungan Siswa SMP

Siti Nurmistika *¹
Vinka Amelia Putri ²
Ichsan Fauzi Rachman ³

^{1,2,3} Universitas Siliwangi

*e-mail: sitinurmistika0@gmail.com¹, vinkameliap@gmail.com², ichsanfauzirachman@unsil.ac.id³

Abstrak

Perundungan atau bullying merupakan permasalahan serius yang masih marak terjadi di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Masa remaja awal merupakan fase krusial dalam pembentukan karakter, sehingga tindakan bullying dapat berdampak jangka panjang terhadap perkembangan mental, sosial, dan akademik siswa. Oleh karena itu, penting untuk menghadirkan solusi yang sistematis dan terstruktur. Artikel ini bertujuan untuk meninjau bagaimana Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) dapat menjadi strategi ketahanan sosial yang efektif dalam membangun kesadaran dan aksi anti-perundungan di kalangan siswa SMP. Metode yang digunakan adalah studi literatur dari berbagai sumber seperti jurnal, artikel, kebijakan pendidikan, dan praktik sekolah. Hasil utama menunjukkan bahwa P5 berperan penting dalam membentuk budaya sekolah yang aman dan inklusif serta meningkatkan empati dan tanggung jawab sosial siswa. Pembahasan dalam artikel ini mencakup dampak bullying terhadap siswa dan budaya sekolah, faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan P5, strategi pencegahan yang dilakukan oleh sekolah, serta langkah-langkah penanganan jika siswa menjadi korban perundungan. Kesimpulan dari kajian ini adalah bahwa P5 merupakan pendekatan yang relevan dan adaptif untuk mendorong sekolah yang bebas dari bullying melalui penguatan karakter dan ketahanan sosial peserta didik.

Kata kunci: P5, Bullying, Ketahanan Sosial, SMP, Profil Pelajar Pancasila

Abstract

Bullying remains a serious issue, especially at the junior high school (SMP) level, where students are in a critical stage of early adolescence and character development. Acts of bullying can have long-term impacts on students' mental health, social behavior, and academic performance. Therefore, structured and sustainable solutions are essential. This article aims to review how the Project to Strengthen the Profile of Pancasila Students (P5) can serve as an effective strategy for building social resilience and promoting anti-bullying awareness among SMP students. The method used is a literature review based on various sources such as journals, educational articles, policy documents, and school practices. The main finding reveals that P5 plays a crucial role in fostering a safe, inclusive school culture and strengthening students' empathy and social responsibility. The discussion includes the impact of bullying on students and school culture, supporting and inhibiting factors in P5 implementation, preventive efforts carried out by schools, and response steps for students who become victims of bullying. The conclusion of this study is that P5 offers a relevant and adaptive approach to promoting bullying-free schools through character education and social resilience.

Keywords: P5, Bullying, Social Resilience, Junior High School, Pancasila Student Profile

PENDAHULUAN

Perundungan merupakan salah satu fenomena dalam bidang pendidikan yang menjadi pusat perhatian dunia, karena membawa dampak negatif seumur hidup bagi siswa, juga karena kontraproduktif dengan esensi pendidikan di sekolah (Arofa et al., 2018). Perundungan dapat dikatakan sebagai perilaku yang tidak menyenangkan baik secara verbal, fisik, ataupun sosial di dunia nyata maupun dunia maya yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, sakit hati, dan tertekan baik dilakukan oleh perorangan maupun kelompok (Wulan et al., 2023).

Perundungan baik yang terjadi di sekolah, lingkungan sekitar, maupun rumah/keluarga, dapat, dibedakan dalam empat jenis, yaitu: (1) perundungan verbal, perundungan yang dilakukan

secara langsung atau verbal dalam bentuk perkataan dan ucapan; (2) perundungan dunia maya, tindakan perundungan yang terjadi melalui perangkat digital, ini melibatkan pengiriman, posting, atau berbagi konten negatif, berbahaya, palsu atau jahat tentang orang lain; (3) perundungan fisik, perundungan yang menyerang fisik hingga menyebabkan trauma berkepanjangan; (4) perundungan seksual, perundungan yang dimana pelaku akan melecehkan korban hingga membuat korban ketakutan karena merasa bahwa hidupnya sudah hancur.

