

## EDUKASI MENGENAI PENCEGAHAN *BULLYING* SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN REMAJA DI SMK BINTANG NUSANTARA MARGA AGUNG LAMPUNG SELATAN

Suharmanto<sup>1\*</sup>, Muhammad Aditya Permana<sup>1</sup>, Nurul 'Afifah Hijami<sup>1</sup>, Andriansyah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

### ABSTRAK

Pencegahan bullying melibatkan berbagai upaya untuk menciptakan lingkungan yang aman dan suportif, baik di sekolah, rumah, maupun di lingkungan sosial. Pencegahan ini mencakup pendidikan, kampanye anti-bullying, penguatan keterampilan sosial, dan kebijakan sekolah yang jelas. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa/i mengenai pencegahan *bullying* sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup remaja. Sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa/i SMK Bintang Nusantara Marga Agung Lampung Selatan. Metode yang digunakan pada kegiatan ini mencakup: 1) pengukuran pengetahuan remaja tentang pencegahan *bullying*; 2) penyuluhan tentang pencegahan *bullying* untuk meningkatkan kualitas hidup remaja. Pengukuran pengetahuan siswa/i tentang pencegahan *bullying* dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan. Pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa/i tentang pencegahan *bullying*. Hasil pengukuran sebelum penyuluhan digunakan sebagai parameter pemberian materi penyuluhan. Sedangkan hasil pengukuran setelah penyuluhan digunakan untuk membandingkan dengan pengetahuan sebelumnya. Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan cara tanya jawab antara penyuluh dan peserta serta membagikan kuesioner. Penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pemahaman tentang pencegahan *bullying* pada siswa/i SMK Bintang Nusantara Marga Agung Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan.

**Kata kunci:** edukasi kesehatan, pencegahan bullying, remaja.

#### \*Korespondensi:

Suharmanto  
Jl. Prof. Sumantri Brodjonegoro No 1 Bandar Lampung  
+62-896-3283-2380 | Email: [suharmanto@fk.unila.ac.id](mailto:suharmanto@fk.unila.ac.id)

### PENDAHULUAN

*Bullying*, atau perundungan dalam bahasa Indonesia, adalah tindakan agresif dan negatif yang dilakukan secara berulang-ulang terhadap seseorang atau kelompok, dengan tujuan menyakiti atau merendahkan. Tindakan ini bisa berupa kekerasan fisik, verbal, sosial, atau psikologis. *Bullying* dapat terjadi di berbagai tempat, termasuk sekolah, tempat kerja, dan dunia maya (*cyberbullying*). *Bullying* adalah masalah global yang juga sangat terasa di Indonesia, baik di dunia pendidikan maupun di dunia maya. Data menunjukkan bahwa banyak siswa di Indonesia berpotensi menjadi korban bullying, namun sayangnya, sebagian besar tidak berani melapor. Perundungan dapat terjadi dalam berbagai bentuk, termasuk fisik, verbal, dan cyberbullying, dan dapat memiliki dampak serius pada kesehatan fisik dan mental korban.<sup>1</sup>

Kasus *bullying* di Indonesia banyak terjadi di berbagai lingkup, mulai dari sosial, pekerjaan, pendidikan, hingga digital seperti media sosial dan forum internet. Setiap kasus perundungan yang terjadi dihimpun dan dirinci dalam sebuah data kasus *bullying*.<sup>2</sup> Data kasus *bullying* sendiri dihimpun oleh beberapa lembaga independen di Indonesia. Angka kejadian bullying di Indonesia menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Data menunjukkan peningkatan kasus dari 142 kasus pada tahun 2021 menjadi 285 kasus pada tahun 2023. Siswa sekolah dasar (SD) merupakan kelompok yang paling rentan menjadi korban bullying, diikuti

oleh siswa SMP dan SMA. Studi UNICEF di Kabupaten Sorong, Papua Barat, juga menunjukkan bahwa sebagian besar guru merasa sekolah telah menangani isu pelecehan. Namun, peningkatan jumlah kasus mengindikasikan bahwa upaya yang ada belum cukup efektif untuk mengatasi masalah ini.<sup>3</sup>

Penyebab bullying beragam, termasuk pengaruh pergaulan buruk, kurangnya empati, dan pola asuh yang tidak sehat (terlalu bebas atau terlalu keras). Faktor lain termasuk kurangnya perhatian guru dan penanganan masalah siswa yang kurang maksimal di sekolah. Lingkungan rumah yang sering terjadi pertengkaran orang tua juga dapat memicu perilaku bullying. Pemahaman yang kurang terhadap dampak bullying dan kurangnya intervensi yang efektif memperparah masalah ini.<sup>4</sup>

