

EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP ANTI-BULLYING PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Bunga Chantiqua¹, Dialia Putrina Sepha², Mutiara Farhatul Auliyailah³,
Suci Hidayah Kuswardani⁴, Zainnita Alfi Alfadhilah⁵

^{1, 2, 3, 4, 5} Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

bungachantiqua99@gmail.com, dialiadial63@gmail.com, mutiarafarhatul475@gmail.com,
sucihidayah231103@gmail.com, alfizainnita21@gmail.com

Abstract

Bullying is a fairly crucial problem in adolescent growth. The psychoeducational activities in this study aim to increase knowledge and build anti-bullying attitudes in adolescents of SMP Negeri 5 South Tambun. The method used in this study is a pseudo-experiment with a one-group pre-test and post-test research design. The sample used was 33 students and grade VIII students at SMP Negeri 5 South Tambun. Intervention in the form of psychoeducation in this study was given in the form of lectures using PowerPoint media. The results of the analysis using the paired sample t-test showed a significant increase in students' understanding after participating in psychoeducational activities with an average pre-test score of 86.67 and post-test of 92.73 ($P < 0.001$). The findings of the study also showed a strong correlation between the score before and after education with a value of $r=0.667$. Psychoeducation has proven to be an effective strategy to increase awareness and anti-bullying attitudes among adolescents.

Keyword: *Bullying, Psychoeducation, Adolescents*

Abstrak

*Bullying merupakan permasalahan yang cukup krusial dalam masa pertumbuhan remaja. Kegiatan psikoedukasi dalam penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan membangun sikap anti-bullying pada remaja SMP Negeri 5 Tambun Selatan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu dengan desain penelitian *one group pre-test and post-test*. Sampel yang digunakan berjumlah sebanyak 33 siswa dan siswi kelas VIII di SMP Negeri 5 Tambun Selatan. Intervensi berupa psikoedukasi dalam penelitian ini diberikan dengan bentuk ceramah menggunakan media *PowerPoint*. Hasil analisis menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman siswa setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi dengan nilai rata-rata *pre-test* sebesar 86,67 dan *post-test* sebesar 92,73 ($P < 0,001$). Temuan penelitian juga menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara skor sebelum dan sesudah edukasi dengan nilai $r=0,667$. Psikoedukasi terbukti menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan sikap anti-bullying di kalangan remaja.*

Kata kunci: *Bullying, Psikoedukasi, Remaja*

Article History

Received: Juni 2025

Reviewed: Juni 2025

Published: Juni 2025

Plagiarism Checker No 77

DOI : Prefix DOI :

10.8734/Musyari.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed

under a [Creative](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[Commons Attribution-](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[NonCommercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan individu dari kanak-kanak menuju dewasa yang berlangsung mulai usia 10 hingga 21 tahun, masa ini ditandai dengan adanya perubahan secara biologis, kognitif, emosional, dan sosial (Santrock dalam Dewi & Valentina, 2020). Menurut Sirait (2023), salah satu permasalahan yang cukup krusial dalam masa pertumbuhan remaja yaitu adanya perilaku *bullying*. Pada masa remaja individu mulai menunjukkan adanya sifat egosentrisme dan keinginan yang kuat untuk menjadi pusat perhatian orang lain, sehingga remaja membentuk perilaku *bullying* untuk mendapatkan perhatian dan pengakuan dari orang lain (Zulfa et al., 2022). Menurut Nuryuliza et al (2024), *bullying* memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja dalam berbagai tingkat pendidikan, karena tindakan *bullying* bukan hanya sebagai masalah sosial di sekolah tetapi juga sebagai salah satu ancaman terhadap perkembangan psikologis remaja.

Fenomena *bullying* di Indonesia telah menjadi situasi yang mengkhawatirkan, karena pada tahun 2018 negara Indonesia mendapatkan peringkat sebagai negara dengan kasus *bullying* tertinggi kedua di dunia setelah Jepang (Indra dalam Ainiyah & Cahyanti, 2020). Berdasarkan hasil penelitian oleh Tang dan Supraha, ditemukan bahwa jumlah korban *bullying* tertinggi yaitu terjadi pada kelompok usia 13-17 tahun artinya kelompok usia ini secara umum termasuk kedalam kategori remaja tingkat sekolah (dalam Febrianti et al., 2024). Fenomena *bullying* tidak hanya merusak psikologis korban, tetapi juga berdampak negatif terhadap proses belajar korban secara menyeluruh (Zulfa et al., 2022). Menurut Trisanti (dalam Sirait, 2023), remaja yang menjadi korban *bullying* seringkali menghadapi tekanan sosial secara signifikan yang dapat mempengaruhi perkembangan kognitif, sosial, dan emosional remaja, sehingga tindakan *bullying* tersebut terasa menyakitkan bagi korban dan menimbulkan adanya perasaan malu hingga korban menarik diri dari lingkungan sekolah dan masyarakat.

