Kacanegara Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat
ISSN: 2615-6717 (Print)
ISSN: 2657-2338 (On Line)
Terakreditasi Sinta 4 dari Kemenristekdikti No: 105/E/KPT/2022
DOI: 10.28989/kacanegara.v7i4.2039

Sosialisasi pengendalian diri dan pencegahan kejadian *bullying* pada remaja

Nurmaines Adhyka[1,*], Bun Yurizali[2], Intan Kamala Aisyiah[3],
[1,3]Program Studi Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Baiturrahmah
[2]Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah

Article Info

Article history:

Received January 4, 2024
Accepted July 24, 2024
Published

Kata Kunci*:*

Bullying
Sosialisasi
Remaja

ABSTRAK

Kejadian *bullying* merupakan perilaku menyimpang yang terjadi berulang kali dari sekelompok siswa kepada siswa lainnya yang dianggap lemah. Kasus ini terus terjadi peningkatan setiap tahunnya yang umumnya terjadi pada masa remaja. Dampak dari perilaku ini dapat menyebabkan pengucilan diri, perilaku menyimpang, depresi hingga bunuh diri. Sosialisasi ini dimaksudkan agar siswa dapat menggetahui apa saja tindakan *bullying*, tatacara pengendaliannya, apa yang harus dilakukan jika melihat kejadian *bullying*, dan cara melindungi korban. Untuk meningkatkan pemahaman bahaya *bullying*, maka dilaksanakan pengabdian masayaraat di Pesantren Modern dengan target peserta siswa SMP hingga SMA. Jumlah peserta dalam kegiatan ini mencapi 58 orang, yang diselingi dengan pemutaran video, diskusi, tanya jawab dan kuis untuk membuka wawasan siswa akan pencegahan perilaku *bullying* di sekolah. Kegiatan ini mendapat sambutan baik dari sekolah dan siswa yang aktif mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dikarenakan belum pernah dilakukannya sosialisasi mengenai *bullying* di pesantren ini.

Check for updates

Corresponding Author:

Nurmaines Adhyka,
Program Studi Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Baiturrahmah
Jalan Raya By Pass – Air Pacah, Kota Padang, Sumatera Barat
Email: *nurmaines.adhyka@staff.unbrah.ac.id

1. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional yang terjadi antara masa anak-anak ke masa dewasa. Dalam perkembangnnya remaja dihadapi tuntutan dari kehidupan social yang harus dipenuhi dan dilalui dalam memecahkan masalah kehidupannya [1], [2]. Perkembang kapasitas intelektual, stress dan harapan-harapan baru membuat adanya gangguan berupa kesedihan, kecemasan, kesepian yang membuat beberapa remaja melakukan tindakan agresif seperti kekerasan dan *bullying* [2].

Bullying (perundungan) adalah tindakan negative yang diterima oleh anak lainnya dalam aspek emosional, verbal dan fisik. Tindakan ini muncul karena keinginan untuk menyakiti seseorang dan menempatkannya dibawah tekanan yang terjadi secara berulang, dimana tindakan ini terjadi karena pelaku memiliki kekuatan yang lebih dibandingkan dengan korban. Sehingga tindakan ini membuat remaja yang menerimanya merasa terintimidasi [1].

Data dari *The United Nations Children's Fund* (UNICEF) menyatakan bahwa satu dari 3 remaja di dunia (130 juta remaja) usia 13-15 tahun mengaku pernah menerima perilaku *bullying*, yang mana 1 dari 5 orang korbannya mencoba untuk bunuh diri yang mana 70% nya adalah laki-laki [3]. Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) sepanjang tahun 2023 tercacat 1800 kasus kekerasan anak dengan laporan kasus korban kekerasan fisik dan psikis sebanyak 141 (7,8%) dari total kasus kekerasan anak yang dilaporkan [4].

Kebanyakan korban yang menerima perilaku *bullying* tidak melaporkan kepada sekolah karena merasa takut pelaku anak membalas dendam dan merasa malu karena tidak dapat mempertahankan diri sendiri. Selain

itu juga ada factor perasaan takut tidak dipercayai jika melaporkan, takut dianggap pengadu, terkadang dianggap mengada-ngada atau membesarkan permasalaan serta ketidakyakinan akan ada penyelesaian permasalahan jika dilaporkan kepada guru ataupun orang tua [5]. Padahal sekolah merupakan tempat yang mana siswa paling banyak menghabiskan waktu dengan berbagai macam kegiatan. Sehingganya, perlunya sekolah dalam memfokuskan kesehatan mental para peserta didiknya agar tidak terjadi kasus *bullying* [5], [6].

