



Pengaruh Game Monopoli Bingo terhadap Peningkatan *Self-Efficacy* dan *Resilience* dalam Pencegahan *Bullying* pada Siswa Usia 12 – 15 Tahun di SMPN 2 Karangbinangun

Dita Amelia^{1*}, Arifal Aris², Suhariyati³

¹⁻³Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan, Indonesia

Email: dhitaamelia29@gmail.com¹, arislamongan96@gmail.com²

*Penulis Korespondensi: dhitaamelia29@gmail.com

Abstract. *Bullying remains a common problem in schools and has negative impacts on students' psychological well-being, particularly on self-efficacy and resilience. Low self-efficacy can reduce students' confidence in dealing with challenges, while low resilience may hinder their ability to adapt and recover from adversity. One innovative approach to bullying prevention is the use of educational media such as the Monopoly Bingo game. This study aimed to analyze the effect of the Monopoly Bingo game on improving self-efficacy and resilience in bullying prevention among students at SMPN 2 Karangbinangun. A quantitative method with a pre-experimental one-group pretest-posttest design was employed. The study involved 132 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using self-efficacy and resilience questionnaires administered before and after the intervention and were analyzed using the Wilcoxon test. The results showed an increase in self-efficacy and resilience scores after the implementation of the Monopoly Bingo game. Statistical analysis revealed a significance value of $p=0.000$ ($p<0.05$), indicating a significant effect of the Monopoly Bingo game on improving both variables. It can be concluded that the Monopoly Bingo game is an effective educational medium for bullying prevention. The researcher recommends integrating this media into school health promotion and bullying prevention programs and conducting further studies with larger and more diverse samples.*

Keywords: *Adolescents; Bullying; Monopoli Bingo; Resilience; Self-Efficacy.*

Abstrak. *Bullying masih menjadi permasalahan yang sering terjadi di lingkungan sekolah dan berdampak negatif terhadap kondisi psikologis siswa, terutama pada self-efficacy dan resilience. Rendahnya self-efficacy dapat menyebabkan siswa kurang percaya diri dalam menghadapi masalah, sedangkan rendahnya resilience membuat siswa sulit beradaptasi dan bangkit dari tekanan. Salah satu upaya pencegahan *bullying* yang inovatif adalah penggunaan media edukatif berupa game Monopoli Bingo. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh game Monopoli Bingo terhadap peningkatan self-efficacy dan resilience dalam pencegahan *bullying* pada siswa SMPN 2 Karangbinangun. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimental one group pretest-posttest. Sampel penelitian berjumlah 132 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner self-efficacy dan resilience sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor self-efficacy dan resilience setelah pemberian intervensi game Monopoli Bingo. Hasil uji statistik diperoleh nilai signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$), yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan game Monopoli Bingo terhadap peningkatan kedua variabel tersebut. Disimpulkan bahwa game Monopoli Bingo efektif digunakan sebagai media edukasi dalam pencegahan *bullying*. Peneliti menyarankan sekolah mengintegrasikan media ini dalam program promotif dan preventif serta mengembangkan penelitian lanjutan dengan cakupan sampel yang lebih luas.*

Kata Kunci: *Bullying; Monopoli Bingo; Remaja; Resilience; Self-Efficacy.*

1. LATAR BELAKANG

Bullying merupakan masalah serius di lingkungan sekolah karena berdampak pada berbagai aspek psikologis dan akademik peserta didik. Korban *bullying* sering mengalami penurunan kepercayaan diri, kecemasan, gangguan belajar, serta penurunan prestasi akademik apabila tidak ditangani secara efektif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penguatan self-efficacy berpengaruh dalam membantu siswa menghadapi kasus *bullying* serta mengurangi kerentanan terhadap dampak perundungan.

Selain itu, resilience siswa memiliki hubungan negatif dengan perilaku perundungan dan berperan sebagai faktor pelindung terhadap dampak negatif *bullying* (N. Cahya, 2024). Data Guru BK (2024) menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami ejekan verbal dan pengucilan dalam interaksi di kelas maupun kelompok belajar. Kondisi tersebut berdampak pada penurunan kepercayaan diri siswa serta membuat mereka enggan berpartisipasi dalam kegiatan sosial di lingkungan sekolah. Temuan ini mengindikasikan bahwa perilaku *bullying* di sekolah tersebut masih terjadi, terutama dalam bentuk verbal dan sosial. Hal ini sejalan dengan hasil studi lokal yang menyoroti lemahnya kontrol diri siswa serta kurang optimalnya pengawasan lingkungan sekolah sebagai faktor utama pemicu terjadinya *bullying* (Raiya Shinta Kamilla, 2025).

Secara internasional, UNESCO (2021) melaporkan bahwa sekitar 32% siswa di dunia mengalami *bullying* di sekolah, baik dalam bentuk fisik, verbal, maupun daring. Di Indonesia, data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2023) menunjukkan adanya peningkatan kasus kekerasan dan perundungan di lingkungan sekolah sebesar 23% dibandingkan tahun sebelumnya. Selain itu, laporan UNICEF (2022) menyebutkan bahwa sebanyak 41% siswa di Indonesia pernah mengalami kekerasan verbal maupun fisik di sekolah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *bullying* masih menjadi isu serius dalam dunia pendidikan nasional.

