

Remaja Ngawen Berani Lawan Bullying: Psikoedukasi untuk Kesehatan Mental dan Lingkungan Sekolah Aman

Diterima:

09 Maret 2026

Revisi:

30 April 2026

Terbit:

05 Mei 2026

***Muhammad Reza Fadila, Muhammad Rizal Marwan, Givana
Firyal Fauziyah, Afni Nurul Izzah Bur, Rudy Yuniawati**
Universitas Ahmad Dahlan

Abstrak— Latar Belakang: Bullying merupakan permasalahan psikososial yang berdampak signifikan terhadap kesehatan mental remaja, termasuk peningkatan risiko depresi, kecemasan, dan penarikan diri sosial. Data menunjukkan tingginya prevalensi perundungan pada remaja di Indonesia, sehingga diperlukan upaya preventif berbasis komunitas. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anti-bullying pada kader Posyandu Remaja wilayah kerja Puskesmas Ngawen 2, Gunungkidul. **Metode:** Intervensi dilakukan melalui psikoedukasi interaktif menggunakan desain one group pretest-posttest. Sebanyak 29 peserta mengikuti kegiatan, dan 20 peserta dianalisis secara statistik. Instrumen yang digunakan mengukur aspek kognitif dan non-kognitif (sikap). **Hasil:** Hasil uji Wilcoxon menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada aspek kognitif ($p=1,000$), yang mengindikasikan adanya ceiling effect akibat tingginya pengetahuan awal peserta. Namun, uji Paired Samples t-test menunjukkan peningkatan signifikan pada aspek sikap ($p=0,026$), dengan rata-rata skor meningkat dari 48,85 menjadi 52,85. **Kesimpulan:** Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam memperkuat sikap anti-bullying dan kesiapan remaja sebagai agen perubahan di lingkungan sebaya. Program berbasis Posyandu Remaja berpotensi menjadi strategi preventif berkelanjutan dalam mendukung kesehatan mental remaja di tingkat komunitas.

Kata Kunci— Bullying; Kesehatan Mental; Psikoedukasi; Pemberdayaan Komunitas; Remaja

Abstract— Background: Bullying is a psychosocial problem that has a significant impact on adolescent mental health, including increasing the risk of depression, anxiety, and social withdrawal. Data shows a high prevalence of bullying among adolescents in Indonesia, so community-based preventive efforts are needed. **Objective:** This community service activity aims to improve anti-bullying knowledge and attitudes among Posyandu Remaja cadres in the Ngawen 2 Community Health Center, Gunungkidul. **Methods:** The intervention was carried out through interactive psychoeducation using a one-group pretest-posttest design. A total of 29 participants participated in the activity, and 20 participants were analyzed statistically. The instruments used measured cognitive and non-cognitive aspects (attitudes). **Results:** The Wilcoxon test results showed no significant difference in the cognitive aspect ($p=1.000$), which indicates a ceiling effect due to the high initial knowledge of the participants. However, the Paired Samples t-test showed a significant increase in the attitude aspect ($p=0.026$), with the average score increasing from 48.85 to 52.85. **Conclusion:** These findings indicate that psychoeducation is effective in strengthening anti-bullying attitudes and adolescents' readiness to act as agents of change in their peer groups. The Posyandu-based program for adolescents has the potential to be a sustainable preventive strategy for supporting adolescent mental health at the community level.

Keywords— Bullying; Mental Health; Psychoeducation; Community Empowerment; Adolescents

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



Penulis Korespondensi:

Muhammad Reza Fadila

Program Studi Psikologi

Universitas Ahmad Dahlan

Email: 2507044040@webmail.uad.ac.id

Orchid ID: <https://orchid.org/0000-0001-9982-8577>

I. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode yang fundamental dalam pembentukan identitas dan perkembangan psikososial individu, di mana remaja rentan menghadapi tantangan kompleks termasuk permasalahan sosial seperti perilaku perundungan atau bullying. Perilaku bullying didefinisikan sebagai tindakan tindakan agresif negatif yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tujuan menyakiti korban, mencakup bentuk fisik, verbal, relasional, hingga cyberbullying yang semakin marak di era digital. Fenomena ini menjadi isu serius dalam perlindungan anak dan kualitas pendidikan di Indonesia, dengan dampak luas terhadap korban. Menurut Muholipah & Tentama (2019), bullying tidak hanya merusak hubungan sosial tetapi juga menghambat proses maturasi emosional remaja secara keseluruhan.

