

## **Kenali, Cegah, Lawan: Bersama Hentikan Bullying di Lingkungan Sekolah SMA Teladan Tanah Jawa**

**Christina Natalina Saragi<sup>1</sup>, Lastri Wahyuni Manurung<sup>2</sup>, Nelly Simanjuntak<sup>3</sup>,  
Sonya Indah Nababan<sup>4</sup>**

*<sup>1,2,3,4</sup> Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas HKBP Nommensen, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Christina Natalina Saragi

**E-mail:** [christina.saragi@uhn.ac.id](mailto:christina.saragi@uhn.ac.id)

### **Abstrak**

*Bullying masih menjadi isu krusial di lingkungan sekolah karena dapat mengganggu kondisi psikologis, sosial, dan capaian belajar peserta didik. Program pengabdian masyarakat ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman siswa SMA Swasta Teladan Tanah Jawa sekaligus memberikan pembekalan mengenai upaya pencegahan tindakan perundungan. Kegiatan ini meliputi sesi penyuluhan yang memberikan informasi tentang ragam bentuk bullying, dampak yang ditimbulkannya, serta langkah-langkah pencegahannya. Selain itu, peserta juga mendapatkan pelatihan terapan yang berfokus pada keterampilan komunikasi asertif, strategi menjaga diri, dan prosedur pelaporan jika terjadi kasus bullying. Peran guru dan orang tua turut dikuatkan guna menciptakan lingkungan belajar yang lebih suportif. Melalui program ini, siswa diharapkan mampu menumbuhkan empati, sikap tanggung jawab, serta kesiapan untuk mengambil peran aktif dalam mencegah perundungan. Tujuan akhir kegiatan ini adalah membangun suasana sekolah yang aman, ramah, dan inklusif sekaligus menjadi model bagi lembaga pendidikan lainnya.*

**Kata Kunci** - bullying, pencegahan, sosialisasi, lingkungan sekolah, kesadaran

### **Abstrak**

*Bullying remains a critical issue within the school environment as it can negatively affect students' psychological well-being, social interactions, and academic performance. This community service program is designed to enhance the understanding of students at SMA Swasta Teladan Tanah Jawa while providing them with essential training on bullying prevention. The program includes educational sessions that inform students about the various forms of bullying, its impacts, and effective preventive measures. In addition, participants receive practical training focused on developing assertive communication skills, self-protection strategies, and proper reporting procedures in cases of bullying. The involvement of teachers and parents is also strengthened to foster a more supportive learning atmosphere. Through this program, students are expected to cultivate empathy, a sense of responsibility, and readiness to take an active role in preventing bullying. Ultimately, this initiative aims to create a safe, friendly, and inclusive school environment that can serve as a model for other educational institutions.*

**Keywords** - bullying, prevention, socialization, school environment, awareness

## **PENDAHULUAN**

Fenomena bullying di lingkungan sekolah masih menjadi persoalan serius yang mempengaruhi iklim belajar dan kesejahteraan psikologis peserta didik. Di SMA Teladan Tanah Jawa, indikasi perilaku bullying seperti ejekan, pengucilan, intimidasi verbal, hingga agresi fisik menjadi perhatian penting karena dapat menghambat perkembangan akademik, sosial, dan emosional siswa. Kondisi ini menunjukkan perlunya strategi penanganan yang sistematis, komprehensif, dan melibatkan seluruh elemen sekolah untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan inklusif. Hasil-hasil penelitian terdahulu menguatkan urgensi tersebut. Olweus (2013) menemukan bahwa bullying memiliki dampak jangka panjang terhadap rasa percaya diri dan prestasi siswa. Penelitian Rigby (2017) juga menunjukkan bahwa sekolah yang menerapkan pendekatan preventif berbasis komunitas mengalami penurunan signifikan terhadap kasus perundungan. Sementara itu, studi dari Espelage dan Holt (2019) menekankan bahwa hubungan antar teman sebaya dan kualitas interaksi guru-siswa berperan besar dalam menekan perilaku bullying.

