

Pencegahan dan Penanggulangan Dampak *Bullying* Menggunakan Metode Sosialisasi *Bullying* dan Konseling di MTs Hidayatur Rahman

Fawwazzaidan Dian Nafis*¹, Fitria Ningrum², Regita Nayla Endriani³, Siti Mudlikah⁴

^{1,2,3}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik

Jl. Sumatera No. 101 GKB, Gresik, 61121 Jawa Timur, Indonesia

⁴Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik

Jl. Proklamasi No. 54, Trate, Gresik, 61113 Jawa Timur, Indonesia

*e-mail correspondence**: fawwazzaidandiannafis@gmail.com

Naskah diterima : 30/04/2025

Naskah direvisi : 08/05/2025

Naskah disetujui : 14/05/2025

Abstrak

Kasus *bullying* merupakan permasalahan yang banyak ditemui di lingkungan sekolah, yang dapat berpengaruh pada kesehatan mental korban. Faktor yang menyebabkan seseorang melakukan *bullying* adalah dengan dalih kesenangan, kepuasan diri, dan keinginan menjadi penguasa di lingkungan sekolah. Sosialisasi *bullying* merupakan sebuah langkah pencegahan yang bisa dilakukan guna meminimalisir kasus *bullying* di dunia pendidikan Indonesia, seperti konseling. Tujuan dari program konseling atau ruang dengar ialah menyadarkan para siswa terkait dampak *bullying* serta membantu para korban *bully* untuk berkonsultasi dan menerima dukungan. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah 35 siswa dan siswi MTs Hidayatur Rahman. Kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode wawancara, kuesioner, sosialisasi, dan konseling. Hasil dari kegiatan sosialisasi dan konseling di MTs Hidayatur Rahman adalah meningkatnya pemahaman siswa tentang cara menghadapi perilaku *bullying* (88,9%) dan terbantunya dukungan emosional melalui program konseling atau ruang dengar (72,2%). Diharapkan siswa dapat memahami dampak *bullying* serta berkurangnya kasus *bullying*, sehingga menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan mendukung.

Kata kunci— *Bullying*, Kesehatan Mental, Konseling, Sosialisasi

Abstract

Bullying is a problem that is commonly found in the school environment, which can affect the mental health of the victim. Factors that cause someone to bully are under the pretext of fun, self-satisfaction, and desire to be a ruler in the school environment. Bullying socialization is a preventive measure that can be taken to minimize bullying cases in Indonesian education, such as counseling. The purpose of the counseling program or listening room is to make students aware of the impact of bullying and help bully victims to consult and receive support. The targets of this community service activity are 35 students of MTs Hidayatur Rahman. Community service activities using interview, questionnaire, socialization, and counseling methods. The results of the socialization and counseling activities at MTs

Hidayatur Rahman were increased student understanding of how to deal with bullying behavior (88.9%) and emotional support through counseling programs or listening rooms (72.2%). Hopefully, students can understand the impact of bullying and reduce bullying cases, thus creating a safer and more supportive school environment.

Keywords— *Bullying, Mental Health, Counseling, Socialization*

1. PENDAHULUAN

Maraknya perilaku *bullying* di lingkungan sekolah merupakan sebuah peristiwa yang perlu perhatian khusus dari berbagai pihak [1]. Berbagai kasus *bullying* yang terjadi di berbagai sekolah di Indonesia, seperti halnya data yang diperoleh dari Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) pada tahun 2023 menyatakan bahwa tercatat terdapat 23 kasus *bullying* yang terjadi di sekolah, 50% terjadi di jenjang SLTP, 23% terjadi di jenjang SD dan 13,5% terjadi di jenjang SLTA [2]. Kondisi tersebut sangat memprihatinkan di dunia pendidikan Indonesia. Berdasarkan data di atas, kebanyakan kasus *bullying* terjadi pada jenjang pendidikan SLTP, sebab masa remaja merupakan tahap perkembangan atau masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja [3]. Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri, keingintahuan yang tinggi menjadi salah satu faktor menjadikan ciri khas yang melekat pada remaja.

Meningkatnya kasus *bullying* di dunia pendidikan melibatkan banyak individu di antaranya yakni pelaku, korban, dan pengamat (*bystander*). Upaya pencegahan dalam mengatasi perilaku *bullying* ini sangat diperlukan guna meminimalisir terjadinya perilaku *bullying*. Pelaku *bullying* cenderung lebih dari satu orang atau berkelompok, oleh sebab itu kasus *bullying* terus mengalami peningkatan karena semakin banyak siswa yang menjadi pelaku *bullying* [4]. *Bullying* perlu mendapatkan perhatian yang sangat khusus di semua aspek masyarakat, hal ini dikarenakan dampak dari *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah dapat berdampak pada kesehatan mental siswa di sekolah [5].

