

Sekolah Tanpa Rasa Takut: Mewujudkan SMP Bebas *Bullying* Melalui Keterlibatan Komunitas

Rosalia Putri^{*1}, Muhammad Fadhil Ulya², Yuli Zuhkrina³, Martina⁴

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama

²Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama

^{3,4}Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama

*e-mail: rosaliaputri_kesmas@abulyatama.ac.id¹, fadhilulya@gmail.com²

Received:
28.08.2025

Revised:
15.09.2025

Accepted:
07.10.2025

Available online:
25.10.2025

Abstract: *The phenomenon in the general public considers bullying in the school environment as a form of child delinquency in general as normal student behavior in interacting with their friends. Adolescence is a period of rapid growth and development both physically, psychologically and intellectually. The purpose of this socialization is to increase knowledge about bullying prevention among school-age adolescents. The implementation method used in this socialization program is the lecture method and question and answer session. Bullying incidents often occur in the classroom when there is no teacher with the highest percentage of 32%. Bullying cases cannot be separated from the existence of triggering factors. Factors that trigger bullying behavior include differences in class (seniority), economic, religious, gender, seniority traditions. Bullying prevention must be carried out in all aspects of life because it will affect students' mental health.*

Keywords: *Junior High School, bullying, Teenager, Community*

Abstrak: Fenomena di masyarakat umum menganggap perundungan di lingkungan sekolah adalah bentuk kenakalan anak pada umumnya sebagai perilaku wajar siswa dalam berinteraksi dengan teman-temannya. Remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual tujuan sosialisasi ini untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan *bullying* di kalangan remaja usia sekolah. Metode pelaksanaan yang digunakan pada kegiatan program sosialisasi ini adalah metode ceramah dan sesi tanya jawab. kejadian *bullying* sering terjadi di dalam kelas. Ketika tidak ada guru dengan presentase tertinggi yaitu 32%. kasus *bullying* tidak lepas dari adanya faktor pemicu. Faktor-faktor yang memicu perilaku *bullying* antara lain karena adanya perbedaan kelas (senioritas), ekonomi, agama, gender, tradisi senioritas. Pencegahan *bullying* harus dilakukan di semua aspek kehidupan karena akan mempengaruhi Kesehatan mental siswa.

Kata kunci: Sekolah Menengah Pertama, perundungan, Remaja, Komunitas

1. PENDAHULUAN

Siswa sebagai generasi pembentuk suatu bangsa dalam Pembangunan perkembangan kehidupan bermasyarakat yang dibentuk melalui proses Pendidikan. Pendidikan berpengaruh pada kemajuan bangsa yang dapat mencetak individu berkependidikan, kemampuan pengenalan terhadap diri, mengubah pribadi pada arah kebaikan, membentuk kreatifitas, membuka kepedulian empati, pengembangan jiwa terampil yang terpimpin agar siswa mampu berhadapan dengan situasi lingkungan sekitar (Anggraini et al., 2025). Sekolah merupakan lingkungan Pendidikan kedua setelah keluarga yang memegang peranan penting dalam perkembangan psikososial dan emosi remaja. Di sekolah menjadi salah satu tempat menemui berbagai masalah dan tantangan pada siswa. Lingkungan pergaulan yang positif akan berdampak pada perkembangan mental yang positif demikian pula sebaliknya, salah satunya kasus *bullying* yang banyak terjadi di lingkungan sekolah (Wulansari et al., 2023).

Fenomena di masyarakat umum menganggap perundungan di lingkungan sekolah adalah bentuk kenakalan anak pada umumnya sebagai perilaku wajar siswa dalam berinteraksi dengan teman-temannya. Persepsi wajar ini yang menyebabkan masih marak terjadi perundungan di lingkungan Pendidikan bahkan sekolah berasrama dan pondok pesantren. Persepsi keliru Masyarakat tentang perundungan, dianggap sebagai salah satu cara mendidik anak dan menganggap anak akan mampu mengatasi perundungan yang dialami seiring proses perkembangan beranjak dewasa. Pada banyak pengaruh negative yang akan muncul dari perundunga sehingga dapat menjadi ancaman pada semua dimensi kehidupan individu (Yuli & Efendi, 2022).