*Bullying* memiliki dampak negatif yang luas, tidak hanya pada korban tetapi juga pada pelaku dan saksi. Dampaknya meliputi masalah kesehatan mental (depresi, kecemasan, gangguan tidur), penurunan prestasi akademik, masalah sosial, dan masalah fisik seperti sakit kepala dan gangguan pencernaan. Selain itu, bullying juga dapat menyebabkan pelaku menjadi lebih agresif dan sulit menjalin hubungan sosial yang sehat.<sup>5</sup>

Pencegahan bullying melibatkan berbagai upaya untuk menciptakan lingkungan yang aman dan suportif, baik di sekolah, rumah, maupun di lingkungan sosial. Pencegahan ini mencakup pendidikan, kampanye anti-bullying, penguatan keterampilan sosial, dan kebijakan sekolah yang jelas. Pencegahan bullying memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pihak. Menciptakan budaya sekolah yang inklusif dan penuh pengertian adalah kunci. Peran orang tua juga sangat penting dalam mengawasi dan membimbing anak-anak. Selain itu, anak-anak harus diajarkan cara memilih kelompok bermain yang tepat dan menghindari kelompok yang suka merundung. Pencegahan bullying adalah upaya berkelanjutan yang membutuhkan kolaborasi dari sekolah, orang tua, dan siswa itu sendiri.

Penyuluhan dan edukasi merupakan strategi yang efektif untuk mencegah perundungan (bullying). Melalui edukasi, siswa dan guru dapat memahami dampak buruk perundungan serta cara mengidentifikasi dan melaporkannya. Penyuluhan membantu membangun lingkungan sekolah yang positif dan mendukung, di mana perilaku perundungan tidak ditoleransi. Edukasi juga meningkatkan kepedulian sosial di antara siswa, mendorong mereka untuk saling menghargai dan membantu mencegah perundungan terjadi.<sup>6</sup>

Penyuluhan bertujuan meningkatkan kesadaran mengenai pencegahan bullying. Kegiatan ini mencakup pemahaman tentang jenis-jenis bullying dan cara meminimalisirnya, serta meningkatkan empati siswa. Penyuluhan dilakukan untuk sosialisasi edukasi dan menumbuhkan kepedulian sosial terhadap anak-anak, terutama di lingkungan sekolah. Penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan berhasil meningkatkan kesadaran tentang bullying.<sup>7</sup>

Penelitian sebelumnya mendapatkan bahwa akibat dari bullying tidak hanya dirasakan oleh korban bullying tetapi berimplikasi kepada pelaku bullying, diantaranya adalah berdampak pada kesehatan mental. Banyak diantara siswa/siswi tidak mengetahui perilaku bullying yang dilakukan ataupun yang dirasakan akibatnya, sehingga dengan kegiatan penyuluhan dengan tema bullying dapat meningkatkan pengetahuan siswa/siswi mengenai bullying. Pengetahuan mengenai bullying dengan kategori baik mengalami peningkatan setelah diadakan penyuluhan dengan persentase 40,7 % menjadi 60 %. Hal ini membuktikan bahwa kegiatan ini cukup efektif untuk memberikan informasi mengenai definisi bullying, jenis-jenis bullying, serta dampak bullying. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran untuk mencegah bullying dan tidak berperilaku bullying kepada sesama teman. Sebagai rencana tindak lanjut, diharapkan guru di sekolah turut serta memberikan informasi bullying dan mengingatkan para siswa/siswi di

sekolah.<sup>8</sup> Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa/i mengenai pencegahan *bullying* sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup remaja.