Laporan tahunan UNICEF Indonesia mencatat bahwa sekitar 40% remaja pernah mengalami perundungan di sekolah, angka yang lebih tinggi dari rata-rata global 30%, dengan verbal bullying seperti ejekan dan penghinaan sebagai bentuk paling dominan diikuti kekerasan fisik. Tingginya prevalensi ini menunjukkan bullying sebagai masalah struktural yang mempengaruhi kondisi psikologis, sosial, dan akademik peserta didik. Korban sering mengalami kesulitan konsentrasi, penurunan motivasi belajar, serta prestasi akademik yang menurun akibat tekanan emosional berkepanjangan. Keysinaya & Nuraeni (2022) menegaskan bahwa intervensi dini diperlukan untuk memutus siklus dampak destruktif ini terhadap generasi muda Indonesia.

Dampak bullying terhadap kesehatan mental remaja sangat destruktif, tidak hanya pada fisik tetapi juga memicu kecemasan, depresi, gangguan tidur yang berlanjut hingga dewasa jika tidak ditangani. Studi menunjukkan korban bullying memiliki risiko 1,5 kali lebih besar mengalami depresi dibandingkan non-korban, dengan implikasi jangka panjang pada kesejahteraan psikososial. Selain itu, bullying berkorelasi dengan masalah eksternalisasi seperti agresi pada pelaku dan internalisasi seperti kecemasan pada korban. Marela et al. (2017) mengkonfirmasi korelasi kuat ini melalui analisis longitudinal remaja Indonesia.

Tujuan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah memberikan psikoedukasi pencegahan bullying kepada anggota Posyandu Remaja di wilayah Ngawen, Gunungkidul, untuk membangun kesadaran komprehensif tentang definisi, jenis, dampak, serta keterampilan penanganan bullying secara tepat. Program ini bertujuan melahirkan agen peer educator yang mampu menciptakan lingkungan sekolah dan masyarakat bebas bullying melalui pendekatan preventif primer. Psikoedukasi terbukti efektif meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja sebagai langkah pencegahan, sebagaimana dibuktikan dalam berbagai intervensi berbasis komunitas. Jafar et al. (2024) menyatakan bahwa psikoedukasi dapat menurunkan insiden bullying hingga 25% melalui peningkatan empati dan keterampilan sosial peserta.

Efektivitas psikoedukasi sebagai strategi pencegahan bullying diperkuat oleh temuan dari berbagai studi sebelumnya. Penelitian Lusiana et al. (2023) dan Qamaria & Fidia (2020) menunjukkan bahwa edukasi bullying melalui metode interaktif seperti ceramah, diskusi, dan bermain peran mampu meningkatkan pemahaman serta keterampilan sosial siswa secara signifikan, yang tercermin dari peningkatan capaian hasil belajar peserta. Sejalan dengan itu, Sa'ida et al. (2022) menjelaskan bahwa edukasi bullying berperan penting dalam membantu peserta mengenali bentuk-bentuk bullying, memahami dampaknya, serta mengembangkan kemampuan untuk mencegah dan merespons perilaku tersebut secara tepat. Selain itu, penelitian Qamaria et al. (2023) juga menegaskan bahwa pendekatan edukatif berbasis partisipasi aktif mampu meningkatkan kesadaran kolektif serta membentuk perilaku prososial yang berkelanjutan. Dengan demikian, psikoedukasi tidak hanya berfungsi sebagai transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai proses transformasi sikap dan perilaku sosial remaja.

Lebih lanjut, pendekatan psikoedukasi yang digunakan dalam kegiatan PKM ini menekankan keterlibatan aktif peserta melalui diskusi, refleksi, dan simulasi situasi sosial. Hal ini selaras dengan temuan dalam ketiga literatur yang menunjukkan bahwa pembelajaran partisipatif memiliki dampak yang lebih kuat terhadap perubahan sikap dibandingkan metode konvensional satu arah. Pendekatan ini memungkinkan peserta untuk tidak hanya memahami konsep bullying secara kognitif, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai empati, keberanian, dan tanggung jawab sosial (Na'mah et al., 2024). Selain itu, intervensi berbasis psikoedukasi juga berkontribusi dalam membangun lingkungan sosial yang lebih suportif, karena peserta didorong untuk saling mendukung dan berperan aktif dalam mencegah terjadinya bullying di lingkungan mereka.

