



Edukasi Pencegahan Bullying sebagai Upaya Promosi Kesehatan Jiwa di MAN 1 Aceh Besar

Bullying Prevention Education as a Mental Health Promotion Effort Among Students at MAN 1 Aceh Besar

Nurul Amna^{1*}, Ellyza Fazlylawati², Khaira Rizki³, Sri Jumiati⁴, Amalia Risca⁵, Abqariah⁶, Ayu Maitasya⁷, Eva Yusniar⁸, Muhammad Aril⁹, Sri Rahayu¹⁰, Jumaivira¹¹

¹⁻⁴ Universitas Abulyatama, Aceh, Indonesia

⁵ Universitas Bumi Persada, Aceh, Indonesia

⁶ Institut Ilmu Kesehatan dan Teknologi Nurdin Abdurrahman

⁷⁻¹¹ Mahasiswa Diploma Tiga Keperawatan, Universitas Abulyatama, Indonesia

*Penulis Korespondensi: amna_d3kep@abulyatama.ac.id

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 17 Mei 2026;

Revisi: 16 Juni 2026;

Diterima: 15 Juli 2026;

Terbit: 17 Juli 2026

Keywords: *Bullying; Mental Health Promotion; Psychological Impact; School Environment; Students.*

Abstract. *Bullying remains a serious problem in schools today, as evidenced by the number of victims and perpetrators, which continues to rise over time. This can have negative consequences—particularly psychological effects—on victims, and it creates a learning environment that is unsafe, uncomfortable, and not conducive to student learning. This phenomenon indicates that the incidence of bullying among students in Indonesia remains a serious problem. The objective of this activity was to increase students' knowledge about bullying at MAN 1 Aceh Besar. The results of the activity show that, prior to the educational session, the majority of students did not have an accurate understanding of bullying; however, after the session, their knowledge improved, with 91% now having an accurate understanding of bullying. It can be concluded that there was an increase in knowledge following the educational session. It is hoped that this educational program can be implemented on an ongoing basis to reinforce knowledge and promote anti-bullying behavior within the school environment.*

Abstrak

Kasus *Bullying* sampai saat ini masih terus menjadi masalah yang serius di lingkungan sekolah, dapat dilihat dari jumlah korban dan pelaku *bullying* terus meningkat dari waktu ke waktu. Hal tersebut dapat memberikan dampak yang negatif terutama dampak psikologis bagi korban dan lingkungan belajar juga menjadi tidak aman, tidak nyaman dan tidak kondusif bagi siswa. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa angka kejadian *bullying* pada kalangan pelajar di Indonesia masih menjadi masalah yang serius. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang *bullying* pada siswa/i MAN 1 Aceh Besar. Hasil kegiatan menunjukkan pengetahuan sebelum diberikan edukasi, sebagian besar siswa/i tidak mengetahui dengan tepat tentang *bullying*, namun sesudah diberikan edukasi, pengetahuan siswa/i meningkat menjadi tahu tentang *bullying* dengan tepat sebanyak 91 %. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Edukasi ini diharapkan dapat dilaksanakan secara berkesinambungan untuk memperkuat pengetahuan dan mendorong perilaku anti *bullying* di lingkungan sekolah.

Kata Kunci : *Bullying; Dampak Psikologis; Lingkungan Sekolah; Promosi Kesehatan; Siswa.*

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang berada pada tahap perkembangan psikososial yang ditandai dengan pencarian identitas diri, sehingga cenderung berupaya menemukan jati diri melalui interaksi dan perluasan hubungan dengan teman sebaya. Dalam proses tersebut, kelompok teman sebaya memiliki peran yang sangat signifikan karena dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif terhadap perkembangan perilaku remaja. Pada kondisi tertentu, terbentuknya kelompok di kalangan remaja yang dapat memicu konflik antar kelompok yang berkontribusi terhadap munculnya berbagai bentuk kenakalan remaja, salah satunya adalah perilaku *bullying* (Hidayati & Rizky, 2021).

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang oleh individu maupun kelompok terhadap orang lain dengan tujuan menyakiti, mengganggu, atau menimbulkan penderitaan. Perilaku ini sering kali dianggap sebagai sesuatu yang biasa dalam lingkungan tertentu, padahal memiliki dampak yang merugikan bagi korbannya. *Bullying* dapat berupa tindakan agresi fisik maupun psikologis yang berlangsung dalam jangka waktu tertentu, seperti melukai, mengintimidasi, mengancam, atau menekan individu yang berada dalam posisi lebih lemah sehingga tidak mampu melakukan perlawanan (Kapile, et al, 2023).