Tindakan *bullying* termasuk salah satu masalah sosial yang sering ditemukan dalam lingkungan sekolah dan masyarakat terutama di kalangan remaja, hal ini terjadi karena adanya perbedaan dalam bentuk fisik, kemampuan, dan latar belakang sosial (Sari et al., 2023). *Bullying* merupakan suatu tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang - ulang oleh seseorang dengan tujuan menyakiti dan melukai orang lain, baik secara fisik maupun verbal (Febrianti et al., 2024). Menurut Hayati dan Yusri (2023), *bullying* merupakan suatu perilaku agresif yang dilakukan oleh seseorang dengan tujuan menyakiti orang lain secara berulang - ulang dalam relasi interpersonal yang ditandai dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan. Tindakan *bullying* muncul karena adanya satu dan lain hal yang menganggap bahwa tindakan tersebut hanya sebuah lelucon dengan cara membuat korban ditertawakan oleh lingkungan sekitar tanpa memikirkan perasaan dan mental individu yang menjadi korban *bullying* (Choirunnisa & Kudus, 2022).

Bullying dapat menimbulkan dampak jangka panjang pada korban hingga mencapai usia dewasa, hal ini terjadi jika tindakan *bullying* dilakukan secara berulang kali dalam jangka waktu yang lama (Safia & Solong, 2024). Menurut Erina et al (2023), seseorang melakukan tindakan *bullying* dengan cara menyalahgunakan kekuasaan yang dimilikinya secara terus menerus kepada individu yang dianggap lemah secara fisik. Korban yang mengalami *bullying* biasanya seseorang yang pendiam dan sulit beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, sedangkan seseorang yang menjadi pelaku *bullying* cenderung memiliki permasalahan dengan keluarganya seperti orang tua yang sering menghukum anaknya secara berlebihan sehingga anak akan mempelajari dan meniru perilaku tersebut dengan melakukan tindakan *bullying* kepada orang lain (Chaidar & Latifah, 2024). Menurut Zakiyah dan Khusumadewi (2024), *bullying* mengakibatkan kondisi psikologis korban yang cukup parah, sehingga korban membutuhkan waktu yang cukup lama untuk bisa kembali menjalani hidup dengan normal.

Remaja yang mengalami *bullying* cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan remaja lain yang tidak menjadi korban *bullying*, sehingga remaja cenderung memiliki harga diri yang rendah, suka menyendiri, dan merasa tidak aman (Sirait, 2023). Dampak *bullying* yang paling nyata yaitu terlihat pada remaja tingkat sekolah yang menjadi korban *bullying*, hal ini menyebabkan remaja malas datang ke sekolah karena menghindari tindakan *bullying* yang akan dialaminya sehingga remaja mengalami penurunan nilai akademik karena sering tidak datang ke sekolah dan merasa tidak nyaman saat mengikuti pelajaran di sekolah (Zulfa et al., 2022). Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) dan UNICEF menunjukkan persentase remaja laki - laki cenderung lebih besar menjadi korban *bullying* dengan tindakan *bullying* berupa diejek, dikucilkan, dipukul, dan diancam (Annur dalam Julianto et al., 2025).

Olweus (dalam Sari et al., 2023), membagi *bullying* menjadi empat bentuk yaitu 1) *bullying* verbal merupakan tindakan *bullying* yang dilakukan dengan mengucapkan kata-kata yang dapat menyakiti dan melukai korban, 2) *bullying* fisik yaitu dilakukan dengan melibatkan kekerasan secara langsung terhadap tubuh korban seperti menggigit, memukul, dan menendang, 3) *bullying* sosial yaitu tindakan *bullying* yang dilakukan oleh pelaku dengan cara mencoba merusak reputasi atau hubungan sosial korban seperti mengucilkan korban dari kelompok pertemanan dan mempermalukan korban di depan orang lain, 4) *cyberbullying* yaitu tindakan *bullying* yang dilakukan melalui internet seperti media sosial, sehingga tindakan *bullying* ini dapat tersebar dengan cepat. Menurut Rauf et al (2022), perilaku *bullying* dapat menimbulkan gangguan psikologis pada korban seperti rasa takut secara berlebihan, harga diri yang rendah, munculnya gejala depresi, hingga terjadinya percobaan bunuh diri.