Fenomena kasus *bullying* harus juga dilihat dari aspek social yang melatarbelakangi peristiwa tersebut. Hal ini dikarenakan para korban biasanya dianggap diluar dari lingkungan social dari pelaku yang menjadi dasar dari tindakan tersebut [7]. Perilaku ini termasuk perilaku pemaksaan yang dilakukan oleh orang lain terhadap orang yang lebih lemah darinya [8]. Perilaku *bullying* pada dasarnya dapat kelompokkan pada 2 jenis, *bullying* secara langsung terkait aspek fisik dan verbal serta *bullying* secara tidak langsung yang meliputi aspek social dan emosional. Banyak factor penyebab Tindakan *bullying* disekolah yaitu berupa harga diri, keluarga, iklim sekolah, media masa dan teman sebaya. Adanya factor penguatan status diantara teman sebaya menjadi salah satu factor penyebab utama [9].

Akibat dari tindakan *bullying* ini dapat terjadi tidak hanya pada korban tetapi juga pada pelaku. Dampak-dampak dari *bullying* dapat berupa turunnya rasa percara diri munculnya perasaan tidak biasa, depresi dan tidak percaya orang lain. Salah satu dampaknya adalah gangguan kesehatan mental pada remaja yang berujung depresi dan rendahnya *self-esteem* (penghargaan diri). Sehingga banyaknya korban dari *bullying* yang rentan memiliki ide atau melakukan percobaan bunuh diri [1], [2], [7], [9]. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi *bullying* adalah dengan memberikan pengetahuan dan cara yang baik agar mampu melawan tindakan *bullying*. Hal ini dapat dilakukan dengan membantu korban, mendamaikan, serta melaporkan kepada orang dewasa. Selain itu di lingkungan sekolah perlu dibuat program pencegahan anti *bullying* dan menindak tegas aksi pelaku [9].

Pesantren Moderen Terpadu X ini merupakan sekolah pesantren yang terdiri dari siswa SMP hingga SMA. Sekolah ini merupakan cabang dari pesantren modern ini memfasilitasi asrama untuk seluruh murid. Minimnya interaksi dengan pihak luar menyebabkan siswa hanya terfokus pada pendidikan. Dari wawancara awal ditemukan bahwa beberapa siswa merasa mendapat perlakuan *bullying* dari teman-teman sekolahnya. Hal ini dikarenakan masih minimnya pengetahuan akan apa itu tindakan *bullying*, jenis-jenis tindakan tersebut serta bahayanya bagi perkembangan mental dan emosional siswa kedepannya. Hal ini dikarenakan belum adanya sosialiasi sejenis yang dilakukan oleh pihak sekolah ataupun pihak eksternal lainnya. Dengan dilakukannya sosialisasi ini diharapkan dapat membantu mencegah terjadinya *bullying* dari dalam diri siswa. Oleh karenanya perlunya dilakukan sosialisasi akan pentingnya pengendalian diri dan pencegahan kejadian *bullying* pada remaja.

2. METODE

Program pengabdian kepada masyarakat ini mencakup sosialisasi tata cara pengendalian diri dan pencegahan kejadian *bullying* pada remaja. Kegiatan ini merupakan salah satu metode yang digunakan untuk meningkatan pengetahuan siswa. Kegiatan berlangsung pada hari minggu tanggal 28 Mei 2023, di Gedung Pertunjukan Pesantren Modren Terpadu X di Kota Padang. Target peserta dalam kegiatan ini adalah seluruh siswa SMP dan SMA. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 58 orang. Dari pihak sekolah terdiri dari Wakil Kepala Sekolah, Kepala Asrama Putra dan Kepala Asrama Putri. Dari pihak pelaksana terdiri dari 3 orang dosen pendamping, dan 5 orang mahasiswa yang membantu dosen dalam kegiatan. Pemilihan topik *bullying* berdasarkan analisis beberapa indicator yang dipilih berdasarkan analisis SWOT, dengan rincian pada Tabel 1.