Afrika Utara merupakan wilayah dengan prevalensi perundungan tertinggi kedua di dunia. Sekitar 42,7% siswa dilaporkan pernah mengalami perundungan sedikitnya satu kali dalam satu bulan terakhir, dengan variasi prevalensi di setiap negara berkisar antara 30,6% hingga 70%. Di Tunisia, hasil *Global School-based Health Survey (GSHS)* tahun 2008 menunjukkan bahwa hampir setengah dari jumlah siswa (46,4%) pernah menjadi korban kekerasan fisik, sedangkan 37,7% siswa melaporkan mengalami kekerasan verbal satu kali atau lebih dalam kurun waktu 12 bulan terakhir. Namun demikian, hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2015 di wilayah Sousse, Tunisia, menggunakan *Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire (OBVQ)* menunjukkan angka yang lebih rendah, yaitu sekitar 11,7% siswa sekolah menengah pertama teridentifikasi sebagai korban perundungan (Ghardallou, et al, 2024).

Kasus *Bullying* sampai saat ini masih terus menjadi masalah yang serius di lingkungan sekolah, dapat dilihat dari jumlah korban dan pelaku *bullying* terus meningkat dari waktu ke waktu. Hal tersebut dapat memberikan dampak yang negatif terutama dampak psikologis bagi korban dan lingkungan belajar juga menjadi tidak aman, tidak nyaman dan tidak kondusif bagi siswa. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa angka kejadian *bullying* pada kalangan pelajar di Indonesia masih menjadi masalah yang serius (Qowim, 2025).

Berdasarkan data Forum Serikat Guru Indonesia (FSGI), sepanjang Januari hingga September 2024 terdapat 36 kasus kekerasan yang terjadi di satuan pendidikan. Kasus-kasus tersebut berdampak pada 144 peserta didik yang tercatat sebagai korban. Dari 36 kasus, ada 4 kategori kasus kekerasan yang paling dominan yaitu kekerasan fisik (55,5%), kekerasan seksual (36%), kekerasan psikis (5,5%), dan kebijakan yang mengandung kekerasan (3%). Kasus-kasus tersebut kebanyakan terjadi pada kalangan pelajar yaitu pendidikan SMP/MTs yaitu (36 %), SMA/MA sebanyak (28 %), SD/MI (33,33%) dan SMK (14 %). Hal ini menunjukkan bahwa bullying fisik masih menjadi ancaman nyata terhadap kenyamanan dan keselamatan peserta didik di lingkungan pendidikan (Iakilaki, et al, 2025).

Fenomena perundungan di Indonesia masih menunjukkan tren yang memprihatinkan. Data KPAI mencatat sebanyak 2.473 kasus *bullying* sepanjang periode 2011–2019 dengan kecenderungan jumlah kasus yang terus meningkat. Sejalan dengan itu, UNICEF (2020) melaporkan bahwa sekitar 41% remaja berusia 15 tahun mengalami perundungan sedikitnya satu kali setiap bulan. Laporan yang sama juga menunjukkan bahwa 45% individu berusia 14–24 tahun pernah mengalami *cyberbullying*, dengan prevalensi yang lebih tinggi pada laki-laki. Dampak yang ditimbulkan pada korban meliputi gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, keluhan psikosomatis, penurunan prestasi belajar, hingga kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Bahkan, korban memiliki risiko lebih besar mengalami ide maupun perilaku bunuh diri. Sementara itu, pelaku *bullying* juga berisiko mengalami gangguan perilaku, kesulitan dalam hubungan sosial, serta mempertahankan perilaku agresif dalam jangka panjang. Risiko kecemasan dan depresi juga lebih tinggi pada pelaku yang sekaligus pernah menjadi korban perundungan (Harsono & Nining, 2026).

Berbagai survei menunjukkan bahwa kejadian perundungan di Indonesia masih menjadi perhatian. Berdasarkan *Global School-based Health Survey (GSHS)* tahun 2015, prevalensi *bullying* di Indonesia tercatat sebesar 20,6%, angka yang relatif lebih rendah dibandingkan beberapa negara di kawasan Asia Tenggara yang memiliki prevalensi antara 28,3% hingga 51%. Penelitian yang dilakukan oleh Yusuf dkk. juga mengungkapkan bahwa 19,9% anak Indonesia berusia 14 tahun ke bawah pernah mengalami perundungan. Di sisi lain, UNICEF melaporkan bahwa sekitar 41% siswa Indonesia berusia 15 tahun mengalami perundungan berulang kali dalam satu bulan, yang merupakan salah satu angka tertinggi di kawasan Asia Tenggara. Sementara itu, hasil survei *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)* dari WHO menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang berarti antara laki-laki dan perempuan dalam hal prevalensi perundungan. Namun, kejadian *bullying* cenderung mencapai puncaknya pada usia 11 dan 13 tahun, kemudian mengalami penurunan seiring bertambahnya