Keterlibatan warga sekolah dalam mengatasi kasus *bullying* semestinya sudah harus diterapkan oleh setiap sekolah yang ada di Indonesia, seperti adanya dukungan dari guru maupun teman sebaya [6]. Peran guru dalam mencegah kasus *bullying* di lingkungan sekolah sangat efektif karena memiliki tingkat kedekatan yang cukup tinggi dengan siswa. Pencegahan yang dapat dilakukan oleh guru seperti

pengadaan sosialisasi, *workshop*, maupun seminar guna meningkatkan pemahaman siswa terkait dampak *bullying* [7]. Adapun peran teman sebaya dalam mengatasi kasus *bullying* di sekolah juga cukup efektif karena dukungan sosial yang diberikan dapat membantu siswa lain memahami jati diri serta menyesuaikan diri dengan lingkungan [8].

Studi pendahuluan dari wawancara di MTs Hidayatur Rahman didapatkan bahwa terdapat beberapa siswa yang pernah menjadi pelaku serta menjadi korban *bullying* dalam lingkungan sekolah. Bentuk *bullying* yang dilakukan antara lain berupa ejekan julukan, memukul, mengucilkan, mengancam, serta melakukan pemalakan. Berdasarkan penjelasan di atas, melalui kesempatan Kuliah Kerja Nyata dari Universitas Muhammadiyah Gresik di Desa Glatik, perlu diadakan sosialisasi tentang *bullying* dan dilanjutkan ke sesi konseling, dengan harapan pemahaman dampak *bullying* semakin tinggi (meningkat) dan membantu para korban memiliki sarana konsultasi.

2. METODE

Mahasiswa KKN Kelompok 34 Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik melakukan pengabdian masyarakat pada hari Selasa, tanggal 21 Januari 2025 bertempat di aula MTs Hidayatur Rahman. Sasaran pengabdian yang melibatkan 35 siswa-siswi kelas VII sampai IX MTs Hidayatur Rahman, Desa Glatik, Kecamatan Ujungpangkah, Kabupaten Gresik. Metode pelaksanaan dari kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dari tahapan perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap penanggulangan. Pada tahap awal yaitu tahap perencanaan, Mahasiswa KKN Psikologi Kelompok 34 melakukan koordinasi dengan pihak MTs Hidayatur Rahman serta melakukan observasi diperkuat dengan wawancara kepada beberapa siswa di sekolah. Tujuannya agar mendapatkan gambaran perilaku *bullying* yang terjadi di MTs Hidayatur Rahman. Pada tahap selanjutnya yaitu

tahap pelaksanaan, Mahasiswa KKN Psikologi Kelompok 34 melakukan sosialisasi secara langsung kepada siswa-siswi di sekolah, dimulai dengan memberikan pemaparan fenomena *bullying* yang terjadi di Indonesia, dilanjutkan dengan sesi *sharing* (tanya jawab) serta pembagian kuesioner, sebagai bentuk tolak ukur seberapa jauh siswa mampu memahami materi yang telah disampaikan [9]. Tahap terakhir yaitu tahap penanggulangan, pada tahap ini Mahasiswa KKN Psikologi Kelompok 34 melakukan sesi konseling individu kepada peserta didik di MTs Hidayatur Rahman. Harapannya agar para siswa yang menjadi korban *bullying* mendapat dukungan secara emosional dan memiliki sarana konsultasi, serta dapat memberikan masukan kepada korban tentang bagaimana cara menghadapi perilaku *bullying*. Evaluasi tolak ukur pemahaman materi terkait *bullying* yang dilakukan oleh Mahasiswa KKN Psikologi Kelompok 34 adalah melalui perbandingan hasil kuesioner yang telah dilengkapi oleh 35 siswa-siswi MTs Hidayatur Rahman, baik sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) diberikan materi sosialisasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

