



Sosialisasi Anti Bullying untuk Kesehatan Mental dan Akademik di SDN 1 Sidoharjo Kabupaten Pringsewu

Afrizal Martin^{1,*}, Widianto¹, Mardiyanto¹, Joni¹, Ahmad Khumaidi¹

¹Institut Bakti Nusantara, Lampung, Indonesia

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:
Submit: 07 Januari 2025
Revisi: 23 Januari 2025
Diterima: 28 April 2025
Diterbitkan: 30 April 2025

Kata Kunci

Bullying, Mental, Akademik, Sosialisasi, Kesehatan

Correspondence

E-mail: afrizalmartin.mti@gmail.com*

A B S T R A K

Penelitian Bullying adalah masalah besar yang memengaruhi anak-anak di seluruh dunia. Pemerintah, sekolah, dan masyarakat telah berusaha untuk mengatasi masalah ini. Studi ini memberikan gambaran awal tentang pelecehan dan bagaimana hal itu berdampak pada kesehatan mental dan prestasi akademik anak-anak. Penelitian ini juga menekankan betapa pentingnya program anti-bullying untuk melindungi kesejahteraan anak-anak dan mendorong penelitian lebih lanjut. Fokus penelitian ini adalah kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di SDN 1 Sidoharjo, Lampung. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk memberi siswa pemahaman tentang dampak negatif dari perilaku bullying dan meningkatkan tingkat empati siswa sekolah dasar. Hasilnya menunjukkan bahwa siswa lebih memahami anti-bullying, memahami dampak negatif dari perilaku bullying, dan mengetahui manfaatnya untuk kesehatan dan akademik mereka. Kegiatan PKM ini dilaksanakan di SDN 1 Sidoharjo, Lampung. Sekolah ini memiliki akreditasi B dan memiliki satu perpustakaan, tujuh ruang kelas, dan satu ruang UKS. Secara keseluruhan, program PKM ini bertujuan Kegiatan sosialisasi anti bullying yang dilaksanakan di SDN 1 Sidoharjo, Kabupaten Pringsewu, memberikan hasil yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa terhadap dampak buruk perundungan bagi kesehatan mental dan prestasi akademik. Setelah mengikuti sesi penyuluhan, diskusi interaktif, dan roleplay, terjadi peningkatan rata-rata pemahaman siswa dari 65% menjadi 88% berdasarkan hasil pre-test dan post-test. Siswa menunjukkan perubahan sikap positif, seperti berani menolak bullying, menunjukkan empati, serta berkomitmen untuk menciptakan lingkungan sekolah yang ramah dan aman. Kegiatan ini juga melibatkan guru dan orang tua dalam mendukung pembentukan karakter siswa, serta ditutup dengan penandatanganan deklarasi anti bullying sebagai simbol komitmen bersama. Dokumentasi kegiatan berupa foto, poster, dan testimoni siswa telah dipublikasikan melalui media sekolah, dan evaluasi menunjukkan bahwa mayoritas peserta merasa kegiatan ini bermanfaat dan perlu diadakan secara rutin sebagai upaya preventif dalam menjaga kesehatan mental dan keberhasilan akademik siswa.

Abstract

Bullying is a major issue that affects children around the world. Governments, schools, and communities have been working to address this problem. This study provides an initial overview of harassment and how it impacts children's mental health and academic performance. It also emphasizes the importance of anti-bullying programs in protecting children's well-being and encourages further research. The focus of this study is a Community Service (PKM) activity conducted at SDN 1 Sidoharjo, Lampung. The main goal of this activity is to provide students with an understanding of the negative impacts of bullying behavior and to enhance the level of empathy among elementary school students. The results show that students gained a better understanding of anti-bullying, recognized the negative effects of bullying, and became more aware of the benefits of anti-bullying behavior for their mental health and academic success. This PKM activity was carried out at SDN 1 Sidoharjo, Lampung. The school is accredited B and has one library, seven classrooms, and one school health unit (UKS) room. Overall, the anti-bullying socialization program implemented at SDN 1 Sidoharjo, Pringsewu Regency, produced significant results in increasing students' understanding and awareness of the harmful effects of bullying on mental health and academic performance. After

participating in counseling sessions, interactive discussions, and roleplay, students' average understanding increased from 65% to 88%, based on pre-test and post-test results. Students showed positive behavioral changes, such as the courage to reject bullying, showing empathy, and committing to creating a safe and friendly school environment. The activity also involved teachers and parents in supporting students' character development and concluded with the signing of an anti-bullying declaration as a symbol of shared commitment. Documentation of the activity, including photos, posters, and student testimonials, was published through the school's media, and evaluations showed that the majority of participants found the activity beneficial and recommended it to be held regularly as a preventive effort to maintain students' mental well-being and academic achievement.