Perundungan dapat mengubah suasana yang awalnya nyaman menjadi tidak menyenangkan, bahkan bisa menjadi pengalaman traumatis bagi korban. Tindakan ini berdampak buruk pada fisik dan psikologis korban, melalui perilaku seperti mengejek, menghina, mengancam, memanggil dengan sebutan yang merendahkan, memeras, melakukan kekerasan, menyebarkan fitnah, melakukan pelecehan seksual, mengucilkan, mengambil paksa, merusak barang milik korban, hingga melakukan pemukulan dengan maksud menyakiti atau menempatkan korban dalam tekanan. Melansir dari data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), tercatat terjadi 226 kasus perundungan pada 2022 yang menjadi teror untuk siswa di sekolah.

Perundungan atau bullying di lingkungan sekolah merupakan masalah sosial yang masih menjadi perhatian utama di banyak negara, termasuk Indonesia. Dari waktu ke waktu kasus perundungan terus menjadi hal yang menghantui anak Indonesia. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada korban secara fisik, tetapi juga menimbulkan dampak psikologis yang serius seperti stres, kecemasan, depresi, bahkan dapat memicu penurunan prestasi akademik dan keinginan untuk tidak bersekolah (Meytasari & Zain, 2023). Perundungan yang terjadi di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) sangat memprihatinkan karena masa remaja merupakan fase penting dalam pembentukan karakter dan identitas sosial individu. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan bullying harus menjadi prioritas dalam dunia pendidikan untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan kondusif.

Salah satu pendekatan yang sedang dikembangkan untuk mengatasi perundungan adalah melalui penguatan ketahanan sosial siswa. Ketahanan sosial dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk menghadapi dan mengelola tekanan sosial serta konflik interpersonal secara positif dan konstruktif (Halimah, Suryaningsih, & Hidayah, 2021). Ketahanan sosial yang kuat memungkinkan siswa untuk lebih tangguh dalam menghadapi tantangan sosial, termasuk tekanan dari teman sebaya yang berpotensi menimbulkan perilaku bullying. Dengan demikian, penguatan ketahanan sosial menjadi salah satu strategi efektif dalam mencegah dan mengurangi kasus perundungan di sekolah.

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) merupakan salah satu program yang dirancang untuk menginternalisasi nilai-nilai Pancasila sekaligus memperkuat karakter dan ketahanan sosial siswa. Proyek P5 mengintegrasikan pembelajaran nilai-nilai kebangsaan, sosial, dan emosional melalui kegiatan yang melibatkan partisipasi aktif siswa dalam mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah sosial di lingkungan sekolah (Kemendikbud, 2022). Melalui proyek ini, siswa tidak hanya belajar secara teoritis, tetapi juga melakukan aksi nyata yang dapat meningkatkan kesadaran dan kemampuan mereka dalam menghadapi perundungan.

Berbagai studi menunjukkan bahwa implementasi proyek P5 dengan tema ketahanan sosial dan aksi anti-perundungan memberikan dampak positif yang signifikan. Misalnya, Meytasari dan Zain (2023) melaporkan bahwa proyek P5 yang diterapkan di SD Muhammadiyah Karangharjo berhasil meningkatkan kesadaran siswa terhadap bahaya bullying dan mendorong mereka untuk aktif menolak serta melaporkan tindakan perundungan. Kegiatan seperti pembuatan poster, deklarasi anti-bullying, dan diskusi kelompok menjadi sarana efektif untuk menumbuhkan empati, solidaritas, dan rasa tanggung jawab sosial di kalangan siswa. Hal ini sejalan dengan temuan Cahyane dan Saputra (2023) yang menyatakan bahwa proyek P5 yang mengadopsi program Roots dari UNICEF mampu memperbaiki iklim sosial sekolah dan

mengurangi insiden bullying melalui edukasi dan kampanye yang melibatkan seluruh komunitas sekolah.

Selain manfaat bagi siswa, keberhasilan proyek P5 juga sangat bergantung pada peran guru dan tenaga pendidik sebagai fasilitator. Guru tidak hanya berperan sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pembimbing dan mediator yang membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan untuk menghadapi konflik sosial. Hal ini menuntut guru untuk memiliki kompetensi dalam mengelola dinamika kelas dan menangani kasus perundungan secara efektif (Halimah et al., 2021). Oleh karena itu, pelatihan dan pendampingan bagi guru menjadi aspek penting dalam mendukung pelaksanaan proyek P5 secara optimal.

