

Penyuluhan Bahaya dan Dampak *Bullying* Terhadap Kesehatan Mental dan Sosial Remaja SMP Negeri 10 Kendari

Counseling on the Dangers and Impact of Bullying on Adolescent Mental and Social Health Junior High School 10 Kendari

Hartati Bahar¹, Febriana Muchtar², Halma, Hardelia³, Ikma Inur Hidayah⁴, Lis Astuti⁵,
Muh. Zhaldri⁶, Nur Neza^{*7}, Devi Savitri Effendy⁸, Hariati Lestari⁹, Ramadhan Tosepu¹⁰

¹⁻¹⁰Program Studi S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

Corresponding Author^{*7}:

Email: nurmeza260@gmail.com

WA number: 082248973851

Info Artikel

Riwayat artikel

Dikirim: Juni 16, 2025

Direvisi: Agustus 26, 2025

Diterima: September 23, 2025

Diterbitkan: September 30, 2025

Kata Kunci:

Penyuluhan
Bullying
Remaja

ABSTRAK

Bullying merupakan tindakan yang disengaja untuk menyakiti orang lain secara fisik, verbal, atau emosional. Berdasarkan informasi dari Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk, dan Keluarga Berencana (DP3APPKB) Sulawesi Tenggara, tercatat ada 261 kejadian kekerasan terhadap anak pada tahun 2022, yang meningkat menjadi 329 kasus di tahun 2023, dengan jumlah kasus yang mayoritas berkaitan dengan *bullying* di sekolah. Berdasarkan laporan WHO (2020), sekitar 37% anak perempuan remaja dan 42% anak laki-laki remaja pernah menghadapi perundungan. Tipe-tipe perundungan yang terjadi termasuk kekerasan seksual, konflik fisik, dan tindakan *bullying*. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan perilaku pelajar di SMP Negeri 10 Kendari mengenai bahaya perundungan, termasuk dampak yang dapat memengaruhi kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, permainan edukatif, dan diskusi, melibatkan 27 siswa sebagai partisipan. Penilaian dilakukan melalui uji awal dan uji akhir. Data dari kegiatan penyuluhan memperlihatkan bahwa dari 27 responden yang dianalisis, 21 orang (78%) memiliki pemahaman yang baik, 5 orang (19%) memiliki pemahaman yang cukup, dan 1 orang (4%) memiliki pemahaman yang sangat rendah. Kesimpulannya, penyuluhan efektif meningkatkan pemahaman siswa tentang *bullying*, dan disarankan kegiatan ini dilakukan secara berkelanjutan untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan positif.

ABSTRACT

Bullying is an intentional act to hurt another person physically, verbally, or emotionally. According to information from the Office of Women's Empowerment, Child Protection, Population Control, and Family Planning (DP3APPKB) Southeast Sulawesi, there were 261 recorded cases of violence against children in 2022, which increased to 329 cases in 2023, with most cases related to bullying in schools. According to a WHO report (2020), about 37% of adolescent girls and 42% of adolescent boys have faced bullying. The types of bullying that occur include sexual violence, physical conflicts, and acts of bullying. This outreach activity aims to improve the understanding and behavior of students at SMP Negeri 10 Kendari regarding the dangers of bullying, including the impacts that can affect mental health, such as stress, anxiety, and depression. The counseling was conducted using lecture, educational games, and discussion methods, involving 27 students as participants. Assessment was carried out through pre-tests and post-tests. Data from the counseling activities showed that out of 27 respondents analyzed, 21 people (78%) had a good understanding, 5 people (19%) had a sufficient understanding, and 1 person (4%) had a very low understanding. In conclusion, the counseling effectively increased students' understanding of bullying, and it is recommended that this activity be carried out continuously to create a safe and positive school environment.