Urgensi pelaksanaan PKM ini semakin diperkuat oleh kondisi empiris di wilayah Ngawen yang menunjukkan adanya kasus remaja dengan dampak psikologis serius akibat bullying. Mengacu pada temuan dalam ketiga penelitian sebelumnya, intervensi berbasis komunitas seperti psikoedukasi di Posyandu Remaja merupakan pendekatan yang efektif untuk menjangkau remaja secara langsung dan berkelanjutan. Program ini tidak hanya meningkatkan kesadaran individu, tetapi juga mendorong terbentuknya agen perubahan (*peer educator*) yang mampu menyebarkan nilai-nilai anti-bullying di lingkungan sosialnya. Dengan melibatkan partisipasi aktif masyarakat serta memanfaatkan sumber daya lokal, psikoedukasi menjadi strategi yang relevan dalam pencegahan primer bullying serta penguatan kesehatan mental remaja secara berkelanjutan.

II. METODE

Program Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan dalam bentuk psikoedukasi anti-bullying pada remaja yang bekerja sama dengan kader remaja di Puskesmas Ngawen II. Program ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja dalam mencegah

dan menangani perilaku bullying. Metode pelaksanaan program memiliki tahapan kegiatan yang meliputi identifikasi masalah, perancangan program, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi program.



Gambar 1. Metode Pelaksanaan Psikoedukasi Anti Bullying

Tahap identifikasi masalah melalui pendekatan Needs Assessment penting dilakukan karena program yang berbasis kebutuhan nyata peserta terbukti lebih relevan dan berdampak pada perubahan perilaku. Selanjutnya, perancangan program yang sistematis membantu memastikan bahwa materi dan metode sesuai dengan tujuan pembelajaran, sehingga meningkatkan keberhasilan intervensi pendidikan. Pelaksanaan psikoedukasi juga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan sosial remaja, terutama ketika dilakukan secara interaktif dan partisipatif melalui diskusi, simulasi, dan pengalaman langsung. Tahap evaluasi menjadi komponen penting untuk menilai keberhasilan program, di mana model Kirkpatrick Model menunjukkan bahwa efektivitas pelatihan dapat diukur melalui perubahan reaksi, pembelajaran, perilaku, hingga hasil jangka panjang yang dilakukan secara berurutan dan terintegrasi. Dengan demikian, keempat tahap tersebut saling melengkapi dalam memastikan bahwa program psikoedukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan (Ramadhon, 2019).

Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yakni sebelum intervensi diberikan (*pre-test*) dan setelah intervensi selesai dilaksanakan (*post-test*) untuk melihat perubahan pada variabel yang diteliti. Penggunaan desain eksperimen-kuasi ini memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi pengaruh intervensi dalam konteks lapangan tanpa penempatan subjek secara acak, sehingga tetap dapat memberikan inferensi kausal yang memadai apabila didukung oleh pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan (Hastjarjo, 2019). Subjek penelitian ini adalah kader Posyandu Remaja di wilayah kerja UPT Puskesmas Ngawen II, Kabupaten Gunungkidul. Pemilihan sampel dilakukan secara bertujuan (*purposive sampling*) dengan melibatkan 29 remaja yang mewakili berbagai desa dan sekolah di Kecamatan Ngawen, di mana teknik ini digunakan untuk memperoleh partisipan yang sesuai dengan tujuan penelitian dan karakteristik tertentu. Karakteristik subjek yang heterogen dipilih agar informasi yang diperoleh dapat menyebar luas ke lingkungan sosial remaja

yang lebih luas di wilayah tersebut, mengingat peran *peer group* sangat berpengaruh dalam penyebaran perilaku dan norma sosial. Instrumen pengumpulan data terdiri dari dua jenis skala, yaitu skala pengetahuan untuk mengukur aspek kognitif dan skala sikap untuk mengukur aspek non-kognitif terkait *bullying*. Kuesioner ini dirancang untuk mencakup definisi, jenis-jenis *bullying* (fisik, verbal, relasi, dan *cyberbullying*), serta strategi penanganan yang tepat. Sebelum digunakan, instrumen dipastikan mampu memberikan gambaran awal dan akhir mengenai pemahaman serta kecenderungan perilaku subjek.

