

Peningkatan pengetahuan remaja melalui edukasi pencegahan perilaku perundungan

Ratna Agustiningrum^{1*}, Puput Risti Kusumaningrum², Arlina Dhian Sulistyowati³,
Devi Permata Sari⁴

^{1,2,3,4} Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten, Jawa Tengah,
Indonesia

Koresponden: ratnaagustheen16@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Masa remaja merupakan periode perkembangan individu yang mengalami perubahan mulai dari fisik, emosi, dan sosial, yang pada akhirnya perubahan ini dapat membentuk pola perilaku serta kepribadiannya. Remaja yang agresif, impulsif, serta dominan cenderung lebih berisiko menjadi pelaku perundungan, terutama jika didukung oleh kurangnya rasa empati dan toleran. Data menunjukkan bahwa Indonesia termasuk negara dengan tingkat kasus perilaku perundungan pada remaja yang kategorinya tinggi. **Tujuan:** Kegiatan ini ditujukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan perilaku perundungan melalui edukasi. **Metode:** Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan evaluasi. Peserta kegiatan adalah 25 remaja di Dukuh Kupang. Data di analisis deskriptif dengan distribusi frekuensi. **Hasil:** Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat meningkatkan pengetahuan 25 remaja peserta mengenai definisi, bentuk, dampak, dan strategi pencegahan perundungan. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pada pemahaman peserta setelah diberikan edukasi melalui metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan media audio-visual. **Simpulan:** Edukasi pencegahan perundungan dapat menjadi strategi efektif dalam membangun kesadaran remaja untuk menciptakan lingkungan yang aman, inklusif, dan bebas dari perundungan. Diperlukan program berkelanjutan seperti pelatihan keterampilan komunikasi asertif dan pembentukan agen sebaya anti-bullying agar dampak positif ini dapat terus terjaga.

KATA KUNCI: edukasi; pengetahuan; perundungan; remaja

ABSTRACT

Background: Adolescence is a period of individual development that experiences changes ranging from physical, emotional, and social, which ultimately these changes can shape their behavioral patterns and personality. Aggressive, impulsive, and dominant adolescents tend to be more at risk of becoming perpetrators of bullying, especially if supported by a lack of empathy and tolerance. Data shows that Indonesia is a country with a high level of bullying behavior cases in adolescents. **Objective:** This activity is intended as an effort to increase knowledge about preventing bullying behavior through education. **Method:** The implementation of the activity was carried out using lecture, discussion and evaluation methods. The participants were 25 adolescents in Dukuh Kupang. Data were analyzed descriptively with frequency distribution. **Results:** Community Service activities increased the knowledge of 25 adolescent participants regarding the definition, forms, impacts, and strategies for preventing bullying. The results of the pre-test and post-test showed an increase in participants' understanding after being given education through interactive lecture methods, group discussions, and audio-visual media. **Conclusion:** Bullying prevention education can be an effective strategy in building adolescent awareness to create a safe, inclusive, and bullying-free environment. Sustainable programs such as assertive communication skills training and the formation of anti-bullying peer agents are needed so that this positive impact can be maintained.

KEYWORDS: adolescents; bullying; education; knowledge

Copyright © 2025 Journal



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

INTRODUCTION

Remaja merupakan tahap perkembangan peralihan individu dari masa anak menuju kedewasaan, yang juga ditandai pada perkembangan fisik, emosional, dan sosial mengalami perubahan yang signifikan (Widiandari et al., 2023). Pada tahap ini, interaksi sosial menjadi semakin intens dan kompleks, baik di lingkungan sekolah, rumah, maupun komunitas. Namun, tidak jarang interaksi tersebut memunculkan perilaku negatif, salah satunya adalah perundungan (bullying) (Chen et al., 2017).

