

---

**Peningkatan Pengetahuan Dalam Pencegahan Terjadinya Bullying Pada Usia Remaja**

**Knowledge Improvement in Preventing Bullying in Adolescents**

Ferasinta<sup>1\*)</sup>, Leni Rozani<sup>2)</sup>, Selvia Novitasari<sup>3)</sup>, Padila Padila<sup>4)</sup>, Andry Sartika<sup>5)</sup>, Liza Fitri Lina<sup>6)</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

\*Email Korespondensi : [ferasinta74@gmail.com](mailto:ferasinta74@gmail.com)

---

**Article History:**

Received: 20 April 2024

Revised: 30 April 2024

Accepted: 18 Mei 2024

**Keywords:** *Bullying, adolescent, Knowledge,*

**Abstract**

*Bullying is an aggressive act carried out continuously by one individual or group against another person who is physically, emotionally or socially weaker. These actions are often carried out with the aim of annoying, hurting, or dominating the victim. Bullying can occur in a variety of settings, including at school, the workplace, online environments, or in general society. Bullying can take many forms, including physical abuse such as beatings or physical attacks, verbal abuse such as taunts or threats, social abuse such as isolating or ostracizing someone, or online abuse such as sending insulting messages or posting derogatory content on social media. Bullying can also be direct, with the perpetrator taking action directly against the victim, or indirectly through spreading harmful rumors or gossip. The impact of bullying is very detrimental to the victim. They may experience mental health problems, including stress, anxiety, depression, and even thoughts of suicide. Victims of bullying may also experience a decline in academic performance, avoid school or work, and have difficulty building healthy social relationships. Prevention and handling of bullying is very important. Education about bullying awareness, development of social skills, and promotion of inclusive attitudes and respect for diversity can help reduce cases of bullying.*

**Abstrak**

Bullying adalah tindakan agresif yang dilakukan secara terus-menerus oleh satu individu atau kelompok terhadap orang lain yang lebih lemah secara fisik, emosional, atau sosial. Tindakan ini sering kali dilakukan dengan tujuan mengganggu, menyakiti, atau mendominasi korban. Bullying dapat terjadi dalam berbagai lingkungan, termasuk di sekolah, tempat kerja, lingkungan online, atau masyarakat umum. Bullying dapat mengambil berbagai bentuk, termasuk pelecehan fisik seperti pemukulan atau serangan fisik, pelecehan verbal seperti ejekan atau ancaman, pelecehan sosial seperti mengisolasi atau mengucilkan

**Kata Kunci:** Bullying, Remaja, pengetahuan



seseorang, atau pelecehan online seperti mengirim pesan yang menghina atau memposting konten yang merendahkan di media sosial. Bullying juga bisa bersifat langsung, dengan pelaku melakukan tindakan secara langsung terhadap korban, atau tidak langsung melalui penyebaran rumor atau gosip yang merugikan. Dampak dari bullying sangat merugikan bagi korban. Mereka mungkin mengalami masalah kesehatan mental, termasuk stres, kecemasan, depresi, dan bahkan berpikir untuk bunuh diri. Korban bullying juga dapat mengalami penurunan dalam prestasi akademik, menghindari sekolah atau tempat kerja, dan mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Pencegahan dan penanganan bullying sangat penting. Pendidikan tentang kesadaran akan bullying, pengembangan keterampilan sosial, dan promosi sikap inklusif dan penghargaan terhadap keragaman dapat membantu mengurangi kasus bullying.

## PENDAHULUAN

Bullying adalah tindakan kekerasan yang dilakukan oleh para remaja maupun anak-anak. Kekerasan ini berbentuk fisik yang dilakukan secara berkelompok maupun individu baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya. Remaja yang menjadi korban bullying lebih berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental. Adapun masalah yang lebih mungkin diderita anak-anak yang menjadi korban bullying, antara lain munculnya berbagai masalah mental seperti depresi, kegelisahan dan masalah tidur yang mungkin akan terbawa hingga dewasa, keluhan kesehatan fisik, seperti sakit kepala, sakit perut dan ketegangan otot, rasa tidak aman saat berada di lingkungan sekolah, dan penurunan semangat belajar dan prestasi akademis.