Masa muda sering disebut sebagai periode transisi dari kanak-kanak ke dewasa. Dalam fase peralihan ini, akan ada banyak perubahan, baik yang bersifat biologis maupun psikologis.. Hal ini juga memicu terjadinya berbagai resiko perilaku remaja baik yang mengarah pada perilaku positif ataupun perilaku negatif. Munculnya sikap negatif dapat memicu berbagai risiko kenakalan dan kekerasan di kalangan remaja, baik sebagai korban maupun pelaku dari tindakan itu. Tindakan kekerasan ini disebut sebagai perundungan. Perilaku Perundungan terjadi ketika ada penyalahgunaan wewenang yang dilakukan oleh satu orang atau sekelompok orang terhadap orang lain dengan niat untuk menyakiti, baik secara fisik maupun psikologis. Dalam situasi ini, pihak yang berkuasa tidak hanya memiliki kekuatan fisik, tetapi juga kekuatan mental (Supini dkk., 2024).

Kami memilih media *game ranking* 1 karena media ini dianggap paling baik dalam menyajikan informasi secara jelas, terstruktur, dan mudah dipahami. Dengan posisi teratas, media tersebut menunjukkan bahwa kualitas dan efektivitasnya sudah terbukti dibandingkan media lainnya. Hal ini membantu kami untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa secara lebih objektif. Selain itu, penggunaan media *ranking* 1 juga mempermudah proses pembelajaran, karena siswa dapat menerima materi dengan lebih fokus dan terarah. Dengan demikian, kami dapat menilai sejauh mana kemampuan siswa dalam menyerap pengetahuan serta mengevaluasi hasil belajar mereka secara lebih tepat. Kelebihan utama media *ranking* 1 adalah mampu memberikan informasi dengan cara yang lebih jelas, ringkas, dan mudah dipahami. Hal ini sangat membantu siswa dalam menerima materi pelajaran tanpa merasa terbebani. Media ini juga memberikan kesempatan kepada guru untuk menyampaikan pembelajaran secara lebih terarah, sehingga proses belajar menjadi lebih efektif. Selain itu, media *ranking* 1 memiliki keunggulan dalam hal keterlibatan siswa. Dengan adanya sistem peringkat, siswa lebih termotivasi untuk meningkatkan prestasinya karena dapat melihat posisi masing-masing secara langsung. Hal ini menumbuhkan semangat belajar, meningkatkan daya saing yang sehat, dan sekaligus menjadi indikator objektif untuk mengukur tingkat pemahaman siswa.

Masa remaja adalah periode yang khas dan penting karena melibatkan berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. Di tahap ini, para remaja mungkin berhadapan dengan kondisi seperti kemiskinan, penyalahgunaan, atau kekerasan, yang dapat membuat mereka lebih mudah terpengaruh oleh masalah kesehatan mental. Sangat penting untuk memberikan dukungan bagi kesehatan mental dan melindungi remaja dari pengalaman negatif serta faktor risiko yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk berkembang, demi kesehatan fisik dan mental mereka di masa depan (Erina dkk., 2023)

Bullying adalah jenis perilaku agresif yang dilakukan dengan sengaja dan bertujuan untuk menyakiti orang lain, termasuk intimidasi melalui ancaman serta menciptakan suasana ketakutan. Tindakan ini bisa terjadi baik yang direncanakan maupun yang tiba-tiba, dan bisa tampak jelas atau hampir tidak terlihat, baik di hadapan orang lain maupun saat tersembunyi. Meskipun dapat dikenali dengan mudah, tindakan ini bisa disembunyikan di balik tampilan persahabatan, dan dilakukan oleh individu atau kelompok anak-anak. Ada empat faktor utama yang menyebabkan tindakan perundungan terhadap seseorang, yakni perbedaan dalam kekuatan, niatan untuk melukai, ancaman agresi di masa mendatang, dan adanya suasana teror (Lestari dkk., 2024).

Kata "*bullying*" berasal dari bahasa Inggris, yang diambil dari kata "*bull*", yang berarti banteng yang memiliki sifat agresif. Secara etimologi, istilah *bully* merujuk pada seseorang yang mengintimidasi, yakni orang yang mengeksploitasi individu yang lebih lemah. Di sisi lain, pengertian *bullying* adalah "keinginan untuk melukai," yang dalam konteks ini mencakup niat tersebut yang dilakukan dengan suka hati oleh pelaku dan memberikan dampak yang cukup signifikan bagi korban. Biasanya, pelaku *bullying* lebih menonjol dibandingkan korbannya dalam hal interaksi sosial, penampilan fisik, atau perilaku, dan sering kali mereka berusaha menunjukkan

kekuatan di hadapan teman-teman mereka. Tindakan *bullying* dapat dibagi menjadi empat kategori. Salah satunya adalah pelecehan seksual, yang dianggap sebagai perilaku tidak pantas baik secara fisik maupun verbal (Firmansyah, 2021).