Pada tingkat wilayah Jawa Timur, Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Timur (2023) mencatat lebih dari 250 laporan kasus perundungan di sekolah yang melibatkan siswa SMP. Sementara itu, di Kabupaten Lamongan, Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP3A, 2023) melaporkan bahwa kasus *bullying* mengalami peningkatan sebesar 18% dibandingkan tahun sebelumnya. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan Guru BK di SMPN 2 Karangbinangun (2024), ditemukan bahwa beberapa siswa mengaku mengalami ejekan dan pengucilan oleh teman sebaya, terutama dalam interaksi sosial serta melalui media digital. *Bullying* di lingkungan sekolah tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh keterkaitan antara faktor individu, lingkungan, dan sosial. Faktor individu, seperti rendahnya kontrol diri, lemahnya self-efficacy, serta ketidak mampuan siswa dalam mengelola emosi dan tekanan sosial, dapat meningkatkan risiko terjadinya perilaku perundungan.

Dari sisi lingkungan, budaya kelompok, lemahnya pengawasan guru, serta norma sekolah yang permisif terhadap kekerasan turut memperkuat munculnya *bullying*. Selain itu, faktor sosial, seperti pengaruh media sosial dan tekanan teman sebaya, semakin memperburuk situasi karena remaja cenderung meniru perilaku yang dianggap populer, termasuk ejekan atau penghinaan daring yang dapat berkembang menjadi *cyberbullying* (Alfiyatun, Vanista, & Patmawati, 2023).

Bullying memberikan dampak serius bagi korban, baik secara psikologis, fisik, maupun akademik. Secara psikologis, korban dapat mengalami stres, kecemasan, depresi, serta penurunan harga diri, bahkan meningkatkan risiko munculnya pikiran untuk menyakiti diri. Dari sisi fisik, korban berpotensi mengalami gangguan tidur, sakit kepala, serta penurunan daya tahan tubuh akibat stres yang berkepanjangan. Dampak akademik terlihat melalui penurunan prestasi belajar dan meningkatnya tingkat absensi, karena korban cenderung menghindari lingkungan sekolah. Selain itu, *bullying* juga dapat memicu penarikan diri secara sosial, kesulitan membangun hubungan interpersonal, serta menimbulkan konsekuensi jangka panjang berupa gangguan kesehatan mental dan penurunan kemampuan kerja pada masa dewasa (Hapsari & Nugroho, 2020).

Penyebab utama terjadinya *bullying* di sekolah antara lain ketidak seimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban, rendahnya empati terhadap sesama, serta kurang optimalnya pendidikan karakter sejak dini. Selain itu, keterbatasan media pembelajaran yang menarik dan kontekstual menyebabkan siswa kurang peka terhadap nilai-nilai sosial dan moral yang seharusnya dijunjung dalam hubungan antarteman (Rahmadhanti, Dahlia, & Putra, 2025).

Pencegahan *bullying* dapat dilakukan melalui penguatan self-efficacy dan resilience pada siswa, karena kedua aspek tersebut berperan penting dalam membantu mereka mengelola tekanan sosial, menolak ajakan untuk melakukan perundungan, serta menghadapi konflik secara adaptif. Self-efficacy mendorong siswa untuk memiliki kepercayaan diri dan kemampuan melakukan coping secara positif, sementara resilience membantu siswa tetap tenang, berpikir rasional, dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan teman sebaya (Anggraini et al., 2020).

Dalam pendidikan modern, media permainan edukatif seperti Monopoli Bingo dimanfaatkan sebagai sarana penanaman nilai-nilai positif melalui simulasi sosial. Permainan ini melatih kemampuan komunikasi, empati, pengambilan keputusan, serta berperan dalam penguatan self-efficacy dan resilience siswa.

Pendekatan tersebut sejalan dengan teori pembelajaran sosial Bandura yang menekankan proses observasi, imitasi, dan penguatan perilaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan berbasis simulasi efektif dalam meningkatkan perilaku prososial serta menurunkan kecenderungan perilaku agresif pada siswa (Ananda, Wulandari, & Santoso, 2023). Program Monopoli Bingo dapat diintegrasikan ke dalam layanan bimbingan dan konseling sebagai strategi penguatan karakter siswa.

Selain itu, program ini mendukung penerapan pendekatan Social Emotional Learning dan Whole School Approach yang melibatkan peran guru, siswa, orang tua, serta lingkungan sekolah secara menyeluruh dalam menciptakan komunitas belajar yang aman, inklusif, dan bebas dari kekerasan (Lestari & Firman, 2020).

2. KAJIAN TEORITIS

Remaja

Remaja merupakan tahap perkembangan manusia yang ditandai oleh peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang mencakup perubahan biologis, kognitif, emosional, dan sosial. *World Health Organization* (WHO) mengklasifikasikan remaja sebagai individu berusia 10–19 tahun yang berada pada fase kritis dalam pembentukan identitas diri serta kesiapan sosial (WHO, 2022).