Perundungan merupakan tindakan agresif yang dilakukan secara berulang dengan tujuan melukai, merendahkan harga diri, bahkan ada yang hingga mengintimidasi orang lain. Tindakan ini dapat dilakukan secara perilaku fisik, verbal atau kata-kata, maupun melalui media daring (cyberbullying) (Pandie & Weismann, 2016). Dampak dari perundungan sangat serius, meliputi penurunan rasa percaya diri, gangguan kesehatan mental, prestasi akademik yang menurun, hingga risiko depresi dan bunuh diri. Data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) terdapat data lebih dari 41% anak dan remaja di Indonesia pernah mengalami perundungan dalam berbagai bentuk (UNICEF, 2020b). Perundungan adalah tindakan menyerang yang dilakukan secara berulang dalam bentuk fisik, psikologis, sosial, atau verbal (UNICEF, 2020a). Tindakan ini melibatkan ketidakseimbangan kekuatan, dimana pelaku menggunakan situasi untuk mendapatkan keuntungan atau kepuasan pribadi (Maulany et al., 2022). Perundungan merupakan salah satu bentuk perilaku agresif awal yang dapat muncul melalui tindakan kasar, baik secara fisik, mental, melalui kata-kata, atau kombinasi dari semuanya (Surilena, 2016). Perilaku ini dapat dilakukan oleh individu atau kelompok yang memanfaatkan kelemahan orang lain sebagai target. Contohnya meliputi mengejek, mengganggu, mengucilkan, hingga merugikan korban (Afriani et al., 2024).

Kejadian perundungan banyak terjadi khususnya pada masa remaja. Berdasarkan data survey UNESCO pada 2019, perundungan dialami para remaja diberbagai belahan dunia. Data yang diukur secara rerata global, lebih dari 30% siswa yang berada pada usia 13 - 15 tahun mengalami tindakan perundungan regular. Kasus perundungan fisik didapatkan hingga mencapai angka 55,5%, perundungan verbal sebanyak 29,3% dan perundungan psikologis 15,2%. Perundungan juga terjadi di dunia mulai dari SD mencapai 26%, SMP 25% dan siswa SMA 18,75% (Ariyanto et al., 2023). Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat 17 kasus kekerasan fisik yang melibatkan peserta didik sepanjang 2021 dengan memasukkan sangat memerlukan perhatian segera (Nimah, 2023)

Tingginya angka kejadian perundungan menunjukkan masih rendahnya kesadaran dan pemahaman remaja mengenai perilaku yang tergolong perundungan serta cara mencegahnya. Sebagian remaja bahkan tidak menyadari bahwa tindakan yang mereka anggap "candaan" dapat tergolong perundungan dan berpotensi melukai orang lain (Rahayu & Permana, 2019). Faktor lain yang memperburuk situasi adalah kurangnya edukasi yang sistematis mengenai pencegahan perundungan, baik dari segi pengetahuan hukum, dampak psikologis, maupun keterampilan sosial untuk menghindari atau menghentikan perilaku tersebut (Saputra, 2022).

Edukasi pencegahan perundungan memiliki peran penting dalam membekali pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja agar mampu menciptakan lingkungan yang aman, kondusif, dan saling menghargai antar orang lain (Arifin et al., 2017). Melalui pendekatan edukatif yang interaktif dan sesuai dengan karakteristik remaja, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan kemampuan mereka untuk mengenali, menghindari, serta mengambil tindakan tepat ketika menghadapi situasi perundungan. Permasalahan mitra remaja di deas Kupang belum pernah mendapatkan edukasi tentang pencegahan tindakan perundungan serta dampak yang akan ditimbulkan apabila mengalami perundungan. Berdasarkan kondisi tersebut, maka tujuan dari kegiatan ini yaitu memerikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan perilaku perundungan.

METHODS

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada 25 peserta remaja di Dukuh Kupang. Mitra yang bekerja sama adalah Kepala Desa, Bidan Desa beserta Kader kesehatan Jiwa di Desa Kupang. Berikut analisa setiap tahapannya :

Tahap persiapan dilakukan tim pengabdian melakukan studi awal kondisi *perundungan* remaja di desa Kupang Pedan. didapatkan hasil pengkajian bahwa di desa tersebut terdapat korban perundungan dan sampai dirawat di RSJD Dr Sodjarwadi Jawa Tengah. Kemudian tim pengabdian menyiapkan materi dan kuesioner rasa empati sebagai instrumen pretest-posttes.