Bullying pertama kali diperkenalkan oleh Olweus pada tahun 1973. *Bullying* berasal dari Bahasa Inggris *Bully* yang berarti menggertak atau mengganggu. Agresi, kekerasan verbal, dan kekerasan fisik merupakan komponen perilaku *bullying* yang biasa dilakukan dengan sengaja dan terus-menerus dalam suatu relasi interpersonal yang ditandai dengan ketidakseimbangan kekuatan meski tanpa adanya provokasi yang nyata. Biasanya perilaku ini dilakukan oleh orang yang mempunyai kekuasaan dan kekuasaan terhadap orang yang dianggap lemah. Tindakan perundungan di Sekolah masih menjadi permasalahan dunia Pendidikan. Siswa/siswi belum banyak memahami secara mendalam tentang perilaku *bullying* yang mereka lakukan atau yang mereka dapatkan dari lingkungan. Siswa/siswi SMP belum mengetahui bagaimana cara menolak perilaku *bullying* agar tidak menjadi akar permasalahan Kesehatan mental (Wulansari et al., 2023).

Bullying menjadi salah satu bentuk kenakalan remaja saat ini. Hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju fase pendewasaan. Pada masa remaja ini anak mulai memasuki masa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Pada masa ini terjadi sebuah kebingungan terkait identitas diri seperti halnya berpikir dan terburu-buru penyelesaian permasalahan serta merasa paling hebat dan berkuasa seperti ditunjukkan oleh pelaku *bullying* (Salsabila et al., 2024). Remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta berani mengambil keputusan tanpa pertimbangan yang matang merupakan sifat khas dari remaja. Apabila keputusan yang diambil tidak tepat, maka akan berisiko dalam berbagai masalah kesehatan fisik maupun psikososial (Aisyaroh et al., 2022).

Perundungan merupakan target utama pencegahan universal mengingat tingginya angka prevalensi, berhubungan dengan peningkatan prevalensi gangguan kesehatan mental seumur hidup (Fraguas et al., 2021). Menurut studi Program Penilaian Pelajar Internasional (PSIA) prevalensi *bullying* di Indonesia 41% pelajar berusia 15 tahun pernah mengalami perundungan setidaknya beberapa kali dalam 1 bulan. Adapun jenis *bullying* yang dialami diantaranya dipukul atau disuruh-suruh oleh murid lainnya 18%, mengambil dan menghancurkan barang pribadi 22%, diancam oleh murid lain 14%, di ejek oleh murid lain 22%, dikucilkan oleh murid lain 19%, menyebarkan rumor tidak baik tentang pribadi 20%. 3 dari 4 anak dan remaja yang pernah mengalami salah satu jenis kekerasan atau lebih adalah pelaku kekerasan yaitu teman atau sebayanya (UNICEF, 2020).

Bullying yang dilakukan dalam waktu yang lama akan mempengaruhi kesehatan mental emosional remaja yang akan berdampak pada prestasi pendidikan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri et al., (2025) menyebutkan 70% remaja mengalami depresi, 60% hiperaktifitas, 40% masalah teman sebaya, 64% menunjukkan perilaku abnormal, 76% menunjukkan kekuatan prososial abnormal. Hal tersebut dapat terjadi karena ketidakmampuan dalam mengendalikan perilaku dan emosional. Ketidakmampuan menyelesaikan gangguan kesehatan mental dan emosional dengan baik akan berakibat negatif pada perkembangan diri remaja di masa mendatang, terlebih pada pembentukan karakter mereka.