Lebih jauh, penguatan ketahanan sosial melalui proyek P5 juga sejalan dengan visi pendidikan nasional yang menempatkan pembentukan karakter dan profil pelajar Pancasila sebagai tujuan utama. Pemerintah Indonesia menekankan pentingnya membangun generasi muda yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga memiliki moral, etika, dan kompetensi sosial yang kuat untuk menghadapi tantangan global dan lokal (Kemendikbud, 2022). Proyek P5 menjadi media yang efektif untuk menginternalisasi nilai-nilai tersebut secara kontekstual dan aplikatif di lingkungan sekolah. Dengan demikian, proyek ini tidak hanya berfungsi sebagai upaya pencegahan bullying, tetapi juga sebagai investasi jangka panjang dalam pembentukan karakter dan ketahanan sosial siswa.

Namun demikian, pelaksanaan proyek P5 tidak lepas dari berbagai tantangan. Beberapa sekolah menghadapi kendala seperti keterbatasan waktu, sumber daya, dan dukungan dari seluruh pihak sekolah. Selain itu, tingkat kesadaran dan partisipasi siswa yang berbeda-beda juga mempengaruhi efektivitas proyek ini (Cahyane & Saputra, 2023). Oleh karena itu, diperlukan strategi yang tepat dan kolaborasi antara guru, siswa, orang tua, dan pemangku kepentingan lainnya untuk memastikan proyek P5 dapat berjalan dengan baik dan memberikan hasil yang maksimal.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam implementasi proyek P5 bertema ketahanan sosial dalam meningkatkan aksi anti-perundungan di kalangan siswa SMP. Dengan menganalisis berbagai hasil penelitian dan laporan pelaksanaan proyek P5, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang komprehensif mengenai strategi, manfaat, serta tantangan yang dihadapi. Hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi sekolah dan pendidik dalam mengembangkan program pencegahan bullying yang efektif dan berkelanjutan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literature review atau studi pustaka dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Literature review dipilih karena mampu memberikan pemahaman yang luas dan mendalam terhadap konsep dan praktik yang telah ada terkait implementasi Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5), khususnya pada tema ketahanan sosial, dalam mendorong aksi anti-perundungan di kalangan siswa SMP. Seperti yang diungkapkan oleh Riduwan dan Sunarto (2020), metode studi pustaka memungkinkan peneliti untuk menyusun argumen teoritis berdasarkan data sekunder yang telah tersedia dari berbagai publikasi ilmiah, buku, dan dokumen resmi. Metode ini dinilai tepat karena penelitian tidak bertujuan menguji hipotesis secara kuantitatif, melainkan untuk mengkaji konsep dan praktik dari sudut pandang teoritik dan kontekstual.

Pendekatan deskriptif kualitatif digunakan untuk menarasikan data yang diperoleh dari literatur yang relevan, guna mendeskripsikan bagaimana implementasi tema ketahanan sosial dalam proyek P5 dapat membentuk nilai-nilai sosial siswa dan mendorong mereka untuk menolak perilaku perundungan. Dalam pendekatan ini, data dikumpulkan, diorganisir, lalu dianalisis secara naratif tanpa menggunakan perhitungan statistik. Menurut Moleong (2017), pendekatan kualitatif memfokuskan pada pemahaman makna di balik gejala sosial yang terjadi, sehingga sangat sesuai digunakan dalam konteks kajian pendidikan karakter dan perubahan perilaku.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran sumber-sumber literatur yang relevan dengan topik, terutama artikel ilmiah, jurnal nasional terakreditasi, prosiding, dan dokumen resmi pemerintah terkait kebijakan P5 dan pencegahan perundungan. Penelusuran literatur dilakukan menggunakan platform daring seperti Google Scholar, Garuda Ristekdikti, ResearchGate, dan laman resmi Kemendikbudistek. Kriteria inklusi dalam pemilihan literatur antara lain: (1) publikasi 5 tahun terakhir (2019–2024), (2) membahas tema P5, ketahanan sosial, pendidikan karakter, dan/atau anti-perundungan, serta (3) memiliki relevansi dengan konteks pendidikan menengah pertama (SMP). Literatur yang tidak memenuhi kriteria tersebut dieliminasi agar data yang dianalisis lebih fokus dan sesuai dengan tujuan penelitian.

Salah satu sumber rujukan utama dalam kajian ini adalah Panduan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila yang diterbitkan oleh Kemendikbudristek (2022). Dokumen ini menegaskan bahwa salah satu dari enam tema utama P5 adalah ketahanan sosial, yang bertujuan untuk membangun empati, kolaborasi, dan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan sosial. Nilai-nilai ini dipandang esensial dalam membentuk lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan bebas dari kekerasan seperti bullying. Ketahanan sosial dalam konteks pendidikan tidak hanya mengajarkan siswa untuk bertahan dalam tekanan sosial, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan sosial dan emosional yang mendorong hubungan interpersonal yang sehat (Lickona, 2004).