Tahap kedua yaitu tahap intervensi, pada tahap ini tim pengabdian turun ke lokasi, melakukan skrining dengan metode yang telah disiapkan kemudian mengadakan *empathy training* yang terdiri dari 6 sesi. Sesi 1 dimulai dengan pemberian materi empati yang diawali dengan pemutaran video bullying dan diakhiri dengan penayangan video empati yang didiskusikan dengan temannya. Pada sesi kedua peserta melakukan story telling tentang kebaikan. Selanjutnya posttes dan penutup.

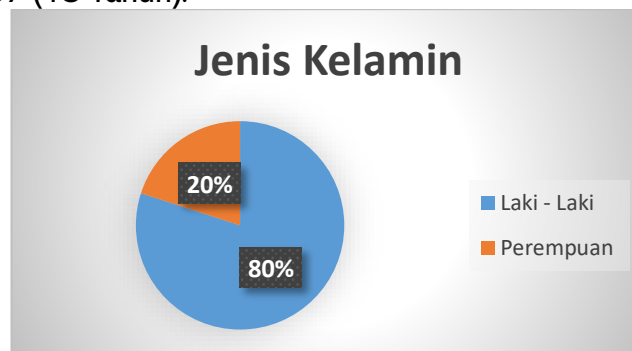
RESULTS AND DISCUSSION

Kegiatan dilakukan secara offline di Balai Pertemuan Warga Desa Kupang Karangdowo. Peserta mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 25 remaja dari 30 siswa (83,4 %). Berikut data tabel karakteristik responden peserta sebagai berikut:

Tabel 1. Rerata Usia Remaja Dukuh Kupang Karangdowo

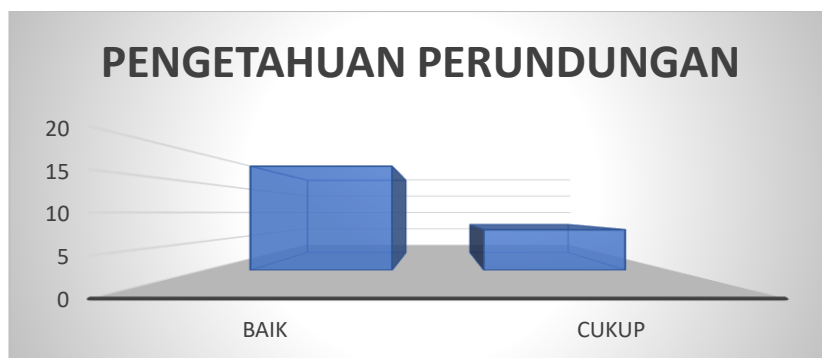
No	Karakteristik	Min	Max	Mean	SD
1.	Usia	12	22	17,67	13,56

Tabel 1 menunjukkan rerata usia Remaja Dukuh Kupang Karangdowo berada pada fase Remaja akhir yaitu 17,67 (18 Tahun).



Gambar 1 Karakteristik jenis kelamin (N= 25)

Diagram 1 menunjukkan sebagian besar Remaja Dukuh Kupang Karangdowo berjenis kelamin perempuan yaitu 80%, dan sisanya laki- laki yaitu sebanyak 20%.



Gambar 2 Distribusi Frekuensi Perilaku Perundungan

Gambar 2 di atas, menunjukkan sebagian besar Remaja Dukuh Kupang Karangdowo memiliki pengetahuan perundungan kategori baik sebanyak 18 orang (72%) dan Pengetahuan perundungan Cukup 7 orang (28 %).



Gambar 3. Pemberian Edukasi kepada Remaja

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan perilaku perundungan (bullying) melalui edukasi. Sejalan dengan hasil penelitian dari Lusiana & Arifin, (2022) kegiatan edukasi ini difokuskan pada pengenalan bentuk-bentuk perundungan, dampak yang ditimbulkannya, serta strategi pencegahannya. Hasil memperlihatkan sebelum dilakukan edukasi, menunjukkan bahwa peserta masih memiliki pengetahuan yang terbatas tentang definisi, jenis, dan dampak perundungan. Hal ini dapat terlihat dari rendahnya persentase jawaban benar pada pertanyaan mengenai bentuk-bentuk bullying, seperti perundungan verbal, fisik, maupun cyberbullying. Minimnya pemahaman ini kemungkinan dipengaruhi oleh kurangnya akses informasi yang akurat serta belum adanya program edukasi terstruktur di lingkungan remaja setempat (Jalal et al., 2021). Selain materi tersebut juga disampaikan pemberian materi dengan tema empati. Kegiatan diawali dengan pemutaran video bullying dan diakhiri dengan penayangan video empati. Pelaksanaan edukasi dilakukan menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan pemutaran video edukasi. Metode ini dipilih untuk mendorong keterlibatan aktif peserta dan memudahkan pemahaman konsep melalui contoh konkret (Nurfadhillah et al., 2021).

