

# Schools Are Not Places of Fear: Creating Bullying-Free High Schools

Aenia Intan Islami <sup>1</sup>, Desyana Putri Salsabila <sup>2</sup>, Dave Maulana Asadillah <sup>3</sup>, Wulan Saputri Rasyid <sup>4</sup>, Nurul Istiqomah <sup>5</sup>, Heni Purwaningsih <sup>6</sup>, Anggi Luckita Sari <sup>7</sup>

<sup>1-4</sup> Department of Bachelor of Nursing Universitas Muhammadiyah PKU Surakarta, Indonesia

<sup>5</sup> Department of Pediatric Nursing Universitas Muhammadiyah PKU Surakarta, Indonesia

<sup>6</sup> Department of Maternity Nursing Universitas Muhammadiyah PKU Surakarta, Indonesia

<sup>7</sup> Department of Pediatric Nursing Universitas Muhammadiyah PKU Surakarta, Indonesia

✉ [1202306007@students.itspku.ac.id](mailto:1202306007@students.itspku.ac.id)

## Abstract

*This report is part of a health promotion activity in the form of counseling on bullying conducted by undergraduate nursing students from ITS PKU Muhammadiyah Surakarta at SMA Negeri Colomadu. The objective of the program was to enhance students' understanding and awareness of bullying and to foster a more positive attitude toward creating a safe and violence-free school environment. The methods used included lectures, discussions, and demonstrations, supported by educational videos and leaflets. Evaluation results indicated a positive shift in students' attitudes: before the counseling, 35.7% of students showed poor attitudes, and 64.3% showed good attitudes. After the session, poor attitudes decreased to 33.8% and good attitudes increased to 66.2%. These findings suggest that the counseling effectively improved students' attitudes toward bullying.*

**Keywords:** Counseling, Bullying, High School Students, Attitude, Health Promotion

## Sekolah Bukan Tempat Takut: Mewujudkan SMA Bebas Bullying

### Abstrak

Laporan ini merupakan bagian dari kegiatan promosi kesehatan berupa penyuluhan mengenai perundungan pada siswa SMA yang diselenggarakan oleh mahasiswa Keperawatan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta di SMA Negeri Colomadu. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap fenomena perundungan serta membentuk sikap yang lebih positif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan bebas dari kekerasan. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi, dan demonstrasi, dengan media pendukung seperti leaflet dan video edukatif. Evaluasi hasil kegiatan menunjukkan adanya perubahan sikap siswa: sebelum penyuluhan, 35,7% siswa menunjukkan sikap yang kurang baik dan 64,3% menunjukkan sikap baik. Setelah penyuluhan, sikap kurang baik menurun menjadi 33,8% dan sikap baik meningkat menjadi 66,2%. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan efektif dalam meningkatkan sikap positif siswa terhadap isu perundungan.

**Kata kunci:** Penyuluhan, Perundungan, Siswa SMA, Sikap, Promosi Kesehatan

## 1. Pendahuluan

Bullying atau perundungan merupakan salah satu permasalahan sosial yang masih sering terjadi, terutama di lingkungan pendidikan. Perundungan adalah tindakan agresif yang dilakukan secara berulang oleh individu atau kelompok untuk menyakiti secara fisik, verbal, atau psikologis individu lain yang dianggap lebih lemah. Bentuk-bentuk bullying

dapat berupa kekerasan fisik, ejekan, pengucilan sosial, hingga perundungan secara daring (cyberbullying) yang kini semakin marak terjadi di era digital [1], [2].

Kasus perundungan masih menjadi persoalan serius di kalangan anak-anak dan remaja [1]. Bullying tidak hanya menimbulkan luka fisik, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental korban, seperti stres, gangguan kecemasan, bahkan depresi. Jika tidak ditangani dengan baik, perundungan dapat mengganggu proses tumbuh kembang dan prestasi akademik anak. Dengan semakin kompleksnya bentuk dan media perundungan, terutama melalui media sosial, maka upaya pencegahan dan penanganan bullying harus melibatkan semua pihak: keluarga, sekolah, masyarakat, dan pemerintah. Edukasi dan pendekatan berbasis empati sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan inklusif bagi semua [2].

