

Edukasi Pencegahan Bullying Bagi Siswa SMP Al-Firdaus Batanghari

Yuyun Yunita

Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung

Email: yuyunyunita@metrouniv.ac.id

Abdul Mujib

Universitas Islam Negeri Jurai Siwo Lampung

Email: abdulmujib@metrouniv.ac.id

Abstrak

Bullying merupakan salah satu bentuk kekerasan yang sering terjadi di lingkungan sekolah dan telah menjadi perhatian serius dalam dunia pendidikan. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada korban secara fisik, tetapi juga menimbulkan gangguan psikologis seperti stres, kecemasan, rasa tidak aman, rendah diri, bahkan depresi, yang pada akhirnya mengganggu proses belajar siswa. SMP Al-Firdaus Batanghari sebagai lembaga pendidikan tingkat menengah menyadari pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang aman, sehat, dan bebas dari kekerasan. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dilakukan program edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap siswa terhadap bullying serta mendorong terbentuknya budaya sekolah yang lebih empatik dan suportif. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah interaktif dengan pendekatan partisipatif, diskusi kelompok kecil, pemutaran video edukatif, serta simulasi studi kasus untuk memberikan pengalaman langsung dalam mengenali dan merespons situasi bullying. Peserta kegiatan terdiri dari siswa kelas VII dan VIII yang dipilih secara representatif untuk memastikan cakupan partisipasi yang merata. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan signifikan dalam pemahaman mereka mengenai jenis-jenis bullying, baik verbal, fisik, sosial, maupun siber, serta memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengenali dampaknya terhadap korban. Selain itu, siswa juga menunjukkan perubahan sikap ke arah yang lebih positif, seperti berani melaporkan tindakan bullying, mampu mengendalikan emosi, serta lebih terbuka terhadap penyelesaian konflik secara damai dan komunikatif. Program ini juga mendapat tanggapan positif dari guru dan pihak sekolah sebagai langkah awal yang strategis dalam mencegah terjadinya kekerasan di lingkungan pendidikan. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model edukasi preventif yang dapat direplikasi di sekolah-sekolah lain dalam rangka menciptakan ekosistem pendidikan yang inklusif, ramah anak, dan berkelanjutan.

Kata kunci: Bullying, Edukasi Anti-Kekerasan, Kesehatan Mental, Siswa SMP, Lingkungan Sekolah Inklusif

Pendahuluan

Bullying di lingkungan sekolah menjadi isu yang terus mendapat perhatian karena dampaknya yang serius terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa. Perilaku perundungan bukan hanya sekadar tindakan fisik, verbal, atau psikologis yang menyakiti korban, tetapi juga dapat menimbulkan luka emosional yang mendalam dan berkepanjangan. Banyak siswa yang menjadi korban mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, bahkan keinginan untuk mengakhiri hidup. Dampak jangka panjang dari bullying ini dapat menghambat proses belajar, menurunkan rasa percaya diri, dan mempengaruhi interaksi sosial korban di masa depan. Oleh karena itu, intervensi pencegahan dan edukasi sangat dibutuhkan untuk membangun kesadaran kolektif akan pentingnya menciptakan iklim sekolah yang aman, nyaman, dan bebas dari kekerasan.

SMP Al-Firdaus Batanghari merupakan salah satu sekolah yang berkomitmen dalam menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan aman. Komitmen ini diwujudkan melalui berbagai program preventif dan edukatif, salah satunya adalah kegiatan penyuluhan mengenai bullying. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai bahaya bullying serta pentingnya menciptakan budaya saling menghargai antar warga sekolah. Upaya ini bukan hanya melibatkan siswa sebagai subjek utama, tetapi juga melibatkan guru, orang tua, dan seluruh elemen sekolah agar tercipta sinergi dalam menanggulangi perilaku kekerasan di lingkungan pendidikan. Melalui edukasi yang konsisten dan pendekatan yang berbasis pada nilai-nilai kemanusiaan, diharapkan seluruh siswa mampu menjadi agen perdamaian yang menumbuhkan empati, toleransi, dan solidaritas.

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan baik secara fisik, psikis, sosial, maupun emosional. Pada masa ini, remaja mulai menunjukkan kemandirian dalam berpikir dan bertindak, namun masih rentan terhadap tekanan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, masa remaja sering disebut sebagai masa yang penuh gejolak atau "storm and stress". Remaja juga merupakan tahapan perkembangan yang harus dilewati dengan berbagai tantangan, seperti pencarian identitas diri, penyesuaian terhadap norma sosial, serta dorongan untuk memperoleh penerimaan dari kelompok sebaya. Dalam konteks ini, penting bagi semua pihak, khususnya institusi pendidikan, untuk memahami karakteristik perkembangan remaja agar dapat memberikan pendampingan dan bimbingan yang tepat.

