
Pendidikan Kesehatan Tentang *Bullying* di SMPN 5 Lebak Bandung Kota Jambi

Jufri Al Fajri¹, Marta Suri², Vevi Suryenti Putri³, Maidaliza⁴, Rino M⁵

^{1,3,5}Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Baiturrahim Jambi

Jl.Prof.M.Yamin No.30 Kel.Lebak Bandung, Kec. Jelutung, Kota Jambi, 36135, Jambi, Indonesia

^{2,4}Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Perintis Indonesia, Padang

*Email Korespondensi: martasuri85@gmail.com

Abstract

Bullying is one of the most common psychosocial problems among adolescents, particularly within the school environment. A lack of knowledge and awareness among students regarding the forms and impacts of bullying can increase the risk of deviant behavior and mental health problems, ultimately affecting academic performance. This community service activity aimed to enhance students' knowledge about bullying through health education using visual media (PowerPoint). The activity was conducted face-to-face on January 15, 2023, with 27 students from class VIII J of SMP Negeri 5 Kota Jambi participating. The implementation stages included preparation, pre-test, delivery of educational material, interactive discussion, post-test, and evaluation. The results showed a significant improvement in students' knowledge: before the intervention, 62.9% of students had poor knowledge, while after the intervention, 88.8% demonstrated good knowledge. These findings indicate that health education using visual media is effective in improving students' understanding of bullying. It is expected that this program will contribute to creating a safe, inclusive, and violence-free school environment.

Keywords: *bullying, health education, junior high school students, visual media*

Abstrak

*Bullying merupakan salah satu permasalahan psikososial yang banyak terjadi di kalangan remaja, terutama di lingkungan sekolah. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai bentuk serta dampak bullying dapat meningkatkan risiko perilaku menyimpang dan gangguan kesehatan mental, yang pada akhirnya memengaruhi prestasi akademik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang bullying melalui pendidikan kesehatan dengan media visual (PowerPoint). Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka pada tanggal 15 Januari 2023 di kelas VIII J SMP Negeri 5 Kota Jambi, dengan jumlah peserta sebanyak 27 siswa. Metode pelaksanaan meliputi tahap persiapan, pre-test, pemberian materi edukatif, diskusi interaktif, post-test, dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, di mana sebelum kegiatan sebanyak 62,9% siswa memiliki pengetahuan kurang baik, sedangkan setelah kegiatan meningkat menjadi 88,8% siswa dengan pengetahuan baik. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media visual efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai *bullying*. Diharapkan kegiatan ini dapat mendorong terciptanya lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan bebas dari kekerasan.*

Kata kunci: *bullying, media visual, pendidikan kesehatan, siswa SMP*

PENDAHULUAN

Seiring bertumbuh dewasa dan memasuki masa remaja, individu mulai mengenal lingkungan sosial yang lebih luas dibandingkan masa kanak-kanak. Pada fase ini, remaja mengalami perubahan signifikan baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Proses sosialisasi berkembang secara lebih kompleks karena remaja mulai menjalin hubungan yang intens dengan teman sebaya. Interaksi dengan kelompok sebaya menjadi salah satu faktor penting dalam pembentukan identitas diri dan keterampilan sosial¹.

Apabila nilai-nilai sosial dan moral yang ditanamkan oleh keluarga, terutama orang tua, berhasil diserap dengan baik, maka keterampilan sosial individu cenderung berkembang positif. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan psikososial Erik Erikson yang menekankan bahwa keberhasilan pada setiap tahap perkembangan akan menjadi dasar bagi pencapaian tugas perkembangan selanjutnya. Sebaliknya, kegagalan dalam internalisasi nilai keluarga dapat menghambat perkembangan perilaku sosial dan emosional remaja².