Analisis dalam penelitian ini dilakukan dengan pendekatan content analysis atau analisis isi. Menurut Krippendorff (2018), analisis isi merupakan teknik penelitian untuk mengkaji dokumen secara sistematis dan objektif dengan tujuan mengidentifikasi pola dan makna yang terkandung dalam teks. Dalam konteks ini, peneliti membaca dan memahami konten setiap literatur, kemudian melakukan sintesis tematik berdasarkan topik implementasi P5 dan aksi anti-perundungan. Hasil sintesis digunakan untuk menarik kesimpulan teoritik dan praktis mengenai sejauh mana tema ketahanan sosial telah dan dapat diimplementasikan di tingkat SMP sebagai upaya preventif terhadap perilaku perundungan.

Beberapa temuan dari studi literatur menunjukkan bahwa sekolah yang menerapkan tema ketahanan sosial dalam P5 secara konsisten mengalami penurunan insiden perundungan. Studi oleh Oktaviani (2023) mencatat bahwa melalui proyek bertema ketahanan sosial, siswa menunjukkan peningkatan sikap empati, kemampuan menyelesaikan konflik, serta kesadaran terhadap pentingnya keberagaman sosial. Hal ini selaras dengan penelitian oleh Sari dan Wibowo (2021), yang menemukan bahwa pelaksanaan proyek kolaboratif berbasis nilai-nilai Pancasila mampu memperkuat kepekaan sosial siswa dan membangun budaya saling menghargai di lingkungan sekolah.

Selain itu, dokumentasi praktik baik dari beberapa sekolah, seperti SMPN 7 Yogyakarta dan SMPN 18 Samarinda, juga dianalisis dalam penelitian ini. Dalam laporan Kemendikbud Ristek (2023), kedua sekolah ini berhasil menurunkan tingkat perundungan siswa melalui kegiatan reflektif, diskusi kelompok, kampanye nilai toleransi, serta pembiasaan kegiatan kolaboratif yang memfasilitasi komunikasi dan rasa saling peduli antar siswa. Praktik-praktik ini memperkuat hasil kajian bahwa penerapan nilai ketahanan sosial secara sistematis dalam P5 dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pembentukan karakter positif. Dengan demikian, metode literature review dalam penelitian ini tidak hanya memberi gambaran teoritis tentang hubungan antara tema ketahanan sosial dan aksi anti-perundungan, tetapi juga memperlihatkan praktik implementatif yang dapat dijadikan acuan oleh sekolah dalam merancang strategi preventif berbasis nilai. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi kontribusi awal bagi pengembangan kebijakan pendidikan karakter yang lebih berkelanjutan dan responsif terhadap tantangan sosial yang dihadapi siswa di era digital saat ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Implementasi Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) dengan tema Ketahanan Sosial dan Aksi Anti-Perundungan terbukti telah menunjukkan hasil yang sangat positif dan

signifikan dalam memberi pengaruh yang nyata di lingkungan SMP dan membentuk karakter peserta didik yang sesuai dengan nilai-nilai Pancasila. Melalui serangkaian kegiatan yang dirancang secara kontekstual, program ini mendorong siswa untuk lebih sadar, empatik, dan juga menjadikan siswa agen perubahan dalam menangani serta mencegah perundungan, isu serius yang selama ini menjadi perhatian di lingkungan sekolah.

Lantas, apa saja wujud nyata dari perubahan yang ditimbulkan oleh proyek P5 ini? Berikut beberapa temuan yang bisa dijadikan bahan refleksi dan pembelajaran.