Dampak psikologis perilaku *bullying* tidak hanya mempengaruhi korban, tetapi juga pelaku *bullying* yang cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, sering menunjukkan adanya perilaku agresif yang berkelanjutan, serta kurangnya kemampuan berempati terhadap orang lain (Nuryuliza et al., 2024). Seseorang yang menjadi pelaku *bullying* cenderung memiliki permasalahan pribadi seperti pernah menjadi korban *bullying*, sehingga individu menjadi pelaku sebagai bentuk balas dendam kepada orang lain (Chaidar & Latifah, 2024). Menurut Safia dan Solong (2024), pelaku *bullying* merupakan individu yang memiliki kekuasaan dalam lingkungan sosialnya, serta cenderung menunjukkan adanya perilaku agresif sebagai bentuk pengakuan diri dan sebagai pemenuhan kebutuhan emosional atau psikologis yang tidak terpenuhi dalam kehidupannya. Bentuk-bentuk *bullying* yang dilakukan oleh individu berbeda menurut kelompok usia dan jenis kelamin, sehingga ditemukan bahwa remaja laki-laki cenderung ikut terlibat dalam tindakan *bullying* dibandingkan dengan remaja perempuan (Rauf et al., 2022).

Perilaku *bullying* dipengaruhi oleh beberapa faktor yang melatarbelakangi seseorang melakukan *bullying* seperti 1) faktor individual yaitu adanya rasa ingin balas dendam karena pernah menjadi korban *bullying*, 2) faktor keluarga yaitu adanya pola asuh otoriter atau keluarga yang tidak rukun seperti kurangnya komunikasi positif dalam lingkungan keluarga, 3) faktor sekolah yaitu adanya budaya senioritas yang membuat kelompok remaja merasa lebih kuat untuk melakukan tindakan *bullying* kepada seseorang yang dianggap lemah, 4) faktor lingkungan sosial yaitu tekanan dari teman sebaya yang membuat remaja melakukan tindakan *bullying* agar tidak dianggap lemah atau berbeda (Barsah, 2024). Adapun salah satu faktor yang mendorong terjadinya perilaku *bullying* di sekolah yaitu kurangnya pengawasan dari pihak sekolah seperti guru (Zulfa et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian oleh Mutiasari dan Yarni (2023), siswa di SMP Negeri 1 Tara menunjukkan berbagai bentuk *bullying* seperti ejekan fisik, pengucilan sosial, serta pemerasan oleh siswa senior terhadap junior, sehingga dalam kegiatan wawancara pada penelitian ini

beberapa siswa yang menjadi korban *bullying* mengaku merasa trauma, takut, hingga memilih tidak datang ke sekolah untuk menghindari tindakan *bullying* yang akan dialaminya. Menurut Ainiyah dan Cahyanti (2020), pelaku *bullying* di lingkungan sekolah lebih sering memilih korban yang dipercaya memiliki kelemahan dan tidak dapat membela dirinya sendiri, sehingga ketika korban bersikap pasif sesuai dengan yang diharapkan maka pelaku *bullying* akan terus melakukan tindakan kekerasan kepada korban. *Bullying* merupakan salah satu tindakan yang dapat merugikan seseorang, baik sebagai pelaku ataupun korban, sehingga tindakan ini harus segera dihilangkan dari lingkungan pendidikan dan masyarakat (Febrianti et al., 2024).

Fenomena yang terjadi pada siswa SMP Negeri 5 Tambun Selatan yaitu menunjukkan adanya tindakan *bullying* dalam bentuk verbal seperti menyebut nama korban *bullying* dengan panggilan yang tidak pantas dan menghina fisik korban, serta adapun dalam bentuk non-verbal seperti mendorong dan merusak barang milik korban. Upaya pencegahan yang holistik melalui pendekatan sosial emosional dalam kurikulum pendidikan, dan peningkatan kesadaran melalui program anti *bullying*, serta peran aktif guru dan staff sekolah dalam mendeteksi kasus *bullying* dapat menjadi kunci utama dalam menciptakan lingkungan yang aman, inklusif dan mendukung pertumbuhan kesejahteraan psikologis remaja (Nuryuliza et al., 2024). Menurut Irwanti dan Haq (2023), adapun upaya lain untuk pencegahan dan penanggulangan tindakan *bullying* yaitu dengan melakukan kegiatan psikoedukasi, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa mengenai pengertian perilaku *bullying*, jenis-jenis *bullying*, dampak negatif *bullying*, serta langkah-langkah yang harus dilakukan ketika melihat atau mengalami *bullying*. Berdasarkan pemaparan diatas, maka kegiatan psikoedukasi dalam penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan membangun sikap anti-*bullying* pada remaja SMP Negeri 5 Tambun Selatan.