Tabel 1. Analisis SWOT

Analisa		Keterangan
Strength (Kekuatan)	a.	Jarak antara kampus dengan lokasi pelaksanaan kegiatan sangat dekat
	b.	Dukungan dari pihak sekolah
	c.	Merupakan pesantren dimana siswa lebih ditekanankan dekat dengan agama
	d.	Adanya komitmen sekolah dalam kesejahteraan dan keselamatan siswa dalam visi misinya
Weakness (Kelemahan)	a.	Belum pernah adanya sosialisasi dari pihak luar
	b.	Belum pernahnya dilakukan sosialisasi mengenai *bullying*
Opportunity (Peluang)	a.	Ruangan tempat sosialisasi yang nyaman dan sanggup menampung semua siswa
	b.	Minim akses terhadap teknologi dari luar
	c.	Pentingnya sosialisasai ini meningkatkan kesadaran siswa, guru dan staf sekolah akan tanda-tanda *bullying*
	d.	Dapat mengidentifikasi awal dan melakukan penanganan awal akan kasus *bullying* jika terjadi di sekolah
Threats (Ancaman)	a.	Adanya siswa yang pulang ke rumah orang tuanya dikarenakan pelaksanaan dilaksanakan di hari minggu
	b.	Belum adanya komite atau lembaga khusus penanganan *bullying* di sekolah

ISSN: 2615-6717 (Print), 2657-2338 (On-Line)

Selain pemaparan materi, siswa juga diperlihatkan video akan dampak *bullying*. Adapun tahapan kegiatan berupa:

1. Tahapan persiapan
   a. Pembentukan panitia
   b. Penyusunan materi
   c. Koordinasi pelaksanaan bersama dengan pihak sekolah
2. Tahapan pelaksanaan kegiatan:
   a. Pelaksanaan *pre-test*
   b. Pemutaran video *bullying*
   c. Pemberian pendidikan, materi yang disampaikan dalam kegiatan ini:
      i. Pengertian *bullying*
      ii. Jenis-jenis Tindakan *bullying* (yang kerap terjadi di sekolah)
      iii. Kategori *bullying*
      iv. Penyebab *bullying*
      v. Pelaku *bullying*
      vi. Korban *bullying*
      vii. Bahaya *bullying*
      viii. Strategi pencegahan *bullying*
      ix. Yang dilakukan jika melihat/mengetahui/menjadi korban *bullying*
   d. Diskusi dan tanya jawab
   e. Pelaksanaan *post-test*
3. Evaluasi kegiatan.
4. Tahapan pendokumentasian dan pembuatan laporan kegiatan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan sosialisasi dapat terlaksana sesuai dengan jadwal kegiatan. Tidak ada hambatan dalam pelaksanaan kegiatan, dimana kegiatan berjalan sesuai dengan *rundown* acara dan berlangsung tepat waktu. Secara umum para siswa sangat antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Terlihat dari banyaknya siswa yang aktif bertanya saat kegiatan berlangsung.

Kegiatan dimulai dari :

1. Sosialisasi ini mengambil judul : STOP *BULLYING*! Sosialisasi Pengendalian Diri dan Pencegahan Kejadian *Bullying* pada Remaja. Awal kegiatan dimulai dari pembukaan oleh Wakil Kepala Sekolah bagian Pendidikan dan Kurikulum dan doa bersama.
2. Selajutnya siswa diminta untuk mengisi *pre-test* sebelum memulai kegiatan. Dalam penyebaran kuesioner *pre-test*, mahasiswa diminta untuk menyebarkan kuesioner sekaligus melakukan dokumentasi kegiatan. Pengisian *pre-test* berlangsung selama 10 menit.
3. Kegiatan sosialisasi dilanjutkan dengan pemutaran video pendek mengenai *bullying* pada siswa. Terdapat dua video yang diputarkan, yang pertama penjelasan mengenai *bullying* dan yang dua mengenai dampak dari *bullying* bagi kehidupan korban dan pelaku.
4. Selajutnya dilakukan pemaparan materi oleh dosen pembimbing. Materi yang disampaikan berupa penjelasan mengenai video yang telah dijelaskan dan dikaitkan dengan materi *bullying* dari para ahli. Dalam pemaparan ini juga dijelaskan apa dampaknya dalam hal kaitanya terhadap tindakan pidana jika pelaku melakukan *bullying*.
5. Setelah mendapatkan materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Para siswa sangat aktif dalam diskusi terutama dalam hal apa yang harus dilakukan jika mereka melihat, menjadi korban, ataupun ingin berubah karena pernah melakukan *bullying* kepada temannya.
6. Sebelum dilakukan *post -test* dan penutupan diadakan mini kuis bagi siswa yang mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri.
7. Kegiatan ditutup dengan *post-test*, doa dan foto bersama. Dokumentasi kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 1.