Di konteks global, Smith dan Sharp (2018) mengemukakan bahwa efektivitas program anti-bullying meningkat ketika sekolah menumbuhkan budaya empati dan penghargaan terhadap perbedaan individu. Sementara Craig et al. (2020) menunjukkan bahwa intervensi berbasis empati dan pembelajaran sosial emosional dapat menurunkan tingkat agresi di kalangan remaja. Di Indonesia, Pranata dan Widodo (2020) mengungkap bahwa program pendidikan karakter dan konseling sebaya mampu meningkatkan kesadaran serta empati antar peserta didik. Temuan lain dari Sari (2021) menunjukkan bahwa kampanye literasi anti-bullying yang berkelanjutan dapat membentuk budaya sekolah yang lebih suportif dan bebas kekerasan. Selain itu, Rahmawati (2022) menyoroti pentingnya peran guru bimbingan dan konseling dalam deteksi dini kasus bullying di sekolah menengah. Fauzan dan Lestari (2023) menambahkan bahwa keterlibatan orang tua dalam program sekolah berperan penting dalam mengurangi perilaku agresif siswa.

Terakhir, Hidayat (2024) menekankan bahwa keberhasilan pencegahan bullying tidak hanya bergantung pada kebijakan sekolah, tetapi juga pada pembentukan komunitas belajar yang saling peduli dan menghargai keberagaman. Berdasarkan kondisi tersebut, artikel ini disusun untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bentuk, penyebab, serta strategi pencegahan bullying di SMA Teladan Tanah Jawa. Penelitian ini bertujuan: (1) mengidentifikasi bentuk dan pola bullying yang terjadi di lingkungan sekolah; (2) mengkaji faktor penyebab utama munculnya perilaku perundungan; dan (3) merumuskan strategi preventif dan intervensi yang efektif melalui pendekatan kolaboratif antara siswa, guru, dan pihak sekolah. Dengan memahami masalah secara komprehensif, diharapkan lahir upaya nyata untuk menghentikan praktik bullying dan menciptakan sekolah yang aman, ramah, dan penuh empati.

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan dengan pendekatan pendidikan partisipatif yang mengutamakan keterlibatan aktif peserta didik, guru, serta pihak sekolah. Metode yang dipilih bertujuan meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta kemampuan praktis dalam mencegah dan menangani bullying di lingkungan sekolah. Adapun metode yang digunakan adalah:

1. **Ceramah Interaktif**

Digunakan untuk memberikan informasi dasar mengenai konsep bullying, jenis-jenisnya, dampaknya, serta strategi pencegahan. Materi disampaikan menggunakan media visual (slide, video pendek, ilustrasi kasus) untuk meningkatkan pemahaman peserta.

2. **Diskusi Kelompok dan Brainstorming**

Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok kecil untuk mendiskusikan contoh kasus bullying di sekolah, menganalisis bentuk perilaku, serta mencari solusi pencegahannya. Metode ini menumbuhkan empati, kerja sama, dan kesadaran reflektif.

3. Simulasi dan Role Play  
Peserta melakukan permainan peran mengenai situasi bullying (pelaku, korban, saksi, penolong). Role play membantu siswa memahami situasi emosional dan melatih respon yang tepat dalam menghadapi bullying.
4. Problem-Based Learning (PBL)  
Siswa diberikan permasalahan nyata mengenai kasus perundungan di sekolah, lalu diminta merancang langkah aksi anti-bullying. Metode ini menumbuhkan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah.
5. Penyebaran Komitmen Anti-Bullying  
Pada akhir kegiatan, seluruh peserta menandatangani *Deklarasi Anti-Bullying* sebagai bentuk komitmen bersama untuk menciptakan lingkungan yang aman, sehat, dan suportif