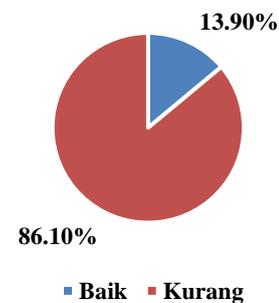
Sosialisasi pencegahan *bullying* dan penangulangan *bullying* di MTs Hidayatur Rahman dilakukan dengan 2 sesi kegiatan, yakni sosialisasi *bullying* kemudian dilanjut dengan sesi konseling kepada siswa-siswi yang membutuhkan. Pemaparan sosialisasi *bullying* berlangsung selama 60 menit, kemudian masuk pada sesi *sharing* (tanya jawab) selama 20 menit. Definisi *bullying* yang Mahasiswa KKN Psikologi Kelompok 34 paparkan dalam sosialisasi *bullying* di MTs mengambil definisi milik [10], *bullying* adalah perilaku berulang yang tidak terkontrol dan agresif yang disengaja untuk menyakiti korban dan berdampak pada kesehatan mental. Mahasiswa KKN Psikologi Kelompok 34 juga memaparkan dampak yang terjadi terhadap perilaku *bullying* di sekolah di antaranya mengganggu psikis korban, menurunkan semangat untuk belajar, menimbulkan trauma kepada korban, bahkan sampai merengut nyawa. Adapun faktor yang melatar belakangi perilaku *bullying* antara lain faktor kesenangan, kepuasan diri, dan keinginan menjadi penguasa di suatu kelompok.



Gambar 1 Sosialisasi *Bullying* di MTs Hidayatur Rahman

Sebelum dilaksanakannya sosialisasi dimulai dengan pengisian survei kuesioner oleh siswa-siswi MTs Hidayatur Rahman untuk mengukur seberapa pemahaman siswa mengenai *bullying*. Berikut diagram gambaran siswa-siswi MTs Hidayatur Rahman mengenai *bullying* tertera pada gambar 2:

Pengetahuan Sebelum Sosialisasi



Gambar 2 Diagram Pengetahuan Sebelum Sosialisasi

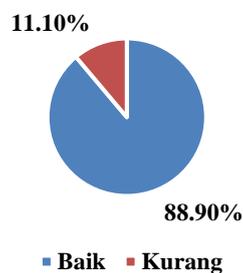
Pada sesi sosialisasi Mahasiswa KKN Psikologi Kelompok 34 menyampaikan definisi dan macam-macam perilaku *bullying*, menurut Zakiyah, dkk dalam penelitian [11] menyebutkan *bullying* terbagi menjadi 2 macam, di antaranya *bullying* secara fisik dan verbal. *Bullying* secara fisik seperti kekerasan memukul, mencekik, menendang, mencubit. Bentuk *bullying* secara verbal, seperti celaan, mengejek dengan julukan, dan ucapan seksual.



Gambar 3 Kegiatan Konseling di MTs Hidayatur Rahman

Kegiatan setelah sosialisasi yakni memberikan kesempatan kepada siswa-siswi MTs Hidayatur Rahman untuk melakukan konseling terkait dengan permasalahan yang dihadapi di sekolah. Konseling berjalan sesuai dengan prosedur pada kode etik, konselor wajib memberikan *informed consent* terlebih dahulu kepada klien sebelum melakukan sesi konseling agar klien mengetahui bagaimana alur sesi konseling berjalan, selain itu juga dijelaskan mengenai hak-hak yang diperoleh selama sesi konseling berlangsung, seperti segala informasi yang disampaikan dijamin kerahasiaannya, kemudian estimasi waktu yang akan dijalankan.

Pengetahuan Setelah Sosialisasi



Gambar 4 Diagram Pengetahuan Setelah Sosialisasi

Harapan dengan diadakannya sesi konseling ini adalah memberikan tempat yang aman dan nyaman bagi para korban *bully* agar tidak merasa terintimidasi di lingkungannya. Satu sisi juga dimanfaatkan sebagai wadah pemberi dukungan, arah, juga pemahaman yang lain terkait dengan permasalahan yang dihadapi di sekolah. Terdapat 72,2% siswa yang setuju dengan bantuan layanan konseling atau ruang dengar bagi siswa-siswi MTs Hidayatur Rahman yang membutuhkannya.

4. KESIMPULAN

Adanya peningkatan yang signifikan mengenai meningkatnya pemahaman siswa tentang cara menghadapi perilaku *bullying* setelah diberikan sosialisasi dengan hasil *pre-test* dari 13,9% menjadi 88,9% setelah *post-test* dan terbantunya dukungan emosional melalui program konseling atau ruang dengar oleh 72,2% siswa-siswi MTs Hidayatur Rahman.