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan berupa penyuluhan yang memberikan informasi mengenai berbagai aspek *bullying*, termasuk pengertian, kategori, tipe dan bentuk *bullying*, bahaya serta dampaknya, pelaku *bullying*, pengelolaan *bullying*, dan cara mengatasinya. Metode penyuluhan dipilih karena dianggap sesuai untuk memberikan pendidikan non-formal kepada siswa. Dalam sosialisasi ini, digunakan metode ceramah di mana peserta diminta untuk mendengarkan materi yang disampaikan oleh pemateri, diikuti dengan pemutaran video yang menjelaskan penyebab, contoh, akibat, serta dampak *bullying*, baik bagi pelaku maupun korban. Kegiatan ini ditujukan kepada seluruh siswa SMP dan SMA dari Pesantren Modern Terpadu (PMT) X, yang berjumlah 58 orang.

Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Pentingnya kegiatan sosialisasi ini terletak pada upaya untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai bahaya dan dampak *bullying*. Dengan memahami berbagai aspek *bullying*, siswa diharapkan dapat mengenali tindakan *bullying* sejak dini dan mengambil langkah-langkah pencegahan yang tepat. Pengetahuan ini tidak hanya penting untuk melindungi diri sendiri, tetapi juga untuk membantu teman-teman mereka yang mungkin menjadi korban *bullying*. Dengan demikian, sosialisasi ini berperan penting dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden

Umur	Jumlah	Persentase
12	1	2%
13	8	14%
14	12	20%
15	7	12%
16	21	36%
17	10	17%
Total	59	100%
Jenis Kelamin		
L	7	12%
P	52	88%
Total	59	100%

Manfaat yang diharapkan dari sosialisasi ini antara lain adalah peningkatan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai *bullying*, sehingga mereka dapat menjadi agen perubahan yang aktif dalam mencegah dan mengatasi *bullying* di lingkungan sekolah. Selain itu, melalui video dan ceramah yang disajikan, siswa dapat melihat contoh nyata dari dampak *bullying* dan belajar bagaimana mengelola situasi tersebut dengan bijak. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membekali siswa dengan keterampilan praktis untuk menghadapi *bullying*.

Dengan adanya sosialisasi ini, diharapkan tercipta budaya sekolah yang lebih inklusif dan empatik, di mana setiap siswa merasa aman dan dihargai. Sosialisasi ini juga berkontribusi pada peningkatan kualitas kehidupan sosial di sekolah, mengurangi insiden *bullying*, dan membangun karakter siswa yang lebih kuat dan peduli terhadap sesama. Ini adalah langkah penting menuju terciptanya generasi muda yang berani bersikap dan bertindak positif dalam menghadapi berbagai tantangan sosial. Distribusi frekuensi responden dapat dilihat pada Tabel 2.

Setelah pelaksanaan sosialisasi, siswa diminta untuk mengisi kuesioner guna mengevaluasi sejauh mana mereka memahami isi materi yang telah dipaparkan. Kuesioner ini dirancang untuk mengukur pengetahuan

ISSN: 2615-6717 (Print), 2657-2338 (On-Line)

siswa tentang berbagai aspek bullying yang telah dijelaskan, termasuk definisi, jenis-jenis, dampak, serta langkah-langkah pencegahan dan penanganannya. Melalui kuesioner ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang jelas mengenai tingkat pemahaman siswa dan efektivitas sosialisasi dalam meningkatkan kesadaran mereka tentang pentingnya sikap anti-bullying. Hasil dari kuesioner ini juga akan digunakan untuk mengidentifikasi area yang mungkin memerlukan penjelasan lebih lanjut atau pendekatan yang berbeda dalam kegiatan edukasi berikutnya. Deskripsi jawaban siswa dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Deskripsi Jawaban Siswa

No	Pernyataan	Benar		Salah	
		f	%	f	%
1	*Bullying* atau perundungan adalah tindakan melakukan atau mengatakan sesuatu yang jahat kepada orang lain	58	98%	1	2%
2	Membuat seseorang melakukan hal-hal yang terpaksa mereka lakukan bukan termasuk *bulling*	42	71%	17	29%
3	Merusak atau mencuri barang serta tindakan tubuh yang tidak sopan kepada orang lain termasuk *bullying* fisik	57	97%	2	3%
4	Menyebarkan gossip seseorang bukanlah termasuk *bullying*	42	71%	17	29%
5	Memberikan komen negative atau menyakitkan di media sosial termasuk *bullying* secara verbal	5	8%	54	92%
6	Menurunnya prestasi belajar salah satu contoh dampak *bullying*	54	92%	5	8%
7	*Bullying* bisa terjadi karena perasaan iri	59	100%	0	0%
8	*Bullying* akan terhadi berulang kali	59	100%	0	0%
9	Pengamat *bullying* adalah mereka yang menganalisis tentang *bullying*	13	22%	46	78%
10	Yang dapat dilakukan untuk mencegah *bullying* adalah menunjukkan empati kepada korban	54	92%	5	8%