usia. Pola tersebut diduga berkaitan dengan meningkatnya efektivitas program pendidikan dan kampanye penyadaran mengenai pencegahan perundungan. Pada usia 11 tahun, sebanyak 18,9% anak laki-laki dan 19,8% anak perempuan melaporkan pernah menjadi korban perundungan. Angka tersebut menurun pada usia 13 tahun menjadi 14,6% pada laki-laki dan 17,3% pada perempuan, serta kembali berkurang pada usia 15 tahun atau lebih, yaitu 9,9% pada laki-laki dan 9,2% pada perempuan (Harsono & Nining, 2026).

Beberapa fenomena di atas dapat disimpulkan bahwa kasus *bullying* terus meningkat di lingkungan sekolah, hal ini menunjukkan bahwa kasus ini menjadi masalah yang sangat serius, karena dapat memberikan dampak negatif bagi korban maupun pelaku itu sendiri. Dampak negatif tersebut meliputi kesehatan fisik, psikologis, sosial, bahkan dapat menimbulkan dampak dalam proses belajar siswa. Mengingat begitu banyaknya dampak negatif yang ditimbulkan, sehingga upaya pencegahan *bullying* penting dilakukan dan harus dilakukan segera mungkin, salah satu upaya pencegahan yang dapat dilakukan yaitu melalui edukasi kesehatan.

Edukasi kesehatan adalah salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan, kemampuan diri dalam mengenali faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan, serta memperbaiki kesehatannya secara menyeluruh. Melalui proses ini, individu dapat menolong dirinya sendiri dalam hal yang bertentangan dengan kesehatan (Yuliati, et al, 2026).

Berdasarkan fenomena di atas, maka tertarik untuk melakukan edukasi tentang “Edukasi Pencegahan *Bullying* Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Jiwa Di MAN 1 Aceh Besar”

2. METODE

Kegiatan ini diikuti oleh 23 siswa/i MAN 1 Aceh Besar, Kabupaten Aceh Besar, kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 14 April 2026. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini menggunakan beberapa tahapan yaitu:

Tahap persiapan diawali dengan melakukan koordinasi dengan Kepala Sekolah MAN 1 Aceh Besar, untuk menentukan kesepakatan terkait waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Sasaran kegiatan ini adalah siswa remaja tingkat MAN 1 Aceh Besar. Selanjutnya, dilakukan penyusunan dan persiapan materi edukasi, serta menyiapkan berbagai media pendukung kegiatan, seperti laptop, proyektor/infocus, dan perlengkapan lainnya yang diperlukan untuk menunjang kelancaran pelaksanaan edukasi pencegahan *bullying*.

Tahap Pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 14 April 2026 di MAN 1 Aceh Besar, adapun tahap pertama diawali dengan membagikan kuesioner pre test terkait pengetahuan mereka tentang definisi *bullying*, bentuk-bentuk *bullying*, serta dampak *bullying* khususnya dampak bagi kesehatan mental. Selanjutnya, kegiatan inti yaitu memberikan edukasi kesehatan tentang *bullying* dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab serta memberikan kesempatan kepada siswa/i untuk berdiskusi, kegiatan ini langsung dipandu oleh pematari. Setelah kegiatan inti berlangsung, Siswa/i diberikan kuesioner *post test*, di mana kuesionernya menggunakan kuesioner yang sama seperti *pre test* dengan tujuan untuk mengukur kembali pengetahuan tentang *bullying* setelah diberikan edukasi kesehatan.

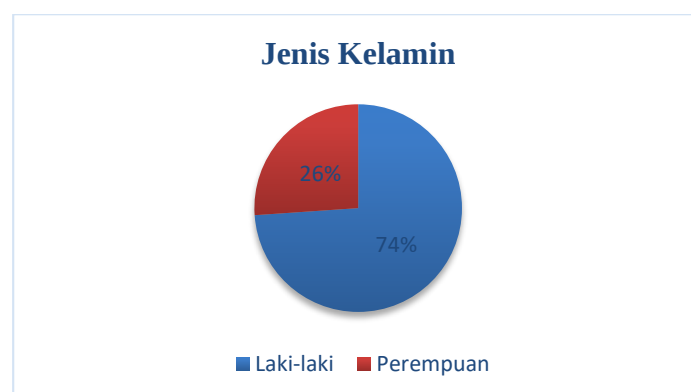
3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 14 April 2026 di MAN 1 Aceh Besar. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa. Sasaran pada kegiatan ini adalah remaja MAN 1 Aceh Besar.