5. SARAN

Korban *bullying* di sekolah sudah sepatutnya diberikan perhatian khusus dari Pemerintah dan warga sekolah (guru maupun teman sebaya) agar para korban tidak merasa terintimidasi di lingkungannya. Diharapkan siswa dapat memahami dampak *bullying* serta berkurangnya kasus *bullying* melalui program ruang dengar atau konseling, sehingga menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan mendukung.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] D. Hartanto and T. Taufiqurrahman, 'Sosialisasi Penerapan Sekolah Bebas Perundungan (Bullying) pada Guru-Guru di Desa Stungkit', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 4, no. 1, pp. 76–84, Apr. 2023, Accessed: Apr. 29, 2025. [Online]. Available: <https://www.ojs.yayasanalmaksum.ac.id/index.php/jpkm/article/view/387>
- [2] D. N. Arfa and R. M. Pranata, 'Psikoedukasi Pencegahan Perundungan (Bullying) pada Siswa Kelas V di SDN Sumurugul', *Abdima Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, vol. 4, no. 1, pp. 3318–3325, Jan. 2025, Accessed: Apr. 29, 2025. [Online]. Available: <https://journal.ubpkarawang.ac.id/index.php/AJPM/article/view/8863>
- [3] Y. Bachri, M. Putri, Y. P. Sari, and R. Ningsih, 'Pencegahan Perilaku Bullying pada Remaja', *Jurnal Salingka Abdimas*, vol. 1, no. 1, pp. 30–36, 2021, Accessed: Apr. 29, 2025. [Online]. Available: <https://doi.org/10.31869/jsam.v1i1.2823>
- [4] A. J. Sugiarto, 'Perlindungan Tindak Bullying yang Terjadi di Kalangan Pelajar', *Jurnal Inovasi Global*, vol. 1, no. 1, pp. 26–31, Nov. 2023, Accessed: Apr. 29, 2025. [Online]. Available: <https://doi.org/10.58344/jig.v1i1.4>
- [5] N. Karisma, A. Rofiah, S. N. Afifah, and Y. M. Manik, 'Kesehatan Mental Remaja dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying di Indonesia', *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, vol. 3, no. 3, pp. 560–567, Jan. 2024, Accessed: Apr. 29, 2025.

- [Online]. Available: <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- [6] N. H. Ulum, B. Astuti, and A. Basuki, 'Peran Konselor Sekolah dalam Mencegah Bullying: Tinjauan Literatur tentang Strategi dan Efektivitas Intervensi', *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, vol. 5, no. 1, pp. 44–56, Jan. 2025, Accessed: Apr. 29, 2025. [Online]. Available: <https://doi.org/10.59141/cerdika.v5i1.2425>
- [7] L. W. Manurung, F. Sitanggang, M. L. Sihombing, S. Simangunsong, and D. Nainggolan, 'Meningkatkan Literasi, Numerasi, dan Empati Melalui Kegiatan Lingkungan Sekolah sebagai Strategi Anti-Bullying', *Jurnal Aplikasi Riset kepada Masyarakat*, vol. 6, no. 2, pp. 318–322, Apr. 2025, Accessed: Apr. 29, 2025. [Online]. Available: <https://doi.org/10.55583/arsy.v6i2.1282>
- [8] W. L. Fitriyanur, E. Suminar, and W. Widiyawati, 'Pendampingan dan Penyuluhan Dukungan Sosial Remaja untuk Meningkatkan Resiliensi Menghadapi Kebiasaan Baru di Masa Pandemi Covid-19 di SMP Sunan Giri Menganti Gresik', *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, vol. 2, no. 2, pp. 59–64, Jun. 2022, Accessed: Apr. 29, 2025. [Online]. Available: <http://dx.doi.org/10.30587/ijcdh.v2i02.3948>
- [9] M. Munisah, L. A. Putri, and H. Indriani, 'Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Saat Menstruasi di SMK Dharma Wanita Gresik', *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, vol. 2, no. 1, pp. 25–29, Nov. 2021, Accessed: May 13, 2025. [Online]. Available: <http://dx.doi.org/10.30587/ijcdh.v2i01.3121>
- [10] A. P. Suropto, A. S. Dewi, C. Aprilia, K. Khasanah, L. A. Romadhoni, and T. Kristiana, 'Dampak Bullying pada Pelajar Ditinjau dari Aspek Kesehatan dan HAM', *Bengawan Nursing Journal*, vol. 2, no. 1, pp. 21–28, Jul. 2024, Accessed: Apr. 26, 2025. [Online]. Available: <https://jurnal.ppnisurakarta.org/index.php/bnj/article/view/24>
- [11] S. R. A. Putri, E. A. Ismaya, and Much. A. Fardani, 'Fenomena Verbal Bullying di Masyarakat Pedawang', *urnal Kajian Penelitian dan Pendidikan dan Pembelajaran*, vol. 5, no. 2, pp. 792–796, Apr. 2021, Accessed: Apr. 26, 2025. [Online]. Available: <https://doi.org/10.35568/naturalistic.v5i2.1124>