Masalah *bullying* di sekolah sering dianggap sebagai hal biasa dari pergaulan sehingga pihak sekolah tidak memperhatikan secara serius. Ironisnya, kondisi ini tidak hanya berdampak pada perkembangan psikologis sosial namun juga mempengaruhi konsentrasi belajar hingga penurunan prestasi akademik. Oleh karena itu, melihat fenomena di atas terkait kesehatan mental remaja maka sangat diperlukan aksi nyata melalui program pengabdian masyarakat memberikan sosialisasi terkait *bullying* pada siswa/siswi sekolah menengah pertama. Hal ini bertujuan agar siswa/siswi mengetahui terkait konsep *bullying*, pencegahan, penanganan dan dampak *bullying*. Sehingga perilaku negatif tersebut tidak terjadi lagi. Siswa/siswi tidak takut untuk hadir ke sekolah karena takut dibully teman sebayanya.

2. METODE

Kegiatan sosialisasi ini bertempat di MTsN 6 Desa Lampaseh Lhok, Kecamatan Montasik, Kabupaten Aceh Besar. Sekolah ini memiliki fasilitas yang lengkap dan memadai untuk mendukung proses belajar mengajar. Selain itu, MTsN 6 juga memiliki akses internet untuk menunjang proses

pembelajaran. adapun Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tanggal 15 Agustus 2025. Tujuan sosialisasi ini untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan *bullying* di kalangan remaja usia sekolah. Peserta pada kegiatan ini adalah siswa/siswi MTsN 6 yang sedang menempuh Pendidikan di kelas VII. Metode pelaksanaan yang digunakan pada kegiatan program sosialisasi ini adalah metode ceramah dan sesi tanya jawab.

1. Tahap awal

Tahap awal persiapan proses sosialisasi ini para tim penyuluh mengunjungi terlebih dahulu MTsN 6 dan menjumpai kepala sekolah untuk mendiskusikan pelaksanaan kegiatan karena harus disesuaikan dengan proses pembelajaran atau proses belajar mengajar tidak terganggu. Setelah diskusi jadwal selesai, selanjutnya tim sosialisasi mempersiapkan beberapa hal terkait sosialisasi Anti *Bullying* diantaranya persiapan materi sosialisasi dan persiapan kuesioner.

2. Tahap pelaksanaan

a. Menggali tentang pemahaman siswa terkait bullying tujuan untuk mengetahui pemahaman awal siswa terhadap bullying.

b. Pemaparan materi

kegiatan ini bertujuan memberikan pemahaman kepada peserta terhadap *stop bullying* serta dampaknya terhadap korban. Maka dari itu dalam pemaparan materi sangat penting memberikan gambaran terhadap bullying. Setelah peserta mendapat materi dan pemutaran video untuk memperkuat pemahaman tentang bahaya bullying, hal ini dapat memberikan gambaran jelas kepada peserta agar tidak melakukan bullying kepada siapa pun. Hal ini juga dapat memotivasi siswa agar dapat menjaga ketertiban

c. Diskusi

Setelah diberikan pemahaman bullying kepada peserta, selanjutnya dilakukan kegiatan diskusi untuk mengetahui seberapa jauh peningkatan pemahaman peserta terhadap bullying. Saat melakukan diskusi perlu adanya apresiasi terhadap peserta, agar dalam kegiatan diskusi berjalan dengan baik.