Prosedur intervensi dilakukan melalui program psikoedukasi interaktif yang dipandu oleh pakar psikolog pendidikan. Tahap pelaksanaan meliputi pemberian materi komprehensif, sesi diskusi tanya jawab, latihan keterampilan koping, serta aktivitas *ice breaking* untuk menjaga keterlibatan peserta. Pendekatan psikoedukasi interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan psikososial, termasuk kesadaran diri dan adaptasi sosial peserta, yang ditunjukkan melalui perbedaan signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi (Handrix & Haryanto, 2019). Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan dalam satu sesi pertemuan di Aula Puskesmas Ngawen 2 dengan durasi sekitar 3,5 jam. Analisis data dilakukan menggunakan teknik statistik deskriptif dan uji beda untuk membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi. Mengingat hasil uji normalitas menunjukkan distribusi data yang tidak normal pada aspek kognitif, maka digunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Ranks Test, yang direkomendasikan untuk data berpasangan dengan distribusi tidak normal. Sementara itu, untuk data yang berdistribusi normal pada aspek non-kognitif, analisis dilakukan dengan uji statistik parametrik guna menentukan signifikansi pengaruh psikoedukasi yang diberikan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang sistematis dan partisipatif. Tahap pertama yang dilakukan adalah proses identifikasi kondisi awal masyarakat dengan cara menggali informasi secara menyeluruh dan mendalam tanpa terlebih dahulu melakukan analisis terhadap problem sosial yang ada. Tahap ini bertujuan untuk memperoleh gambaran nyata mengenai situasi dan kondisi lingkungan sebagai dasar dalam memahami permasalahan yang dihadapi. Selanjutnya, dilakukan proses riset untuk mengidentifikasi masalah yang berkembang, kemudian dilanjutkan menentukan satu masalah yang banyak terjadi di wilayah puskesmas Ngawen II, yaitu masalah *bullying* pada remaja.

Tahap berikutnya adalah perencanaan untuk menyelesaikan masalah *bullying* pada remaja yang disusun berdasarkan hasil analisis sebelumnya. Perencanaan ini menekankan pentingnya keterlibatan aktif remaja, khususnya pengurus posyandu remaja sejak awal agar tercipta rasa memiliki terhadap program yang dijalankan. Partisipasi remaja menjadi kunci dalam memastikan

bahwa program yang dirancang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi di lapangan. Setelah perencanaan disusun, tahap selanjutnya adalah dilaksanakannya psikoedukasi guna memperkuat peran aktif remaja sebagai agen perubahan untuk mengatasi permasalahan *bullying* pada remaja di lingkungan puskesmas Ngawen II.



Gambar 2. Penyampaian Materi

Pada gambar 2 terlihat bahwa kader posyandu remaja di wilayah Ngawen II diberikan psikoedukasi anti-*bullying* oleh Ibu Rudy Yuniawati, M.Psi., PhD., Psikolog yang dilaksanakan secara interaktif di Aula Puskesmas Ngawen II. Psikoedukasi merupakan bentuk intervensi psikologis yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta keterampilan individu dalam menghadapi permasalahan psikososial, termasuk perilaku *bullying*. Berbeda dengan penyuluhan yang bersifat informatif satu arah, psikoedukasi menekankan proses pembelajaran yang partisipatif melalui diskusi, refleksi dan latihan keterampilan, sehingga peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan tetapi juga mengalami proses internalisasi nilai. Dalam konteks kegiatan ini, psikoedukasi berperan sebagai sarana untuk membangun kesadaran remaja mengenai dampak *bullying* serta mendorong terbentuknya sikap tegas dalam menolak perilaku tersebut.