1. Tumbuhnya Kesadaran dan Pemahaman Siswa.

Salah satu dampak yang paling terlihat adalah meningkatnya kesadaran siswa terhadap berbagai bentuk perundungan, bahwa perundungan tidak selalu berupa kekerasan fisik seperti memukul atau mendorong, tetapi juga mencakup kekerasan verbal dan intimidasi sosial yang seringkali luput dari perhatian. Di SMP Negeri 14 Bandung, misalnya, program P5 yang mengangkat tema "Aku Peduli Sesama" dan "Bangun Jiwa Raga" telah berhasil memberikan pemahaman kepada siswa untuk mengetahui makna empati secara praktis. Kegiatan seperti pembuatan poster, kampanye anti-perundungan memberikan siswa pengalaman langsung untuk menyuarakan keprihatinan mereka dan mendorong kesadaran bersama di kalangan teman sebaya. Tidak hanya itu, Program kolaborasi dengan lima sekolah luar biasa (SLB) turut meningkatkan pemahaman siswa terhadap pentingnya menerima perbedaan serta menghormati setiap hak-hak yang dimiliki individu termasuk teman teman berkebutuhan khusus. Melalui Kegiatan ini, siswa tidak hanya menjadi sadar tetapi juga lebih reflektif dalam bersikap di kehidupan sehari-hari mereka (SMP Negeri 14 Bandung, 2023). Hal serupa juga terjadi di SMP Negeri 18 Samarinda, kasus bullying ringan seperti saling memukul yang sebelumnya sering terjadi mulai berkurang setelah pelaksanaan proyek P5 yang secara khusus mengangkat tema pencegahan perundungan. Siswa diberi ruang untuk berdiskusi dan mengidentifikasi permasalahan sosial di lingkungan sekolah mereka, kemudian merancang solusi melalui proyek yang mereka jalankan (Repository UINSI, 2023). Ini membuktikan bahwa ketika siswa diberi ruang untuk berbicara, mereka bisa sangat solutif.

2. Siswa Sebagai Agen Perubahan.

Bukan hanya lebih sadar, siswa juga mulai berani tampil sebagai agen perubahan. Mereka tidak hanya berperan sebagai penerima program namun mereka berperan sebagai peran utama dalam merancang dan mengimplementasikan berbagai ide atau gagasan yang baik (Mery, Suhermiana, & Nursasari, 2022). Di SMP Muhammadiyah Karangharjo, di mana proyek P5 dijalankan selama satu minggu penuh dengan fokus pada pemberantasan intimidasi dalam segala bentuknya. Kegiatan ini sukses meningkatkan kesadaran siswa akan prevalensi bullying, baik di dunia nyata maupun di dunia maya, serta memberikan mereka strategi untuk menghadapi dan melaporkan perundungan (Semnas PLP, 2023). Hasilnya? Siswa mulai bisa mengenali bentuk perundungan di media sosial dan tahu harus melakukan apa saat melihat atau mengalaminya. Dengan demikian, proyek P5 membangun rasa tanggung jawab sosial dan keberanian siswa untuk menyuarakan pendapatnya demi kebaikan bersama.

3. Transformasi Perilaku dan Lingkungan Sekolah.

Salah satu perubahan besar yang patut disorot adalah suasana sekolah yang menjadi lebih inklusif dan suportif. Di SMP Negeri 40 Bandung, misalnya, pelaksanaan proyek P5 yang terintegrasi dengan sistem pelaporan mudah dan dukungan emosional bagi korban perundungan berhasil menurunkan insiden bullying secara signifikan (SMP Negeri 40 Bandung, 2023, hlm. 60). Sekolah juga menerapkan sanksi disiplin yang konsisten terhadap pelaku bullying untuk memberikan efek jera. Kegiatan kampanye kesadaran secara rutin, seperti seminar dan lokakarya, turut memperkuat budaya anti-perundungan di sekolah tersebut. Hal ini sesuai dengan panduan Kemendikbudristek (2022) yang menekankan pentingnya "penerapan sistem pelaporan yang aman dan sanksi edukatif sebagai bagian dari upaya pencegahan bullying" (hlm. 45). Interaksi positif yang difasilitasi antara siswa reguler dan siswa berkebutuhan khusus juga menjadi indikator penting keberhasilan proyek ini. Sikap saling menghargai dan empati menggantikan

sikap mengejek dan diskriminasi, sehingga membangun ketahanan sosial yang kokoh di lingkungan sekolah. Oktaviani (2023) menyatakan bahwa “ketahanan sosial di sekolah mencakup kemampuan individu dan komunitas untuk menghadapi tekanan sosial secara positif, yang dapat dibangun melalui proyek P5” (hlm. 50).