2. Tinjauan Pustaka

Febrianti et al (2024), *bullying* merupakan suatu tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang - ulang oleh seseorang dengan tujuan menyakiti dan melukai orang lain, baik secara fisik maupun verbal. Junalia dan Malkis (2022), *bullying* merupakan perilaku negatif yang mengakibatkan seseorang dalam kondisi yang tidak nyaman atau terluka dan biasanya terjadi secara berulang-ulang. Hayati dan Yusri (2023), *bullying* merupakan suatu perilaku agresif yang dilakukan oleh seseorang dengan tujuan menyakiti orang lain secara berulang - ulang dalam relasi interpersonal yang ditandai dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan. Dewi dan Valentina (2020), *bullying* merupakan suatu tindakan penyalahgunaan kekuatan, baik secara fisik maupun mental yang dilakukan oleh seseorang dengan tujuan melukai orang lain yang lebih lemah secara fisik dan tidak mampu membela diri.

Berdasarkan pemaparan beberapa definisi diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *bullying* merupakan suatu perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh individu atau kelompok dengan tujuan menyakiti, melukai, dan menindas individu lain yang dianggap lemah secara fisik ditandai dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan. *Bullying* tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan bagi korban, tetapi juga dapat menyebabkan dampak jangka panjang terhadap kondisi psikologis dan sosial korban, terutama pada kelompok rentan seperti remaja.

3. Metodologi

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan dengan melibatkan pemberian manipulasi atau perlakuan kepada subjek (Furlog & Lovelace dalam Yuwanto, 2012). Penelitian ini menggunakan desain *one group pre-test and post-test*. Desain *One Group Pretest-Posttest* adalah salah satu

jenis desain eksperimen semu yang digunakan untuk mengukur efektivitas suatu perlakuan atau intervensi pada satu kelompok subjek tanpa adanya kelompok kontrol (Rukminingsih et al., 2020). Perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini yaitu berupa psikoedukasi dengan materi *bullying* meliputi pengertian *bullying*, jenis-jenis *bullying*, dampak dan penyebab *bullying*, faktor *bullying*, serta strategi pencegahan dan penanggulangan *bullying*.

Psikoedukasi diberikan dengan metode ekspositori yaitu materi edukasi disampaikan secara verbal dan langsung oleh fasilitator dalam bentuk ceramah, penjelasan, dan presentasi satu arah dengan tujuan setelah diberikan materi siswa dapat memahami dan mengungkapkan materi yang telah diberikan (Abdillah, 2023). Pemberian materi menggunakan media *Power Point*, laptop, dan proyektor. Sampel yang digunakan berjumlah sebanyak 33 siswa. Hasil penelitian ini diperoleh melalui jawaban siswa menggunakan lembar *pre-test* dan *post-test*. Lembar tes diberikan pada saat sebelum dan sesudah kegiatan psikoedukasi yang terdiri dari 10 butir pertanyaan sesuai dengan materi edukasi. Jawaban yang diberikan oleh siswa pada lembar *pre-test* dan *post-test* akan dihitung dengan pemberian skor jawaban benar sebanyak 10 dan skor dengan jawaban salah yaitu 0. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji *paired t-test* yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan dan pemahaman siswa setelah diberikan edukasi.