Bullying merupakan salah satu tindakan tidak terpuji yang merugikan korbannya bahkan hingga mempengaruhi kesehatan psikisnya. Parahnya kasus bullying juga kerap ditemukan di sekolah. Salah satu contoh bullying yaitu menjauhi atau mengucilkan teman di sekolah. Dengan melakukan hal ini teman yang kamu jauhi akan merasa sedih, tertekan, dan membuatnya merasa tidak nyaman bahkan minder. Penting diketahui anak korban bullying ini mendapat perlindungan Undang-Undang. Kamu bisa terancam pidana jika nekat melakukan bullying. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah dan menghindari tindakan bullying adalah memberikan edukasi kepada anak tentang bergaul yang baik dan benar khususnya untuk tidak melakukan bullying dengan teman sebayanya. Hal ini bisa dimulai dengan menanamkan nilai-nilai positif dari rumah yang umumnya diberikan oleh orang tua atau keluarga. Di mana orang tua

memiliki kewajiban untuk menjelaskan kepada anak apa itu bullying dan ajarkan kepada anak untuk tidak menjadi pelaku bullying.

Fenomena bullying telah lama ada di dalam kehidupan masyarakat. Di Indonesia. Istilah bullying secara etimologi berasal dari kata bully berarti penggertak, orang yang mengganggu orang yang lemah. Dampak Bullying yang serius bagi korban, bukan hanya dampak fisik tapi juga dampak psikis dapat menyebabkan stres, kecemasan, depresi, masalah kesehatan mental, rendahnya harga diri, penurunan performa akademik, dan bahkan dalam kasus yang ekstrem, dapat menyebabkan pemikiran untuk bunuh diri. Bagi pelaku, perilaku bullying dapat berhubungan dengan masalah perilaku dan kesehatan mental di masa depan.

Bullying merupakan salah satu fenomena yang sering muncul dalam dunia pendidikan, termasuk pendidikan di sekolah dasar, dimana perilaku ini merupakan perilaku agresif yang menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikis. Masalah bullying ini perlu disikapi oleh sekolah melalui program sekolah yang bersinergi dengan program parenting melalui pendekatan whole-school. Oleh karena itu, perlu adanya kerjasama antara sekolah, guru dan orang tua dalam mengatasi masalah bullying ini. Upaya yang dapat dilakukan sekolah dalam mensinergikan program sekolah dengan program parenting melalui pendekatan whole school adalah sebagai berikut: (1) Mengaktifkan komite sekolah yang merupakan perwakilan dari orang tua siswa untuk merancang dan melaksanakan secara kolaboratif tentang sekolah yang telah disepakati program bersama, sehingga pertemuan rutin harus diadakan. (2) Melakukan kegiatan guru model, dimana perwakilan guru mensimulasikan proses pembelajaran yang biasa dilakukan agar orang tua dapat menyesuaikan pengajaran di rumah dengan di sekolah. (3) Melaksanakan kegiatan antara pihak sekolah, siswa dan orang tua siswa sehingga terjalin silaturahmi yang baik antara berbagai pihak seperti kegiatan wisata, outbond dan lain-lain.

### **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini dilaksanakan di SMAN 3 Bengkulu Tengah yang diikuti oleh pihak Siswa serta Tim Pengabdian Masyarakat dari Universitas Muhammadiyah Bengkulu (UM Bengkulu). Untuk metode yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah dengan melaksanakan kegiatan berupa pendataan terkait pengetahuan tentang pencegahan bullying usia remaja di SMAN 3 Bengkulu Tengah Kegiatan di bagi menjadi 4 bagian tahap perencanaan (pembentukan tim, penyusunan rencana penyuluhan), persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **a. Kegiatan Perencanaan**

Kegiatan diawali dengan oleh kegiatan penerimaan TIM pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Bengkulu oleh pihak SMAN 3 Bengkulu

Tengah. Harapan dari tim pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Bengkulu dapat diterima dengan baik oleh siswa/siswi SMAN 3 Bengkulu Tengah sehingga dapat mengikuti setiap program kerja yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Bengkulu di SMAN 3 Bengkulu Tengah



Gambar 1. Kegiatan Membersihkan mulut

- b. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Tentang Peningkatan pengetahuan pencegahan bullying usia remaja

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan terkait pencegahan bullying pada remaja dengan pembukaan dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Acara dimulai pada pukul 09.00 WIB s/d selesai kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi terkait mencegah bullying pada remaja yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Penyuluhan kesehatan terkait dengan cara mencegah bullying pada remaja yang diikuti oleh 36 peserta terdiri dari siswa/siswi SMAN 3 Bengkulu Tengah serta tim pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Adapun hasil dari kegiatan ini agar siswa/siswi memahami akan pentingnya pengetahuan pencegahan bullying usia remaja.