Lebih lanjut, peran fasilitator dalam psikoedukasi tidak hanya sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai mediator yang membantu peserta memahami pengalaman sosial mereka secara lebih mendalam. Hal ini menempatkan psikoedukasi sebagai strategi intervensi yang tidak hanya berorientasi pada peningkatan kognitif, tetapi juga pada penguatan aspek afektif dan perilaku. Keterlibatan aktif peserta selama kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi mampu menciptakan ruang belajar yang aman dan suportif, sehingga peserta lebih terbuka dalam mengeksplorasi pengalaman terkait *bullying*. Dengan demikian, psikoedukasi menjadi pendekatan yang efektif dalam membentuk kesadaran kolektif dan mendorong remaja untuk berperan sebagai agen perubahan (*agent of change*) dalam menciptakan lingkungan sosial yang bebas dari perundungan.

Hasil kegiatan psikoedukasi ini menunjukkan dinamika yang menarik antara penguasaan pengetahuan (kognitif) dan perubahan sikap atau kecenderungan perilaku (non-kognitif) pada remaja di wilayah Ngawen. Berdasarkan data statistik, ditemukan bahwa rata-rata skor kognitif

peserta sudah berada pada angka yang tinggi (14,70) sejak sebelum kegiatan dimulai. Hal ini mengindikasikan bahwa secara literasi, kader Posyandu Remaja di Ngawen telah memiliki pemahaman dasar yang kuat mengenai definisi dan bentuk-bentuk perundungan. Fenomena skor yang tetap stabil pada saat post-test menunjukkan terjadinya ceiling effect, yaitu keterbatasan instrumen dalam menangkap variasi skor ketika banyak responden mencapai atau mendekati skor tertinggi pada alat ukur, sehingga varians skor menjadi kecil dan potensi peningkatan tidak tercatat secara akurat (Garin, 2014; Wang, Zhang, McArdle, & Salthouse, 2009). *Ceiling effect* dalam konteks pengukuran psikometri menjelaskan bahwa skor yang terakumulasi di ujung atas skala dapat menyulitkan peneliti untuk membedakan tingkat penguasaan yang berbeda di antara responden dengan kemampuan tinggi (Garin, 2014). Studi-studi psikoedukasi *bullying* di Indonesia menunjukkan fenomena pengetahuan awal peserta yang sudah tinggi tentang *bullying*, sehingga peningkatan yang terukur setelah intervensi terkadang tidak signifikan secara statistik meskipun pemahaman tetap terjaga (Fajriah, Dewi, & Sastika Sumi, 2024). Penelitian ini mencerminkan bahwa desain *one group pretest-posttest* di lingkungan sekolah juga menemukan bahwa sebelum intervensi sebagian besar siswa berada pada kategori pengetahuan *bullying* yang baik, sehingga kemungkinan peningkatan pasca pelatihan tampak tidak besar karena skor awal sudah tinggi (Fajriah et al., 2024).

Namun, signifikansi kegiatan ini justru terlihat jelas pada aspek non-kognitif. Sebagaimana dijelaskan oleh Sullivan (2000) dalam bukunya *The Anti-Bullying Handbook*, penanganan perundungan yang efektif membutuhkan perubahan sikap dan iklim emosional, bukan sekadar pemberian informasi teknis. Pada aspek non-kognitif terjadi peningkatan skor rata-rata dari 48,85 menjadi 52,85, yang dibarengi dengan penurunan simpangan baku menjadi 9,610. Maka disimpulkan bahwa psikoedukasi yang dilakukan telah berhasil menyentuh ranah afektif peserta, sehingga mereka memiliki kecenderungan sikap yang lebih tegas dalam menolak perundungan. Secara deskriptif, hal ini menggambarkan bahwa psikoedukasi yang diberikan berhasil menyelaraskan persepsi dan memperkuat keberanian peserta untuk melawan *bullying*. Penurunan simpangan baku mencerminkan bahwa sikap para remaja menjadi lebih solid dan homogen, mereka tidak lagi ragu dalam mengidentifikasi tindakan yang harus diambil saat menghadapi perundungan. Keseragaman sikap ini sangat penting dalam pembentukan *peer support system* (sistem dukungan sebaya). Menurut penelitian Cowie dan Jennifer (2008), keterlibatan teman sebaya (*peer involvement*) merupakan strategi paling efektif dalam intervensi *bullying* karena remaja cenderung lebih terbuka kepada rekan seusianya dibandingkan kepada orang dewasa. Dengan sikap yang kini lebih homogen dan positif, kader remaja di Ngawen dapat berperan sebagai *bystander* aktif yang mampu melakukan intervensi awal saat melihat tanda-tanda perundungan di lingkungan mereka. Hal tersebut juga sejalan dengan pandangan Iswan &