Masalah bullying kerap terjadi di lingkungan pendidikan, terutama pada jenjang sekolah dasar hingga menengah. Namun, tidak menutup kemungkinan bullying juga terjadi di lingkungan kerja, masyarakat, maupun dunia maya. Di sekolah, bullying menjadi tantangan serius yang dapat mengganggu proses belajar-mengajar dan perkembangan psikologis peserta didik. Korban bullying umumnya mengalami gangguan emosional seperti kecemasan, depresi, rasa rendah diri, serta trauma yang dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan mental mereka. Bahkan, dalam beberapa kasus ekstrem, bullying dapat mendorong korban untuk melakukan tindakan menyakiti diri sendiri atau bunuh diri. Dari sisi pelaku, perilaku bullying juga merupakan indikasi adanya masalah dalam pengelolaan emosi, kurangnya empati, serta lingkungan sosial yang kurang mendukung pembentukan karakter positif. Tidak jarang, pelaku bullying merupakan anak yang tumbuh dalam lingkungan yang keras, penuh kekerasan, atau kurang mendapatkan perhatian dan pendidikan karakter dari keluarga dan sekolah [2] [3].

Dalam lingkungan pendidikan, bullying harus menjadi perhatian utama karena sangat berkaitan erat dengan upaya peningkatan kesejahteraan psikososial individu. Kesehatan tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga mencakup kesejahteraan mental, emosional, dan sosial. Oleh karena itu, intervensi terhadap bullying tidak hanya sebatas pada penindakan, tetapi juga mencakup upaya preventif seperti penyuluhan, pendidikan karakter, peningkatan empati dan solidaritas antarindividu, serta penciptaan lingkungan yang aman dan mendukung bagi semua pihak [2]. Melalui kegiatan promosi kesehatan, diharapkan masyarakat, khususnya anak-anak dan remaja, memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai bahaya bullying, mampu mengenali bentuk-bentuknya, serta memiliki keterampilan untuk mencegah dan menanggulangnya. Kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang bebas dari bullying demi terciptanya generasi yang sehat secara fisik dan mental, serta mampu berkembang secara optimal.

## **2. Literatur Review**

### **2.1. Pengertian Perundungan dan Urgensi Penanggulangan di Kalangan Remaja**

Perlindungan, juga dikenal sebagai bullying, adalah jenis kekerasan berulang yang dilakukan oleh individu atau kelompok yang merasa lebih kuat terhadap orang yang lebih lemah secara fisik, verbal, atau psikologis [2]. Perilaku ini berdampak langsung pada kesehatan mental korban, termasuk kecemasan, depresi, dan bahkan trauma jangka Panjang [3]. Menunjukkan bahwa jumlah kasus perundungan terus meningkat setiap tahun. Pada tahun 2022 saja, terdapat lebih dari 21.000 kasus kekerasan terhadap anak yang dilaporkan, yang sebagian besar terjadi di lingkungan sekolah

## 2.2. Strategi Promosi Kesehatan: Penyuluhan di Sekolah

Promosi kesehatan adalah upaya untuk mengajarkan orang dan kelompok untuk menjaga kesehatan mereka sendiri melalui pemberdayaan. Penyuluhan berbasis sekolah adalah salah satu pendekatan yang sangat efektif untuk memerangi bullying. Penyuluhan memberikan wadah informasi, diskusi, dan klarifikasi tentang apa itu perundungan, efeknya, dan cara siswa dapat mencegahnya.

## 2.3. Efektivitas Penyuluhan Anti-Bullying

Penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa. Misalnya, metode pengajaran yang menggunakan video dan diskusi interaktif secara signifikan meningkatkan pemahaman siswa tentang definisi, jenis, dan cara melaporkan pelecehan [4].

Dalam kegiatan promosi kesehatan di SMA Negeri Colomadu, terlihat bahwa siswa sangat tertarik untuk memahami dan membahas bullying secara terbuka. Sebagai hasil dari evaluasi kegiatan, siswa menunjukkan kemampuan untuk menjawab ulang materi instruksional dengan benar dan bahkan menjadi inspirasi untuk "Duta Stop Bullying".