Salah satu bentuk kegagalan adaptasi sosial yang sering muncul pada remaja adalah perilaku *bullying*. Menurut Olweus (2022), *bullying* merupakan tindakan agresif yang dilakukan secara berulang oleh seseorang atau sekelompok individu terhadap orang lain yang lebih lemah secara fisik, sosial, maupun psikologis, dengan tujuan menyakiti atau mendominasi³. Dalam konteks Indonesia, istilah *bullying* dikenal sebagai *perundungan*, yaitu perilaku menyakiti, mengintimidasi, atau menindas secara terus-menerus baik secara verbal, fisik, sosial, maupun melalui media digital (*cyberbullying*)⁴.

Bullying memiliki dampak yang luas terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan sosial korban. *Bullying* pada masa remaja dapat menyebabkan depresi, kecemasan, insomnia, gangguan konsentrasi, dan penurunan performa akademik⁵. Temuan serupa juga dijelaskan bahwa korban *bullying* cenderung mengalami gangguan psikosomatik seperti sakit kepala, nyeri perut, dan ketegangan otot tanpa sebab medis yang jelas⁶.

Di Indonesia, kasus *perundungan* masih menjadi masalah serius di lingkungan pendidikan. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2023) menunjukkan bahwa sekitar 54% kasus kekerasan terhadap anak yang dilaporkan berasal dari lingkungan sekolah, dengan bentuk kekerasan terbanyak adalah *bullying* verbal dan sosial. Sementara itu, satu dari tiga remaja di Indonesia pernah mengalami tindakan *perundungan* baik secara langsung maupun daring⁷.

Bullying bukan hanya berdampak pada korban, tetapi juga menciptakan iklim sekolah yang tidak aman, menurunkan solidaritas sosial, serta meningkatkan potensi konflik antar siswa⁸. Penelitian lain menunjukkan bahwa pelaku *bullying* sering kali memiliki latar belakang kurangnya empati, pola asuh otoriter, atau pengalaman menjadi korban di masa sebelumnya⁹.

Dengan demikian, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui pendidikan kesehatan di sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai bentuk, dampak, dan cara mencegah *bullying*. Intervensi edukatif yang menarik dan komunikatif seperti penyuluhan dengan media visual dapat membantu siswa memahami konsep *bullying* secara lebih mendalam dan menumbuhkan empati antar teman sebaya.

Studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 5 Kota Jambi menunjukkan bahwa dari 10 remaja yang diwawancarai, 8 orang mengaku pernah menjadi pelaku sekaligus korban *bullying*. *Bullying* ini umumnya dilakukan di lingkungan sekolah secara tidak sadar dan berulang, yang menandakan bahwa *perundungan* telah menjadi bagian dari dinamika sosial yang tidak sehat di kalangan remaja.

Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan *bullying* harus menjadi prioritas dalam pendidikan karakter dan kesehatan mental di lingkungan sekolah. Intervensi berbasis

keluarga, sekolah, dan komunitas sangat diperlukan untuk membentuk lingkungan sosial yang aman dan suportif bagi perkembangan remaja. Target dari kegiatan pengabdian ini adalah siswa/siswi di SMPN 5 Labak Bandung Kota Jambi. Luarannya adalah meningkatkan pengetahuan tentang Bullying.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan di kelas VIII J SMP Negeri 5 Lebak Bandung, Kota Jambi, pada tanggal 15 Januari 2023. Jumlah peserta sebanyak 27 siswa berusia 13–14 tahun. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara tatap muka (luring) menggunakan metode pendidikan kesehatan (health education) dengan pendekatan ceramah interaktif dan diskusi kelompok. Media yang digunakan adalah media visual berupa slide PowerPoint (PPT) untuk menstimulasi indera penglihatan dan membantu siswa memahami materi tentang bullying secara lebih konkret, menarik, dan komunikatif.

1. Tahap Persiapan

- a. Tim pelaksana melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan waktu, tempat, serta jumlah peserta kegiatan.
- b. Identifikasi masalah dilakukan melalui observasi awal dan komunikasi dengan guru Bimbingan Konseling, yang menemukan adanya perilaku agresif verbal antar siswa di lingkungan sekolah.
- c. Penyusunan materi edukasi tentang bullying meliputi pengertian, bentuk-bentuk bullying, faktor penyebab, dampak terhadap korban dan pelaku, serta strategi pencegahan di lingkungan sekolah.

2. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan pada 15 Januari 2023 bertempat di kelas VIII J SMP Negeri 5 Lebak Bandung, Kota Jambi. Pelaksanaan dimulai pukul 08.00–11.00 WIB, dengan durasi kegiatan sekitar 180 menit, meliputi pre-test, pemberian materi, diskusi, post-test, dan evaluasi.

3. Tahapan Pelaksanaan

- a. Pre-test: dilakukan dengan wawancara menggunakan lembar pertanyaan terstruktur untuk mengukur tingkat pengetahuan awal siswa mengenai bullying, bentuk, serta dampaknya.
- b. Penyampaian Materi: tim memberikan pendidikan kesehatan menggunakan media PowerPoint, disertai tanya jawab dan penyampaian studi kasus ringan yang relevan dengan kehidupan siswa agar lebih mudah dipahami.
- c. Diskusi Interaktif: siswa diajak berdialog mengenai pengalaman pribadi atau situasi di sekolah yang berkaitan dengan perilaku bullying serta mendiskusikan solusi yang dapat dilakukan bersama.
- d. Post-test: dilakukan menggunakan instrumen yang sama dengan pre-test untuk menilai peningkatan pengetahuan siswa setelah mendapatkan edukasi.

4. Tahap Evaluasi dan Pelaporan

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui refleksi bersama dan umpan balik (feedback) dari siswa dan guru Bimbingan Konseling terkait kejelasan materi, metode penyampaian, serta manfaat kegiatan. Tim pelaksana kemudian menyusun laporan kegiatan sebagai bentuk pertanggungjawaban akademik dan dokumentasi resmi untuk publikasi pengabdian masyarakat. Pelaksanaan kegiatan ini melibatkan dua orang mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Universitas Baiturrahim Jambi sebagai asisten fasilitator. Mahasiswa berperan dalam membantu pelaksanaan pre-test dan post-test, mendampingi siswa selama sesi diskusi, serta melakukan dokumentasi kegiatan.

Metode pendidikan kesehatan dengan media visual terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep bullying, serta menumbuhkan kesadaran kolektif untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan bebas kekerasan.

5. Peserta dan Pelaksanaan Kegiatan

Peserta kegiatan berjumlah 27 siswa kelas VIII J dengan rentang usia 13–14 tahun. Seluruh peserta hadir dan mengikuti kegiatan secara aktif. Kegiatan berlangsung dalam suasana kondusif dan komunikatif, di mana siswa menunjukkan antusiasme tinggi dalam menjawab pertanyaan dan berbagi pendapat selama sesi diskusi.

6. Gambaran Pelaksanaan

Kegiatan dimulai dengan sambutan dari pihak sekolah dan ketua tim PkM, dilanjutkan dengan pelaksanaan pre-test, penyampaian materi edukatif, diskusi kelompok, dan post-test. Pada akhir sesi dilakukan refleksi bersama dan pemberian motivasi kepada siswa untuk berani menolak tindakan bullying serta melaporkan jika menemukan kasus di lingkungan sekolah. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan baik dan sesuai jadwal; peserta menunjukkan partisipasi aktif, sementara guru dan pihak sekolah memberikan apresiasi positif terhadap pelaksanaan kegiatan ini.



Gambar 1. Pemberian Materi tentang *Bullying* pada Siswa



Gambar 2. Peserta Berfoto Bersama

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil dan Pembahasan Kegiatan

Penyuluhan kesehatan tentang bullying dilaksanakan secara tatap muka (offline) di ruang kelas VIII J SMP Negeri 5 Lebak Bandung, Kota Jambi, pada tanggal 15 Januari 2023. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah PowerPoint (PPT) yang berisi materi edukatif, ilustrasi visual, serta contoh kasus sederhana agar siswa lebih mudah memahami topik bullying.