Royanto (2019) yang menekankan bahwa psikoedukasi tidak hanya berfungsi memberikan informasi, tetapi juga efektif dalam memodifikasi sikap dan kesadaran emosional terhadap masalah psikososial.

Fokus pada penguatan aspek non-kognitif ini menjadi krusial mengingat latar belakang ditemukannya kasus depresi berat pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Ngawen 2 akibat perundungan. Pengetahuan saja tidak cukup jika tidak disertai dengan efikasi diri untuk bertindak sehingga perubahan dari sekadar "tahu" menjadi "berani bersikap" adalah kunci utama pencegahan. Oleh sebab itu, dengan peningkatan pada aspek non-kognitif, para peserta kini lebih siap menjalankan peran sebagai *peer educator* atau pendamping sebaya. Sebagaimana dijelaskan oleh Varela et al. (2021), penciptaan iklim sekolah yang aman sangat bergantung pada peran aktif individu di dalamnya untuk saling menjaga.



Gambar 3. Foto Bersama Peserta Psikoedukasi



Gambar 4. Foto Bersama Pihak Puskesmas

Keberhasilan peningkatan sikap ini membuktikan bahwa metode psikoedukasi interaktif yang melibatkan dialog dan studi kasus mampu menyentuh sisi afektif remaja. Hal ini merupakan langkah preventif yang strategis untuk menekan angka gangguan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan yang berakar dari *bullying*. Melalui penguatan kader ini, Puskesmas Ngawen 2 kini memiliki perpanjangan tangan yang lebih kompeten untuk menyebarkan budaya anti-perundungan secara luas dan berkelanjutan di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Temuan PKM ini adalah psikoedukasi anti-*bullying* efektif meningkatkan aspek sikap atau non-kognitif remaja meskipun tidak menunjukkan perubahan signifikan pada aspek pengetahuan karena tingginya skor awal peserta. Hasil PKM ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Irwanti dan Bil Haq (2023) yang menunjukkan psikoedukasi bullying efektif meningkatkan kesadaran dan sikap pencegahan pada remaja, meskipun perubahan terbesar sering muncul pada dimensi afektif dibanding kognitif. Selanjutnya Kamalah, Nafiah, dan Ratnawati (2025) menegaskan bahwa intervensi peer support berkontribusi memperkuat kesehatan mental, self-concept, dan perilaku preventif terhadap bullying pada remaja sekolah. Temuan ini juga diperkuat oleh PKM Amaliyah

dan Riswanda (2026) melalui program Sahabat Anti Bully yang menunjukkan pendekatan edukatif-partisipatoris mampu meningkatkan empati, komunikasi asertif, dan kesiapan bertindak peserta dalam mencegah bullying.

Hasil evaluasi PKM ini menunjukkan bahwa intervensi berhasil terutama pada dimensi afektif, yang ditandai dengan peningkatan skor sikap peserta. Selain itu, terlihat adanya homogenitas respons peserta yang lebih baik serta meningkatnya kesiapan kader sebagai *peer educator*. Namun demikian, evaluasi juga menegaskan perlunya penguatan instrumen pengukuran kognitif. Di samping itu, diperlukan tindak lanjut berupa monitoring untuk menilai keberlanjutan perubahan perilaku, sehingga secara keseluruhan PKM tidak hanya berfungsi sebagai transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai intervensi preventif yang memperkuat kapasitas remaja sebagai agen perubahan dalam pencegahan bullying berkelanjutan.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan PKM psikoedukasi anti-bullying ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif meningkatkan sikap anti-perundungan pada remaja, meskipun tidak ditemukan perubahan signifikan pada aspek pengetahuan karena tingginya pemahaman awal peserta. Temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan intervensi tidak hanya diukur dari peningkatan kognitif, tetapi juga dari perubahan afektif berupa penguatan keberanian bersikap, sensitivitas terhadap dampak bullying, dan kesiapan remaja untuk terlibat dalam pencegahan perundungan di lingkungannya. Peningkatan pada aspek non-kognitif menunjukkan bahwa psikoedukasi interaktif mampu mendorong kader Posyandu Remaja berperan lebih aktif sebagai *peer educator* dan sistem dukungan sebaya dalam mendeteksi, merespons, dan mencegah perundungan secara dini. Dengan demikian, PKM ini tidak hanya berkontribusi sebagai transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai strategi promotif dan preventif dalam penguatan kesehatan mental remaja berbasis komunitas.