4. Hasil dan Pembahasan

Irwanti dan Haq (2023), psikoedukasi merupakan suatu usaha yang bertujuan untuk membantu seseorang mengembangkan keterampilan dalam hidup melalui sebuah program terstruktur yang diselenggarakan berbasis kelompok, serta bertujuan untuk mengubah pola pikir seseorang mengenai konsep tertentu. Kegiatan psikoedukasi dalam penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja terkait pencegahan *bullying*, kegiatan ini dilakukan dengan berbagai tahapan. Tahap pertama kegiatan psikoedukasi ini yaitu meminta izin kepada pihak sekolah SMP Negeri 5 Tambun Selatan untuk melakukan kegiatan edukasi kepada siswa dengan tema *bullying*. Hasil kegiatan psikoedukasi tahap pertama, pihak sekolah memberikan izin dan memfasilitasi siswa-siswa yang sering mengalami tindakan *bullying*, sehingga didapatkan jumlah peserta sebanyak 33 orang siswa dan siswi kelas VIII. Tahap kedua yaitu pelaksanaan kegiatan psikoedukasi kepada siswa dan siswi yang dilakukan pada salah satu ruang kelas SMP Negeri 5 Tambun Selatan. Kegiatan ini diawali dengan pengenalan tim fasilitator dan pengisian *pre-test* sebelum kegiatan edukasi dimulai yang bertujuan untuk mengukur pemahaman siswa mengenai perilaku *bullying*, jenis-jenis *bullying*, dampak *bullying*, serta strategi pencegahan dan penanggulangan *bullying*.

Tahap ketiga yaitu pemaparan materi tentang *bullying* dilakukan oleh tim fasilitator menggunakan media *PowerPoint*, laptop, dan proyektor. Dalam proses penyampaian materi diadakan kegiatan *ice breaking* agar siswa tidak bosan mengikuti kegiatan psikoedukasi, kemudian setelah kegiatan *ice breaking* dilakukan tim fasilitator mulai melanjutkan pemberian materi kepada siswa. Tahap keempat, setelah selesai melakukan penyampaian materi tim fasilitator mulai membuka sesi tanya jawab kepada siswa, sehingga siswa mulai bertanya mengenai dampak *bullying*, strategi pencegahan *bullying*, dan bagaimana langkah yang harus dilakukan jika melihat teman yang menunjukkan adanya gejala gangguan mental setelah mengalami *bullying*. Tahap kelima, pada sesi akhir kegiatan siswa diminta mengisi *post-test* dan melakukan sesi foto untuk dokumentasi.

Tabel 1. Statistik Deskriptif

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	86.67	33	9.574	1.667
	POST	92.73	33	11.256	1.959

Hasil kegiatan psikoedukasi dianalisis menggunakan IBM SPSS *Statistics Version 27* untuk melihat perubahan pengetahuan dan pemahaman siswa yang diukur melalui *pre-test* dan *post-test*. Hasil analisis diatas berdasarkan *paired samples statistics* atau statistik deskriptif yaitu terdapat peningkatan nilai rata-rata dari hasil *pre-test* (sebelum edukasi) sebesar 86.67 menjadi 92.73 setelah edukasi, hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap anti-*bullying* pada siswa setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi.

Tabel 2. Korelasi Skor *Pre-test* dan *Post-test* Materi Psikoedukasi

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE & POST	33	.667	<.001

Berdasarkan hasil uji korelasi, terdapat korelasi positif dan signifikan antara skor *pre-test* dengan skor *post-test* yaitu dengan nilai $r=0,667$, $p < 0,001$ artinya menunjukkan adanya hubungan yang cukup kuat antara skor *pre-test* (sebelum edukasi) dengan skor *post-test* (setelah edukasi).

Tabel 3. Uji *Paired Sample t-Test*

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PRE - POST	-6.061	8.638	1.504	-9.124	-2.998	-4.030	32	<.001

Hasil analisis berdasarkan uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai t sebesar -4.030 dengan *p-value* < 0,001 artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan psikoedukasi yang diberikan kepada siswa berhasil secara signifikan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anti-*bullying* pada remaja.

Penelitian ini juga menemukan adanya beberapa siswa yang menjadi korban *bullying* secara verbal seperti menghina bentuk tubuh, menyebut seseorang dengan julukan yang kasar, dan merendahkan seseorang dengan candaan yang menyakitkan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Hayati dan Yusri (2023) di SMP Negeri 1 Enam Lingkung yang menunjukkan adanya tindakan *bullying* secara verbal dan sosial dengan memberikan julukan kasar kepada siswa yang berkulit hitam dan menyebarkan *gossip* atau berita buruk terhadap siswa perempuan. Dampak *bullying* yang dialami oleh siswa yaitu adanya rasa percaya diri yang rendah, munculnya kekhawatiran terhadap lingkungan, adanya perasaan malu, marah, dan trauma (Agussalim et al., 2024).