This is an open access article under the CC-BY-SA license 

1. Pendahuluan

Bullying adalah masalah serius yang memengaruhi anak-anak di seluruh dunia dan berdampak negatif pada kesehatan mental dan akademik mereka. Pemerintah, sekolah, dan masyarakat telah mengambil tindakan untuk mengatasi masalah ini. Penelitian ini pertama-tama memberikan latar belakang umum tentang bullying, lalu menjelaskan bagaimana hal itu berdampak pada kesehatan mental dan akademik anak-anak. Selain itu, penelitian ini menunjukkan betapa pentingnya program anti-bullying untuk melindungi kesejahteraan anak-anak dan menunjukkan betapa pentingnya penelitian lebih lanjut di bidang ini [1].

Bullying adalah perilaku agresif dan merendahkan yang berulang yang dilakukan oleh satu orang atau sekelompok orang terhadap orang lain yang tidak memiliki kekuatan atau kekuatan sosial yang seimbang. Ini dapat terjadi dalam berbagai bentuk, seperti bullying fisik, verbal, sosial, dan cyberbullying. Dalam beberapa tahun terakhir, bullying telah menjadi perhatian penting dalam masyarakat dan pendidikan di seluruh dunia karena dampaknya yang mengerikan terhadap anak-anak [2].

Banyak penelitian menunjukkan bahwa korban bullying memiliki risiko tinggi mengalami masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan rendah diri. Selain itu, beberapa korban bullying mungkin mengembangkan perilaku destruktif seperti penggunaan obat-obatan terlarang atau alkohol sebagai cara untuk mengatasi stres dan tekanan. Selain itu, bullying memiliki efek negatif pada prestasi akademik anak-anak, seperti gangguan konsentrasi, penurunan prestasi, dan ketidakhadiran sekolah.

Untuk mengurangi efek negatif ini maka kkn ibn lampung pekon sidoharjo mengadakan, program sosialisasi anti-bullying untuk kesehatan mental dan akademik. Sosialisasi ini berfokus untuk melindungi kesehatan mental dan akademik anak-anak di tingkat sekolah dasar terutama di sekolah sdn 1 sidoharjo. Namun, perlu dilakukan evaluasi untuk mengetahui seberapa baik program ini bekerja dan apa yang memengaruhi hasilnya. Penelitian lebih lanjut tentang program ini akan membantu menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi anak-anak untuk berkembang secara mental dan akademik.

2. Metode Pelaksanaan

2.1. Sosialisasi Pelaksanaan

Sosialisasi pelaksanaan kegiatan ini dilakukan melalui koordinasi awal dengan pihak sekolah, yaitu kepala sekolah dan guru, untuk menjelaskan tujuan, manfaat, dan teknis pelaksanaan program anti bullying. Kegiatan kemudian disampaikan kepada siswa melalui pendekatan interaktif, seperti penyuluhan, diskusi kelompok, simulasi (*roleplay*), dan pembuatan poster kampanye. Sosialisasi ini

dirancang agar mudah dipahami oleh siswa sekolah dasar, dengan menggunakan bahasa yang sederhana, media visual, dan contoh-contoh nyata dari lingkungan sekolah mereka [3].

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan oleh tim PKM Lampung Pekon Sidoharjo pada tanggal 25 Agustus 2023 di SDN 1 Sidoharjo, Kecamatan Pringsewu, Kabupaten Pringsewu. Kemudian melakukan koordinasi dengan pihak sekolah menentukan jadwal yang telah disepakati bersama. Peserta yang menghadiri kegiatan sosialisasi adalah siswa sekolah dasar dari sdn 1 sidoharjo itu sendiri. Peserta yang hadir dalam kegiatan ini kurang lebih ada 6 kelas dari kelas 1 s/d kelas 6. Kegiatan ini berkomitmen untuk membantu menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi anak-anak untuk berkembang secara mental dan akademik.

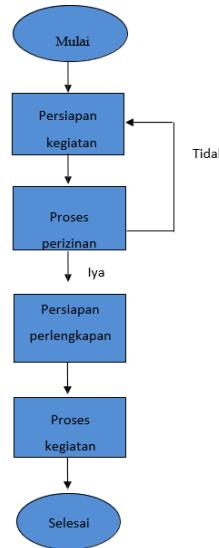
2.2. Diskusi

Diskusi dalam kegiatan ini dilakukan secara interaktif dengan melibatkan siswa dalam kelompok kecil untuk membahas berbagai bentuk bullying yang mungkin terjadi di sekolah. Siswa diberikan studi kasus sederhana, kemudian diminta mengidentifikasi perilaku bullying, dampaknya, serta cara yang tepat untuk merespon atau mencegahnya. Melalui diskusi ini, siswa didorong untuk saling berbagi pengalaman, belajar menunjukkan empati, dan memahami pentingnya saling menghargai dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah [4].

Setelah melakukan perencanaan PKM, kemudian membuat surat izin untuk kepada kepala sekolah. Mempersiapkan sarana dan prasara. Dalam pelaksanaan kegiatan ini, pertama melakukan penyusunan rencana metode yang akan dilakukan selama proses awal Sosialisasi dan rencana selama kegiatan berlangsung, yaitu:

1. Sosialisasi, digunakan untuk memberi materi kepada para partisipan.
2. Tanya jawab, digunakan untuk melaksanakan interaksi antara partisipan dengan narasumber bila partisipan tidak menguasai materi yang telah diberikan.