## 2.4. Peran Gender dalam Dinamika Bullying

Perbedaan gender mempengaruhi jenis perlindungan yang diberikan. Laki-laki lebih sering mengganggu secara fisik, sementara perempuan lebih sering mengganggu secara verbal dan sosial. Penyuluhan yang mempertimbangkan aspek gender ini sangat penting untuk memahami pola kekerasan yang terjadi dan merencanakan intervensi yang tepat [5].

# 3. Metode

### a. Hasil Kegiatan

Berdasarkan laporan, kegiatan penyuluhan berhasil dilaksanakan pada:

Tanggal/Waktu: Selasa, 19 November 2024, pukul 09.00 - 10.45 WIB

Tempat: SMA N Colomadu

Peserta: 42 siswa dari Majelis Perwakilan Kelas (MPK) kelas 10 dan 11 Peserta menunjukkan antusiasme tinggi selama penyuluhan melalui partisipasi aktif seperti bertanya, menjawab, dan mengikuti demonstrasi. Evaluasi akhir menunjukkan pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan, termasuk definisi, jenis, faktor penyebab, dan dampak perundungan, serta langkah penanggulangan dan perlindungan hukum.

### b. Metode Penyuluhan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup:

- 1) Ceramah: Penyampaian materi secara lisan dengan bantuan presentasi.
- 2) Diskusi: Tanya jawab interaktif antara peserta dan pemateri.
- 3) Demonstrasi: Praktik atau peragaan untuk memperjelas konsep perundungan.
- 4) Media pendukung: Laptop, X-banner, leaflet, PowerPoint, dan video edukatif.

### c. Materi yang Disampaikan

Materi mencakup:

- 1) Definisi dan jenis-jenis perundungan (fisik, verbal, psikologis, sosial, dan daring)
- 2) Faktor penyebab perundungan: keluarga, sekolah, media massa, budaya, dan teman sebaya
- 3) Pengaruh gender terhadap perundungan
- 4) Ciri-ciri pelaku dan korban
- 5) Dampak bagi pelaku dan korban
- 6) Data statistik perundungan di Indonesia (2019–2023)
- 7) Upaya perlindungan hukum sesuai UU No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak

- 8) Penanggulangan bagi korban dan pelaku
- 9) Evaluasi

Evaluasi dilakukan melalui observasi dan kuesioner. Kriteria evaluasi mencakup:

- a) Kehadiran peserta
- b) Partisipasi aktif (bertanya, menjawab, demonstrasi)
- c) Pemahaman materi (melalui pertanyaan evaluasi)

#### 4. Hasil dan Pembahasan

Penyuluhan mengenai perundungan (bullying) yang diselenggarakan oleh mahasiswa S1 Keperawatan dan Profesi Ners ITS PKU Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 19 November 2024 di SMA Negeri Colomadu berlangsung dengan lancar dan mendapat respon positif dari para peserta. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai fenomena perundungan di kalangan remaja, khususnya di lingkungan sekolah. Kegiatan ini menasar 42 siswa dari Majelis Perwakilan Kelas (MPK) kelas 10 dan 11, dengan metode penyuluhan berupa ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Media yang digunakan meliputi laptop, X-banner, leaflet, PowerPoint, dan video edukatif untuk mempermudah pemahaman siswa terhadap materi. Materi yang disampaikan mencakup pemahaman dasar tentang perundungan, jenis-jenisnya (fisik, verbal, psikologis, sosial, dan daring), serta faktor penyebabnya yang meliputi pengaruh keluarga, lingkungan sekolah, media massa, budaya, hingga pergaulan sebaya [6]. Ditekankan pula pengaruh konstruksi sosial terhadap gender dalam membentuk perilaku perundungan, di mana laki-laki lebih sering melakukan bullying fisik dan perempuan cenderung ke arah bullying verbal dan sosial [7].