Peserta kegiatan berjumlah 27 siswa dengan rentang usia 13–14 tahun. Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan antusiasme tinggi, aktif menjawab pertanyaan, serta berpartisipasi dalam diskusi kelompok. Guru Bimbingan Konseling juga turut hadir untuk mendampingi proses penyuluhan dan memberikan dukungan terhadap kegiatan ini.

Sebelum penyuluhan dimulai, siswa diberikan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal tentang bullying. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mampu membedakan antara perilaku bercanda biasa dan tindakan bullying, serta belum memahami dampak psikologis yang ditimbulkan pada korban. Setelah kegiatan penyuluhan selesai, dilakukan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan siswa.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Edukasi tentang Bullying (n = 27)

Kategori Pengetahuan	Sebelum Edukasi	Sesudah Edukasi
Baik	37,1%	88,8%
Kurang	62,9%	11,2%

Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi. Sebelum kegiatan, hanya 37,1% siswa yang memiliki pengetahuan baik, sedangkan setelah kegiatan meningkat menjadi 88,8%. Hal ini menunjukkan bahwa metode pendidikan kesehatan dengan media visual efektif dalam membantu siswa memahami konsep, bentuk, dan dampak bullying.

Diskusi interaktif yang disertakan selama kegiatan juga berperan penting dalam meningkatkan partisipasi dan pemahaman. Siswa mampu memberikan contoh nyata perilaku bullying di lingkungan sekolah dan mengidentifikasi cara yang tepat untuk mencegahnya, seperti saling menghormati, tidak mengejek teman, dan segera melapor kepada guru jika terjadi perundungan.

Pendidikan kesehatan di sekolah dapat meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya perilaku saling menghargai^{10,11}. Selain itu, pendekatan edukatif dan partisipatif melalui diskusi kelompok terbukti efektif dalam mengubah sikap dan meningkatkan perilaku prososial di kalangan remaja sekolah¹². Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan tentang bullying ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan empati siswa. Melalui kegiatan ini, diharapkan tercipta lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan bebas dari kekerasan, serta terbentuk budaya saling menghormati antar siswa.

2. Implikasi Kegiatan

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang bullying di SMP Negeri 5 Lebak Bandung Kota Jambi memberikan beberapa implikasi penting bagi siswa, guru, dan lingkungan sekolah.

- Bagi siswa, kegiatan ini meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang bullying, termasuk pengenalan bentuk-bentuk perundungan, dampak yang ditimbulkan, serta cara mencegah dan menanggulangnya. Peningkatan ini

diharapkan dapat menumbuhkan rasa empati, saling menghargai, dan tanggung jawab sosial di antara sesama siswa.

- b. Bagi guru dan pihak sekolah, hasil kegiatan ini memberikan gambaran nyata tentang tingkat pemahaman siswa terhadap bullying, sehingga dapat menjadi dasar bagi guru Bimbingan Konseling untuk merancang program lanjutan seperti pendampingan psikologis, pembentukan duta anti-bullying, dan kegiatan positif yang memperkuat karakter siswa.
- c. Bagi tim pelaksana dan institusi pendidikan tinggi, kegiatan ini menjadi bentuk nyata penerapan ilmu keperawatan komunitas dalam konteks promosi kesehatan mental di lingkungan sekolah. Selain itu, mahasiswa yang terlibat memperoleh pengalaman langsung dalam melaksanakan pendidikan kesehatan berbasis masyarakat, meningkatkan kemampuan komunikasi, observasi, dan empati terhadap remaja.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berimplikasi pada terciptanya lingkungan belajar yang lebih aman, harmonis, dan mendukung perkembangan psikososial siswa. Program serupa diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan dan diperluas ke sekolah lain sebagai upaya preventif terhadap perilaku bullying di kalangan remaja.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) berupa pendidikan kesehatan tentang bullying di SMP Negeri 5 Lebak Bandung Kota Jambi berjalan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan. Melalui metode pendidikan kesehatan menggunakan media visual PowerPoint dengan pendekatan ceramah interaktif dan diskusi kelompok, pengetahuan siswa mengenai bullying meningkat secara signifikan. Sebelum kegiatan, sebagian besar siswa belum memahami bentuk dan dampak bullying, namun setelah edukasi, siswa mampu mengenali perilaku perundungan dan memahami cara pencegahannya. Hasil post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan dari 37,1% menjadi 88,8% dalam kategori baik. Kegiatan ini juga menumbuhkan kesadaran kolektif untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman, saling menghargai, dan bebas dari kekerasan. Selain bermanfaat bagi siswa, kegiatan ini memperkuat sinergi antara pihak sekolah dan perguruan tinggi dalam upaya promosi kesehatan mental di kalangan remaja.