Pengembangan PKM selanjutnya diarahkan pada keberlanjutan program melalui pendampingan berkala, pelatihan lanjutan bagi kader remaja, serta integrasi program anti-bullying dengan kegiatan promotif di Posyandu Remaja dan sekolah. Monitoring dan evaluasi jangka panjang juga diperlukan untuk menilai konsistensi perubahan sikap menjadi perilaku nyata, termasuk melihat dampaknya terhadap iklim sosial remaja dan pencegahan risiko gangguan kesehatan mental akibat bullying. Selain itu, program dapat dikembangkan melalui perluasan sasaran ke sekolah atau komunitas lain dengan model intervensi berbasis *peer support* yang lebih terstruktur, serta penyempurnaan instrumen evaluasi agar dampak kognitif, afektif, dan perilaku dapat diukur secara lebih komprehensif. Upaya pengembangan ini penting agar PKM tidak berhenti sebagai intervensi sesaat, tetapi berkelanjutan sebagai model pemberdayaan remaja dalam menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan bebas perundungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, R., & Riswanda, A. Z. (2026). Pencegahan Perilaku Bullying dan Dampaknya melalui Sahabat Anti Bully di SDN 08 Tanjung Lago. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 7(1), 152–159. <https://doi.org/10.35870/jpni.v7i1.1753>.
- Cowie, H., & Jennier, D. (2008). *New Perspective on Bullying*. McGraw-Hill Education.
- Fajriah, N., Dewi, I., & Sumi, S. S. (2024). Pengaruh edukasi pengetahuan terhadap pencegahan bullying pada kalangan remaja di SMAN 15 Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(6). <https://doi.org/10.35892/jimpk.v4i6.1696>
- Garin, O. (2014). Ceiling Effect. In *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 631–633). Springer.
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-Kuasi. *Buletin Psikologi*, 27(2), 187–203. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>.
- Handrix, T. P. S., & Haryanto, C. H. (2019). Efektivitas psikoedukasi terhadap kemampuan adaptasi sosial pada mahasiswa baru. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam (JPPI)*, 16(1).
- Iswan, A. H., & Royanto, L. R. M. (2019). Intervensi perilaku perundungan pada siswa sekolah dasar sebagai pelaku. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 9(2), 122–134. <https://doi.org/10.26740/jptt.v9n2.p122-134>.
- Irwanti, R. U., & Haq, A. H. B. (2023). Efektivitas Psikoedukasi dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Bullying pada Remaja. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 3(1), 214–220. <https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12362>.
- Jafar, E. S., Sari, N., Mukharramah, N. A. Al, Aulia, N., & Ambo, H. (2023). Efektivitas Psikoedukasi dalam Meningkatkan Pemahaman Bullying Sebagai Upaya Pencegahan Bullying pada Siswa Sekolah Dasar. *IPTEK: Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 32–41. <https://doi.org/https://doi.org/10.26858/iptek.v3i1.56493>.
- Kamalah, A. D., Nafiah, H., & Ratnawati. (2025). Optimalisasi Intervensi Peer Support Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Dan Mencegah Bullying Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Keperawatan Malang (JKM)*, 10(02), 174–185. <https://doi.org/10.36916/jkm>.
- Keysinaya, E. Y., & Nuraeni. (2022). Peran UNICEF Indonesia menangani perundungan di sekolah melalui Program Roots. *Sospol: Jurnal Sosial Politik*, 8(2), 207–224. <https://doi.org/10.22219/jurnalsospol.v8i2.22258>.
- Marela, G., Wahab, A., & Marchira, C. R. (2017). Bullying verbal menyebabkan depresi pada remaja SMA di kota Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(1), 43–48. <https://doi.org/10.22146/bkm.11844>.
- Muhopilah, P., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku perundungan. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(2), 99–107. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i2.15132>.
- Na'mah, U., Dermawan, R., Rizal, M. C., Rachmatulloh, M. A., Widodo, M. F. S., Qamaria, R. S., Mayaningsih, A., Putri, K. F. C., Inderaswari, S. F., Aji, M. S. K., & Alfian M, M. I. (2024). Penyuluhan Hukum sebagai Upaya Preventif Pernikahan Dini dan Perundungan di Kalangan Remaja. *Kontribusi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 378–387. <https://doi.org/10.53624/kontribusi.v4i2.428>.
- Olweus, D. (1999). *The Nature of School Bullying: A Cross-National Perspective*. Routledge.
- Qamaria, R. S., Pertiwi, F. H., Mulyani, L. N., Sari, N. N., Harriroh, A., Haq, I. N., Nasihatini, S. S., Erlangga, S. A., Anisahab, & Jannah, M. (2023). Upaya Menciptakan Lingkungan Sekolah Ramah Anak Melalui Kampanye Stop Bullying. 4(1), 33–46. <https://doi.org/10.53624/kontribusi.v4i1.265>.
- Qamaria, R. S., & Astuti, F. (2020). Pelatihan anti bullying mampu meningkatkan pemahaman guru dalam mencegah perilaku bullying. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 4(1).

