Edukasi Kesehatan: Pentingnya Pengetahuan Tentang Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar

Trimeilia Suprihatiningsih[1], Laeli Farkhah[2], Ruli Andika[3]

[1]Profesi Ners,[2]S1 Keperawatan,[3]Profesi Ners
Universitas Al Irsyad Cilacap
liaihsal@gmail.com

Abstrak

Bullying merupakan salah satu permasalahan serius yang terjadi di lingkungan sekolah dasar dan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental siswa. Kurangnya pengetahuan tentang bullying membuat siswa rentan menjadi pelaku maupun korban. Oleh karena itu, edukasi kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap bullying. Kegiatan edukasi ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan interaktif kepada siswa kelas IV, V dan VI di SDN Kawunganten 02 Kecamatan Kawunganten. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi dan simulasi peran. Evaluasi dilakukan dengan mengajukan 6 pertanyaan sesuai dengan materi bullying. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa setelah dilakukan edukasi, semua pertanyaan bisa dijawab dengan benar mengenai definisi bullying, jenis-jenis bullying (verbal, fisik, sosial, dan siber) dan siswa dapat mendemonstrasikan cara mencegah, menolak dan melaporkan kejadian bullying. Edukasi kesehatan tentang bullying terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar. Kegiatan ini direkomendasikan sebagai program rutin di sekolah untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan sehat secara psikososial.

Kata kunci: Edukasi kesehatan, bullying, siswa sekolah dasar, pengetahuan, promosi kesehatan

Abstract

Bullying is one of the serious problems that occur in elementary school environments and can have negative impacts on students' physical and mental health. A lack of knowledge about bullying makes students vulnerable to becoming either perpetrators or victims. Therefore, health education is essential to enhance students' understanding of bullying. This educational activity was conducted in the form of an interactive counseling session for fourth, fifth, and sixth-grade students at SDN Kawunganten 02, Kawunganten Subdistrict. The methods used included lectures, group discussions, and role-play simulations. The evaluation was carried out by asking six questions based on the bullying material. There was an increase in students' knowledge after the session; all questions were answered correctly, demonstrating understanding of the definition of bullying, its types (verbal, physical, social, and cyberbullying), and the ability to demonstrate ways to prevent, reject, and report bullying incidents. Health education on bullying has proven effective in increasing elementary students' knowledge. This activity is recommended as a regular school program to create a safe and psychosocially healthy learning environment.

***Keywords**: Health education, bullying, elementary school students, knowledge, health promotion*

1. PENDAHULUAN

Bullying merupakan bentuk kekerasan yang terjadi secara berulang dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban, yang dapat berupa kekerasan fisik, verbal, sosial, maupun melalui media digital atau *cyberbullying* (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2021). Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dan melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban, baik secara fisik, verbal, sosial, maupun melalui media digital (Nurhidayah, I., & Handayani, S. 2020). Dalam konteks pendidikan dasar, bullying menjadi isu penting karena dapat terjadi pada masa perkembangan sosial yang krusial, yaitu saat anak mulai belajar berinteraksi dengan teman sebaya, membentuk identitas diri, dan mengembangkan empati.

Data dari *Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia* (KemenPPPA, 2021) menunjukkan bahwa prevalensi perundungan di lingkungan sekolah masih tinggi, termasuk pada jenjang sekolah dasar. Anak-anak usia 7–12 tahun berada dalam tahap perkembangan kognitif dan emosional yang belum matang sepenuhnya, sehingga anak lebih rentan menjadi korban maupun pelaku bullying, terutama jika tidak dibekali dengan pemahaman yang cukup tentang perilaku agresif dan dampaknya. Penelitian menunjukkan bahwa bullying di usia sekolah dasar dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, seperti penurunan harga diri, gangguan konsentrasi belajar, stres, gangguan kecemasan, hingga depresi di usia remaja (Widodo *et al*., 2020; Fitria & Ramdhani, 2019). Lebih dari itu, bullying dapat mengganggu iklim belajar di sekolah dan memengaruhi relasi sosial antar siswa.

Fenomena bullying di lingkungan sekolah dasar menjadi perhatian serius karena dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental, emosional, dan perkembangan sosial anak dan salah satu penyebab masih tingginya kasus bullying adalah rendahnya tingkat literasi anak tentang apa yang dimaksud dengan bullying, bentuk-bentuknya, serta bagaimana cara mencegah dan mengatasinya (Nurhidayah & Handayani, 2020). Banyak siswa yang tidak menyadari bahwa tindakan mengejek, mengucilkan, atau menyebarkan gosip termasuk dalam kategori bullying. Sebagian besar siswa bahkan tidak tahu ke mana harus melapor jika mereka mengalami atau menyaksikan perundungan.