Perkembangan Remaja Berlangsung Secara Bertahap Dan Dapat Dibedakan Menjadi Tiga Fase Utama, Yaitu: 1) Remaja Awal (10-13 Tahun); 2) Remaja Tengah (14-16 Tahun); 3) Remaja Akhir (17-19 Tahun)

Karakteristik Remaja Meliputi Beberapa Aspek Utama , Yaitu: 1) Aspek Biologis; 2) Aspek Psikologis; 3) Aspek Sosial

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai permasalahan, seperti perilaku berisiko, tekanan akademik, konflik keluarga, serta gangguan kesehatan mental. Perubahan yang terjadi secara simultan sering kali membuat remaja mengalami kesulitan dalam mengembangkan mekanisme coping yang adaptif (Kemenkes RI, 2021). Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial, *rendahnya self-efficacy*, serta *resilience* yang belum optimal dapat memperburuk dampak permasalahan yang dihadapi remaja, termasuk stres dan kecenderungan perilaku agresif (Masten, 2021). Oleh karena itu, diperlukan pendekatan promotif dan preventif melalui pendidikan, dukungan keluarga, serta intervensi berbasis sekolah guna membantu remaja mencapai perkembangan yang optimal.

Game Monopoli Bingo

Game edukasi merupakan permainan yang dirancang secara sistematis untuk menciptakan pengalaman belajar yang interaktif, menyenangkan, dan bermakna, sehingga peserta didik terdorong untuk aktif, berpikir kritis, serta mampu memecahkan masalah dalam konteks tertentu. Game edukatif umumnya mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih mudah dipahami, relevan, dan sesuai dengan gaya belajar peserta didik (Firmansyah et al., 2025).

Game Monopoly Bingo merupakan modifikasi inovatif dari permainan Monopoli klasik yang mengombinasikan prinsip board game dengan sistem kartu bingo sebagai media interaktif. Kombinasi dua mekanisme permainan ini bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan pemain melalui aktivitas observasi, pengambilan keputusan cepat, serta penerapan strategi dalam mencapai tujuan permainan. Perpaduan elemen chance, strategy, dan interactive challenge terbukti mampu mengasah kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, regulasi diri, serta mendorong kerja sama antarpemain (Sari & Lestari, 2021).

Monopoli Bingo dirancang untuk menumbuhkan kemampuan berpikir positif dan meningkatkan rasa percaya diri (*self-efficacy*) siswa. Mekanisme permainan yang menuntut strategi, keberanian dalam mengambil keputusan, serta kesiapan menghadapi tantangan dapat memperkuat keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya (Rahman, 2023; Bandura, 2020).

Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan ketahanan diri (*resilience*), yaitu kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan sosial, kegagalan, maupun situasi kompetitif dalam permainan. Proses belajar melalui pengalaman bermain Monopoli Bingo mendorong siswa mengembangkan kontrol emosi, kemampuan beradaptasi, serta pola pikir tangguh ketika menghadapi situasi sulit, termasuk potensi perundungan (Putri & Wulandari, 2021).

Monopoli Bingo berfungsi dalam membangun kemampuan interaksi sosial yang sehat karena permainan ini menuntut siswa untuk berkomunikasi, bernegosiasi, bekerja sama, serta mematuhi aturan. Interaksi yang terbangun selama permainan terbukti efektif dalam mengurangi perilaku agresif dan meningkatkan empati, sehingga relevan dalam konteks pencegahan *bullying* (Halim & Nurdin, 2023). Monopoli Bingo disusun sebagai media pembelajaran yang menyenangkan dan mampu memperkuat nilai-nilai karakter, seperti tanggung jawab, kejujuran, disiplin, dan sikap saling menghargai.

Pengalaman belajar yang menarik dapat meningkatkan motivasi siswa, menjadikan pembelajaran lebih bermakna, serta mendukung penguatan karakter secara berkelanjutan (Rahman, 2023; Santoso & Widodo, 2021).

Menurut Kusuma dan Rahayu (2021), penggunaan media permainan edukatif seperti Monopoli Bingo terbukti mampu meningkatkan keterlibatan belajar siswa karena menghadirkan suasana pembelajaran yang interaktif, kompetitif secara sehat, dan menyenangkan. Tingginya keterlibatan ini mendorong siswa menjadi lebih aktif, percaya diri, serta berani mengemukakan pendapat selama proses permainan berlangsung. Selain itu, permainan ini berkontribusi dalam pembentukan perilaku prososial, seperti kerja sama, sikap saling menghargai, serta kemampuan menyelesaikan konflik secara konstruktif.

Self-Efficacy

Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan (Bandura, 2017). Konsep ini menjadi komponen utama dalam teori kognitif sosial yang menekankan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, lingkungan, dan perilaku itu sendiri.