Menurut laporan yang diberikan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia, terdapat 1. 567 insiden *bullying* di bidang pendidikan. Dari jumlah tersebut, 76 remaja menjadi korban tindakan *bullying*, sementara 12 remaja berperan sebagai pelaku di sekolah. Ini menunjukkan bahwa praktik *bullying* masih terjadi di berbagai lokasi di seluruh dunia, termasuk di Indonesia, sehingga sangat penting untuk melakukan tindakan pencegahan atau intervensi. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari *United Nations Education Scientific and Cultural Organization* (UNESCO), perilaku *bullying* di sekolah terjadi secara global, dengan perkiraan sekitar 245 juta anak-anak menghadapi *bullying* setiap tahunnya (UNESCO, 2017). Saat ini, isu *bullying* mendapatkan sorotan dari lembaga-lembaga internasional, termasuk Plan International (ICRW), yang melaporkan prevalensi *bullying* di lima negara di Asia: Vietnam (79%), Kamboja (73%), Nepal (79%), Pakistan (43%), dan Indonesia (84%) (Erina dkk., 2023).

METODE PENELITIAN

Kegiatan Penyuluhan bahaya *bullying* oleh tim edukasi dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo dilaksanakan pada 10 Juni 2025 di SMP Negeri 10 Kendari, dilakukan menggunakan metode cerama, permainan edukatif, diskusi, dan melibatkan 27 siswa sebagai responden dengan evaluasi berupa *pre-test* dan *post-test*. Adapun alur pelaksanaan edukasi di SMP Negeri 10 Kendari, terbagi 3 tahap yaitu:

Tahap persiapan	Tahap perencanaan	Tahap evaluasi
<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengurus surat izin ke kepala sekolah. 2. Edukasi awal (dampak <i>bullying</i> dan literatur). 3. Menyusun kuesioner. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membagikan kuesioner kepada 27 siswa kelas VIII Penyuluhan materi: <ul style="list-style-type: none"> • Pengertian <i>bullying</i>. • Jenis-jenis <i>bullying</i>. • Dampak <i>bullying</i>. • Cara pencegahan <i>bullying</i>. 2. Observasi perilaku terkait pergaulan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Analisis data secara kuantitatif. 2. Identifikasi faktor penyebab <i>bullying</i> dan pergaulan bebas 3. Rumus strategi pencegahan efektif

Pelaksanaan edukasi di SMP Negeri 10 Kendari dibagi menjadi tiga tahap utama. Tahap persiapan dimulai dengan proses administratif, yaitu pengurusan surat izin penyuluhan kepada kepala sekolah. Setelah izin diperoleh, dilakukan edukasi awal mengenai dampak *bullying* serta tinjauan literatur untuk memperkuat pemahaman tim terhadap konteks masalah. Selain itu, disusun kuesioner berbasis metode kuantitatif yang sesuai dengan tema agar dapat mengukur kondisi siswa secara objektif. Selanjutnya, pada tahap perencanaan, kuesioner dibagikan kepada 27 siswa kelas VIII sebagai responden. Pada tahap ini juga dilakukan penyuluhan materi yang meliputi pengertian *bullying*, jenis-jenisnya, dampak yang ditimbulkan, serta strategi pencegahan yang dapat dilakukan. Di samping itu, tim penyuluh juga melakukan observasi perilaku siswa, khususnya yang berkaitan dengan pergaulan bebas, untuk memperoleh gambaran nyata tentang lingkungan sosial mereka. Tahap terakhir adalah tahap evaluasi. Data hasil kuesioner dianalisis menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengaruh *bullying* dan pergaulan bebas, termasuk faktor-faktor yang mendukung terjadinya kedua hal tersebut. Hasil analisis ini digunakan sebagai dasar untuk merumuskan strategi pencegahan yang lebih tepat sasaran, sehingga dapat membantu sekolah dan siswa dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, sehat, dan bebas dari perilaku negatif.