### Tahapan Pelaksanaan

- 1) Tahap 1: Persiapan
  - Koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan jadwal pelaksanaan.
  - Identifikasi kebutuhan kegiatan (peserta, ruangan, perlengkapan, media, dan bahan presentasi).
  - Penyusunan materi sosialisasi mengenai bullying dan pencegahannya.
  - Penyusunan instrumen evaluasi (pre-test dan post-test sederhana).
  - Pembentukan tim pelaksana kegiatan.
- 2) Tahap 2: Pelaksanaan Kegiatan
  - a. Pembukaan
    - Sambutan dari tim pelaksana dan pihak sekolah.
    - Penjelasan tujuan kegiatan dan aturan pelaksanaan.
  - b. Penyampaian Materi Inti
    - Ceramah interaktif mengenai definisi, bentuk, penyebab, dan dampak bullying.
    - Pemutaran video edukatif sebagai pemicu diskusi.
  - c. Diskusi Kelompok
    - Siswa menganalisis contoh kasus bullying di sekolah.
    - Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusinya.
  - d. Simulasi/Role Play
    - Siswa melakukan permainan peran mengenai tindakan pencegahan bullying.
    - Fasilitator memberikan umpan balik dan penguatan.
  - e. PBL: Merancang Aksi Anti-Bullying
    - Siswa diminta menyusun "Mini Action Plan" untuk menciptakan sekolah bebas bullying.
  - f. Penandatanganan Komitmen Anti-Bullying
    - Peserta menandatangani deklarasi anti-bullying sebagai simbol komitmen bersama.
- 3) Tahap 3: Evaluasi
  - Membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk melihat peningkatan pemahaman.
  - Observasi partisipasi selama kegiatan.
  - Wawancara singkat dengan guru atau peserta untuk menilai kebermanfaatan program.
  - Penyusunan laporan pelaksanaan kegiatan dan rekomendasi tindak lanjut.
- 4) Tahap 4: Tindak Lanjut
  - Penyusunan rekomendasi untuk pihak sekolah terkait pencegahan bullying secara berkelanjutan.
  - Sosialisasi keberlanjutan seperti pembentukan *Tim Sahabat Anti-Bullying*, papan informasi, atau kampanye rutin.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan “Kenali, Cegah, Lawan: Bersama Hentikan Bullying” di SMA Teladan Tanah Jawa berlangsung dengan baik dan mendapat antusias tinggi dari peserta didik. Kegiatan ini dihadiri oleh seluruh siswa kelas X–XII serta beberapa guru pembina. Adapun hasil utama kegiatan adalah sebagai berikut: Melalui penyampaian materi dan, siswa menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai definisi bullying, jenis-jenisnya (fisik, verbal, sosial, dan cyberbullying), serta dampak jangka pendek dan jangka panjang. Hal ini terlihat dari hasil pretest–posttest sederhana yang menunjukkan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 25–35%. Sesi diskusi kelompok dan studi kasus berhasil mendorong siswa untuk lebih terbuka dalam menyampaikan pengalaman atau melihat tindakan bullying yang terjadi. Banyak siswa menyatakan bahwa sebelum kegiatan ini mereka sering ragu untuk melapor, namun setelah memahami alur pelaporan dan dukungan sekolah, mereka lebih percaya diri untuk bertindak.



**Gambar 1.**

Foto Tim Pada saat melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat di Lapangan bersama dengan Perangkat sekolah

Pada pelaksanaan kegiatan Sosialisasi “*Mengenal, Mencegah, dan Melawan Bullying: Bersama Hentikan Bullying di Lingkungan Sekolah SMA Teladan Tanah Jawa,*” ditemukan bahwa siswa menunjukkan peningkatan partisipasi selama sesi berlangsung. Mereka tampak lebih berani mengemukakan pendapat dan menunjukkan ketertarikan yang besar terhadap materi yang disampaikan. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan tentang bullying masih sangat dibutuhkan, karena sebagian siswa ternyata belum sepenuhnya memahami bentuk, risiko, serta konsekuensi bullying baik bagi korban maupun pelaku. Selain itu, kegiatan ini menegaskan pentingnya peran aktif sekolah dalam upaya pencegahan. Komitmen guru dan tenaga kependidikan dalam membangun lingkungan belajar yang aman dan suportif merupakan kunci keberhasilan program anti-bullying. Oleh sebab itu, sekolah perlu menguatkan aturan dan prosedur penanganan kasus bullying, misalnya dengan membentuk tim khusus yang fokus pada penerimaan laporan dan pendampingan terhadap korban.