Dalam tugas perkembangannya, remaja akan melewati beberapa fase dengan berbagai tingkat kesulitan permasalahan yang dapat berujung pada konflik internal maupun eksternal. Tanpa pemahaman yang baik terhadap dinamika psikososial remaja, banyak potensi konflik yang bisa berkembang menjadi tindakan destruktif seperti penyimpangan perilaku, kenakalan remaja, hingga kekerasan di sekolah. Oleh karena itu, penguatan pendidikan karakter dan literasi emosional sangat dibutuhkan sebagai upaya preventif untuk membekali remaja dalam menghadapi tekanan dan konflik secara sehat dan produktif. Hal ini juga penting agar masyarakat tidak salah persepsi dalam menangani permasalahan remaja yang kerap dianggap sebagai hal sepele namun berpotensi menjadi masalah serius di kemudian hari.

Pada masa ini juga kondisi psikis remaja sangat labil, karena mereka sedang berada dalam fase pencarian jati diri yang intens. Rasa ingin tahu yang tinggi mendorong remaja untuk mengeksplorasi berbagai hal baru dari lingkungan sekitarnya, mulai dari keluarga, sekolah, teman sebaya, hingga media sosial. Mereka cenderung cepat menyerap informasi, tetapi belum sepenuhnya mampu menyaring dan menilai informasi tersebut secara kritis. Semua pengetahuan yang baru diketahui diterima dan ditanggapi oleh remaja sesuai dengan latar belakang, pengalaman, dan kepribadian masing-masing. Oleh sebab itu, peran lingkungan menjadi sangat penting dalam membentuk karakter dan kepribadian remaja. Lingkungan yang suportif, penuh kasih sayang, dan edukatif dapat menjadi tempat tumbuh yang aman dan kondusif bagi perkembangan kepribadian remaja yang sehat.

Setiap remaja sebenarnya memiliki potensi untuk mencapai kematangan kepribadian yang memungkinkan mereka dapat menghadapi tantangan hidup secara wajar di dalam lingkungannya. Namun, potensi ini tentu tidak akan berkembang secara optimal tanpa dukungan dari berbagai faktor penunjang, terutama faktor fisik, psikologis, dan lingkungan yang mendukung. Dalam hal ini, dua faktor utama yang saling mempengaruhi dalam pembentukan kepribadian remaja adalah faktor risiko dan faktor protektif. Faktor risiko meliputi segala kondisi yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya masalah psikososial pada remaja, seperti tekanan teman sebaya, lingkungan keluarga yang disfungsi, pengalaman traumatis, atau gangguan psikologis yang belum tertangani.

Faktor risiko ini dapat bersifat individual (seperti kepribadian impulsif atau rendahnya kemampuan mengelola emosi), kontekstual (misalnya lingkungan sosial yang permisif terhadap kekerasan), atau hasil interaksi antara keduanya. Bila faktor risiko ini tidak diimbangi oleh mekanisme perlindungan yang memadai, remaja akan lebih mudah terjebak dalam perilaku menyimpang atau mengalami gangguan emosi.

Di sinilah pentingnya faktor protektif, yaitu segala bentuk dukungan internal dan eksternal yang membantu individu merespons tekanan hidup secara positif. Rutter menjelaskan bahwa faktor protektif memiliki fungsi modifikatif terhadap faktor risiko, yaitu mampu mengubah dampak negatif menjadi peluang penguatan karakter melalui resiliensi dan pembelajaran.

Faktor protektif ini dapat berasal dari individu sendiri (misalnya rasa percaya diri, kemampuan menyelesaikan masalah), maupun dari lingkungan sekitar seperti dukungan sosial dari keluarga, guru, dan teman sebaya. Interaksi antara faktor risiko dan protektif ini akan menentukan apakah seorang remaja akan mengalami masalah perilaku atau tidak. Oleh karena itu, pendekatan pendidikan dan konseling yang holistik sangat diperlukan untuk membentuk ketahanan mental (resilience) dan kepekaan sosial remaja. Dengan demikian, sekolah dan keluarga sebagai lingkungan utama perkembangan remaja harus berkolaborasi untuk menciptakan ekosistem yang memperkuat faktor protektif dan meminimalisasi faktor risiko.