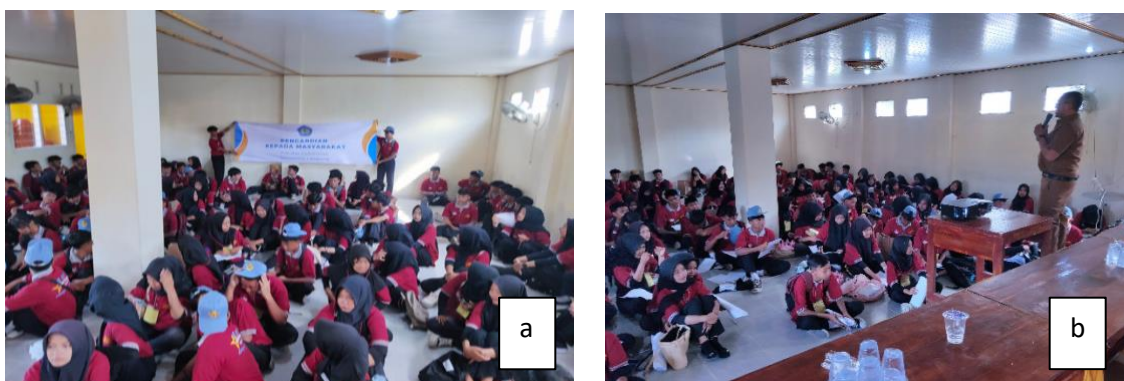
## METODE

Sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa/i SMK Bintang Nusantara Marga Agung Lampung Selatan. Metode yang digunakan pada kegiatan ini mencakup: 1) pengukuran pengetahuan remaja tentang pencegahan *bullying*; 2) penyuluhan tentang pencegahan *bullying* untuk meningkatkan kualitas hidup remaja. Pengukuran pengetahuan siswa/i tentang pencegahan *bullying* dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan. Pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa/i tentang pencegahan *bullying*. Hasil pengukuran sebelum penyuluhan digunakan sebagai parameter pemberian materi penyuluhan. Sedangkan hasil pengukuran setelah penyuluhan digunakan untuk membandingkan dengan pengetahuan sebelumnya. Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan cara tanya jawab antara penyuluh dan peserta serta membagikan kuesioner.

Evaluasi pada kegiatan pengabdian ini mencakup evaluasi kegiatan penyuluhan. Evaluasi penyuluhan kepada masyarakat mencakup evaluasi awal, evaluasi proses dan evaluasi akhir. Evaluasi awal dilakukan dengan memberikan *pre-test* kepada siswa/i tentang pencegahan *bullying* dengan menanyakan definisi, penyebab, tanda gejala, dan pentingnya pencegahan *bullying*. Hasil dari evaluasi ini berupa pemahaman siswa/i tentang pencegahan *bullying*. Evaluasi proses dilakukan dengan melihat tanggapan peserta melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan ataupun umpan balik yang diberikan dalam diskusi. Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan *post-test* kepada siswa/i, yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang sama saat *pre-test*. Jawaban *post-test* dibandingkan dengan jawaban *pre-test*. Apabila jawaban *post-test* lebih baik (benar) dibandingkan nilai *pre-test* maka kegiatan penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa/i tentang pencegahan *bullying*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada tanggal 17 Juli 2025 pukul 08.00 – 12.00. Kegiatan pengabdian diikuti oleh siswa/i SMK Bintang Nusantara Marga Agung Lampung Selatan sebanyak 30 orang. Kegiatan pengabdian ini mencakup kegiatan pengukuran pengetahuan siswa/i tentang pencegahan *bullying* (Gambar 1).



**Gambar 1:** Peserta Kegiatan (a) dan narasumber pada kegiatan penyuluhan (b).

Evaluasi kegiatan pengabdian ini mencakup evaluasi penyuluhan, untuk mengetahui tingkat keberhasilan penyuluhan yang diberikan, sebelum pelaksanaan penyuluhan diberikan *pre test* terlebih dahulu dengan tanya jawab dan mengisi kuesioner. Penyuluh memberikan beberapa pertanyaan dan kuesioner kepada seluruh peserta. Selanjutnya penyuluh memberikan materi mengenai pencegahan *bullying*. Setelah penyuluhan selesai, diberikan *post test* dengan menggunakan pertanyaan yang sama.

Berdasarkan data hasil pengamatan *pre test*, diketahui bahwa sekitar 70% peserta tidak mengerti tentang pencegahan *bullying* serta 30% telah mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai pencegahan *bullying*. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, nilai hasil pengamatan meningkat sebesar 75%, yaitu siswa/i lebih memahami tentang pencegahan *bullying*. Selain *pre test* dan *post test*, penyuluh juga mengadakan edukasi tentang pencegahan *bullying*. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan efektif dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa/i tentang pencegahan *bullying*.

Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang mendapatkan bahwa edukasi dapat meningkatkan pemahaman siswa/i mengenai pencegahan *bullying*.<sup>9</sup> Pengabdian kepada masyarakat (PkM) yang berfokus pada edukasi pencegahan bullying dilakukan di berbagai jenjang pendidikan, mulai dari SMP hingga SD. Tujuannya adalah meningkatkan pengetahuan siswa tentang bullying, memberikan pemahaman tentang dampak negatifnya, dan mengajarkan strategi untuk mencegah dan mengatasi bullying.<sup>10</sup> PkM ini melibatkan peran penting dari orang tua dan pendidik dalam membentuk karakter dan mendukung lingkungan yang aman dan inklusif.<sup>11</sup> Edukasi anti-bullying juga memberikan manfaat penting untuk membangun kesadaran dan perilaku yang positif.<sup>12</sup>

Tujuan penyuluhan untuk mencegah bullying adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang bullying, serta memberikan pengetahuan dan keterampilan agar individu dapat mencegah, mendeteksi, dan merespons bullying secara efektif. Penyuluhan juga bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman, serta menumbuhkan sikap saling menghormati dan menghargai di antara individu.<sup>13</sup>

## SIMPULAN

Pengabdian ini menggunakan metode edukasi dan dilanjutkan dengan diskusi. Penyuluhan diberikan untuk meningkatkan pengetahuan siswa/i tentang pencegahan *bullying*. Materi penyuluhan yang diberikan mencakup materi tentang pencegahan *bullying*. Diskusi dilakukan setelah pemberian materi selesai dilaksanakan. Peserta bertanya tentang materi yang belum dipahami tentang pencegahan *bullying*. Penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pemahaman tentang pencegahan *bullying* pada siswa/i SMK Bintang Nusantara Marga Agung Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Agisyaputri E, Nadhirah NA, Saripah I. Identifikasi fenomena perilaku bullying pada remaja. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 2023;3.
2. Veramendi Villavicencios NG, Portocarero Merino E, Espinoza Ramos FE. Lifestyles and quality of life in university students in time of covid-19. *Universidad y Sociedad*. 2020;12(6).
3. Fuentes EA, Carvallo PR, Poblete SR. *Bullying* as a risk factor for depression and suicide. *Revista Chilena de Pediatría*. 2020;91(3).
4. Ahmed GK, Metwaly NA, Elbeh K, Galal MS, Shaaban I. Risk factors of school bullying and its relationship with psychiatric comorbidities: a literature review. *Egyptian Journal of Neurology, Psychiatry and Neurosurgery*. 2022;58.
5. Serafini G, Aguglia A, Amerio A, Canepa G, Adavastro G, Conigliaro C, et al. The Relationship Between *Bullying* Victimization and Perpetration and Non-suicidal Self-injury: A Systematic Review. *Child Psychiatry and Human Development*. 2023;54(1).
6. Utomo KDM. Investigations of *Cyber Bullying* and Traditional *Bullying* in Adolescents on the Roles of Cognitive Empathy, Affective Empathy, and Age. *International Journal of Instruction*. 2022;15(2).
7. Gaffney H, Farrington DP, Ttofi MM. Examining the Effectiveness of School-Bullying

- Intervention Programs Globally: a Meta-analysis. *International Journal of Bullying Prevention*. 2019;1(1).
8. Harahap FD. Penyuluhan Upaya Pencegahan *Bullying* Pada Anak Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal: Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi dan Perubahan*. 2024;4(6):1–5.
  9. Diannita A, Salsabela F, Wijati L, Putri AMS. Pengaruh *Bullying* terhadap Pelajar pada Tingkat Sekolah Menengah Pertama. *Journal of Education Research*. 2023;4(1).
  10. Yunistita, Ratna, Sihotang HNJ, Sembiring EPBDB. Penyuluhan Pada Siswa SD Negeri 024868, Binjai Barat Mengenai Pencegahan dan Cara Menghadapi *Bullying* di Sekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*. 2022;1(4).
  11. Rachmah DN, Zwagery RV, Widyawati W, Munajat RH, Noor MINI. Penyuluhan ke Orangtua Mengenai Dampak dan Perilaku *Bullying* Pada Anak Usia Dini. *PLAKAT : Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*. 2022;4(1).
  12. Nur M, Yasriuddin Y, Azijah N. Identifikasi Perilaku *Bullying* Di Sekolah (Sebuah Upaya Preventif). *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*. 2022;6(3).
  13. Jusnita N, Ali SU. Penyuluhan literasi digital anti Hoax, *Bullying*, dan ujaran kebencian pada remaja di kota Ternate. *ABSYARA: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*. 2022;3(2).