Kegiatan dimulai pada pukul 09.00 WIB sampai dengan selesai, adapun rangkaian kegiatan dimulai dengan absensi peserta, pembagian kuesioner *pre test*, pembukaan oleh Mc, sambutan Kepala Sekolah, sambutan oleh Dosen, Pemaparan materi tentang pencegahan *bullying* sebagai upaya promosi kesehatan jiwa, kemudian dibuka sesi tanya jawab dan diskusi, dan di akhiri dengan kegiatan mengisi kuesioner *post test*.

Kegiatan edukasi dan tanya jawab berjalan dengan lancar dengan suasana kondusif, siswa/i MAN 1 Aceh Besar sangat semangat dalam memperhatikan penjelasan terkait materi yang disampaikan.

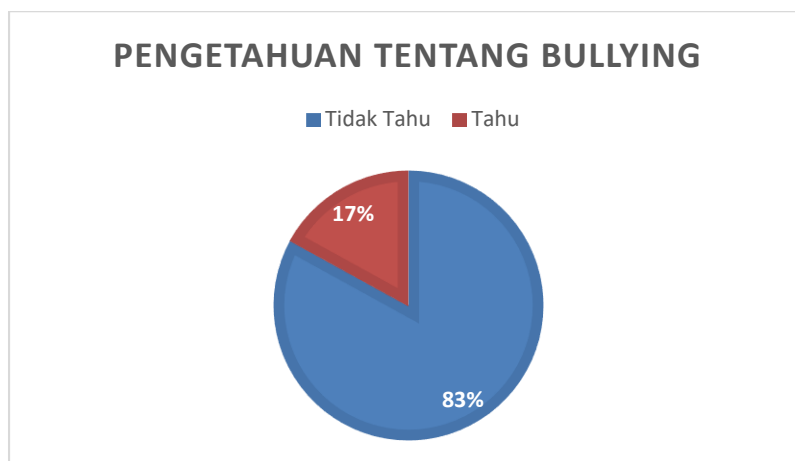
Peserta pengabdian masyarakat adalah siswa/i MAN 1 Aceh Besar yang berjumlah 23 orang. Berdasarkan jenis kelamin, peserta terdiri dari laki-laki sebanyak 17 orang (74 %) dan perempuan sebanyak 6 orang (26 %).



Gambar 1. Distribusi frekuensi jumlah siswa/i MAN 1 Aceh Besar berdasarkan jenis kelamin

Sebelum masuk ke penyampaian materi, Mahasiswa membagikan kuesioner pre test terlebih dahulu mengenai pengetahuan tentang *Bullying*. Kuesioner ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan yang dimiliki oleh siswa/i tentang *Bullying*. Setelah pengisian kuesioner oleh seluruh peserta, maka kegiatan selanjutnya adalah penyampaian materi oleh Narasumber tentang “Edukasi Pencegahan Bullying Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Jiwa Di MAN 1 Aceh Besar” Penyampaian materi berlangsung sekitar 20 menit. Selanjutnya, setelah penyampaian materi berlangsung dibagikan kembali kuesioner untuk mengetahui pengetahuan siswa/i setelah materi tersampaikan ke mereka.

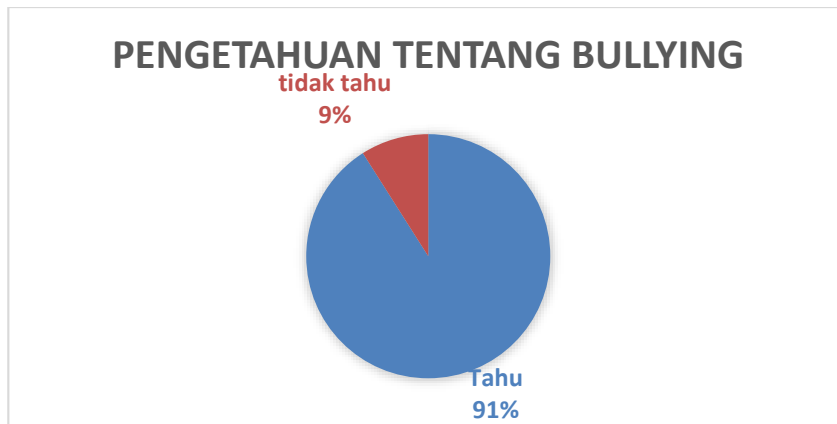
Berdasarkan hasil kuisisioner *pre-test* terhadap tingkat pengetahuan siswa/i mengenai *Bullying* diketahui sebesar 83% siswa tidak mengetahui secara rinci tentang definisi *bullying*, bentuk-bentuk *bullying* dan juga dampak dari *bullying* bagi kesehatan mental, sedangkan siswa/siswi yang sudah mengetahui tentang bullying sebanyak 17 %. Dapat disimpulkan sebelum diberikan edukasi kesehatan, sebagian besar siswa/siswi tidak mengetahui tentang *bullying*.