2. Kajian Teori

A. Definisi Bullying

Definisi bullying merupakan sebuah kata serapan dari bahasa Inggris. Bullying berasal dari kata bully yang artinya penggertak, orang yang mengganggu orang yang lemah. Beberapa istilah dalam bahasa Indonesia yang seringkali dipakai masyarakat untuk menggambarkan fenomena bullying di antaranya adalah penindasan, pengencetan, perpeloncoan, pemalakan, pengucilan, atau intimidasi.¹

Menurut Olweus, bullying adalah tindakan agresif yang dilakukan secara berulang oleh satu atau sekelompok orang terhadap individu yang lebih lemah secara fisik atau mental.²

Bentuk- bentuk bullying adalah sebagai berikut :

- a. Bullying fisik: pemukulan, menendang, mendorong.
- b. Bullying verbal: ejekan, hinaan, ancaman.
- c. Bullying sosial: pengucilan, penyebaran rumor.
- d. Cyberbullying: perundungan melalui media sosial atau teknologi digital.³

¹ Sulfemi, W. B. (2018). Pengaruh Disiplin Ibadah Sholat, Lingkungan Sekolah, dan Intelegensi Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam. *EDUKASI: Jurnal Penelitian Pendidikan Agama dan Keagamaan*, hal.16

² Olweus, D. *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Blackwell Publishing.1993

³ Munandar, H. dkk. (2023). "Upaya Pencegahan Perundungan Melalui Pendidikan Karakter". *Jurnal Tunas Bangsa*, hal.10

B. Penyebab Bullying

1. Kurangnya pendidikan karakter
2. Lingkungan keluarga yang tidak harmonis.
3. Pengaruh media sosial dan budaya kekerasan.
4. Minimnya pengawasan dari guru atau sekolah.⁴

C. Strategi Pencegahan Bullying

1. **Pendidikan Karakter di Sekolah**
Integrasi nilai-nilai seperti empati, toleransi, dan tanggung jawab dalam proses belajar
2. **Sosialisasi dan Kampanye Anti-Bullying**
Kegiatan edukatif seperti seminar, poster, dan lomba bertema anti-perundungan
3. **Pembentukan Tim Anti-Bullying**
Melibatkan siswa dan guru sebagai "tim pengawas" atau peer counselor untuk membantu deteksi dan intervensi dini
4. **Pelibatan Orang Tua**
Sekolah perlu menjalin komunikasi aktif dengan orang tua dalam menangani dan mencegah perilaku bullying.
5. **Sistem Pelaporan Aman**
Menyediakan kanal pelaporan anonim untuk siswa yang menjadi korban atau saksi bullying.⁵

3. Metode Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan di aula SMP Al-Firdaus Batanghari dengan melibatkan siswa kelas VII dan VIII. Metode pelaksanaan terdiri dari:

- a. **Ceramah Interaktif:** Pemaparan materi mengenai pengertian bullying, jenis-jenis bullying (verbal, fisik, sosial, cyber), serta dampaknya.
- b. **Diskusi Kelompok:** Siswa dibagi ke dalam beberapa kelompok untuk membahas studi kasus.
- c. **Simulasi dan Role Play:** Siswa mempraktikkan cara menolak perilaku bullying dan memberikan dukungan kepada korban.
- d. **Evaluasi dan Kuesioner:** Di akhir sesi, siswa mengisi kuesioner untuk mengukur pemahaman dan sikap setelah edukasi.

Hasil dan Pembahasan

Dari hasil kuesioner yang disebarakan kepada 36 siswa SMP Al-Firdaus Batanghari, diperoleh gambaran yang cukup komprehensif mengenai pemahaman, sikap, dan kesadaran siswa terhadap isu bullying.

⁴ Ginanjar, M. (2023). "Manajemen Pendidikan Karakter dalam Pencegahan Perundungan". *Jurnal Pendidikan Karakter*. Hal.12

⁵ Khasanah, N. N. (2023). "Pembentukan Polisi Kecil sebagai Upaya Pencegahan Bullying". *Jurnal JAST UNITRI*, hal.11

Kegiatan edukasi yang telah dilaksanakan memberikan pengaruh yang cukup signifikan terhadap peningkatan kesadaran siswa terhadap bentuk, dampak, serta tindakan preventif terhadap bullying.