Alur proses kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil dan pembahasan menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi anti bullying berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang jenis-jenis bullying dan dampaknya terhadap kesehatan mental serta prestasi akademik. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat pemahaman siswa, dari rata-rata 65% menjadi 88%. Siswa juga menunjukkan perubahan sikap positif, seperti berani menolak tindakan bullying dan lebih peduli terhadap teman.

Selain itu, keterlibatan guru dan orang tua turut memperkuat efektivitas program dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung tumbuh kembang anak secara sehat, [5].

Sosialisasi ini diawali dengan sambutan yang penuh semangat dari dosen pembimbing serta Kepala Sekolah UPT SD Negeri 1 Sidoharjo. Kemudian, mereka dengan antusias memaparkan materi yang telah disampaikan oleh para narasumber dalam bentuk presentasi kepada para peserta.



Gambar 2. Perkenalan dan pemaparan materi

Selanjutnya, peserta aktif terlibat dalam sesi tanya jawab yang menarik, di mana mereka dapat mengungkapkan permasalahan mereka kepada para narasumber. Setelah berbagi pemikiran dengan narasumber, peserta diberikan bingkisan hadiah sebagai kenang-kenangan, yang diberikan dengan tulus oleh narasumber dan Mahasiswa KKN yang turut serta dalam kegiatan ini.



Gambar 3. Pemberian hadiah oleh pemateri

Selain itu, ada beberapa faktor pendukung yang turut berperan dalam kesuksesan kegiatan ini:

1. Semangat dan antusiasme peserta yang memiliki tekad untuk memperoleh pengetahuan tentang bahaya bullying, khususnya yang berhubungan dengan anak-anak SD Negeri 1 Sidoharjo dan lingkungan sekitarnya.
2. Pihak Sekolah yang telah dengan baik hati menyediakan tempat pelaksanaan sosialisasi, memungkinkan kegiatan ini berjalan dengan lancar dan efektif.

4. Kesimpulan

Dalam jangka panjang dan jangka pendek, bullying, atau tindakan kekerasan, memiliki efek yang signifikan terhadap korban bullying. Efek jangka pendek termasuk depresi yang disebabkan oleh pengalaman penindasan, penurunan minat dalam menyelesaikan tugas sekolah yang diberikan oleh guru, dan penurunan minat dalam mengikuti kegiatan sekolah lainnya. Sangat membanggakan untuk melihat bahwa pihak sekolah sangat mengapresiasi kegiatan sosialisasi ini dan sangat antusias dengannya. Harapannya semakin besar bahwa semua sekolah di Indonesia dapat berpartisipasi secara aktif dalam menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman untuk pertumbuhan anak-anak.

Sebab, tanpa kita sadari, pelecehan dapat menjadi salah satu hambatan utama bagi anak-anak untuk belajar dan berkembang menjadi individu yang berkembang secara optimal. Kami dapat bekerja sama untuk menghentikan pelecehan dan menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih baik untuk semua.

Ucapan Terimakasih

Syukur alhamdulillah atas terlaksananya kegiatan pendampingan kepada siswa SD Negeri 1 Sidoharjo Pringsewu Lampung dalam penulisan karya ilmiah. Terima kasih tak terhingga kepada Kepala Sekolah dan Dewan Guru di SD Negeri 1 Sidoharjo Pringsewu Lampung sudah memberikan waktu dan izin atas terselenggaranya Pengabdian Kepada Masyarakat. Tak lupa kami sampaikan terima kasih juga kepada Tim PKM Institut Bakti Nusantara yang mana telah memberi amanah kepada tim kami untuk melaksanakan kegiatan.

Daftar Pustaka

- [1] R. Ramadhanti and M. T. Hidayat, "Strategi Guru dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa di Sekolah Dasar," *J. Basicedu*, vol. 6, no. 3, 2022, doi: 10.31004/basicedu.v6i3.2892.
- [2] A. Setiowati and S. I. Astuti Dwiningrum, "Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar Untuk Mengatasi Perilaku Bullying," *Elem. Sch. J. Pendidik. dan Pembelajaran ke-SD-an*, vol. 7, no. 2, 2020, doi: 10.31316/esjurnal.v7i2.750.
- [3] N. Irsan Asrul, Amnur, and A. K. Jaelani, "Revitalisasi Sistem Pertanyaan Ramah Lingkungan dan Penyuluhan Hidroponik pada Masyarakat Tondong Tallasa," *J. Guru Pencerah Semesta*, vol. 1, no. 4, 2023, doi: 10.56983/jgps.v1i4.824.
- [4] T. Rachman, "Pengertian keterampilan membimbing diskusi kelompok kecil," *Angew. Chemie Int. Ed.* 6(11), 951–952., 2018.
- [5] P. Kurniawati, "Hasil dan pembahasan," *Univ. Nusant. PGRI Kediri*, vol. 01, 2017.