4. Peran Guru dan Dukungan Sekolah.

Proyek P5 tidak akan berjalan tanpa peran guru yang aktif. Peran guru sebagai fasilitator dan penggerak proyek P5 sangat menentukan keberhasilan dalam program ini. Guru tidak hanya menyampaikan materi tetapi juga membimbing, menjadi motivator dan mediator dalam proses pembelajaran berbasis proyek ini. Di SMP Negeri 14 Bandung, empat guru bertindak sebagai fasilitator yang membimbing siswa dalam menjalankan proyek secara mandiri dan kreatif. Guru juga mengorganisir diskusi kelompok sesuai minat siswa dan memastikan proyek P5 tidak tercampur dengan pembelajaran reguler agar fokus dan tujuan program tetap terjaga (SMP Negeri 14 Bandung, 2023 hlm. 18). Namun Studi literatur yang lain juga mengungkapkan bahwa ada beberapa tantangan dalam menjalankan proyek P5 ini, tantangan utama dalam pelaksanaan proyek ini mengenai pemahaman guru terhadap bagaimana konsep proyek dan keterbatasan sumber daya. Haditsa Qur’ani Nurhakim (2023) menyatakan “bahwa guru belum sepenuhnya memahami proyek P5 sehingga pelaksanaan proyek ini belum sepenuhnya optimal” (hlm. 28). Selain itu, keterbatasan waktu, tenaga dan dana menjadi hambatan dalam memberikan dukungan yang maksimal bagi korban perundungan. Ketakutan siswa untuk melaporkan tindakan bullying juga mengalami kendala serius akibat adanya stigma sosial yang terjadi. Oleh karena itu, peningkatan pelatihan untuk pengajar dan keterlibatan dari orang tua dan komunitas sekolah sangat dibutuhkan untuk memperkuat keberlanjutan proyek (Haditsa Qur’ani Nurhakim, 2023). Ketika guru paham esensi proyek, hasilnya jauh lebih berdampak.

5. Strategi Pencegahan Perundungan dalam Proyek P5.

Berbagai strategi pencegahan bullying yang dijalankan dalam proyek P5 terbukti efektif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan nyaman. Sekolah-sekolah menyusun kode etik bersama, membentuk lingkungan yang aman atau ruang konseling terbuka, serta membentuk kelompok pendengar sebaya (peer listeners) yang memberikan dukungan emosional kepada korban. Simulasi peran sebagai korban dan pelaku bullying juga dilakukan untuk meningkatkan empati dan kesadaran siswa (Yunidar et al., 2024). Memberikan Edukasi mengenai pentingnya menghargai perbedaan dilakukan secara berkelanjutan melalui mata pelajaran maupun kegiatan ekstrakurikuler. Siswa diajak memahami bahwa bullying bukan hanya tindakan fisik, tetapi juga dapat berupa pengucilan sosial, sindiran, hingga pelecehan digital. Hal ini sesuai dengan pandangan Kemendikbud (2022) yang menyatakan bahwa “pendidikan karakter harus mengedepankan nilai toleransi dan penghargaan terhadap keberagaman sebagai upaya pencegahan bullying” (hlm. 30).

6. Dampak Emosional dan Sosial Pada Siswa.

Secara emosional, siswa yang terlibat dalam proyek P5 menjadi lebih stabil karena merasa didukung oleh komunitas sekolah yang aman dan suportif. Mereka mulai menunjukkan keberanian untuk berbicara ketika melihat ketidakadilan dan memiliki keterampilan sosial yang lebih baik dalam menyelesaikan konflik. Hal ini sejalan dengan pendapat Lickona (2004) yang menyatakan bahwa “pengembangan karakter yang baik akan membentuk individu yang memiliki integritas, empati, dan kemampuan sosial yang kuat” (hlm. 45). Budaya sekolah pun mengalami transformasi yang signifikan, dari yang sebelumnya penuh tekanan dan persaingan menjadi ruang kolaboratif yang mengedepankan nilai empati, toleransi, dan gotong royong. Kegiatan rutin seperti circle time, deklarasi anti-bullying, dan pelatihan kepemimpinan siswa berhasil membentuk komunitas yang saling menjaga dan menghargai perbedaan (SMP Negeri 40 Bandung, 2023).

Meskipun upaya pencegahan telah dilakukan secara maksimal, realita di lapangan menunjukkan bahwa kasus perundungan masih bisa terjadi. Lalu, apa yang harus dilakukan ketika seorang siswa menjadi korban perundungan? Untuk menjawab pertanyaan tersebut, berikut ini disajikan langkah-langkah penanganan yang dapat dilakukan jika siswa mengalami perundungan.

1. Berikan Perlindungan dan Ruang Aman Bagi Korban.

Langkah awal yang bisa dilakukan adalah menciptakan rasa aman bagi korban. Dengarkan cerita mereka dengan penuh empati tanpa langsung menghakimi. Kadang yang mereka butuhkan bukan solusi cepat, tapi seseorang yang benar-benar mau mendengarkan dan memahami apa yang mereka rasakan. Saat mereka merasa aman dan dihargai, mereka akan lebih terbuka dan proses pemulihan emosional pun bisa berjalan lebih baik.