Berdasarkan istribusi jawaban responden terlihat bahwa para santri sudah memiliki pengetahuan yang baik akan *bullying*, bahaya, cara pengendalian diri dan pencegahan kejadian *bullying*. Kegiatan sosialisasi ini dimaksudkan untuk memberikan pendidikan untuk meningkatan pemahaman siswa akan perilaku *bullying* dan pencegahannya. Diyakini bahwa pemberian pendidikan kesehatan ini akan sangat berpengaruh terhadap pengetahaun siswa akan dampak buruk dari perilaku *bullying* terhadap lingkungan sekitarnya [10]. Melalui sosialisasi ini, diharapkan siswa tidak hanya mampu mengidentifikasi bentuk-bentuk *bullying*, tetapi juga dapat memahami konsekuensi serius yang dapat timbul akibat perilaku tersebut. Dengan pemahaman yang lebih mendalam, siswa akan lebih peka dan responsif dalam menghadapi situasi yang berpotensi mengarah pada *bullying*, serta mampu mengambil tindakan pencegahan yang efektif.

Pemberian pendidikan kesehatan ini juga bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai empati dan rasa tanggung jawab di kalangan siswa. Dengan meningkatnya kesadaran akan dampak negatif *bullying*, siswa diharapkan akan lebih proaktif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan harmonis. Selain itu, mereka juga akan lebih siap untuk membantu teman-teman yang mungkin menjadi korban *bullying*, sehingga tercipta budaya saling mendukung dan menghargai di antara para siswa. Secara keseluruhan, kegiatan sosialisasi ini diharapkan dapat memperkuat pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menghadapi *bullying*, serta mendorong terciptanya lingkungan sekolah yang lebih positif dan bebas dari intimidasi. Dengan begitu, sekolah tidak hanya menjadi tempat belajar, tetapi juga menjadi tempat yang aman dan nyaman bagi semua siswa [11].

Dari sosialisasi diketahui ini juga bahwa siswa memahami akan dampak *bullying* yang tidak hanya dialami oleh korban, tetapi juga memiliki dampak buruk terhadap pelaku yang dapat mengalami gangguan kesehatan mental. Para korban yang biasanya mengalami kekerasan fisik dapat menyebabkan trauma jangka pendek dan panjang. Trauma ini dapat mengakibatkan tingginya tingkat depresi, kecemasan, dan bunuh diri ketika dewasa [7]. Selain itu, pemahaman mengenai dampak *bullying* menjadi lebih komprehensif, karena siswa juga belajar bahwa pelaku *bullying* tidak jarang mengalami masalah emosional yang serius. Pelaku *bullying* dapat menghadapi rasa bersalah, penyesalan, dan isolasi sosial yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental mereka di kemudian hari. Ini menunjukkan bahwa *bullying* adalah masalah kompleks yang mempengaruhi semua pihak yang terlibat, baik korban maupun pelaku.

Para siswa juga memahami bahwa trauma yang dialami korban *bullying* dapat memiliki implikasi jangka panjang yang signifikan. Korban *bullying* sering kali mengalami luka fisik dan emosional yang mendalam, yang dapat berlanjut hingga dewasa. Trauma ini dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental yang serius, seperti depresi dan kecemasan, yang memerlukan waktu dan bantuan profesional untuk pemulihannya. Bahkan, beberapa korban dapat mengalami tingkat stres yang tinggi hingga berpikir untuk bunuh diri. Dengan kesadaran ini, siswa diharapkan dapat lebih berempati dan lebih berhati-hati dalam berinteraksi dengan teman-teman

mereka [12]. Mereka belajar pentingnya menciptakan lingkungan sekolah yang suportif dan saling mendukung, di mana setiap individu merasa aman dan dihargai. Melalui sosialisasi ini, diharapkan tercipta perubahan sikap dan perilaku yang positif di kalangan siswa, sehingga dapat mencegah terjadinya *bullying* dan membantu korban serta pelaku untuk pulih dari dampak negatif yang ditimbulkan.