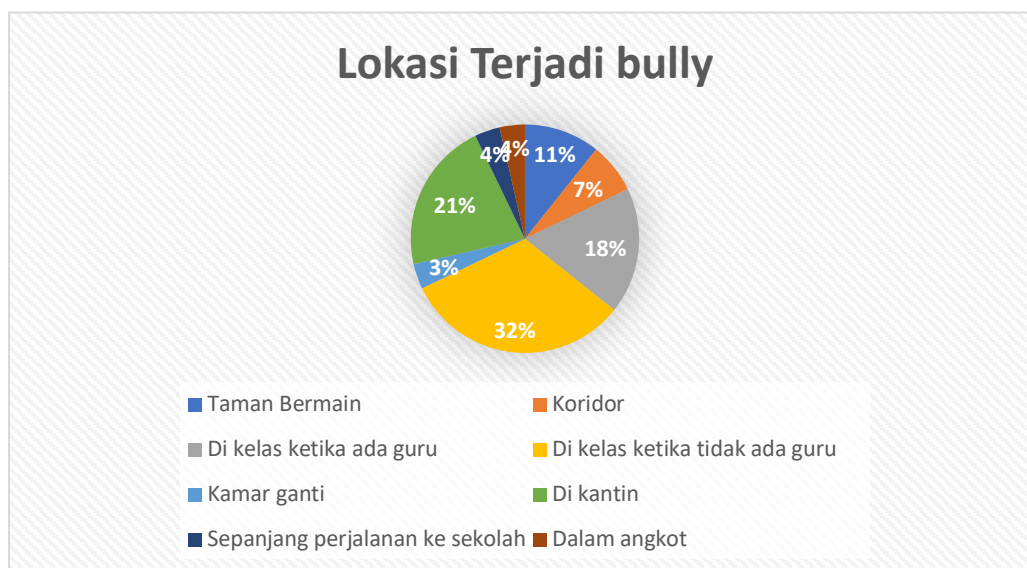
Hasil diskusi diatas tentang bullying menunjukkan peningkatan pemahaman dan kesadaran tentang bahaya bullying antar teman sebaya. Siswa menyadari bahwa bullying akan berdampak pada pencapaian prestasi, kepercayaan diri, dan minder untuk berteman.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi *anti bullying* di MTsN 6 disajikan dengan menggunakan metode seminar, ceramah dan diskusi tanya jawab. Pada seminar ini dilakukan hanya pada satu kelas saja yaitu kelas VII yang dihadiri oleh 25 siswa-siswi peserta didik sebagai peserta penyuluhan.

Berdasarkan gambar diatas dapat diamati hasil yang diperoleh dari sosialisasi anti *bullying* di MTsN 6 Aceh Besar kejadian bullying sering terjadi di dalam kelas Ketika tidak ada guru dengan presentase tertinggi yaitu 32%. Hal ini terjadi saat tidak ada guru dalam kelas para siswa merasa sangat bebas untuk mengejek, menghina, memukul dan menucilkan temannya karena tidak ada yang melarang. Selama proses sosialisasi siswa/siswi diberikan pemahaman beberapa hal penting terkait konsep *bullying* diantaranya definisi *bullying*, bentuk kekerasan, dampak *bullying* untuk pelaku dan korban, penyebab bullying dan pencegahan *bullying*.

Bullying adalah suatu Tindakan kekerasan yang dilakukan terhadap orang lain dengan cara fisik, verbal ataupun psikologis sehingga korban merasa terancam yang akan berdampak pada pertumbuhan. Komunikasi antara guru dan siswa sebuah keharusan dan sangat diperlukan sehingga timbul rasa nyaman di lingkungan sekolah, komunikasi ini dapat membantu peserta didik untuk melatih berkomunikasi dengan baik. Selain itu, menumbuhkan rasa persahabatan antar peserta didik juga sangat diperlukan sehingga membentuk nilai-nilai persaudaraan yang akan berdampak pada tumbuhnya rasa empati dan saling menghargai sehingga jauh dari bentuk kekerasan atau *bullying* (Lenti et al., 2025).



Gambar 1. Diagram Lokasi Terjadi Bully

Bullying dapat dilakukan secara langsung atau yang disebut dengan *bullying verbal* yang berupa julukan nama, mengolok, memaki dan mengejek. *Bullying* fisik seperti memukul, mendorong, mengancam dan menampar. Adapun *bullying indirect* yaitu *bullying social* berupa perilaku mengabaikan, mengintimidasi, menggossip, pencililan dan penghindaran. *Cyber bullying* yaitu *bullying* yang dilakukan melalui sarana elektronik. Seperti menyebar gossip di media social, menyebar foto tanpa izin sang pemilik, dan membongkar rahasia melalui internet atau SMS (Martono et al., 2020).