- Ramadhon, S. (2016). Penerapan Model Empat Level Kirkpatrick Dalam Evaluasi Program Pendidikan Dan Pelatihan Aparatur Di Pusdiklat Migas. *Swara Patra: Majalah Ilmiah PPSDM Migas*, 6(1 SE-Articles), 43–54. <https://ejurnal.ppsdmmigas.esdm.go.id/sp/index.php/swarapatra/article/view/101>.
- Rosmaharani, S., Noviana, I., & Sawitri, M. (2025). Penguatan kesehatan jiwa pada remaja untuk mencegah bullying di MTs Salafiyah Syafi'iyah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 11(2), 77–80. <https://doi.org/10.33023/jpm.v11i2.2874>.
- Sa'ida, N., Kurniawati, T., & Wahyuni, H. I. (2022). Edukasi Stop Bullying Pada Anak. *Jurnal Abdimas Peka*, 5(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.33508/peka.v5i2.4440>.
- Setiani, T. P., & Haryanto, H. C. (2019). Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Kemampuan Adaptasi Sosial Pada Mahasiswa Baru. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/https://doi.org/10.18860/psi.v16i1.7531>
- Sullivan, K. (2000). *The Anti-Bullying Handbook*. Oxford University Press.
- Sunanih, Nurhaliza, A., & Shakila, A. (2025). Analisis pengaruh perilaku bullying terhadap prestasi akademik siswa di sekolah dasar. *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 4(1), 31–45. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v4i1.3767>.
- Syaputri, N. E., Adawiyah, R., & Putri, D. N. B. (2024). Pencegahan Bullying Melalui Metode Psikoedukasi Di SDN 02 Sukorejo Bangsalsari. *Jurnal Pengabdian Indonesia*, 1(2), 14–19. <https://doi.org/10.47134/jpi.v1i2.3004>.
- Varela, J. J., Chuecas, J., Sánchez, P. A., De Tezanos-Pinto, P., & Benavente, M. (2021). School Climate, Bullying and Mental Health among Chilean Adolescents. *Child Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09834-z>.
- Wang, L., Zhang, Z., McArdle, J. J., & Salthouse, T. A. (2009). Investigating Ceiling Effects in Longitudinal Data Analysis. *Multivariate behavioral research*, 43(3), 476–496. <https://doi.org/10.1080/00273170802285941>.
- Wulansari, L., Vernia, D. M., Nurisman, H., Hermanto, Widiarto, T., Sutina, & Widiyarto, S. (2023). Penyuluhan Pencegahan Perundungan (Bullying) di SMP Kota Bekasi Jawa Barat. 3(5), 638–643. <https://doi.org/10.25008/altifani.v3i5.462>.