Pendidikan kesehatan ini bertujuan untuk merubah perilaku individu, kelompok, keluarga serta Masyarakat dari perilaku tidak baik menjadi perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku di Masyarakat. Di sisi lain, peran orang tua tidak kalah pentingnya. Orang tua dapat memperkuat nilai-nilai positif yang diajarkan di sekolah dengan menerapkannya di rumah. Melalui komunikasi yang terbuka dan dukungan yang konsisten, orang tua dapat membantu anak-anak mereka memahami pentingnya perilaku yang baik dan empati terhadap sesama. Selain itu, orang tua dapat menciptakan lingkungan rumah yang mendukung, di mana anak-anak merasa aman dan dihargai, serta mendorong mereka untuk berbagi pengalaman dan masalah yang dihadapi [13]. Disarankan siswa dapat melakukan hal-hal positif seperti [9]:

1. Mencari kesibukan sendiri saat disekolah agar tidak merasa kesepian
2. Lebih terbuka mengenai permasalahan yang dihadapi
3. Lebih perhatiannya orang tua
4. Perilaku *bullying* yang sudah mengarah pada tindak pidahan harus segera dilaporkan
5. Peran aktif guru dalam mendampingi siswa

Selain itu dalam mengarasi perilaku *bullying* dapat dilakukan dengan cara-cara berikut [5], [14]:

1. Mengetahui dan memahami jenis *bullying* sehingga diharapkan siswa diharapkan bisa menganalisa *bullying* yang menimpka mereka dan orang-orang didekat mereka.
2. Siswa perlu dibekali tentang cara menghadapi *bullying* dengan aman, tanpa cara-cara yang agresif atau kekerasan dan bagaimana mencari pertolongan.
3. Membangun komunikasi dua arah yang baik antara orang tua dan siswa.
4. Peran guru dalam menemukan minat dan potensi siswa sehingga siswa akan terdorang untuk mengembangkan diri dan bertemu dengan teman-teman yang memiliki minat yang sama, Sehingga bisa meningkatkan rasa percaya diri dan mendukung kehidupan social mereka.
5. Memberikan teladan lewat sikap dan perilaku yang baik di lingkungan sekolah

Setelah kegiatan ini diharapakan upaya – upaya perbaikan perilaku oleh siswa dengan berbaikan dalam bentuk sikap lebih baik terhadap guru dan teman-temannya, lebih berempati kepada sesama serta meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam proses pembelajaran di dalam kelas [15]. Selain itu, guru memegang peran kunci dalam mendukung perubahan positif ini. Dengan memberikan teladan sikap yang baik dan adil, guru dapat mendorong siswa untuk mengikuti jejak mereka dalam berperilaku positif. Selain itu, guru juga dapat membantu siswa mengembangkan empati dengan mengintegrasikan kegiatan yang mendorong kerja sama dan saling pengertian dalam pembelajaran sehari-hari [16].

Melalui observasi dan interaksi yang cermat, guru dapat mengidentifikasi siswa yang mungkin membutuhkan dukungan tambahan dan memberikan bimbingan yang diperlukan. Guru juga dapat memfasilitasi diskusi kelompok dan kegiatan yang memperkuat kepercayaan diri siswa, sehingga mereka merasa lebih nyaman untuk berpartisipasi aktif dalam kelas. Dengan demikian, upaya kolaboratif antara siswa dan guru akan menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif, di mana setiap individu merasa dihargai dan didukung untuk berkembang secara optimal [17].

Dari kegiatan ini juga disarankan agar mencegah perilaku *bullying* dengan :

1. Jadilah Teman yang Baik: Selalu bersikap ramah dan inklusif kepada semua teman. Jika Anda melihat seseorang sendirian atau tampak terisolasi, ajak mereka bergabung dalam kegiatan bersama.
2. Berbicara Ketika Melihat *Bullying*: Jangan takut untuk berbicara jika Anda melihat atau mengetahui tentang tindakan *bullying*. Laporkan kepada guru, konselor, atau orang dewasa yang dipercaya.
3. Mendukung Korban *Bullying*: Tunjukkan dukungan kepada teman yang menjadi korban *bullying*. Berikan dukungan emosional, dengarkan mereka, dan bantu mereka mendapatkan bantuan dari orang dewasa.
4. Hindari Menjadi Pelaku: Jangan pernah ikut serta dalam tindakan *bullying*. Ingat bahwa setiap orang layak diperlakukan dengan hormat dan martabat.
5. Pahami Dampak *Bullying*: Sadari bahwa *bullying* tidak hanya menyakiti korban tetapi juga pelaku dan lingkungan sekitar. Dengan memahami dampaknya, Anda akan lebih termotivasi untuk mencegah tindakan tersebut.
6. Bangun Rasa Percaya Diri: Perkuat kepercayaan diri Anda dan teman-teman dengan berbagi kegiatan positif yang dapat meningkatkan harga diri dan mengurangi ketergantungan pada pandangan negatif orang lain.