2. Bersikap Tegas dalam Menghadapi Pelaku Bullying.

Jika memungkinkan, penting untuk menunjukkan sikap tegas terhadap pelaku bullying. Tegaskan bahwa apa yang mereka lakukan tidak bisa diterima, karena bisa menyakiti korban dan berdampak buruk secara jangka panjang. Namun, sikap tegas ini tidak berarti kita harus bersikap kasar. Kadang, menyampaikan ketegasan secara tenang justru lebih efektif, terutama jika disertai upaya mediasi untuk menyelesaikan konflik secara sehat.

3. Tidak Main Hakim Sendiri.

Meski niatnya membela korban, penting untuk tidak terpancing emosi hingga bertindak balas dendam. Menanggapi kekerasan dengan kekerasan hanya akan memperparah situasi dan bisa memicu konflik baru. Sebaiknya, kita tetap bersikap tenang dan fokus pada bagaimana caranya membantu korban serta mencari jalan keluar yang aman dan bijak untuk semua pihak.

4. Edukasi Tentang Bullying Perlu Terus dilakukan.

Salah satu cara jangka panjang untuk mengatasi bullying adalah dengan meningkatkan pemahaman semua pihak, baik itu siswa, guru, orang tua, maupun masyarakat umum, tentang apa itu bullying, jenis-jenisnya, dan dampaknya. Termasuk juga cyberbullying yang kerap terjadi di media sosial. Edukasi ini bisa membantu membentuk kesadaran kolektif bahwa bullying bukan masalah sepele dan semua orang punya tanggung jawab untuk mencegahnya.

5. Menanamkan Nilai Empati Sejak Dini.

Mengajarkan empati bisa jadi salah satu kunci mencegah bullying. Saat seseorang mampu memahami dan merasakan perasaan orang lain, mereka akan berpikir dua kali sebelum menyakiti. Kegiatan seperti diskusi kelompok, berbagi cerita, atau simulasi peran bisa jadi metode yang efektif untuk menumbuhkan empati di sekolah maupun lingkungan kerja.

6. Buat Aturan yang Jelas dan Konsisten.

Lingkungan yang punya aturan jelas soal bullying cenderung lebih aman. Di sekolah, misalnya, perlu ada kebijakan tegas terhadap pelaku bullying agar ada efek jera dan mendorong terciptanya budaya saling menghormati. Aturan ini ada, supaya tidak terjadi pelecehan atau intimidasi antar siswa.

7. Dorong Budaya Melapor dan Siapkan Sistem Pelaporan yang Aman.

Solusi lain yang tak kalah penting adalah menyediakan jalur pelaporan yang mudah dan aman bagi korban maupun saksi bullying. Di sekolah, harus ada sistem yang melindungi pelapor dari ancaman atau stigma. Misalnya, dengan menyediakan kotak saran anonim atau email pengaduan khusus. Dengan begitu, semua orang merasa punya peran untuk menghentikan bullying, bukan hanya menonton dari jauh.

Secara keseluruhan, proyek P5 bertema Ketahanan Sosial memiliki kontribusi yang signifikan dalam mencegah perundungan di lingkungan SMP. Melalui kegiatan kolaboratif yang berpusat pada siswa, proyek ini tidak hanya membentuk karakter individu, tetapi juga mengubah kultur sekolah menjadi lebih aman, sehat, dan beradab. Dengan penguatan berkelanjutan dan dukungan dari seluruh pihak, proyek ini berpotensi menjadi strategi jangka panjang dalam membentuk generasi muda yang toleran dan anti kekerasan.

KESIMPULAN

Pelaksanaan Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) dengan tema Ketahanan Sosial dan Aksi Anti-Perundungan di SMP telah memberikan kontribusi besar dalam membentuk karakter siswa yang empatik, toleran, dan bertanggung jawab sosial. Proyek ini berhasil meningkatkan kesadaran siswa terhadap berbagai bentuk bullying serta menumbuhkan sikap

inklusif dan gotong royong yang sesuai dengan nilai-nilai Pancasila. Melalui kegiatan kreatif dan kolaboratif, siswa tidak hanya memahami bahaya perundungan, tetapi juga diberdayakan sebagai agen perubahan yang aktif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan nyaman.

Transformasi budaya sekolah menjadi lebih inklusif dan suportif merupakan dampak nyata dari proyek ini. Lingkungan yang semula kompetitif dan eksklusif berubah menjadi ruang yang menghargai keberagaman dan membangun ketahanan sosial. Peran guru, kepala sekolah, dan keterlibatan orang tua sangat penting untuk menjaga keberlanjutan dan efektivitas proyek. Meski demikian, tantangan seperti keterbatasan sumber daya dan hambatan pelaporan bullying perlu diatasi melalui pelatihan dan penguatan kapasitas semua pihak.