Gambar 2. Pengetahuan Siswa/i tentang *Bullying* sebelum diberikan edukasi kesehatan

Kegiatan selanjutnya, penyampaian materi dalam hal ini langsung disampaikan oleh dosen, siswa/i sangat antusias dalam proses kegiatan berlangsung, terdapat 2 peserta yang mengajukan pertanyaan pada sesi tanya jawab. Kegiatan ini berlangsung selama 20 menit.

Berdasarkan kuesioner *post test* yang dilakukan setelah proses penyampaian materi, maka didapatkan peningkatan pengetahuan. Hasil evaluasi dari *post test* dapat disimpulkan bahwa, terdapat 92 % siswa/i sudah mengetahui dengan tepat dan benar tentang definisi, ciri-ciri, bentuk-bentuk dan dampak dari *bullying*.



Gambar 3. Pengetahuan Siswa/i tentang *Bullying* setelah diberikan edukasi kesehatan

Edukasi mengenai pengetahuan tentang *bullying* telah banyak dilaksanakan di berbagai lingkungan, khususnya di sekolah. Namun, kegiatan edukasi seperti ini tetap perlu dilakukan secara berkelanjutan mengingat pentingnya meningkatkan pemahaman remaja mengenai bentuk, dampak, serta cara mencegah *bullying*. Melalui kegiatan edukasi ini, diharapkan peserta memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang perilaku *bullying* sehingga mampu mengenali, menghindari, dan berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang aman, sehat, dan saling menghargai.



Gambar 4. Dokumentasi bersama siswa/i MAN yang sedang mengikuti penyuluhan

4. KESIMPULAN

Beberapa hal yang dapat disimpulkan dari hasil kegiatan Pengabdian Kepada sekolah adalah sebagai berikut: Pemahaman siswa dan siswi MAN 1 Aceh besar sebelum diberikan edukasi, Sebagian besar siswa/I tidak mengetahui dengan benar dan tepat tentang *bullying* sebanyak 83 %. Pemahaman siswa dan siswi MAN 1 Aceh besar setelah diberikan edukasi, Sebagian besar siswa/I sudah mengetahui dengan benar dan tepat tentang *bullying* sebanyak 91 %.

Pengakuan/Acknowledgements

Penulis menyampaikan apresiasi dan ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Abulyatama atas dukungan yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, serta Kepala Sekolah MAN 1 Aceh Besar atas kerja sama, dukungan, dan partisipasinya dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Armitage, R. (2021). Bullying In Children: Impact on Child Health. BMJ: [10.1136/bmjpo-2020-000939](https://doi.org/10.1136/bmjpo-2020-000939)
- Ghardallou, M, et al. (2024). Bullying Victimization Among Adolescents: Prevalence, associated Factors and Correlation with Mental Health Outcomes. Plos One 19(3): <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10947672/pdf/pone.0299161.pdf>
- Harsono, C.S & Nining, F. (2026). Understanding and Addressing Bullying in Children and Adolescents. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12782987/pdf/jkacap-37-1-51.pdf>
- Kapile, et al (2023). Bullying and its Implications on Middle School Students and Teachers in Indonesia. Al Ishlah: jurnal pendidikan. Vol 15 No 1: <https://journal.staihubbulwathan.id/index.php/alishlah/article/view/2205/1487>
- Lakilaki, et.al (2025). Mencegah Bullying dan Kekerasan di Sekolah. Nafal Publishing: Jl. Utama 1 Metro 34112
- Qowim, A.N (2025). Sekolah Bebas Perundungan: Panduan Praktis Pencegahan Perundungan Berbasis Sekolah Perspektif Al-Qur'an. Penerbit Adab: Indramayu