ISSN: 2615-6717 (Print), 2657-2338 (On-Line)

7. Ciptakan Lingkungan yang Aman: Bersama-sama, ciptakan budaya sekolah yang menghargai perbedaan dan inklusivitas. Dorong teman-teman untuk saling mendukung dan menghormati satu sama lain.
8. Berpartisipasi dalam Kegiatan Anti-*Bullying*: Ikut serta dalam program atau kegiatan sekolah yang bertujuan untuk mencegah *bullying*. Ini bisa berupa kampanye kesadaran, diskusi kelompok, atau pelatihan keterampilan sosial.
9. Minta Bantuan Jika Dibutuhkan: Jangan ragu untuk meminta bantuan jika Anda merasa kesulitan menghadapi situasi *bullying*, baik sebagai korban maupun sebagai saksi. Guru, konselor, dan orang tua siap membantu.
10. Pahami dan Latih Pengendalian Diri: Latih keterampilan pengendalian diri untuk menghadapi situasi yang memicu stres atau emosi negatif. Teknik relaksasi seperti pernapasan dalam atau meditasi dapat membantu Anda tetap tenang.

4. KESIMPULAN

Dalam pelaksanaannya, kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik berkat koordinasi yang solid antara tim pengabdian yang terdiri dari dosen dan mahasiswa serta pihak sekolah. Kolaborasi ini memastikan setiap tahap kegiatan terlaksana dengan lancar, mulai dari persiapan materi hingga pelaksanaan sosialisasi. Namun, terdapat beberapa kendala yang dihadapi selama kegiatan ini. Keterbatasan waktu untuk menyampaikan dan mengaplikasikan materi yang cukup banyak menjadi salah satu hambatan utama. Selain itu, alat peraga yang tersedia hanya berupa video pendek, yang membatasi kemampuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam dan interaktif kepada siswa mengenai pentingnya sikap anti-*bullying*.

Meskipun demikian, sosialisasi ini berhasil menampilkan video yang menggambarkan aktivitas *bullying* yang sering dianggap biasa serta dampaknya bagi pelaku dan korban. Video ini menjadi alat bantu penting dalam membantu siswa menyadari betapa seriusnya dampak *bullying* dan pentingnya mencegah tindakan tersebut. Untuk mengatasi keterbatasan ini, diperlukan upaya tindak lanjut berupa pemantauan perkembangan siswa, guna memastikan bahwa pengetahuan yang diberikan dapat diimplementasikan secara efektif dalam kehidupan sehari-hari di sekolah.

Hasil dari kegiatan sosialisasi ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan siswa tentang perilaku *bullying*. Siswa kini lebih memahami berbagai aspek *bullying*, termasuk tindakan, jenis, dan bentuknya, serta siapa saja yang bisa menjadi korban dan pelakunya. Mereka juga lebih tahu cara mencegah *bullying* dan langkah-langkah yang harus diambil jika melihat, mengetahui, atau menjadi korban *bullying*. Dengan pengetahuan ini, diharapkan siswa dapat lebih proaktif dalam mencegah dan menangani kasus *bullying* di lingkungan sekolah mereka.

Pengetahuan yang telah diperoleh siswa diharapkan dapat menciptakan suasana belajar yang lebih aman dan nyaman bagi semua. Para siswa kini memiliki bekal untuk mendukung teman-teman mereka yang menjadi korban dan melaporkan tindakan *bullying* kepada pihak yang berwenang. Selain itu, pemahaman yang lebih baik tentang dampak negatif *bullying* juga diharapkan dapat menumbuhkan empati dan tanggung jawab sosial di kalangan siswa, sehingga tercipta lingkungan sekolah yang lebih inklusif dan bebas dari intimidasi. Langkah-langkah tindak lanjut seperti pemantauan perkembangan siswa dan penyuluhan berkelanjutan akan menjadi kunci dalam memastikan bahwa upaya ini memberikan hasil yang berkelanjutan dan signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Y. Bachri, M. Putri, Y. P. Sari, and R. Ningsih, "Pencegahan Perilaku Bullying Pada Remaja," *J. Salingka Abdimas*, vol. 1, no. 1, pp. 30–36, 2021, doi: 10.31869/jsam.v1i1.2823.

[2] M. Yolanda and R. Ahmalia, "Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Perilaku Kekerasan Pada Remaja," *J. Kesehat. PERINTIS (Perintis's Heal. Journal)*, vol. 7, no. 2, pp. 92–96, 2021, doi: 10.33653/jkp.v7i2.487.

[3] UNICEF, "UNICEF : Annual results report 2016: child protection.," *Annu. results Rep. 2016 child Prot.*, p. 107–pp, 2017.