Edukasi kesehatan di sekolah memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang bullying. Melalui edukasi yang sistematis, siswa dapat memahami jenis-jenis bullying, dampaknya, serta strategi pencegahan dan penanganannya. Pendidikan kesehatan yang terintegrasi dalam kegiatan pembelajaran di sekolah juga sejalan dengan pendekatan promotif dan preventif dalam upaya meningkatkan kesehatan jiwa dan lingkungan belajar yang aman bagi anak (Nurhidayah & Handayani, 2020).

Melalui program pengabdian masyarakat ini, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pengetahuan siswa tentang bullying melalui edukasi kesehatan, sehingga siswa memiliki kesadaran yang lebih baik dalam mengenali, menghindari, serta berani melaporkan tindakan bullying yang terjadi. Intervensi sejak usia dini dapat menjadi langkah strategis dalam menciptakan budaya sekolah yang sehat, aman, dan bebas dari kekerasan. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang bullying pada siswa SDN Kawunganten 02.

2. MASALAH

Siswa Sekolah Dasar banyak yang tidak menyadari bahwa tindakan mengejek, mengucilkan, atau menyebarkan gosip termasuk dalam kategori bullying. Sebagian besar siswa bahkan tidak tahu ke mana harus melapor jika mengalami atau menyaksikan perundungan. Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalahnya adalah bagaimana meningkatkan pengetahuan tentang bullying pada siswa SDN Kawunganten 02.

Berdasarkan fenomena tersebut, penulis memilih untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan tujuan meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang definisi dan jenis-jenis bullying (verbal, fisik, sosial, dan siber), meningkatkan kesadaran siswa mengenai dampak negatif bullying terhadap diri sendiri dan lingkungan social, membekali siswa dengan keterampilan dasar untuk mencegah, menolak, dan melaporkan tindakan bullying dan mengembangkan pendekatan edukatif yang interaktif dan sesuai dengan usia anak dalam upaya promosi kesehatan mental di lingkungan sekolah dasar Kawunganten 02.

3. METODE

Metode pelaksanaan pegabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis dan telah dilaksanakan pada tanggal 23 Mei 2025. Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan edukasi kesehatan melalui metode ceramah, diskusi

kelompok, dan simulasi peran dan bernyanyi yang dilaksanakan secara interaktif. Subjek kegiatan adalah siswa kelas IV, V, dan VI di SDN Kawunganten 02 Kecamatan Kawunganten, dengan jumlah peserta sebanyak 60 siswa. Jenis kegiatan bersifat edukatif partisipatif, dengan pendekatan promotif dan preventif. Materi yang disampaikan mencakup: definisi bullying, jenis-jenis bullying (verbal, fisik, sosial, siber), dampak bullying, cara mencegah, menolak, dan melaporkan bullying.

Langkah pelaksanaan adalah melakukan 1) *Pre-assesment*, yaitu Guru dan siswa diminta untuk menceritakan persepsi awal mengenai bullying, 2) Pemberian edukasi dengan ceramah singkat menggunakan media LCD, video, dan papan tulis, 3) Diskusi kelompok mengajak siswa berdiskusi tentang pengalaman dan contoh bullying yang pernah disaksikan atau alami, 4) Simulasi peran (*role-play*): Siswa diminta mempraktikkan cara menolak atau melaporkan tindakan bullying. 5) Evaluasi: Dilakukan melalui 6 pertanyaan lisan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan kemampuan siswa dalam mengenali dan merespon bullying, 6) Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan hasil *pre-assesment* dan hasil evaluasi akhir. Respon siswa juga dicatat secara kualitatif berdasarkan observasi fasilitator.

Gambar 1. Pelaksanaan Pemberian Materi

Gambar 2. Peserta Bernyanyi Sebelum Pemberian Materi

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Kegiatan ini dilakukan pada hari Jumat 23 Mei 2025 pada jam 08.00 sampai dengan 11.30 WIB dengan sasaran siswa SDN Kawunganten 02 beserta guru wali kelas dan bidan kurikulum. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan sukses dan lancar. Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian ini adalah timbulnya rasa ketertarikan dan antusias siswa saat disampaikannya materi dan simulasi peran (*role-play*), siswa dan guru mengucapkan terima kasih karena sudah memberikan informasi tentang pentingnya pengetahuaan mengenai bullying.

Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa terkait bullying. Berikut ringkasan hasilnya : 1) Pengetahuan awal (*Pre-assesment): s*ebagian besar siswa belum memahami definisi bullying secara utuh. Banyak yang menganggap ejekan atau pengucilan adalah hal biasa dan bukan bentuk kekerasan. 2) Setelah Edukasi: semua siswa mampu menjawab 6 pertanyaan dengan benar terkait definisi dan jenis-jenis bullying. Siswa dapat membedakan antara bercanda dan tindakan perundungan. Dalam simulasi, siswa mampu menunjukkan cara menolak bullying secara asertif dan mengetahui kepada siapa harus melapor (guru, orang tua). Partisipasi siswa dalam diskusi dan simulasi menunjukkan antusiasme dan keterlibatan yang tinggi.

2) Pembahasan

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dengan pendekatan interaktif efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa sekolah dasar tentang bullying. Metode yang digunakan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar, yang cenderung belajar lebih baik melalui aktivitas langsung, diskusi kelompok kecil, dan bermain peran (*learning by doing*). Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Nurhidayah & Handayani (2020), yang menyatakan bahwa penyuluhan dengan metode diskusi dan simulasi dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan pada anak-anak. Selain itu, pendekatan partisipatif dalam edukasi memberi ruang bagi siswa untuk mengekspresikan pengalaman mereka secara aman dan reflektif.

Peningkatan pemahaman tentang bullying juga membantu mendorong perubahan sikap dan perilaku prososial. Ketika siswa mengetahui bahwa tindakan mengejek, mengucilkan, atau mengancam teman adalah bentuk bullying, mereka lebih cenderung untuk menghindari dan melaporkannya. Hal ini penting dalam membentuk lingkungan sekolah yang aman secara psikososial (Fitria, A., & Ramdhani, N. 2019). Namun, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan pada durasi pelaksanaan yang singkat dan belum melibatkan guru atau orang tua secara langsung. Untuk itu, keberlanjutan program dapat dikembangkan melalui pelatihan bagi pendidik dan penyusunan modul edukasi bullying yang bisa diintegrasikan dalam kurikulum sekolah.

5. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi kesehatan mengenai bullying yang dilaksanakan di SDN Kawunganten 02 terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai definisi, jenis, dan dampak bullying, serta cara mencegah, menolak, dan melaporkan tindakan bullying. Metode edukatif interaktif yang terdiri dari ceramah, diskusi, dan simulasi peran terbukti sesuai dengan karakteristik belajar anak usia sekolah dasar. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman kognitif siswa, tetapi juga membentuk kesadaran sosial dan empati terhadap teman sebaya.

Saran untuk sekolah adalah edukasi serupa sebaiknya dilaksanakan secara berkala di sekolah dasar sebagai bagian dari program kesehatan sekolah dan pembentukan karakter. Guru dan orang tua perlu dilibatkan agar pesan anti-bullying dapat diperkuat di lingkungan rumah dan sekolah. Perlu disusun modul edukatif yang sistematis dan menarik, yang dapat digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan

materi bullying secara berkelanjutan dan diperlukan evaluasi jangka panjang untuk menilai dampak kegiatan terhadap perubahan perilaku siswa dalam jangka waktu tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

Azprevention. (2017). Hot topics: Bullying behavior among school children. Arizona Prevention Resource center. Diakses dari http:/ www.azprevention.org/in_the_news/hot_topics/ hot_topics_bullying_intro.htm

Fitria, A., & Ramdhani, N. (2019). Dampak bullying terhadap kesejahteraan psikologis anak usia sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 12–20.

Karisman et al. (2024) *The Contribution of Outdoor Education Activities to Enhance Indonesian Bullying Victims' Resilience ournal of Indonesian Physical Education and Sport P-ISSN2442-4900 | E-ISSN 2461-1271Vol. 5, No. 1, July 2019, page 01-07*

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA). (2021). *Pedoman Pencegahan dan Penanganan Perundungan di Satuan Pendidikan*. https://www.kemenpppa.go.id

Lestari, Windy Sartika. (2016). Analisis faktor-faktor penyebab bullying di kalangan peserta didik. Sosio Didaktika: Social Science Education Journal, 3 (2), 147-157

Nurhidayah, I., & Handayani, S. (2020). Edukasi tentang bullying sebagai upaya preventif perundungan di sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 45–52. https://doi.org/10.20473/jkm.v8i1

Widodo, A., Rahmawati, D., & Lestari, D. (2020). Dampak bullying terhadap kesehatan mental anak sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(2), 134–142