Gambar 1. Promosi Kesehatan di SMA Colomadu



Gambar 2. Pelaksanaan Promosi Kesehatan

Berdasarkan hasil pre-test yang dilakukan sebelum kegiatan penyuluhan mengenai kasus perundungan, diketahui bahwa sebanyak 35,7% siswa menunjukkan sikap yang

kurang baik terhadap kasus perundungan, sementara 64,3% siswa menunjukkan sikap yang baik. Hasil ini mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas siswa sudah memiliki pemahaman dan sikap yang cukup baik, masih terdapat sekelompok siswa yang belum memiliki sikap yang sesuai terhadap isu perundungan.

Setelah dilakukan penyuluhan, hasil post-test menunjukkan adanya perubahan pada sikap siswa. Persentase siswa yang menunjukkan sikap kurang baik mengalami penurunan menjadi 33,8%, sedangkan siswa yang menunjukkan sikap baik meningkat menjadi 66,2%. Perubahan ini menunjukkan adanya perbaikan sikap siswa setelah diberikan penyuluhan.

Meskipun perubahan yang terjadi tidak terlalu signifikan secara persentase, hal ini tetap mencerminkan bahwa penyuluhan memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran dan sikap siswa terhadap kasus perundungan. Penyuluhan yang diberikan mampu memperkuat pemahaman siswa tentang dampak negatif perundungan serta pentingnya menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan nyaman bagi semua pihak.

Secara keseluruhan, hasil ini sejalan dengan tujuan dari kegiatan penyuluhan, yaitu untuk meningkatkan sikap positif siswa terhadap isu perundungan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan memiliki peran penting dalam pembentukan sikap siswa dan perlu dilakukan secara berkelanjutan guna menciptakan perubahan perilaku yang lebih optimal. Selain itu, peserta juga diperkenalkan pada ciri-ciri pelaku dan korban perundungan. Pelaku biasanya menunjukkan sikap dominan, kurang empati, dan cenderung agresif, sedangkan korban umumnya pendiam, pemalu, dan menunjukkan perubahan perilaku secara tiba-tiba [8]. Penyuluhan juga menyoroti dampak serius dari perundungan, baik bagi korban maupun pelaku, termasuk gangguan kesehatan mental, rendahnya prestasi akademik, serta risiko depresi dan kecenderungan bunuh diri. Data statistik perundungan di Indonesia menunjukkan peningkatan kasus dari tahun ke tahun, dengan angka tertinggi pada tahun 2022 yang mencapai 21.241 kasus. Peningkatan ini disinyalir disebabkan oleh meningkatnya kesadaran masyarakat untuk melapor [9].

Penyuluhan ini juga memberikan pemahaman mengenai perlindungan hukum terhadap korban perundungan sesuai dengan Undang-Undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak. Sanksi pidana bagi pelaku diatur jelas dalam pasal-pasal tertentu, yang mencerminkan komitmen negara dalam menciptakan lingkungan yang aman bagi anak. Penanggulangan perundungan juga menjadi fokus penting, baik dari sisi korban maupun pelaku [10]. Bagi korban, penting untuk diberikan rasa aman, didampingi secara emosional, dan dibantu dalam melaporkan kejadian. Bagi pelaku, perlu diberikan edukasi, pendekatan hukum jika perlu, serta dukungan profesional kesehatan jiwa apabila ditemukan indikasi gangguan psikologis. Berdasarkan hasil evaluasi, penyuluhan ini dinilai berhasil. Siswa menunjukkan antusiasme tinggi, aktif dalam diskusi, dan mampu mengingat serta mengulang materi dengan baik. Penyematan pin "Duta Stop Bullying" di akhir kegiatan juga menjadi simbol komitmen siswa untuk turut berperan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan bebas dari kekerasan.