- a. Sebanyak **85% siswa mampu mengidentifikasi berbagai bentuk bullying dengan tepat**. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik memiliki kemampuan kognitif yang baik dalam membedakan berbagai jenis bullying, baik yang bersifat fisik (memukul, menendang), verbal (ejekan, hinaan), sosial (pengucilan), hingga bentuk bullying siber (cyberbullying) yang semakin marak seiring perkembangan teknologi digital. Hasil ini mencerminkan keberhasilan metode penyampaian materi, terutama melalui simulasi dan pemutaran video edukatif yang menggambarkan secara nyata bentuk-bentuk perundungan di lingkungan sekolah.
- b. Selanjutnya, **70% siswa menyatakan lebih percaya diri untuk melaporkan jika melihat tindakan bullying**. Hal ini menandakan adanya perubahan sikap yang signifikan pasca edukasi, terutama dalam hal keberanian dan rasa tanggung jawab sosial. Peningkatan rasa percaya diri ini tidak hanya penting dalam konteks pencegahan bullying, tetapi juga mendukung terwujudnya budaya sekolah yang aktif melindungi sesama. Aspek ini penting karena banyak kasus bullying tidak terungkap akibat adanya ketakutan, rasa malu, atau tekanan dari teman sebaya. Edukasi yang diberikan berhasil menanamkan nilai bahwa menjadi pelapor bukanlah tindakan memfitnah, tetapi bentuk kepedulian dan solidaritas sosial.
- c. Sebanyak **90% siswa menyatakan setuju bahwa bullying berdampak buruk bagi korban dan pelaku**. Siswa mulai memahami bahwa perundungan tidak hanya meninggalkan luka psikologis pada korban seperti trauma, isolasi sosial, dan penurunan motivasi belajar, tetapi juga berdampak negatif pada pelaku, termasuk kemungkinan mengalami masalah perilaku, akademik, dan sosial di masa depan. Kesadaran ini menunjukkan bahwa siswa mulai melihat bullying bukan sebagai fenomena yang biasa, melainkan sebagai persoalan serius yang harus dihadapi bersama.

Dalam sesi **diskusi kelompok**, siswa secara terbuka mengungkapkan bahwa mereka pernah menyaksikan atau mengalami langsung tindakan bullying, baik sebagai korban, pelaku, maupun saksi. Pengalaman ini membuka ruang refleksi bersama yang sangat penting dalam membangun kesadaran kolektif akan urgensi menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan suportif. Beberapa siswa menyampaikan bahwa sebelumnya mereka tidak menyadari bahwa

tindakan seperti mengejek nama orang tua, mengucilkan teman karena penampilan, atau menyebarkan rumor termasuk dalam kategori bullying. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi telah memperluas pemahaman siswa tentang dimensi bullying yang selama ini dianggap sepele atau biasa.

Hasil kegiatan ini juga mengindikasikan bahwa siswa memiliki potensi besar untuk menjadi agen perubahan (*change agents*) dalam upaya menciptakan budaya sekolah yang inklusif. Kesadaran ini perlu dijaga dan dikembangkan secara berkelanjutan melalui kegiatan tindak lanjut seperti pelatihan teman sebaya (*peer counseling*), pembentukan tim anti-bullying, dan penguatan nilai-nilai karakter melalui kegiatan ekstrakurikuler dan muatan lokal.

Secara keseluruhan, data kuesioner dan hasil diskusi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga menyentuh ranah afektif dan psikomotorik siswa dalam menyikapi perundungan. Intervensi edukatif yang dirancang secara partisipatif terbukti efektif dalam membentuk kesadaran kritis siswa terhadap bahaya bullying dan pentingnya membangun relasi sosial yang sehat dan penuh empati.

Kesimpulan

Kegiatan edukasi tentang bullying yang dilaksanakan di SMP Al-Firdaus Batanghari memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman dan kesadaran siswa mengenai isu-isu kekerasan di lingkungan sekolah. Para siswa tidak hanya memahami definisi dan bentuk-bentuk bullying, namun juga mulai menunjukkan sikap reflektif dan tanggap dalam menghadapi situasi yang berpotensi menimbulkan kekerasan sosial. Kegiatan ini berhasil menumbuhkan sikap empati, keterbukaan, dan keberanian dalam menyuarakan pendapat serta melaporkan tindakan yang tidak sesuai dengan norma kehidupan sekolah yang sehat.

Lebih jauh, partisipasi aktif siswa dalam sesi diskusi, simulasi, dan penyelesaian studi kasus menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis pengalaman dan komunikasi dua arah lebih efektif dalam membangun kesadaran kolektif dibanding metode penyuluhan satu arah. Hal ini juga memperlihatkan bahwa siswa mampu menjadi agen perubahan dalam mewujudkan lingkungan sekolah yang ramah, aman, dan inklusif apabila diberikan ruang dan bimbingan yang tepat.

