JURNAL
PENGABDIAN MASYARAKAT
SAGA KOMUNITAS
eISSN 2828-1608 pISSN 2828-1616

Pengabdian Masyarakat
Stop *Bullying*, Jaga Kesehatan Mentalmu dan Budayakan Sikap Menghargai

Widya Rachma Pramudita[1], Rindu[2], Fadhillah Fathan[3], Aldi Ilhamsyah[4], Alicia Hera Ramadhani[5], Arum Tri Yuniarti[6], Juliyanti Karepesina[7], Nadhir Saffana Tedja Fardyanti[8], Resa Nurkarimah[9], Ridho Maulyza Tryas Syuni[10], Rizky Aranda[11], Salma Putri Habibah[12], Sonia Wahyu Amanda Putri[13], Tiara Safa Aisyah[14], Muhammad Gian Purnama[15], Sara Mony[16], Perdamaian Daeli[17], Miranti Blandin Laleda[18]
[1-18]Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Indonesia Maju
Jl. Harapan No.50, Lenteng Agung, Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta
*Email: widyarachma2002@gmail.com[1]

Editor: YL

Diterima: 23/02/2024

Direview: 25/03/2024

Publish: 27/03/2024

Hak Cipta:
©2024 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional.**

ABSTRACT

Pendahuluan: Perundungan, atau *bullying*, adalah masalah global termasuk di Indonesia. Menurut Survei Kesehatan Pelajar Berbasis Sekolah Global (GSHS) tahun 2015, sekitar 20,6% siswa melaporkan pengalaman menjadi korban bullying. Dalam konteks ini, permasalahan yang muncul adalah kurangnya kesadaran terhadap bullying dan dampaknya. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan pendekatan komprehensif, melibatkan semua komponen sekolah dan melibatkan program-program pendidikan yang menekankan nilai-nilai seperti menghormati perbedaan, empati, dan resolusi konflik sehat.
Tujuan: Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran akan masalah tersebut melalui penyuluhan kepada siswa, guru, orang tua, dan tenaga pendidik.
Metode: Metode yang digunakan adalah Pendidikan Masyarakat. Metode ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran akan masalah tersebut melalui penyuluhan dengan teknik-teknik seperti ceramah, diskusi, dan penggunaan media visual, diharapkan peserta dapat memahami dampak bullying dan cara-cara untuk mencegah serta menangani situasi tersebut. Digunakan juga kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Pengumpulan data yang dilakukan dari data primer (kuesioner berbentuk *soft file*) menggunakan *google form*. Data diolah dan dianalisis menggunakan MS. Office.
Hasil: Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang diperoleh dengan menyebarkan kuesioner angket melalui *google form*, didapatkan hasil pada sebelum dilakukan penyuluhan paling banyak peserta mendapat nilai 100 hanya Sebanyak 3 Orang peserta (3,1%) dan setelah dilakukan penyuluhan terdapat perubahan perolehan nilai berawalan 3 orang peserta manjadi 41 (43,1%) peserta.
Kesimpulan: Penyuluhan tentang *Bullying* dan Kesehatan Mental berhasil meningkatkan pengetahuan peserta berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Kolaborasi antara tenaga kesehatan masyarakat, pihak sekolah, dan siswa telah membuktikan efektivitasnya dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap isu-isu yang disampaikan.

Kata Kunci: *bullying*, kesehatan mental, sikap

JURNAL
PENGABDIAN MASYARAKAT
SAGA KOMUNITAS
eISSN 2828-1608 pISSN 2828-1616

Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu fondasi utama dalam membangun sebuah bangsa yang maju.[1] Hal ini ditegaskan dalam Undang-undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menegaskan pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi setiap individu untuk mengembangkan potensi dirinya secara optimal.[2] Namun, kenyataan yang dihadapi di berbagai sekolah menunjukkan bahwa fenomena kekerasan, khususnya dalam bentuk bullying atau perundungan, masih menjadi ancaman serius yang mengganggu proses pembelajaran dan kesejahteraan siswa.[3]