Dengan pendekatan yang sistematis dan berkelanjutan, proyek P5 berpotensi menjadi strategi jangka panjang yang efektif dalam membentuk generasi muda Indonesia yang toleran, anti-kekerasan, dan mampu menghadapi konflik sosial secara konstruktif. Oleh karena itu, penguatan integrasi proyek dengan kurikulum dan keterlibatan komunitas sekolah harus terus ditingkatkan untuk memastikan keberhasilan program ini di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alodokter. (n.d.). *Solusi bullying yang tepat dan efektif*. Alodokter. <https://www.alodokter.com/solusi-bullying-yang-tepat-dan-efektif>
- Cahyane, A. I., & Saputra, M. (2023). Implementasi proyek penguatan profil pelajar Pancasila sebagai upaya preventif dalam mencegah perundungan di SMK Graha Madina. *Jurnal Eduscience*, 8(1), 50–60.
- Haditsa Qur'ani Nurhakim. (2023). Tantangan implementasi proyek P5 dalam meningkatkan kesadaran anti-perundungan di SMP Negeri 40 Bandung. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 4(1), 23–34.
- Halimah, L., Suryaningsih, A., & Hidayah, Y. (2021). Penguatan nilai-nilai ketahanan nasional di sekolah melalui pendidikan kewarganegaraan (Studi di SMK Pusdikhubad Kota Cimahi). *Jurnal Ketahanan Nasional*, 27(2), 123–134.
- Kemendikbud. (2022). *Profil pelajar Pancasila: Panduan implementasi*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia.
- Kemendikbudristek. (2022). *Panduan proyek penguatan profil pelajar Pancasila*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia.
- Kemendikbudristek. (2023). *Kumpulan praktik baik proyek P5 di sekolah dasar dan menengah*. <https://guru.kemdikbud.go.id>
- Krippendorff, K. (2018). *Content analysis: An introduction to its methodology* (4th ed.). SAGE Publications.
- Lickona, T. (2004). *Character matters: How to help our children develop good judgment, integrity, and other essential virtues*. Touchstone.
- Mery, L., Suhermiana, D., & Nursasari, R. (2022). Peran agen perubahan dalam proyek P5 untuk mencegah perundungan di sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan dan Pengembangan Karakter*, 3(3), 112–126.
- Meytasari, F., & Zain, M. (2023). Upaya proyek penguatan profil pelajar Pancasila (P5) melalui gerakan anti bullying di SD Muhammadiyah Karangharjo. *Seminar Nasional Pengenalan Lapangan Persekolahan UAD*.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif (Edisi Revisi)*. Remaja Rosdakarya.
- Oktaviani, D. (2023). Implementasi proyek ketahanan sosial sebagai upaya pencegahan perundungan di sekolah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 13(1), 45–58.
- Repository UINSI. (2023). Studi kasus implementasi proyek P5 bertema pencegahan bullying di SMP Negeri 18 Samarinda. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 7(1), 78–89.
- Riduwan, & Sunarto. (2020). *Metode dan teknik menyusun tugas akhir skripsi*. Alfabeta.
- Sari, N., & Wibowo, R. (2021). Peran Kurikulum Merdeka dalam pencegahan bullying melalui penguatan karakter sosial. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 54(3), 233–245.

-
- Semnas PLP. (2023). Upaya proyek penguatan profil pelajar Pancasila (P5) melalui gerakan anti bullying di SD Muhammadiyah Karangharjo. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*, 2(1), 134–142.
- SMP Negeri 14 Bandung. (2023). Laporan pelaksanaan proyek P5 dengan tema ketahanan sosial dan anti-perundungan. *Jurnal Penguatan Profil Pelajar Pancasila*, 1(1), 10–22.
- SMP Negeri 40 Bandung. (2023). Evaluasi program anti-perundungan melalui proyek P5 di SMP Negeri 40 Bandung. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 5(2), 55–67.
- Yunidar, Y., Suputra, G. K. A., Tahir, M., & Halifah, N. (2024). Pencegahan perundungan melalui literasi edukasi pada Musyawarah Guru Mata Pelajaran Bahasa Indonesia SMP di Kota Palu. MONSU'ANI TANO: *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(2), 162–175. <https://doi.org/10.32529/tano.v7i2.3545>