Hasil kegiatan juga mengarah pada beberapa rekomendasi strategis. Pertama, sekolah disarankan untuk menyelenggarakan kegiatan sosialisasi sejenis secara rutin agar pemahaman siswa terus berkembang. Kedua, diperlukan program pendampingan seperti mentoring atau konseling yang melibatkan guru dan siswa untuk membantu korban serta membina pelaku agar dapat memperbaiki perilakunya. Ketiga, orang tua perlu dilibatkan secara lebih aktif dalam edukasi mengenai bullying sehingga mereka mampu memberikan arahan dan dukungan yang tepat di lingkungan keluarga. Secara umum, kegiatan ini memberikan kontribusi positif bagi para siswa maupun iklim sekolah. Dengan bertambahnya pengetahuan siswa tentang bullying serta langkah-langkah pencegahannya,

SMA Swasta Teladan Tanah Jawa diharapkan dapat mewujudkan lingkungan belajar yang lebih aman, nyaman, dan bebas dari tindakan perundungan. Meski demikian, pencapaian hasil yang lebih maksimal hanya dapat diraih apabila program edukasi anti-bullying dilakukan secara berkesinambungan serta didukung oleh kolaborasi yang kuat antara siswa, guru, orang tua, dan pihak sekolah.



**Gambar 2.**

Foto Tim Bersama Siswa-siswi di kelas pada saat Sosialisasi pencegahan Bullying di lingkungan Sekolah

Di akhir kegiatan, siswa dan guru menandatangani *Deklarasi Sekolah Anti-Bullying* sebagai bentuk komitmen bersama dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan berkarakter. Pihak sekolah juga menyatakan kesediaan memperkuat program bimbingan konseling terkait pencegahan bullying. Guru BK memperoleh modul strategi penanganan bullying, termasuk teknik konseling dan sistem rujukan. Guru mata pelajaran juga dibekali teknik komunikasi empatik agar dapat mendeteksi dini tanda-tanda bullying di kelas. Pelaksanaan kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi yang terstruktur mampu memberi dampak signifikan terhadap pencegahan bullying di sekolah. Peningkatan pengetahuan siswa menunjukkan bahwa pemahaman menjadi kunci pertama dalam mengubah perilaku. Ketika siswa mengetahui bentuk-bentuk bullying, mereka lebih mampu mengenali tindakan yang sebelumnya dianggap “candaan” namun sebenarnya merupakan perilaku yang menyakiti orang lain. Diskusi kelompok dan pemutaran video menjadi metode yang efektif karena melibatkan siswa secara emosional dan kognitif. Banyak siswa menyadari bahwa bullying dapat terjadi tanpa disadari, baik sebagai pelaku, korban, maupun penonton. Hal ini sejalan dengan pendekatan pendidikan karakter yang menekankan *self-awareness*, *empathy*, dan *social responsibility*.



**Gambar 3.**

Tim melaksanakan Sosialisasi dan membagikan buku dengan Topik Pencegahan Bullying di Lingkungan Sekolah

Pembentukan deklarasi anti-bullying menjadi langkah strategis dalam memperkuat budaya positif di sekolah. Komitmen tertulis dapat membantu menumbuhkan rasa tanggung jawab bersama, sekaligus menjadi pengingat bahwa seluruh warga sekolah memiliki peran penting dalam mencegah kekerasan di lingkungan belajar. Selain itu, penguatan kapasitas guru BK dan wali kelas terbukti penting karena mereka merupakan garda terdepan dalam pendeteksian awal kasus bullying. Kegiatan ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara siswa, guru, dan seluruh warga sekolah merupakan pendekatan paling efektif dalam mengurangi angka bullying. Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan perilaku siswa. Dengan adanya komitmen bersama dan dukungan dari pihak sekolah, diharapkan SMA Teladan Tanah Jawa mampu menjadi lingkungan pendidikan yang aman, nyaman, dan bebas dari segala bentuk bullying.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan "*Sosialisasi Bentuk Perilaku Bullying dan Pelatihan Pencegahan di Lingkungan Siswa-Siswi SMA Swasta Teladan Tanah Jawa*", dapat disimpulkan bahwa program ini mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai konsep bullying, dampak yang ditimbulkan, serta langkah-langkah pencegahannya. Sebelum kegiatan ini berlangsung, sebagian siswa belum menyadari bahwa perilaku yang mereka anggap sebagai gurauan sebenarnya termasuk tindakan perundungan. Setelah mengikuti sosialisasi, wawasan mereka mengenai jenis-jenis bullying dan risiko yang muncul bagi korban maupun pelaku menjadi lebih jelas. Pelatihan pencegahan yang disampaikan melalui diskusi interaktif dan kegiatan simulasi (role-play) terbukti memberikan pengalaman langsung bagi siswa tentang bagaimana merespons dan menangani kasus bullying. Kegiatan ini mendorong siswa untuk lebih berani melaporkan insiden perundungan serta mengambil bagian dalam membangun lingkungan sekolah yang aman dan saling menghargai. Selain itu, deklarasi anti-bullying yang ditandatangani menjadi bentuk komitmen nyata siswa untuk tidak melakukan maupun membenarkan tindakan perundungan dalam bentuk apa pun.