Analisis mendalam terhadap situasi menunjukkan bahwa *bullying* telah merajalela di berbagai lingkungan sekolah di Indonesia.[4][5] Data prevalensi menggambarkan angka yang mengkhawatirkan, dengan sebagian besar siswa menjadi korban dari tindakan kekerasan ini. Dampaknya tidak hanya terbatas pada masalah kesehatan mental, tetapi juga berdampak pada kinerja akademis dan minat belajar siswa.[6] Dalam mengatasi masalah ini diperlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan semua pihak terkait, mulai dari sekolah, guru, orang tua, hingga masyarakat secara luas.[7] Kolaborasi antara berbagai pihak menjadi krusial dalam memberikan penyuluhan yang fokus pada pencegahan *bullying*.[8] Peran pihak ketiga dalam memberikan penyuluhan kesehatan menjadi sangat penting, karena banyak siswa yang belum teredukasi secara memadai tentang tindakan *bullying* dan cara mengatasinya.[9]

Dalam upaya menangani masalah ini, kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi salah satu solusi yang tepat. Melalui kolaborasi antara tenaga kesehatan masyarakat, pihak sekolah, dan pihak eksternal, program penyuluhan tentang *bullying* dan kesehatan mental dapat diselenggarakan secara efektif.[10] Pendekatan ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa, tetapi juga untuk memberikan pelatihan kepada guru, orang tua, dan tenaga pendidik tentang cara mengidentifikasi, mencegah, dan menangani situasi *bullying*.[11]

Program penyuluhan yang diselenggarakan dapat mencakup serangkaian kegiatan, seperti:

1. Pelatihan bagi Guru, Orang Tua, dan Tenaga Pendidik
   Dalam program ini, tenaga kesehatan masyarakat dapat memberikan pelatihan kepada guru, orang tua, dan tenaga pendidik tentang cara mengidentifikasi perilaku *bullying*, tanda-tanda kesehatan mental yang perlu diwaspadai, serta strategi pencegahan dan penanganan yang efektif.
2. Workshop dan Diskusi Kelompok
   Melalui workshop dan diskusi kelompok, peserta dapat berbagi pengalaman, pemahaman, dan strategi terbaik dalam menangani masalah *bullying* dan kesehatan mental. Diskusi ini juga dapat menjadi platform untuk mengidentifikasi faktor-faktor risiko dan protektif yang relevan.
3. Kegiatan Edukasi dan Kampanye
   Menggunakan berbagai media dan materi edukatif, seperti poster, leaflet, dan video pendek, untuk meningkatkan pemahaman siswa, guru, orang tua, dan masyarakat umum tentang dampak *bullying* dan pentingnya kesehatan mental.
4. Pengembangan Sumber Daya
   Tenaga kesehatan masyarakat dapat membantu dalam pengembangan dan distribusi sumber daya, seperti panduan praktis, bahan bacaan, dan alat evaluasi, yang dapat

JURNAL
PENGABDIAN MASYARAKAT
SAGA KOMUNITAS
eISSN 2828-1608 pISSN 2828-1616

digunakan oleh pihak sekolah dan komunitas untuk mendukung upaya pencegahan dan penanganan *bullying*.

5. Pengorganisasian Acara Khusus
   Mengadakan acara khusus, seperti seminar atau konferensi, yang melibatkan para ahli, praktisi, dan tokoh masyarakat dalam diskusi mengenai masalah *bullying* dan kesehatan mental serta solusi yang dapat diterapkan.

Melalui pendekatan kolaboratif dan holistik seperti ini, diharapkan dapat tercipta lingkungan belajar yang lebih aman, inklusif, dan mendukung bagi semua individu di sekolah. Dengan memberikan pemahaman yang lebih baik, pelatihan yang komprehensif, dan dukungan yang berkelanjutan, kita dapat memastikan bahwa setiap siswa memiliki hak untuk belajar tanpa harus merasa terancam oleh kekerasan dan intimidasi.[12]

Dengan demikian, pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman, inklusif, dan mendukung bagi semua individu. Melalui upaya bersama dan pendekatan yang holistik, kita dapat memastikan bahwa setiap siswa memiliki hak untuk belajar tanpa harus menghadapi ancaman kekerasan dan intimidasi.