Pencegahan *bullying* harus dilakukan di semua aspek kehidupan karena akan mempengaruhi Kesehatan mental siswa dan berdampak pada masa pertumbuhan. Siswa dengan cepat dapat menyerap berbagai informasi namun belum mampu menyaring informasi secara efektif sehingga pentingnya menanamkan hal-hal positif yang akan membentuk perilaku dan karakter. Oleh karena itu, tenaga pendidik memiliki tanggung jawab untuk membentuk mental yang sehat dan juga perilaku positif. Seorang tenaga pendidik tidak boleh mengabaikan siswa yang ditindas temannya, jika hal ini terjadi maka menunjukkan keterampilan guru yang buruk dalam mendidik (Wahyuni et al., 2024).

Perundungan di sekolah merupakan masalah kesehatan masyarakat yang memengaruhi kesehatan fisik dan mental anak-anak dan remaja (Francis et al., 2022). Perilaku *bullying* tentunya memiliki konsekuensi jangka pendek dan jangka panjang yang merugikan dari *bullying* seperti internalisasi masalah, maladjustment sosial, dan kesehatan yang buruk (Zych et al., 2021). Para korban *bullying* akan mengalami efek berbahaya seperti gangguan Kesehatan fisik, merasa minder, penakut, dan kurangnya konsentrasi dalam proses pembelajaran (Yudha et al., 2024).

Dampak *bullying* sangat jelas terlihat pada siswa yang menjadi korban *bullying* di sekolah adalah siswa menjadi malas berangkat sekolah karena menghindari *bullying*, siswa menjadi terlalu khawatir saat berada di sekolah dan menunjukkan gejala seperti keringatan dan sakit perut karena takut mendapat *bullying* dari temannya. Selain itu, pencapaian nilai akademik siswa mengalami penurunan karena sering tidak masuk sekolah dan merasa tidak nyaman saat mengikuti pelajaran di sekolah. Tidak jarang mereka yang awalnya adalah korban *bullying* pada akhirnya menjadi pelaku, sehingga memberikan efek berantai yang sulit terputus. Perilaku *bullying* juga dapat memberikan dampak jangka panjang, terutama jika terjadi pada anak-anak. Dampak psikologis yang dirasakan mungkin akan tetap terasa dan sulit dilupakan hingga mereka memasuki usia dewasa (Zakiah Zulfa et al., 2023).

Adapun rencana tindak lanjut dari sosialisasi anti *bullying* melakukan skrining Kesehatan mental secara berkala di lingkungan sekolah melalui kolaborasi dengan guru bimbingan konseling untuk mendeteksi lebih awal korban *bullying* di lingkungan sekolah.



Gambar 2. Menjelaskan pengisian lembar kuesioner



Gambar 3. Dokumentasi dengan peserta sosialisasi

4. KESIMPULAN

Maraknya kasus bullying tidak lepas dari adanya faktor pemicu. Faktor-faktor yang memicu perilaku bullying antara lain karena adanya perbedaan kelas (senioritas), ekonomi, agama, gender, tradisi senioritas, keluarga yang tidak rukun, situasi sekolah yang tidak harmonis atau diskriminatif, karakter individu/ kelompok (seperti; dendam/iri hati, adanya keinginan untuk menguasai korban dengan kekuatan fisik, keinginan untuk memperoleh popularitas dikalangan teman sebaya) dan persepsi yang salah terhadap perilaku korban. Salah satu faktor yang mendorong perilaku bullying terjadi di sekolah karena kurangnya pengawasan dari pihak sekolah seperti guru atau satpam sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Abulyatama dan Kepala Sekolah dan para guru MTsN 6 Aceh Besar yang telah memberikan dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Aisyaroh, N., Kesehatan, P., Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). TREND PENELITIAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI INDONESIA DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI :

LITERATURE REVIEW. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine.*

- Anggraini, P. D. S. ., Wardana, R. A., & Widowati, N. (2025). Penyuluhan Pencegahan Bullying di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Pengabdian*, 4(2).
- Fraguas, D., Díaz-Caneja, C. M., Ayora, M., Durán-Cutilla, M., Abregú-Crespo, R., Ezquiaga-Bravo, I., Martín-Babarro, J., & Arango, C. (2021). Assessment of School Anti-Bullying Interventions: A Meta-analysis of Randomized Clinical Trials. *JAMA Pediatrics*, 175(1), 44–45. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.3541>
- Francis, J., Strobel, N., Trapp, G., Pearce, N., Vaz, S., Christian, H., Runions, K., Martin, K., & Cross, D. (2022). How does the school built environment impact students' bullying behaviour? A scoping review. *Social Science and Medicine*, 314(October), 115451. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115451>
- Lenti, F. A., Randem, M., Nugroho, R. A., Setiani, P. P., Amrullah, H., & Mulyono, N. (2025). Sosialisasi Budaya Anti Bullying Berbasis Interaksi Sosial di SMP Dharma Wanita 02 Wajak Melalui Program Pengabdian Masyarakat Berbasis Potensi (PMBP). *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 4(3), 470–478. <https://doi.org/10.59025/mpgj4p36>
- Martono, W. C., Dan, & Sitio, E. F. S. (2020). Perilaku Bullying pada Siswa SMP di Kota Palangkaraya. *Jurnal Pendidikan Dan Psikologi Pintar*, 16(1), 63–74.
- Putri, R., Wayuni, S., Kala, P. R., Hidayattullah, M., & Rizki, K. (2025). Deteksi Dini Kesehatan Mental Emosional Siswa Sekolah Menengah Atas Sebagai Langkah Awal Menciptakan Generasi Unggul. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 4.
- Salsabila, A. J., Fauziah, A. N., & Miranty, D. (2024). Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu Persepsi Siswa SMP Negeri 9 Kota Serang Terhadap Perilaku Bullying Di Sekolah. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(12).
- UNICEF. (2020). Perundungan Di Indonesia: Fakta-Fakta Kunci, Solusi dan Rekomendasi. In *UNICEF*. <https://doi.org/10.4324/9780203848166>
- Wahyuni, S., Kurniawan, W., Nuraeni, R., Suharno, S., & Nugraha, Y. (2024). Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Bullying Pada Remaja Di SMPN 2 Majalengka. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(1), 169–174. <https://doi.org/10.59837/jpmmba.v2i1.788>
- Wulansari, L., Vernia, D. M., Nurisman, H., Hermanto, H., Widiarto, T., Sutina, S., & Widiyarto, S. (2023). Penyuluhan Pencegahan Perundungan (Bullying) di SMP Kota Bekasi Jawa Barat. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(5), 638–643. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i5.462>
- Yudha, D. satria, Stevani, E., Deananda, E., Yunanto, R., & Savitri, fauziah athalia. (2024). Sosialisasi Anti Bullying Kepada Siswa-Siswi Sd Negeri 01 Jarak. *Jurnal of Community Service (JCOS)*, 2(3), 88–95.
- Yuli, F., & Efendi, A. (2022). Psikoedukasi Upaya Mencegah dan Melawan Perundungan (Bullying & Cyberbullying) di SMP Unggulan Habibulloh. *Jompa Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3). <https://doi.org/10.55784/jompaabdi.v1i3.182>
- Zakiah Zulfa, S., Wahyuni, I., Hayati, S., Safitri, Y., Nindya Kirana, D., Ingelia, I., & Septalia Dale, D. (2023). Edukasi Bullying Pada Remaja Untuk Mencegah Perilaku Menyimpang di SMPN 3 Pekanbaru. *Jdistira*, 2(2), 151–157. <https://doi.org/10.58794/jdt.v2i2.418>
- Zych, I., Viejo, C., Vila, E., & Farrington, D. P. (2021). School Bullying and Dating Violence in Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Trauma, Violence, and Abuse*, 22(2), 397–412. <https://doi.org/10.1177/1524838019854460>