[4] KPAI, "Bank Data KPAI - Data Kasus Perlindungan Anak dari Pengaduan ke KPAI tahun 2023," 2023. https://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-perlindungan-anak-dari-pengaduan-ke-kpai-tahun-2023.

[5] M. M. Haslan, Rispawati;, A. Fauzan, E. Kurniawansyah, and Sawaludin, "Penyuluhan Tentang Dampak Perilaku Bullying Bagi Siswa dan Upaya untuk Mengatasinya di SMPN 1 Gerung Kabupaten Lombok Barat," *J. Pengabdi. Magister Pendidik. IPA*, vol. 4, no. 4, pp. 423–430, 2021, doi: 10.29303/jpmpi.v4i4.1187.

[6] N. Adhyka, I. K. Aisyah, and B. Yurizal, "Analisis Kesehatan Mental Remaja Berdasarkan Global School Based Student Health Survey (GSHS) Siswa di Pesantren Modern," *J. Pembang. Nagari*, vol. 8, no. 2, pp. 198–209, 2023, doi: 10.30559/jpn.v8i2.439.

[7] K. K. H. Darmayanti, F. Kurniawati, and D. Situmorang, "Fenomena Bullying di Sekolah: Apa dan Bagaimana?," *Pedagogia*, vol. 17, no. 1, p. 55, 2019, doi: 10.17509/pdgia.v17i1.13980.

[8] M. Nur, Y. Yasriuddin, and N. Azijah, "Identifikasi Perilaku Bullying Di Sekolah (Sebuah Upaya Preventif)," *Al-Madrasah J. Pendidik. Madrasah Ibtidaiyah*, vol. 6, no. 3, p. 685, 2022, doi: 10.35931/am.v6i3.1054.

[9] A. A. Fadillah *et al.*, "Perkembangan Psikologi Anak Karena Dampak Bullying," *J. Ris. Pendidik. dan Pengajaran*, vol. 1, no. 2, pp. 157–164, 2022, doi: 10.55047/jrpp.v1i2.225.

[10] Fithria and R. Auli, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Bullying," *Idea Nurs. J.*, vol. VII, no. 3, pp. 9–17, 2016, [Online]. Available: https://core.ac.uk/download/pdf/292076494.pdf.

[11] M. Akbar, R. Sugiyanto, A. Darmaramadhan, M. Sri, U. M. Bengkulu, and M. Wolke, "Pencegahan Perilaku Bullying Pada Anak Dengan," *J. Pengabdi. Kolaborasi dan Inov. IPTEKS*, vol. 1, no. 2, pp. 77–87, 2023.

[12] V. P. Dubey, J. Kievišienė, A. Rauckiene-Michealsson, S. Norkiene, A. Razbadauskas, and C. Agostinis-Sobrinho, "Bullying and Health Related Quality of Life among Adolescents—A Systematic Review," *Children*, vol. 9, no. 6, 2022, doi: 10.3390/children9060766.

[13] S. Fikriyah, A. Mayasari, Ulfah, and O. Arifudin, "Peran Orang Tua terhadap Pembentukan Karakter Anak Dalam Menyikapi Bullying," *J. Tahsinia*, vol. 3, no. 1, pp. 11–19, 2022, doi: 10.24815/pear.v10i2.28394.

[14] M. D. Aurick *et al.*, "'Stop perundungan, mari kita berteman!' penyuluhan dan edukasi anti perundungan untuk siswa sekolah dasar," *KACANEGARA J. Pengabdi. pada Masy.*, vol. 6, no. 2, p. 165, 2023, doi: 10.28989/kacanegara.v6i2.1579.

[15] N. Nuraini and I. M. S. Gunawan, "Penyuluhan Stop Bullying Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Perundungan yang Terjadi Pada Siswa di Sekolah," *Lumbung Inov. J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 6, no. 2, pp. 64–68, 2021, doi: 10.36312/linov.v6i2.573.

[16] Ramadhanti and M. T. Hidayat, "Strategi Guru dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa di Sekolah Dasar," *J. Basicedu*, vol. 6, no. 3, pp. 4566–4573, 2022.

[17] A. Adiyono, A. Adiyono, I. Irvan, and R. Rusanti, "Peran Guru Dalam Mengatasi Perilaku Bullying," *Al-Madrasah J. Pendidik. Madrasah Ibtidaiyah*, vol. 6, no. 3, p. 649, 2022, doi: 10.35931/am.v6i3.1050.

ISSN: 2615-6717 (Print), 2657-2338 (On-Line)