Metode

Dalam rangka mengatasi masalah *bullying* dan kesehatan mental di sekolah, kegiatan pengabdian kepada masyarakat menggunakan metode Pendidikan Masyarakat.[13] Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran akan masalah tersebut melalui penyuluhan kepada siswa, guru, orang tua, dan tenaga pendidik. Melalui teknik-teknik seperti ceramah, diskusi, dan penggunaan media visual, diharapkan peserta dapat memahami dampak bullying dan cara-cara untuk mencegah serta menangani situasi tersebut. Digunakan juga kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Pengumpulan data yang dilakukan dari data primer (kuesioner berbentuk *soft file*) menggunakan *google form*. Data diolah dan dianalisis menggunakan MS. Office. Dengan pendekatan ini, diharapkan terciptanya lingkungan belajar yang lebih aman, inklusif, dan mendukung bagi semua individu di sekolah.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Pre-Test* Pengetahuan tentang *Bullying*, Kesehatan Mental dan Sikap Menghargai (n = 95)

Nilai	Frekuensi	Persentase
10	4	4,2 %
30	9	9,4 %
50	15	15,7 %
60	20	21 %
70	25	26,3 %
80	12	13 %
90	7	7,3 %

JURNAL
PENGABDIAN MASYARAKAT
SAGA KOMUNITAS
eISSN 2828-1608 pISSN 2828-1616

Nilai	Frekuensi	Persentase
100	3	3,1 %
Total	95	100 %

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Post-Test* Pengetahuan tentang *Bullying*, Kesehatan Mental dan Sikap Menghargai (n = 95)

Nilai	Frekuensi	Persentase
70	15	16 %
80	17	17,8 %
90	22	23,1 %
100	41	43,1 %
Total	95	100 %

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang diperoleh dengan menyebarkan kuesioner angket melalui *google form*, didapatkan hasil pada sebelum dilakukan penyuluhan paling banyak peserta mendapat nilai 100 hanya Sebanyak 3 Orang peserta (3,1%) dan setelah dilakukan penyuluhan terdapat perubahan perolehan nilai berawalan 3 orang peserta manjadi 41 (43,1%) peserta. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan responden terhadap materi *bullying* dan kesehatan mental. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zaenal Arifin dan teman-teman yang melakukan pengabdian masyarakat dengan hasil terdapat peningkatan sebesar 80% pada pengetahuan remaja.[14] Pada penelitian Umban Adi Jaya dan teman-teman juga didapat peningkatan pengetahuan terhadap remaja sebesar 56,8% berdasarkan pengakuan responden.[15]

Berdasarkan hasil yang diperoleh, peneliti dapat berasumsi bahwa upaya yang dilakukan oleh tenaga kesehatan masyarakat, sekolah, dan siswa terhadap penyuluhan tentang Bullying dan Kesehatan Mental telah memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terkait isu-isu tersebut. Tenaga kesehatan masyarakat telah memberikan materi yang relevan dan terkini serta menghadirkan pemateri yang kompeten dalam bidang tersebut. Pihak sekolah juga telah memberikan dukungan dalam menyelenggarakan acara tersebut dan memfasilitasi peserta untuk hadir. Siswa sendiri juga dapat berperan aktif dalam mengikuti acara, mengajukan pertanyaan, dan mengikuti sesi games yang memberikan kesempatan untuk memahami materi secara interaktif. Hal ini mengindikasikan bahwa kolaborasi antara berbagai pihak dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap isu-isu seperti *bullying* dan kesehatan mental.