Kegiatan berikutnya yaitu: sesi tanya jawab memungkinkan peserta menyampaikan pengalaman dan pandangannya mengenai perundungan yang pernah mereka lihat atau alami, sehingga materi menjadi lebih relevan dengan kondisi nyata di lingkungan mereka.

Setelah edukasi, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta. Mayoritas remaja mampu menjelaskan kembali definisi perundungan, mengidentifikasi jenis-jenisnya, memahami dampak psikologis maupun sosial yang ditimbulkan, serta menyebutkan langkah-langkah pencegahan seperti berani melapor, membangun empati, dan memperkuat solidaritas antar teman. Hal ini sejalan dengan penelitian Adellia et al., (2024) yang menyebutkan bahwa edukasi terstruktur dapat

meningkatkan kesadaran dan sikap remaja terhadap pencegahan bullying. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berdampak positif terhadap sikap peserta. Diskusi kelompok mendorong terbangunnya rasa saling menghargai dan kesadaran untuk tidak menjadi pelaku maupun membiarkan perundungan terjadi di sekitar mereka. Dengan demikian, intervensi ini bukan hanya memberikan pemahaman teoritis, tetapi juga memotivasi remaja untuk menerapkan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari (Rahayu & Permana, 2019). Berikut dokumentasi tim pelaksana kegiatan :



Gambar 4. Dokumentasi Kegiatan

Keberhasilan kegiatan ini tidak terlepas dari dukungan pihak perangkat desa, tokoh masyarakat, dan antusiasme peserta. Namun, tantangan yang dihadapi adalah keterbatasan waktu edukasi yang belum cukup untuk membahas secara mendalam strategi penanganan kasus perundungan yang kompleks. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan lanjutan berupa pelatihan keterampilan komunikasi asertif dan pembentukan kelompok sebaya (peer group) sebagai agen anti-bullying di lingkungan Dukuh Kupang. Secara keseluruhan, PKM ini membuktikan bahwa edukasi pencegahan perilaku perundungan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja. Apabila dilakukan secara berkelanjutan dan melibatkan berbagai pihak, diharapkan dapat menciptakan lingkungan sosial yang aman, inklusif, dan bebas dari perundungan.

CONCLUSIONS

Hasil dari pengabdian yang dilakukan ini berhasil meningkatkan pengetahuan 25 remaja peserta mengenai definisi, bentuk, dampak, dan strategi pencegahan perundungan. Adanya peningkatan signifikan pada pemahaman peserta setelah diberikan edukasi melalui metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan media audio-visual. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga mempengaruhi sikap remaja untuk lebih peduli, berani melapor, dan menolak terlibat dalam tindakan perundungan. Dukungan perangkat desa, tokoh masyarakat, serta partisipasi aktif peserta menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan. Edukasi pencegahan perundungan dapat menjadi strategi efektif dalam membangun kesadaran remaja untuk menciptakan lingkungan yang aman dengan harapan terbebas dari perundungan. Selanjutnya diharapkan adanya program berkelanjutan seperti pelatihan keterampilan komunikasi asertif dan pembentukan agen sebaya anti-bullying agar dampak positif ini dapat terus terjaga.

Conflict of Interest Statement

Tidak ada konflik kepentingan dalam hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dipublikasikan ini.

Funding Source

Sumber dana mandiri dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat dari Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten.

Author Acknowledgement

Ucapan terimakasih disampaikan kepada kader dan petugas di Balai Pertemuan Warga Desa Kupang Karangdowo yang telah bersedia memfasilitasi hingga kegiatan berjalan dengan lancar.