Menurut Bandura (2017) Dan Diperkuat Oleh Wibowo and Rahmat (2021), Terdapat Empat Sumber Utama Yang Mempengaruhi *Self-Efficacy*, Yaitu: 1) Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experience*); 2) Pengalaman Vikarius (*Vicarious Experience*); 3) Persuasi Verbal (*Verbal Persuasion*); 4) Keadaan Fisiologis Dan Emosional

Self-efficacy memiliki peran signifikan dalam pencegahan *bullying*, baik dari sudut pandang korban, saksi, maupun potensi pelaku. Siswa dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi umumnya lebih mampu menghadapi tekanan sosial, mengelola emosi, serta mengambil keputusan secara adaptif. Mereka cenderung mampu menetapkan batasan diri, menolak ajakan perilaku negatif, dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan teman sebaya (Novitasari, 2019). Peningkatan *self-efficacy* juga berkontribusi terhadap kemampuan siswa untuk bersikap asertif, berani melaporkan kejadian *bullying*, serta memberikan dukungan kepada teman yang mengalami perundungan (Utami & Syahrul, 2023). Selain itu, siswa dengan *self-efficacy* yang tinggi umumnya memiliki kontrol diri yang lebih baik, sehingga risiko untuk menjadi pelaku *bullying* menjadi lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa penguatan *self-efficacy* merupakan strategi preventif yang efektif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan saling mendukung (Pradana & Yuliani, 2021)

Ketahanan Diri (*Resilience*)

Ketahanan diri (*resilience*) merupakan kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali setelah mengalami tekanan, kesulitan, atau situasi yang menantang secara psikologis (Masten, 2021). *Resilience* tidak hanya dipahami sebagai kemampuan untuk pulih, tetapi juga sebagai proses dinamis di mana individu memanfaatkan sumber daya internal dan eksternal untuk mengatasi hambatan serta berkembang menjadi lebih kuat.

Menurut Grotberg (2017) Serta Penelitian Terbaru Oleh Puspita (2021), Ketahanan Diri Dipengaruhi Oleh Beberapa Faktor Utama, Yaitu: 1) Faktor Individu; 2) Faktor Keluarga; 3) Faktor Lingkungan Sosial. Ketahanan diri yang kuat berperan sebagai faktor protektif penting dalam mencegah dampak negatif *bullying*.

Siswa dengan tingkat *resilience* yang tinggi cenderung lebih mampu menolak perilaku perundungan, mempertahankan harga diri, serta tidak mudah terpengaruh oleh tekanan teman sebaya (Dewi & Prasetyo, 2020).

Bullying

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang dengan tujuan menyakiti, mengintimidasi, atau mendominasi individu yang dianggap lebih lemah, baik secara fisik, verbal, sosial, maupun melalui media digital (*cyberbullying*) (Olweus, 2019). Dalam konteks sekolah, *bullying* tidak hanya terjadi dalam bentuk tindakan langsung, tetapi juga dapat muncul melalui relasi sosial yang tidak seimbang, seperti pengucilan, manipulasi kelompok, dan tekanan sosial. Menurut Coloroso (2020), *Bullying* Dibagi Menjadi Beberapa Jenis, Yaitu : 1) *Bullying* Fisik; 2) *Bullying* Verbal; 3) *Bullying* Sosial; 4) *Cyberbullying*

Bullying memberikan dampak psikologis dan sosial yang signifikan bagi anak. Korban *bullying* sering mengalami perasaan rendah diri, kecemasan, ketakutan, hingga depresi (Setyowati et al., 2021). Selain itu, *bullying* dapat mengganggu konsentrasi belajar, menurunkan motivasi akademik, serta berdampak pada penurunan prestasi belajar siswa.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pra-eksperimental* menggunakan rancangan *one group pretest–posttest* untuk mengetahui pengaruh permainan Monopoli Bingo terhadap peningkatan *self-efficacy* dan *resilience* dalam pencegahan *bullying* pada siswa. Penelitian dilaksanakan di SMPN 2 Karangbinangun.

Populasi penelitian berjumlah 197 siswa kelas VII, VIII, dan IX berusia 12–15 tahun. Sampel sebanyak 132 responden ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

Instrumen penelitian berupa kuesioner *self-efficacy* dan *resilience* yang diberikan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi, disertai lembar observasi serta dokumentasi sebagai data pendukung. Intervensi dilakukan melalui permainan Monopoli Bingo selama tiga hari berturut-turut dalam enam sesi dengan durasi total sekitar 120 menit.

Data dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik melalui tahapan editing, coding, entry, dan cleaning. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi skor variabel penelitian. Uji normalitas dilakukan menggunakan *Shapiro–Wilk*.