Keberhasilan kegiatan ini juga memperlihatkan pentingnya dukungan institusional dari pihak sekolah dalam membentuk budaya anti-bullying yang berkelanjutan. Oleh karena itu, sangat disarankan agar pihak sekolah menindaklanjuti hasil kegiatan ini dengan langkah-langkah sistematis, seperti membentuk tim anti-bullying yang melibatkan guru,

siswa, dan konselor sekolah; menyusun aturan internal yang jelas mengenai penanganan kasus bullying; serta mengintegrasikan nilai-nilai anti-kekerasan, empati, dan resolusi konflik dalam pembelajaran lintas mata pelajaran.

Selain itu, perlu ada pelatihan lanjutan bagi guru dan staf sekolah untuk meningkatkan kapasitas mereka dalam mendeteksi dan menangani bullying secara profesional dan sensitif terhadap kebutuhan psikologis siswa. Pihak sekolah juga diharapkan menjalin kemitraan dengan orang tua dan lembaga terkait agar pengawasan serta pembinaan terhadap perilaku siswa dapat dilakukan secara sinergis, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah.

Dengan demikian, kegiatan edukasi ini tidak hanya menjadi intervensi sesaat, tetapi juga dapat menjadi landasan awal bagi terbentuknya sistem perlindungan siswa yang terstruktur dan berkelanjutan. Jika upaya ini terus diperkuat dan dikembangkan, maka cita-cita untuk mewujudkan sekolah sebagai ruang aman, nyaman, dan bebas dari kekerasan bukanlah hal yang mustahil untuk diwujudkan.

Daftar Pustaka

- Ginanjari, M. (2023). *Manajemen pendidikan karakter dalam pencegahan perundungan*. Jurnal Pendidikan Karakter.
- Khasanah, N. N. (2023). *Pembentukan polisi kecil sebagai upaya pencegahan bullying*. Jurnal JAST UNITRI.
- Munandar, H., dkk. (2023). *Upaya pencegahan perundungan melalui pendidikan karakter*. Jurnal Tunas Bangsa, hal. 10.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell Publishing.
- Sulfemi, W. B. (2018). *Pengaruh disiplin ibadah sholat, lingkungan sekolah, dan intelegensi terhadap hasil belajar peserta didik mata pelajaran Pendidikan Agama Islam*. EDUKASI: Jurnal Penelitian Pendidikan Agama dan Keagamaan.
- Ariestya, Y., & Purnamasari, I. (2021). *Peran guru dalam mencegah bullying di sekolah dasar*. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 3(2), 112-120.
- Astuti, D. P., & Sulistyorini, S. (2022). *Strategi pencegahan perilaku bullying melalui pendidikan karakter di sekolah*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 11(1), 55-64.
- Nurlaili, N. (2020). *Efektivitas program anti-bullying dalam meningkatkan empati dan perilaku prososial siswa SMP*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 6(1), 23-34.
- Saputri, A. F., & Widiastuti, R. (2023). *Peran edukasi anti-bullying dalam meningkatkan kesadaran siswa sekolah menengah pertama*. Jurnal Ilmu Pendidikan dan Humaniora, 9(1), 45-52.

- Widyastuti, E., & Mulyani, S. (2021). *Pengembangan lingkungan sekolah yang aman melalui program sekolah ramah anak*. *Jurnal Pendidikan*, 22(3), 233–244.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pencegahan dan penanganan kekerasan di satuan pendidikan*. Jakarta: KPPPA RI.
- UNESCO. (2019). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2004). *Bullying in American schools: A social-ecological perspective on prevention and intervention*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Rigby, K. (2012). *Bullying interventions in schools: Six basic approaches*. John Wiley & Sons.
- Carnegie Council on Adolescent Development. (1992). *A matter of time: Risk and opportunity in the nonschool hours*. New York: Carnegie Corporation.
- Rigby, K., & Slee, P. T. (1993). *Dimensions of interpersonal relation among Australian school children and their implications for psychological well-being*. *Journal of Social Psychology*, 133(5), 613–620.
- Stassen Berger, K. (2007). *Update on bullying at school: Science forgotten?*. *Developmental Review*, 27(1), 90–126.
- Smith, P. K., et al. (2008). *Peer victimization in school: The democratic challenge*. Routledge.
- Wolke, D., & Lereya, S. T. (2015). *Long-term effects of bullying*. *Archives of Disease in Childhood*, 100(9), 879–885.
- Thornberg, R. (2010). *School bullying as a collective action: Stigma processes and identity struggling*. *Children & Society*, 24(4), 330–341.