Fase 1 pembagian media permainan, tim edukasi dari fakultas kesehatan masyarakat universitas halu oleo membagikan media permainan kepada 27 siswa SMP Negeri 10 kendari. Adapun tujuan memberikan kesempatan yang sama kepada seluruh siswa untuk berpartisipasi. Dan dapat menumbuhkan rasa kebersamaan dan kesiapan sebelum permainan dimulai. Sarana yang di gunakan media permainan kertas yang tertulis huruf B dan S. fase 2 membaca pertanyaan sebanyak 2 kali agar siswa dapat mendengarkan dan memahami dengan baik, tujuan, untuk memastikan siswa fokus terhadap soal yang di berikan dan memberikan kesempatan untuk mengulang agar tidak ada kesalahan pemahaman. Fase 3 siswa diminta menjawab soal dengan memilih benar (tangan kanan) atau salah (tangan kiri). siswa yang salah harus keluar dari barisan permainan. Tujuan untuk melatih ketepatan pemahaman siswa dalam menilai pernyataan dan mendorong siswa untuk berpikir kritis dan cepat dalam mengambil keputusan, sarana media jawaban berupa gerakan tangan kanan/kiri dan atiran permainan yang jelas uji hasil belajar kognitif di ukur dari jumlah siswa yang bertahan hingga akhir permainan dan dapat dianalisis dengan menghitung persentase jawaban benar tiap siswa sebagai indikator pemahaman. Permainan ini berlangsung hingga tersisa satu peserta yang mampu menjawab seluruh pertanyaan dengan benar, peserta terakhir yang bertahan itulah dinyatakan sebagai pemenang dan berhak menyandang gelar *rangking* 1. Setelah permainan selesai kegiatan ditutup dengan pembagian hadiah kepada peserta yang berhasil mendapat *rangking* 1 sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi dan semangatnya selama permainan berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi peserta penyuluhan pergaulan bebas pada remaja di SMP Negeri 10 kendari, Kecamatan Kambu, Kabupaten Kota Kendari, Sulawesi Tenggara 93231 berdasarkan karakteristik sebagai berikut:



Gambar 1. Penjelasan Materi Oleh Tim Pengajaran Dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo



Gambar 2. Media permainan yang Dipakai oleh Tim Pendidikan dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo



Gambar 3. Dokumentasi Pasca pelaksanaan edukasi di SMP Negeri 10 Kendari

Hasil Uji di SMP Negeri 10 Kendari

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan gender dan umur

karakteristik	Jumlah	Persentasi (%)
Jenis Kelamin	7	26,0
Laki-laki	20	74,0
perempuan	27	45,0
Usia (Tahun)		
13	16	59,0
14	11	41,0
Total	27	100,0

Sumber. Data Primer 2025

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh tim edukasi dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo terhadap siswa SMP Negeri 10 Kendari, terdapat 27 peserta yang terlibat. Karakteristik dari peserta tersebut terbagi menjadi dua kategori, yaitu jenis kelamin

dan usia. Dari segi jenis kelamin, mayoritas peserta adalah perempuan, dengan total sebanyak 20 orang (74%), sedangkan laki-laki hanya berjumlah 7 orang (26%). Di sisi lain, peserta juga dikategorikan berdasarkan usia menjadi dua kelompok, yaitu yang berusia 13 tahun dan 14 tahun. Dari keseluruhan peserta, terdapat 16 orang (59%) yang berusia 13 tahun, sedangkan 11 orang (41%) berusia 14 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman pengetahuan dan Sikap Siswa/i di SMPN 10 Kendari

Tingkat pengetahuan dan Sikap	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
Baik	21	78,0
Cukup	25	19,0
Kurang	1	4,0
Total	27	100,0

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan analisis distribusi frekuensi terkait pengetahuan dan sikap terhadap materi yang disampaikan oleh tim edukasi dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo kepada siswa SMP Negeri 10 Kendari, dari 27 responden yang ada, mayoritas siswa menunjukkan pengetahuan dan sikap yang baik, yaitu Sebanyak 21 siswa (78%) dari total responden tergolong memiliki pengetahuan dan sikap yang baik. Selain itu, terdapat 5 siswa (19%) yang berada dalam kategori cukup, dan hanya 1 siswa (4%) yang berada dalam kategori kurang. Hasil ini menggambarkan bahwa mayoritas peserta telah memahami materi dengan baik serta menunjukkan sikap yang positif terhadap materi yang diajarkan, sementara hanya sedikit yang masih perlu meningkatkan pemahaman mereka.

Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Berpasangan antara pre-test dan post-test akhir pada remaja di SMPN 10 Kendari

Data	Mean	N	P volume	Standar Deviasi	t	P-Value
Pengetahuan Pre-Test	75.5556	27	15.02135	2.89086	-12,9629	0,000
Pengetahuan Post-Test	88.5185	27	11.33534	2.18149		

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan analisis data, kami menggunakan uji t-berpasangan (*Paired Sample t-Test*) untuk mengetahui perbedaan pengetahuan siswa sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan penyuluhan. Hasil analisis statistik yang telah dilakukan mengenai perubahan pengetahuan Siswa sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) kegiatan penyuluhan, didapatkan informasi bahwa rata-rata skor *pre-test* adalah 75,56 dengan deviasi standar sebesar 2,89. Setelah mengikuti penyuluhan, nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 88,52, dengan deviasi standar 2,18. Ini menunjukkan adanya kenaikan skor rata-rata sekitar 13 poin, yang menandakan bahwa pengetahuan siswa bertambah setelah menerima materi penyuluhan. Nilai P volume atau simpangan kuartil masing-masing tercatat 15,02 untuk pre-test dan 11,34 untuk post-test. Walaupun nilai signifikansi statistik (seperti nilai p dalam uji t-berpasangan (*paired sample t-Test*)) tidak ditampilkan secara jelas, kenaikan skor rata-rata dan penurunan deviasi standar menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan cukup berhasil dalam meningkatkan pemahaman siswa. Temuan ini didapatkan dari 27 responden, sesuai dengan jumlah peserta yang menjalani *pre-test* dan *post-test*.



Gambar 4. Pembagian *Pre-Test*



Gambar 6. Pembagian *Post-Test*



Gambar 5. Pemaparan Materi



Gambar 7. Sesi Permainan game

Hasil dari pelaksanaan kegiatan penyuluhan mengenai efek *bullying* ini dilakukan di SMP Negeri 10 Kendari pada hari Selasa, 10 Juni 2025, dari pukul 07:30 hingga 09:40 WITA dengan diikuti oleh 27 siswa. Pada Gambar 3, terlihat bahwa sebelum penyuluhan dimulai, siswa dari kelas VIII terlebih dahulu mengisi pre-test untuk mengevaluasi pemahaman mereka sebelum mendapatkan materi. Gambar 4 menunjukkan aktivitas penyampaian materi tentang *bullying* yang dilakukan selama 10 menit, termasuk penjelasan mengenai definisi, berbagai jenis, dampak, dan langkah-langkah pencegahan *bullying*. Gambar 5 menampilkan kegiatan post-test yang diadakan setelah penyampaian materi, yang bertujuan untuk mengukur pemahaman siswa kelas VIII mengenai isi materi tentang *bullying* yang telah dipresentasikan. Gambar 6 menunjukkan sesi permainan interaktif yang edukatif, di mana siswa diberikan beberapa pernyataan tentang *bullying* dan diminta untuk menentukan apakah pernyataan tersebut benar atau salah. Pendekatan ini bertujuan untuk menguji sekaligus memperkuat pengetahuan siswa tentang materi yang telah diajarkan dengan cara yang menyenangkan serta melibatkan partisipasi mereka.

Media permainan edukatif yang diterapkan dalam kegiatan ini berperan vital dalam mendukung siswa dalam memahami dan meningkatkan kesadaran mengenai risiko tindakan *bullying*. Permainan ini menjadi alat yang menarik dan interaktif untuk menyampaikan informasi, sehingga Peserta didik bisa lebih gampang menangkap dan mengingat informasi yang diberikan. Selain itu, penggunaan media ini juga mendorong siswa untuk berpartisipasi dalam diskusi serta meningkatkan keterampilan berpikir kritis dan kemampuan dalam membuat keputusan yang tepat. Materi penyuluhan disampaikan oleh pemateri selama kurang lebih 10 menit dan mencakup pengertian *bullying*, jenis-jenis *bullying* (verbal, fisik, sosial, dan siber), dampak negatif yang ditimbulkan terhadap korban maupun pelaku, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan. Tujuan utama dari program ini adalah untuk memperdalam pengetahuan siswa

mengenai pentingnya membangun suasana sekolah yang aman dan terhindar dari perilaku *bullying*.