Selanjutnya, analisis bivariat menggunakan *paired sample t-test* apabila data berdistribusi normal atau *Wilcoxon signed-rank test* apabila data tidak berdistribusi normal, dengan tingkat signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$. Penelitian telah menerapkan prinsip etika penelitian yang meliputi *informed consent*, *anonymity*, *confidentiality*, *beneficence*, *nonmaleficence*, dan *justice*.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMPN 2 Karangbinangun yang merupakan salah satu sekolah menengah pertama di Kabupaten Lamongan. Sekolah ini memiliki beberapa kelas yang terdiri dari kelas VII, VIII, dan IX dengan jumlah siswa 197. Dengan menggunakan metode membagikan kuisioner pretest-posttest secara langsung kepada siswa-siswi dan melakukan intervensi menggunakan game monopoli bingo. Responden dalam penelitian ini diambil dari siswa-siswi SMPN 2 karangbinangun laki-laki dan perempuan kelas X, XI, XII. Fasilitas yang tersedia di sekolah meliputi ruang kelas, ruang guru, perpustakaan, serta sarana penunjang kegiatan belajar mengajar lainnya. Lingkungan sekolah yang kondusif mendukung proses pembelajaran siswa.

Data Umum

a) Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan Pada Bulan Maret 2026 (n=132).

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase(%)
Laki-Laki	80	60.6
Perempuan	52	39.4
Total	132	100.0

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah siswa berjenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 80 (60.6%) responden, sedangkan responden perempuan berjumlah 52 (39.4%) responden. Dominasi responden laki-laki ini memberikan keunggulan tersendiri terhadap intervensi Game Monopoli Bingo. Permainan berbasis board game umumnya memicu insting kompetitif yang sehat, yang sangat efektif untuk menarik fokus partisipasi anak laki-laki.

b) Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Siswa di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan pada Bulan Maret 2026 (n=132).

Usia (Tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia 12	25	18.9
Usia 13	80	60.6
Usia 14	25	18.9
Usia 15	2	1.5
Total	132	100.0

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebaran usia responden terpusat pada usia 13 tahun dengan jumlah 80 (60.6%) responden, diikuti oleh responden berusia 12 tahun dan 14 tahun yang masing-masing berjumlah 25 (18.9%) responden, serta sebagian kecil berusia 15 tahun (1.5%). Data ini mengonfirmasi bahwa seluruh responden berada pada fase remaja awal (10-13 tahun) dan transisi menuju remaja pertengahan.

c) Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas Siswa di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan pada Bulan Maret 2026 (n=132).

Kelas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
VII A	24	18.2
VII B	24	18.2
VII C	25	18.9
VIII A	28	21.2
VIII B	28	21.2
IX A	3	2.3
Total	132	100.0

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Berdasarkan Tabel 3, responden penelitian ini tersebar cukup merata pada kelas VII dan VIII, dengan proporsi tertinggi berada di kelas VIII A dan VIII B, masing-masing sebanyak 28 (21.2%) responden. Sementara itu, representasi dari kelas IX sangat minim, yaitu hanya 3 (2.3%) responden. Sebaran demografi kelas ini mengindikasikan bahwa intervensi difokuskan pada siswa di jenjang awal dan menengah (junior).

Data Khususa) Mengidentifikasi Tingkat *Self-Efficacy* Dan *Resilience* Sebelum Diberikan Intervensi Game Monopoli Bingo**Tabel 4.** Analisis Distribusi Frekuensi *Self-Efficacy* Sebelum di Berikan Game Monopoli Bingo di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan pada Bulan Maret 2026 (n=132).

Pretest Self-efficacy	Frekuensi	Persentase
Baik	22	16,7
Cukup	88	66,7
Kurang	22	16,7
Total	132	100,0

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi (pretest), sebagian besar responden memiliki tingkat *self efficacy* dalam kategori cukup yaitu sebanyak 88 siswa (66,7%). Sementara itu, terdapat 22 siswa (16,7%) yang berada pada kategori kurang dan 22 siswa (16,7%) pada kategori baik.

Tabel 5. Analisis Destribusi Frekuensi *Resilience* Sebelum di Berikan Game Monopoli Bingo di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan pada Bulan Maret 2026 (n=132).

Pretest Resilience	Frekuensi	Persentase
Baik	21	15,9
Cukup	83	62,9
kurang	28	21,2
Total	132	100,0

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa pada tahap pretest, sebagian besar responden memiliki tingkat *resiliensi* dalam kategori cukup yaitu sebanyak 83 siswa (62,9%). Sebagian lainnya memiliki tingkat *resilience* yang kurang sebanyak 28 siswa (21,2%) dan tingkat *resilience* baik sebanyak 21 siswa (15,9%).

b) Analisis Tingkat *Self-Efficacy* Dan *Resilience* Sesudah Diberikan Itervensi Game Monopoli Bingo

Tabel 6. Analisis Destribusi Frekuensi *Self-Efficacy* Sesudah di Berikan Game Monopoli Bingo di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan pada Bulan Maret 2026 (N=132).

Postest Self Efficacy	Frekuensi	Persentase
Baik	10	7,6
Cukup	109	82,6
Kurang	13	9,8
Total	132	100,0

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Setelah diberikan Game Monopoli Bingo, tabel 6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tetap berada pada kategori cukup dengan peningkatan jumlah menjadi 109 siswa (82,6%). Namun, terdapat penurunan pada kategori baik menjadi 10 siswa (7,6%) dan kategori kurang menjadi 13 siswa (9,8%). Hal ini mengindikasikan adanya pergeseran persepsi efikasi diri responden yang menjadi lebih terpusat pada kategori cukup pasca-intervensi.