JURNAL
PENGABDIAN MASYARAKAT
SAGA KOMUNITAS
eISSN 2828-1608 pISSN 2828-1616

Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

JURNAL
PENGABDIAN MASYARAKAT
SAGA KOMUNITAS
eISSN 2828-1608 pISSN 2828-1616

Kesimpulan

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan penyuluhan tentang Bullying dan Kesehatan Mental, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut telah berhasil mencapai tujuan utamanya. Perolehan nilai yang meningkat dari peserta menunjukkan efektivitas dari upaya penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan masyarakat, pihak sekolah, dan siswa. Kolaborasi antara berbagai pihak dalam menyelenggarakan acara tersebut juga terbukti memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap isu-isu yang disampaikan. Kesimpulannya, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan bukti konkret bahwa upaya penyuluhan yang melibatkan kolaborasi antara tenaga kesehatan masyarakat, pihak sekolah, dan siswa dapat berhasil dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terkait isu-isu penting seperti *Bullying* dan Kesehatan Mental. Hal ini menunjukkan pentingnya terus menerus melakukan kegiatan penyuluhan semacam ini untuk membangun kesadaran dan pengetahuan masyarakat secara lebih luas.

Daftar Pustaka

1. Damayanti PDS, Handayani F, Ramahwati Y, Suhernah S, Cahyani AD, Tilova MH. Peranan Psikologi Pendidikan untuk Pencegahan Perundungan Siswa Sekolah Dasar. Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam. 2023;4(1):1–9.
2. Fakhriyani DV. Kesehatan mental. Pamekasan: duta media publishing. 2019;11–3.
3. Sembiring IHRU, Rohimah I. Membangun Karakter Berwawasan Kebangsaan. Media Nusa Creative (MNC Publishing); 2021.
4. Berliani L. Perlindungan Hukum Terhadap Anak Korban Tindakan Kekerasan Di Sekolah. Jurnal Hukum Das Sollen. 2023;9(2):825–40.
5. Farwati R, Yuliyanti W, Ningsih WPR. Ujaran Kebencian Dan Perundungan di Dunia Maya: Tantangan Etika dalam Ruang Digital Indonesia. JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora. 2023;2(3):213–25.
6. Ulfah U, Arifudin O. Implementasi bimbingan dan konseling di sekolah dalam kurikulum 2013. Jurnal Tahsinia. 2020;1(2):138–46.
7. Afriyeni N. Perundungan Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal*. Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi. 2017;1(1):25–39.
8. Saputra TA. Konsep Pendidikan Multikultural dalam Islam. Al-Ikhtibar: Jurnal Ilmu Pendidikan. 2020;7(1):714–22.
9. Widyaningtyas R, Mustofa RH. Implementasi Kebijakan Anti-Bullying Sekolah Adipangastuti di SMAN 1 Surakarta. G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling. 2023;8(01):533–48.
10. Tuhuteru L. Pendidikan Karakter Untuk Menjawab Resolusi Konflik. Cv. Azka Pustaka; 2022.
11. Nurhayati R. Pendidikan Anak Usia Dini Menurut Undang–Undang No, 20 Tahun 2003 Dan Sistem Pendidikan Islam. Al-Afkar, Journal For Islamic Studies. 2020;57–87.
12. Jihad FA, Ilhan A, Nafis'Allam M, Wahyudi I, Shobabiya M. Mengatasi Bullying dengan REBT: Memperkuat Kesehatan Mental Siswa MTsN 2 Surakarta. Cendikia: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran. 2024;2(2):117–22.
13. Notoatmodjo. Pendidikan dan Perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2018;
14. Arifin Z, Mansyur MH, Abidin J, Mukhtar U. Pendidikan Dan Kesehatan Mental Bagi Remaja Dalam Persfektip Islam. ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat. 2022;5(2):188–94.
15. Jaya UA, Yulianti E, Wiyata MT, Wijaya ZR, Hodijah C, Yuda MS, et al. Penyuluhan Menuju Generasi Unggul Membangun Kesehatan Mental Dan Anti Bullying Di Kalangan Sekolah Menengah Atas Kabupaten Sukabumi. Jurnal Abdimas Bina Bangsa. 2024;5(1):113–23.