Saran: Diharapkan pihak sekolah dapat melaksanakan kegiatan serupa secara berkala, agar siswa terus mendapatkan edukasi mengenai perilaku positif dan pencegahan bullying; Guru Bimbingan Konseling perlu meningkatkan pendampingan terhadap siswa dengan pendekatan konseling kelompok atau pembentukan tim duta anti-bullying di sekolah; Bagi siswa, diharapkan dapat menerapkan nilai-nilai empati, saling menghormati, dan berani melaporkan jika melihat atau mengalami tindakan bullying; Bagi perguruan tinggi, kegiatan pengabdian seperti ini dapat dijadikan model edukasi promotif dan preventif untuk meningkatkan kesehatan mental remaja di berbagai sekolah; Diperlukan kolaborasi berkelanjutan antara sekolah, orang tua, dan institusi pendidikan tinggi dalam membangun budaya sekolah yang aman, inklusif, dan bebas dari kekerasan sekolah yang aman. Sementara itu, pihak sekolah disarankan untuk rutin menyelenggarakan edukasi tentang *bullying* dengan pendekatan yang inovatif serta membentuk satuan tugas atau tim anti-*bullying* yang melibatkan guru, siswa, dan orang tua sebagai bentuk upaya pencegahan dan penanganan yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada kepala Sekolah SMPN 5 Kota Jambi yang sudah memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Santrock, J. W. *Life-Span Development*. 18th ed. (McGraw-Hill Education, 2021).
2. Papalia, D. E., Feldman, R. D. & Martorell, G. *Experience Human Development*. 14th ed. (McGraw-Hill Education, 2021).
3. Hurlock, E. B. *Developmental Psychology: A Life-Span Approach*. (McGraw-Hill Education, 2020).
4. Olweus, D. *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. (Blackwell Publishing, 2022).
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Pencegahan dan Penanganan Perundungan di Sekolah*. (Kemenkes RI, 2023).
6. World Health Organization. *School Violence and Bullying: Global Status Report 2023*. (WHO, Geneva, 2023).
7. Centers for Disease Control and Prevention. *Preventing Bullying: Facts and Strategies*. (U.S. Department of Health and Human Services, 2022).
8. Komisi Perlindungan Anak Indonesia. *Laporan Tahunan KPAI tentang Kekerasan Anak di Satuan Pendidikan*. (KPAI, Jakarta, 2023).
9. UNICEF. *The State of the World's Children: Children, Bullying and Online Safety*. (UNICEF, New York, 2022).
10. Astuti, S. & Kurniawan, H. Perilaku bullying di kalangan remaja sekolah: Faktor penyebab dan dampaknya. *J. Psikol. Pendidik.* 9, 115–123 (2021).
11. Kowalski, R. M., Limber, S. P. & McCord, A. Bullying and cyberbullying among youth: A review and update. *J. Adolesc. Health* 68, 104–116 (2021).
12. Rigby, K. *The Psychology of Bullying: Understanding and Managing Aggressive Behaviour*. (Routledge, 2021).