Diharapkan para pelajar bisa mengenali ciri-ciri kekerasan, baik sebagai orang yang mengalami, pelaku, maupun orang yang melihat, dan mampu mengambil keputusan yang baik ketika menghadapi kondisi tersebut. Pembelajaran ini juga menekankan nilai empati, kemampuan berkomunikasi, dan keberanian untuk melaporkan perilaku *bullying* kepada otoritas yang sesuai. Pemahaman yang memadai mengenai *bullying* dapat mendukung siswa untuk mengambil keputusan yang lebih tepat dan tidak terpengaruh oleh tekanan dari teman-teman sebayanya. Ini sejalan dengan studi yang mengindikasikan bahwa pendidikan yang baik dapat menurunkan kemungkinan terjadinya perilaku negatif, seperti *bullying*, di sekolah (Yusuf & Fahrudin, 2012). *Bullying* merupakan isu yang rumit, dan menangani masalah ini bukanlah sesuatu yang sederhana. Oleh sebab itu, solusi harus diawali dari sumber masalah, yakni dengan mengenali faktor-faktor penyebab *bullying* di kalangan siswa. Menangani insiden *bullying* tanpa mengatasi sumber masalahnya tidak akan memberikan hasil yang baik, dan meskipun berhasil, solusi tersebut mungkin tidak akan bertahan lama, sehingga perilaku *bullying* bisa muncul lagi. Beberapa faktor luar yang memengaruhi anak sebagai pelaku *bullying* antara lain adalah situasi keluarga, kepribadian anak, kondisi di sekolah, dan lingkungan sosial anak (Rachma, 2022).

Salah satu alasan penting yang membuat anak berperilaku *bullying* adalah sifat dasar mereka. Sebagian besar, tingkat perhatian di sekolah berkontribusi besar dalam menentukan frekuensi kejadian *bullying*. Seperti halnya pengawasan yang minim di rumah, kurangnya perhatian di sekolah juga sangat berkaitan dengan munculnya tindakan *bullying* di antara para siswa. Dengan demikian, bisa dibilang bahwa kurangnya perhatian dari orang tua di rumah menjadi salah satu penyebab utama terjadinya *bullying* di kalangan siswa di sekolah (Veolina Irman, 2022). Beberapa dampak yang timbul baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang akibat perundungan meliputi: rasa takut, tekanan psikologis, kecemasan, hingga depresi yang serius pada para korban. Hal ini dapat menyebabkan keinginan untuk mengakhiri hidup atau menyakiti diri sendiri, sulit tidur, kehilangan nafsu makan, fluktuasi emosi yang ekstrem, serta perasaan putus asa. Korban perundungan sering kali mengalami penurunan kepercayaan diri, merasa kesepian, dan terasing dari lingkungan sekitar. Mereka juga umumnya menghadapi kesulitan untuk bersikap terbuka, terlebih lagi untuk mempercayai orang lain (Romadhoni dkk., 2023). Pengaruh pendidikan kesehatan mengenai risiko *bullying* terhadap pemahaman dan sikap pencegahan *bullying* menunjukkan bahwa program pengabdian kepada masyarakat yang memberikan edukasi tentang *bullying* kepada siswa SMP dapat meningkatkan wawasan siswa mengenai *bullying*. Hal ini dapat berkontribusi pada pengurangan dan pencegahan terjadinya kasus *bullying* di lingkungan sekolah. Selain itu, terungkap bahwa penyampaian pendidikan kesehatan melalui media audiovisual berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan Pelecehan, yang menunjukkan bahwa penyampaian materi pendidikan kesehatan melalui metode audiovisual dapat berdampak pada perilaku *bullying* (Junalia & Malkis, 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penyuluhan dan penerapan media permainan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa sekaligus menanamkan nilai-nilai sosial yang penting untuk mencegah perundungan. Pada fase awal, pembagian media permainan berhasil menumbuhkan rasa kebersamaan dan kesempatan yang setara bagi seluruh siswa. Selanjutnya, fase pembacaan soal berulang mampu memperkuat komunikasi yang jelas sehingga mendorong toleransi dan sikap saling menghargai. Pada fase terakhir, mekanisme permainan melatih sportivitas, disiplin, serta penerimaan hasil secara sehat. Secara keseluruhan, ketiga fase ini menunjukkan bahwa media permainan tidak hanya meningkatkan pengetahuan siswa tentang