REFERENCES

- Adellia, A. P., Sulistiyana, S., & Putro, H. Y. S. (2024). Studi Komparatif: Bullying di Dunia Nyata dan Dunia Maya (Cyberbullying). *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 6(4), 4000–4007. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i4.7240>
- Afriani, E. D., Purnamasari, F., & Riskiyono, J. (2024). Pengaruh Lingkungan Keluarga Terhadap Pelaku Bullying Di Sekolah. *Abdi Laksana : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5, 514–522.
- Arifin, H. Z., Fakultas, D., Islam, A., Dharmawangsa, U., & Utara, S. (2017). Perubahan Perkembangan Perilaku Manusia Karena Belajar. *Sabilarrasyad*, 11(01), 53–79.
- Ariyanto, D. F., Asmuji, A., Asih, S. W., & Kholifah, S. (2023). Hubungan Fungsi Afektif Keluarga dengan Perilaku Bullying pada Remaja di SMAN Arjasa Kabupaten Jember. *Health & Medical Sciences*, 1(4), 11. <https://doi.org/10.47134/phms.v1i4.57>
- Chen, L., Sung, Y., & Cheng, W. (2017). How to Enhance Teachers' Bullying Identification: A Comparison Among Providing A Training Program, A Written Definition, And A Definition with A Checklist Of Bullying Characteristics. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 26(6), 351–359.
- Jalal, N. M., Idris, M., & Muliana. (2021). Faktor-Faktor Cyberbullying Pada Remaja. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 146–154.
- Lusiana, E. N. S., & Arifin, S. (2022). Dampak Bullying Terhadap Kepribadian Dan Pendidikan Seorang Anak. *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman*, 10(2), 337–350.
- Maulany, L. E., Yusra, A., & Rasimin. (2022). Dampak Perundungan (Bullying) Verbal terhadap Empati Korban pada Siswa SMPN 7 Muaro Jambi. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 12(1), 195–201.
- Nimah, A. A. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Bullying*.
- Nurfadhillah, S., Ningsih, D. A., Ramadhania, P. R., & Sifa, U. N. (2021). Peranan Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa SD Negeri Kohod III. *PENSA : Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3(2), 243–255. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pensa>
- Pandie, M. M., & Weismann, I. T. J. (2016). Pengaruh Cyberbullying Di Media Sosial Terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelaku Maupun Sebagai Korban Cyberbullying Pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar. *Jurnal Jaffray*, 14(1), 43–62. <https://doi.org/10.25278/jj.v14i1.188.43-62>
- Rahayu, B. A., & Permana, I. (2019). Bullying di Sekolah : Kurangnya Empati Pelaku Bullying dan Pencegahan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 237. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.3.2019.237-246>
- Saputra, R. P. (2022). PENYULUHAN TINDAK PIDANA CYBER BULLYING BERDASARKAN UNDANG – UNDANG NOMOR 19 TAHUN 2016 TENTANG INFORMASI DAN TRANSAKSI ELEKTRONIK. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 457–469. <https://doi.org/10.31949/jb.v3i3.3046>
- Surilena. (2016). Perilaku Bullying (Perundungan) pada Anak dan Remaja. *Cdk-236*, 43(1), 35–38.
- UNICEF. (2020a). Perundungan di indonesia: Fakta-fakta Kunci, Solusi, dan Rekomendasi. *Unicef.Org, Februari*. <https://www.unicef.org/indonesia/media/5691/file/Fact Sheet Perkawinan Anak di Indonesia.pdf>
- UNICEF. (2020b). *Cyberbullying: Apa itu dan bagaimana menghentikannya*. Unicef.Org.

[https://www.unicef.org/indonesia/id/child-protection/apa-itu-cyberbullying#:~:text=Cyberbullying \(perundungan dunia maya\) ialah,platform bermain game%2C dan ponsel.](https://www.unicef.org/indonesia/id/child-protection/apa-itu-cyberbullying#:~:text=Cyberbullying%20(perundungan%20dunia%20maya),platform%20bermain%20game%20dan%20ponsel)

Widiandari, F., Khoiri, N., & Syahnaz, A. (2023). Penguatan Nilai-Nilai Religiusitas Remaja Pada Era Digital. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5(4), 1661–1667. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/edukatif.v5i4.5051>