## 5. Kesimpulan

Penyuluhan tentang perundungan yang dilakukan oleh Mahasiswa Keperawatan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta di SMA N Colomadu terbukti efektif meningkatkan pemahaman dan partisipasi siswa dalam mengenali, mencegah, dan menangani perundungan. Pendekatan interaktif dan partisipatif berhasil menumbuhkan kesadaran kolektif serta membangun budaya anti-bullying di sekolah. Intervensi ini menunjukkan pentingnya pendekatan yang edukatif, empatik, dan kontekstual dalam promosi kesehatan mental remaja, serta memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan keperawatan komunitas. Model ini berpotensi diterapkan di institusi pendidikan lain sebagai upaya menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan inklusif.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas terselenggaranya kegiatan Promosi Kesehatan melalui Penyuluhan Mengenai Perundungan pada Siswa SMA, yang merupakan bagian dari tugas akademik mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta. Kegiatan ini terlaksana berkat dukungan dari berbagai pihak. Kami mengucapkan terima kasih yang

sebesar-besarnya kepada SMA Negeri Colomadu, khususnya kepada Bapak Sugiarto, S.Pd., MM selaku Kepala Sekolah dan Bapak Muh. Rozaq Karim selaku Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan, yang telah memberikan izin, fasilitas, serta dukungan moral selama kegiatan berlangsung. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Bapak Pandu Aseta, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing, atas arahan, koreksi, dan dedikasi beliau dalam membimbing kami mulai dari persiapan hingga pelaksanaan kegiatan ini.

Kami juga mengakui kontribusi penting dari seluruh panitia pelaksana dan rekan-rekan mahasiswa yang telah bekerja keras dalam merancang materi, menyusun SAP, menyiapkan media penyuluhan, hingga melakukan dokumentasi kegiatan secara lengkap. Akhir kata, kami berharap kegiatan ini memberikan dampak positif dalam membangun lingkungan sekolah yang aman dan bebas dari perundungan, serta dapat menjadi model pelaksanaan promosi kesehatan bagi institusi lain.

## Referensi

- [1] A. P. B. Kumala and A. Sukmawati, "Dampak Cyberbullying Pada Remaja," *Alauddin Sci. J. Nurs.*, vol. 1, no. 1, pp. 55–65, 2020, doi: 10.24252/asjn.v1i1.17648.
- [2] I. Tang, W. Supraha, and I. K. Rahman, "Upaya mengatasinya perilaku perundungan pada usia remaja," *J. Pendidik. Luar Sekol.*, vol. 14, no. 2, p. 93, 2020, doi: 10.32832/jpls.v14i2.3804.
- [3] I. Sukmawati, A. H. Fenyara, A. F. Fadhilah, and C. K. Herbawani, "Dampak Bullying Pada Anak Dan Remaja Terhadap Kesehatan Mental," *Pros. Semin. Nas. Kesehat. Masy. 2021*, vol. 2, no. 1, pp. 126–144, 2021.
- [4] I. Murtiningsih, "Penyuluhan Anti Bullying Peserta Didik," *IJECS Indones. J. Empower. Community Serv.*, vol. 2, no. 1, p. 11, 2021, doi: 10.32585/ijecs.v2i1.919.
- [5] R. Agustina, "IJoEd : Indonesian Journal on Education Pandangan Studi Gender Terhadap Bullying Gender Studies View of Bullying," vol. 1, no. 2, pp. 71–77, 2024.
- [6] E. Emilda, "Bullying di Pesantren: Jenis, Bentuk, Faktor, dan Upaya Pencegahannya," *Sustain. J. Kaji. Mutu Pendidik.*, vol. 5, no. 2, pp. 198–207, 2022, doi: 10.32923/kjmp.v5i2.2751.
- [7] 2008 Syahida Kurnia Dinda Khairinnisa and Christiana Elisabeth, "Studi Kasus Perundungan Verbal Siswa Pada Sekolah Dasar Ditinjau Dari Jenis Gender," *J. BK Unesa*, vol. 11, pp. 274–287, 2020.
- [8] R. Yunita, "Perundungan Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal," *Muhafadzah*, vol. 1, no. 2, pp. 93–110, 2023, doi: 10.53888/muhafadzah.v1i2.430.
- [9] J. P. Masyarakat, "Sosialisasi penguatan karakter anak untuk mencegah tindak perundungan di sekolah," pp. 404–410.
- [10] T. S. Wahyudi and T. Kushartono, "... Dihubungkan Dengan Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak," *J. Dialekt. Huk.*, vol. 2, no. 1, pp. 57–82, 2020, [Online]. Available: <http://ejournal.fisip.unjani.ac.id/index.php/jurnal-dialektika-hukum/article/view/510>