Gambar 2 Penyuluhan kesehatan dalam penyampaian materi

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Pengabdian masyarakat ini banyak memberikan manfaat bagi seluruh peserta remaja dan juga narasumber. Hasilnya peningkatan pengetahuan tentang pencegahan tindakan bullying pada remaja. Setelah memahami dalam peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan ada kesadaran untuk tidak melakukan tindakan bullying serta menjaga lingkungan dari hal-hal yang berhubungan dengan bullying. Remaja yang berada dalam masa transisi sedang mencari identitasnya. Sebab remaja sebagai suatu kelompok umur yang sangat rawan mengalami banyak perubahan yang cukup besar baik fisik, mental, emosional dan sosial.

### Saran

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan untuk siswa/siswi SMAN 3 Bengkulu Tengah dapat mengetahui dan memahami tentang pencegahan bullying pada remaja dan dapat saling mengingatkan sesama bahwa bullying tidak boleh dilakukan. Kegiatan Promosi Kesehatan dalam memberikan edukasi kesehatan, menjadikan siswa-siswi dan guru mengetahui cara pencegahan Bullying dan bagaimana cara mengatasi dan memperbaiki perilaku remaja dan pergaulannya dilingkungan sekolah tentang bullying. Adanya kegiatan ini semoga bisa bermanfaat bagi para murid dan guru agar kedepannya semoga bisa terlaksanakan kembali kegiatan promosi kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiah Nurul Utami 801Fauzi, W. (2018). Faktor Risiko dan Faktor Mempengaruhi Bullying pada Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Kecamatan Protaktif Perilaku Bermasalah sebagai Syiah Kuala Banda Aceh. *Idea Nursing Pemicu Bullying Verbal di MIN 2 Sleman. Journal, VIII, 3. Fakultas Ilmu Tarbiyah. Skripsi. UIN.*
- Anggita, R., & Ferasinta, F. (2023). Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Dengan Permainan Engklek. *JURNAL NERS GENERATION, 2(1).*
- Fauzi, W. (2018). Faktor Risiko dan Faktor Mempengaruhi Bullying pada Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Kecamatan Protaktif Perilaku Bermasalah sebagai pemicu bullying verbal di min 2 sleman.
- Ferasinta, F., & Dinata, E. Z. (2021). Pengaruh terapi bermain menggunakan playdough terhadap peningkatan motorik halus pada anak prasekolah. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu, 9(2), 59-65.*
- Ferasinta, F. (2020). Perspektif Orangtua Terkait Kemandirian Anak Autis Pada Aspek Sosial. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu, 8(2), 102-106.*
- Ferasinta, F., Novitasari, S., & Panzilion, P. (2022). Optimalisasi Tumbang Melalui Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak. *JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN,*



- 1(1), 24-29.
- Ferasinta, F., Novitasari, S., & Panzilion, P. (2022). Optimalisasi Tumbang Melalui Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak. *JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN*, 1(1), 24-29.
- Firdaus, Firman Muhammad. Upaya mengatasi bullying di sekolah dasar dengan menesinergikan program sekolah dan parenting program melalui whole-school Approach  
<https://journal.uny.ac.id/index.php/didaktika/article/view/28098/0>
- P. Muphopilah. 2019. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan* ISSN:2715-2456 Faktor- faktor perilaku bullying Kemenkes RI. Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf.
- Novitasari, S., Ferasinta, F., & Padila, P. (2023). Faktor Media terhadap Kejadian Bullying pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 5(1), 1-7.
- Monks, (2019 ). Tahap Perkembangan Masa Remaja. *Medical Journal New Jersey Santrock, JW. (2017). Perkembangan Anak. Jakarta : Elangga.*
- Tim Redaksi, CNBC Indonesia 2022. Memahami apa itu Bullying, Penyebab, dan cara Mengatasinya Jakarta, CNBC Indonesia.
- Usman,1 (2023). Kepribadian, komunikasi, kelompok teman sebaya, dan perilaku bullying. *Jurnal Humanitis X*, 1, 49-50.
- World Health Organization. Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI. 2019.
- Zakiyah, Ela Zain 2017 Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying vol.4, No:2, /Bullying korban, bully, intimidasi :129.