bullying, tetapi juga berkontribusi dalam membentuk karakter yang lebih inklusif, komunikatif, dan sportif, sehingga menjadi upaya nyata dalam mengurangi praktik perundungan di lingkungan sekolah. Penyuluhan dilakukan dengan mengukur pemahaman siswa melalui tes sebelum dan sesudah kegiatan. Diharapkan setelah mendapatkan materi ini, para siswa menjadi lebih sadar dan mampu menghindari serta mencegah tindakan *bullying*. Mereka juga diharapkan berani mengambil sikap jika menyaksikan atau mengalami *bullying* di sekolah.

Seiring dengan bertambahnya pengetahuan dan kepedulian siswa tentang perundungan, diharapkan akan tercipta lingkungan sekolah yang lebih terlindungi, menyenangkan, dan mendukung perkembangan karakter positif untuk semua peserta didik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada tim dari Universitas Halu Oleo, Fakultas Kesehatan Masyarakat, atas bimbingan dan tanggung jawab yang diberikan selama kegiatan penyuluhan ini, Kepala Sekolah SMP Negeri 10 Kendari yang telah memberikan persetujuan agar penyuluhan ini dapat dilaksanakan, dan siswa-siswi kelas VIII yang telah berpartisipasi secara aktif dalam acara ini sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan berhasil.

DAFTAR PUSTAKA

- Agisyaputri, E., Nadhirah, N. A., & Saripah, I. (2023). Identifikasi fenomena perilaku bullying pada remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 3(1), 19–30.
- Ayu Widya Rachma. 2022. Upaya Pencegahan Bullying Di Lingkup Sekolah. *Jurnal Hukum dan Pembangunan Ekonomi*. Universitas Sebelas Maret, Surakarta, Jawa Tengah (2)10. ISSN (Online) 2777-0818.
- Chandra duwita. (2024). Pengertian Tindakan Bullying, Penyebab, Efek, Pencegahan. dan Solusi. Universitas Moch. Sroedji. Jember. Jawa Timur. (3).5. ISSN (Online) 2722-5356.
- Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3APKB) Sulawesi Tenggara. (2023). Data Kasus Kekerasan Anak di Sulawesi Tenggara Tahun 2022–2023. Diakses dari <https://sultra.antaranews.com/berita/430159/kasus-kekerasan-anak-di-sultra-meningkat-pada-12-juni-2025>.
- Fetty Rahmawaty, Ribkha Pebriani Silalahiv, Berthiana T., & Barto Mansyah. (2022). Factors affecting mental health in adolescents. *Jurnal Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja*.
- Firmansyah, F. A. (2021). Peran guru dalam penanganan dan pencegahan bullying di tingkat sekolah dasar. *Jurnal Al Husna*, 2(3), 205-216.
- Junalia, E., & Malkis, Y. 2022. Edukasi upaya pencegahan bullying ada remaja di sekolah menengah pertama jurnal community service and health science. Program studi keperawatan sekolah tinggi ilmu kesehatan pertamedika , kota jakarta, indonesia (1).iissn: 2829-2537.
- Romadhoni, M. T. B., Azzizah Heru, M. J., Rofiqi, A., Hasanah, Z. W., & Yani, V. A. (2023). Pengaruh perilaku bullying terhadap interaksi sosial pada remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 11(1).
- Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang No. 23 Tahun 2002 Tentang perlindungan Anak.

-
- Widta ayu. (2020). Cegah Dan Stop Bullying Sejak Dini Semarang Geupedia The First On Publisher In Indonesia
- Yusuf dkk. (2012). Perilaku Bullying: Asesmen Multidimensi Dan Intervensi Sosial. Jurnal Psikolgi Universitas Diponegoro, 11(2).