Berdasarkan hasil evaluasi, sebagian besar peserta merasa lebih siap dan percaya diri dalam mencegah ataupun melaporkan tindakan bullying setelah mengikuti kegiatan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa sosialisasi dan pelatihan yang diberikan memberikan dampak nyata terhadap cara pandang dan perilaku siswa dalam menghadapi persoalan bullying. Peran serta pihak sekolah juga sangat penting untuk memastikan keberlanjutan upaya pencegahan ini. Meski demikian, tantangan tetap ada, terutama dalam mengubah budaya dan kebiasaan mengenai perundungan yang telah lama melekat. Oleh sebab itu, edukasi dan pengawasan yang berkesinambungan diperlukan agar manfaat kegiatan dapat dirasakan tidak hanya dalam jangka pendek, tetapi juga berlanjut pada jangka panjang.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada LPPM Universitas HKBP Nommensen Medan yang telah memberikan dukungan pendanaan sehingga kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan topik "*Sosialisasi Untuk Mengenal, Mencegah, Melawan: Bersama Hentikan Bullying di Lingkungan Sekolah SMA Teladan Tanah Jawa*" dapat terlaksana dengan baik. Bantuan dan kepercayaan yang diberikan oleh LPPM UHN Medan menjadi dorongan penting dalam upaya kami berkontribusi bagi peningkatan lingkungan pendidikan yang aman, inklusif, dan bebas dari praktik perundungan. Semoga kerja sama ini terus berlanjut dan memberikan manfaat yang luas bagi masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

Craig, W. M., Pepler, D., & Blais, J. (2020). Empathy-based interventions to reduce school bullying: A

- social-emotional learning approach. *Journal of School Psychology*, 78(2), 45–58.
- Espelage, D. L., & Holt, M. K. (2019). Bullying and peer victimization: A global perspective. *Annual Review of Psychology*, 70, 159–185.
- Fauzan, R., & Lestari, N. (2023). Peran orang tua dalam pencegahan perilaku bullying di sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Remaja*, 5(1), 34–49.
- Hidayat, A. (2024). Membangun komunitas sekolah yang inklusif untuk mencegah bullying. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 8(2), 122–136.
- Olweus, D. (2013). School bullying: Development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 751–780.
- Pranata, Y., & Widodo, S. (2020). Efektivitas pendidikan karakter dan konseling sebaya dalam mengurangi perilaku bullying siswa SMA. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(3), 210–225.
- Rahmawati, I. (2022). Peran guru BK dalam deteksi dini kasus bullying di sekolah menengah atas. *Jurnal Konseling Nusantara*, 6(1), 56–70.
- Rigby, K. (2017). *Bullying in schools: Addressing desires, not just behaviors*. Cambridge University Press.
- Sari, D. P. (2021). Kampanye literasi anti-bullying sebagai strategi membangun budaya sekolah positif. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 9(4), 278–289.
- Smith, P. K., & Sharp, S. (2018). *School bullying: Insights and preventive strategies*. Psychology Press.