Tabel 7. Analisis Distribusi Frekuensi *Resilience* Sesudah di Berikan Game Monopoli Bingo di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan pada Bulan Maret 2026 (N=132).

Postest Resilience	Frekuensi	Persentase
Baik	17	12,9
Cukup	88	66,7
Kurang	27	20,5
Total	132	100,0

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Tabel 7 menunjukkan hasil setelah dilakukan posttest, di mana sebagian besar responden masih berada pada kategori cukup dengan frekuensi 88 siswa (66,7%). Untuk kategori lainnya, terdapat hampir sebagian kecil responden yang memiliki tingkat *resilience* kurang yaitu sebanyak 27 siswa (20,5%) dan kategori baik sebanyak 17 siswa (12,9%). Secara keseluruhan, distribusi ini menunjukkan bahwa meskipun ada sedikit fluktuasi angka, tingkat *resilience* responden secara dominan masih tertahan pada level cukup.

c) Pengaruh Game Monopoli Bingo Terhadap Peningkatan *Self-Efficacy* Dan *Resilience*

Tabel 8. Analisis Pengaruh Game Monopoli Bingo terhadap Peningkatan *Self Efficacy* di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan pada bulan Maret 2026 (n=132).

Self Efficacy	N	Mean $\pm$ SD	Min-Max	P	-Z
PreTest	132	44,45 $\pm$ 6,441	20,00 - 57,00	0,000	-4,415
PostTest	132	47,48 $\pm$ 2,783	40,00 - 60,00		

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Berdasarkan tabel 8 di atas menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi Game Monopoli Bingo didapatkan mean 44,45 menjadi 47,48 setelah diberikan intervensi. Dengan nilai minimum 20,00 dan maximum 57,00 pada saat pre test, Setelah diberikan intervensi nilai minimum menjadi 40,00 dan maximum 60,00.

Hasil penelitian tersebut diperkuat oleh hasil perbedaan melalui uji Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan nilai p value = 0,000 di mana nilai p value lebih kecil dari alpha (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang artinya ada pengaruh Game Monopoli Bingo terhadap tingkat *self-efficacy* responden.

Tabel 9. Analisis Pengaruh Game Monopoli Bingo terhadap Peningkatan *Resilience* di SMPN 2 Karangbinangun Kabupaten Lamongan pada bulan Maret 2026 (n=132).

Resilience	N	Mean $\pm$ SD	Min-Max	P	-Z
PreTest	132	47,74 $\pm$ 5,561	34,00 - 62,00	0,002	-3,038
PostTest	132	49,20 $\pm$ 3,107	43,00 - 59,00		

Sumber: Diolah Oleh Peneliti, 2026.

Berdasarkan tabel 9 di atas menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi Game Monopoli Bingo didapatkan mean 47,74 menjadi 49,20 setelah diberikan intervensi. Dengan nilai minimum 34,00 dan maximum 62,00 pada saat pre test, Setelah diberikan intervensi didapatkan nilai minimum 43,00 dan maximum 59,00.

Hasil penelitian tersebut diperkuat oleh hasil perbedaan melalui uji Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan nilai p value = 0,002 di mana nilai p value lebih kecil dari alpha (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang artinya ada pengaruh Game Monopoli Bingo terhadap tingkat *resilience* responden.

Pembahasan

Mengidentifikasi Tingkat Self-Efficacy dan Resilience Sebelum Diberikan Intervensi Game Monopoli Bingo

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Game Monopoli Bingo terhadap peningkatan *self-efficacy* dan *resilience* siswa. Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan intervensi, sebagian besar siswa berada pada kategori cukup. sedangkan sebagian lainnya berada pada kategori kurang dan baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat keyakinan diri dan kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan masih belum optimal. Pada variabel *self-efficacy*, kategori terbanyak berada pada tingkat cukup. sedangkan kategori paling sedikit berada pada tingkat baik. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang belum sepenuhnya yakin terhadap kemampuan dirinya.

Menurut Bandura (2020), *self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan. *Self-efficacy* dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi verbal, dan kondisi emosional. Teori Schunk (2012) juga menjelaskan bahwa siswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan lebih tekun, memiliki motivasi belajar lebih baik, serta berani menghadapi tugas yang sulit. Sebaliknya, siswa dengan *self-efficacy* rendah cenderung menghindari tantangan dan mudah menyerah.

Pada variabel *resilience*, kategori terbanyak juga berada pada tingkat cukup. sedangkan kategori paling sedikit berada pada tingkat baik. Menurut Reivich dan Shatte (2021), *resilience* adalah kemampuan individu untuk bertahan, menyesuaikan diri, serta bangkit kembali dari kondisi sulit. Sedangkan menurut Connor dan Davidson (2023), *resilience* merupakan kemampuan seseorang untuk tetap kuat dan stabil ketika menghadapi tekanan atau stres. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Putri dan Rahman (2021) yang menyatakan bahwa siswa dengan *self-efficacy* rendah cenderung menunjukkan keraguan dalam menyelesaikan tugas akademik. Penelitian Sari et al. (2020) juga menjelaskan bahwa *resilience* siswa yang rendah berhubungan dengan rendahnya kemampuan adaptasi terhadap tekanan sekolah.

Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengalaman siswa dalam menghadapi tantangan, rendahnya kepercayaan diri, serta minimnya media pembelajaran yang menarik dan interaktif. Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran aktif yang mampu melibatkan siswa secara langsung, salah satunya melalui Game Monopoli Bingo.

Mengidentifikasi Tingkat Self Efficacy dan Resilience Sesudah Diberikan Intervensi Game Monopoli Bingo

Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan intervensi Game Monopoli Bingo, sebagian besar siswa mengalami peningkatan tingkat *self-efficacy* dan *resilience*. Jumlah siswa pada kategori kurang (9,8%) mengalami penurunan, sedangkan kategori cukup (82,2%) dan baik (7,6%) mengalami peningkatan. Hal ini menunjukkan bahwa permainan memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan psikologis siswa. Peningkatan *self-efficacy* terlihat dari meningkatnya keberanian siswa dalam menjawab pertanyaan, mengambil keputusan, menyelesaikan tantangan, dan percaya terhadap kemampuan diri sendiri.

Menurut Bandura (2020), pengalaman keberhasilan secara langsung merupakan sumber utama terbentuknya *self-efficacy*. Selama permainan berlangsung, siswa memperoleh kesempatan mencoba, berpartisipasi, serta merasakan keberhasilan, sehingga rasa percaya diri semakin meningkat.

Menurut teori Slavin (2021), pembelajaran kooperatif dan aktif dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa karena memberi kesempatan untuk berinteraksi, berpendapat, dan menunjukkan kemampuan diri. Peningkatan *resilience* terlihat dari kemampuan siswa menerima kekalahan, mencoba kembali, mengendalikan emosi, serta tetap termotivasi selama permainan berlangsung. Menurut Grotberg (2023), *resilience* berkembang melalui dukungan sosial, kemampuan diri, dan kesempatan menghadapi tantangan secara positif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulandari et al. (2022) yang menyatakan bahwa penggunaan media permainan edukatif dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui keterlibatan aktif dalam proses belajar. Penelitian Hidayat dan Lestari (2021) juga menemukan bahwa permainan kelompok mampu meningkatkan *resilience* siswa karena melatih kerja sama, pengendalian emosi, dan kemampuan menyelesaikan masalah. Penelitian Astuti et al. (2023) menunjukkan bahwa game berbasis edukasi memberikan pengalaman belajar menyenangkan yang berdampak pada peningkatan motivasi dan keberanian siswa dalam pembelajaran. suasana permainan yang menyenangkan membuat siswa lebih aktif, berani, dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan.

Pengaruh Game Monopoli Bingo terhadap Peningkatan Self Efficacy dan Resilience

Hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai signifikansi pada variabel *self-efficacy* sebesar $p = 0,000$ dan variabel *resilience* sebesar $p = 0,002$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan Game Monopoli Bingo terhadap peningkatan *self-efficacy* dan *resilience* siswa.

Nilai signifikansi tersebut membuktikan bahwa intervensi yang diberikan mampu meningkatkan keyakinan diri siswa dalam menyelesaikan tugas serta meningkatkan kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan dan bangkit dari kegagalan.

Menurut Piaget (2022), permainan merupakan sarana belajar yang efektif karena siswa membangun pengetahuan melalui pengalaman langsung. Sedangkan menurut Vygotsky (2024), interaksi sosial dalam permainan dapat meningkatkan perkembangan kognitif dan emosional siswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nuraini et al. (2020) yang menyatakan bahwa game edukatif efektif meningkatkan motivasi, rasa percaya diri, dan partisipasi siswa dalam pembelajaran. Penelitian lain oleh Prasetyo dan Dewi (2021) menunjukkan bahwa metode pembelajaran berbasis permainan memberikan dampak positif terhadap kemampuan adaptasi dan ketahanan mental siswa ketika menghadapi tantangan belajar.

Penelitian Kurniawan et al. (2022) juga menyatakan bahwa penggunaan board game edukatif dapat meningkatkan keterampilan problem solving, kerja sama, serta kepercayaan diri siswa. Game Monopoli Bingo efektif digunakan karena siswa belajar melalui pengalaman langsung, kerja sama kelompok, kompetisi sehat, penyelesaian masalah, dan latihan mengelola emosi. Proses tersebut menjadikan siswa lebih percaya diri serta lebih tangguh dalam menghadapi tantangan. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa Game Monopoli Bingo berpengaruh positif dan signifikan terhadap peningkatan *self-efficacy* dan *resilience* siswa.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian Game Monopoli Bingo berpengaruh signifikan terhadap peningkatan *self-efficacy* dan *resilience* siswa dalam pencegahan *bullying* di SMPN 2 Karangbinangun. Sebelum intervensi, mayoritas siswa memiliki tingkat *self-efficacy* dan *resilience* pada kategori cukup. Setelah mengikuti intervensi, terjadi peningkatan pada kedua variabel yang ditunjukkan oleh meningkatnya skor *self-efficacy* dan *resilience*. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap *self-efficacy* ($p = 0,000$) dan *resilience* ($p = 0,002$), sehingga Game Monopoli Bingo dinilai efektif sebagai media edukatif untuk memperkuat kemampuan psikososial siswa dalam upaya pencegahan *bullying*.

Saran

Game Monopoli Bingo dapat dipertimbangkan sebagai salah satu media edukatif dalam program pencegahan *bullying* di lingkungan sekolah maupun kegiatan promosi kesehatan mental pada remaja. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti eksperimen dengan kelompok kontrol, melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, serta mengevaluasi efektivitas jangka panjang dan mengembangkan media permainan berbasis digital agar penerapannya lebih inovatif dan sesuai dengan perkembangan teknologi.

DAFTAR REFERENSI

- (KemenPPPA), Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. 2023. *Panduan Pencegahan Kekerasan Di Lingkungan Pendidikan*. Jakarta: KemenPPPA.
- (KPAI), Komisi Perlindungan Anak Indonesia. 2023. *Laporan Tahunan KPAI: Kasus Kekerasan Terhadap Anak Di Satuan Pendidikan*. Jakarta: KPAI.
- Alfiyatun, Anna Vanista, and Imas Patmawati. 2023. "Faktor Penyebab Perundungan Pada Pelajar Usia Remaja Di Pangandaran." *Jurnal Pendidikan Sosial dan Konseling* 1(3): 1067–72.
- Ananda, P R, D Wulandari, and T Santoso. 2023. "Efektivitas Permainan Edukatif Terhadap Peningkatan Empati Dan Pencegahan Perilaku *Bullying* Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama." *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia* 9(2): 101–12.
- Ananda, P R, E Rahmawati, and D Fauziah. 2023. "Pengaruh Media Permainan Edukatif Terhadap Peningkatan Perilaku Prososial Dan Pencegahan *Bullying* Pada Siswa SMP." *Jurnal Psikologi Pendidikan* 17(2): 88–99.
- Anggraini, Dewi Sri, Maulidiyah Junnatul Azizah Heru, Atika Jatimi, Zainal Munir, and Handono Fatkhur Rahman. 2020. "Efektivitas Self Efficacy Menghadapi *Bullying* Di Sekolah." *Quality : Jurnal Kesehatan* 14(2): 74–84. doi:10.36082/qjk.v14i2.108.
- Ardani, R, and B Kurniawan. 2022. "Resilience and Coping Strategies Among Students Facing School *Bullying*." *Journal of Child and Adolescent Behavior* 9(2): 33–41.
- Ardiyanti, S, and A Mahendra. 2021. "*Bullying* and Its Long-Term Impact on Students' Mental Health." *Journal of Child Psychology* 9(2): 55–67.
- Bandura, A. 2017. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Bandura, A. 2018. "Toward a Psychology of Human Agency." *Perspectives on Psychological Science* 13(2): 130–36.
- Bandura, A. 2020. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Coloroso, B. 2020. *The Bully, The Bullied, and The Not-So-Innocent Bystander*. New York: HarperCollins.
- Craig, W M, D Pepler, and J Blais. 2020. "Peer Processes in *Bullying* and Victimization: An Integrated Perspective." *Child Development* 91(2): 326–39.

- Dewi, N, and A Prasetyo. 2020. “Peran Ketahanan Diri Terhadap Kemampuan Menghadapi *Bullying* Pada Siswa Sekolah Menengah.” *Jurnal Psikologi Pendidikan Remaja* 8(1): 55–66.
- Erikson, E H. 2018. *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Faris, R, and D Felmlee. 2019. “Social Networks and Aggression at School: The Ties That Bully and Get Bullied.” *American Journal of Sociology* 124(2): 233–78.
- Fitriani, N, and R Ningsih. 2020. “Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Motivasi Dan Prestasi Akademik Siswa.” *Jurnal Pendidikan Psikologi* 8(2): 112–21.
- Gaffney, H, D P Farrington, and M M Ttofi. 2021. “Examining the Effectiveness of School *Bullying* Prevention Programs: A Meta-Analysis.” *Aggression and Violent Behavior* 58: 101–8.
- Greitemeyer, T, and C Mugel. 2020. “Prosocial Video Games Reduce Aggression and Increase Empathy: A Longitudinal Field Experiment.” *Computers in Human Behavior* 104: 106–60.
- Grotberg, E. 2017a. *The International Resilience Project: I Have, I Am, I Can Model*. New York: Bernard van Leer Foundation.
- Grotberg, E. 2017b. *The International Resilience Project*. New York: Bernard van Leer Foundation.
- Halim, R, and A Nurhadi. 2023a. “Educational Game-Based Intervention to Improve Students’ Social Skills and Reduce *Bullying* Behavior.” *Journal of Educational Psychology* 14(2): 112–25.
- Halim, R, and A Nurhadi. 2023b. “Educational Games as Tools to Enhance Empathy and Reduce *Bullying* Among Adolescents.” *Journal of Social Development* 11(2): 77–90.