Teman sebaya memiliki pengaruh yang sangat besar dalam kehidupan remaja, sehingga individu selalu berusaha untuk tetap diterima dan berada diantara kelompok teman sebaya dengan cara melakukan tindakan *bullying*, hal ini ditemukan bahwa remaja laki-laki cenderung menunjukkan adanya tindakan *bullying* secara fisik sedangkan remaja perempuan cenderung melakukan tindakan *bullying* secara verbal (Fitria & Efendi, 2022). Beberapa hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa konformitas yang dilakukan oleh remaja secara signifikan

berhubungan positif dengan tindakan *bullying*, yaitu semakin tinggi konformitas remaja terhadap teman sebayanya maka semakin tinggi pula kecenderungan remaja untuk menjadi pelaku *bullying* (Dewi & Valentina, 2020).

Maraknya kasus *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah, serta adanya dampak serius yang ditimbulkan dari tindakan tersebut maka upaya pencegahan perlu dilakukan dengan cara melakukan kegiatan psikoedukasi, membangun budaya sekolah yang positif, membentuk kelompok teman sebaya untuk saling peduli, serta adanya pola asuh orang tua yang positif (Zulfa et al., 2022). Kegiatan psikoedukasi dalam penelitian ini menjadi salah satu tindakan efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa terkait tindakan *bullying*, serta sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan kasus *bullying* di lingkungan SMP Negeri 5 Tambun Selatan.

5. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui kegiatan psikoedukasi di SMP Negeri 5 Tambun Selatan, maka dapat disimpulkan bahwa intervensi berupa kegiatan edukasi tentang *bullying* dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa secara signifikan. Hal tersebut terlihat dari adanya peningkatan skor *post-test* siswa setelah mengikuti kegiatan edukasi. Kegiatan psikoedukasi ini juga memperlihatkan adanya hubungan yang cukup kuat dan signifikan antara skor sebelum dan sesudah dilakukannya kegiatan edukasi pada siswa yang dianalisis berdasarkan hasil uji *paired sample t-test*, artinya kegiatan psikoedukasi ini merupakan salah satu pendekatan yang efektif untuk membangun kesadaran dan sikap anti-*bullying* di kalangan remaja.

Kegiatan psikoedukasi ini juga menemukan adanya kasus nyata *bullying* yang dialami oleh siswa dalam bentuk verbal dan non-verbal. Pencegahan *bullying* dapat dilakukan melalui kegiatan psikoedukasi yang berkelanjutan, program anti-*bullying* di sekolah, serta dukungan orang tua dan kelompok teman sebaya yang saling peduli. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran sekolah, guru, orang tua, dan tenaga profesional untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi siswa, sehingga intervensi seperti kegiatan psikoedukasi ini dapat menjaga kesejahteraan psikologis dan perkembangan remaja secara optimal.

Daftar Referensi

- Abdillah, S. (2023). Eksperimentasi Strategi Pembelajaran Ekspositori Pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak. *JIT: Jurnal Ilmu Tarbiyah*, 2(1), 109-127.
- Agussalim, A. A., Jafar, E. S., Ramadhani, B. A., Pagasing, C. F., Haq, F. A., & Khidri, F. R. A.-A. (2024). Psikoedukasi Pencegahan Bullying di UPT SPF SMP Negeri 6 Kota Makassar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 22-29.
- Ainiyah, H. R., & Cahyanti, I. Y. (2020). Efektivitas Pelatihan Asertif Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku “ Bullying ” di SMPN A Surabaya. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(2), 105-113.
- Barsah, Z. (2024). Fenomena Bullying terhadap Kenyamanan Belajar di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah (Dikdasmen)*, 3(3), 92-98. <https://doi.org/10.31960/dikdasmen-v3i3-2416>
- Chaidar, M., & Latifah, R. A. (2024). Faktor - Faktor Psikologis Penyebab Perilaku Bullying. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 2(6), 657-666.
- Choirunnisa, & Kudus, W. A. (2022). Dampak Bullying terhadap Psikologis Remaja di Kecamatan Rangkasbitung. *ARZUSIN: Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Dasar*, 2(3), 205-218.
- Dewi, C. I. A. L., & Valentina, T. D. (2020). Posttraumatic growth among adolescents victims of bullying. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 1(15), 13-25.

<https://doi.org/10.32734/psikologia.v15i1.4342>

Erina, A., Nadhirah, N. A., & Ipah, S. (2023). Identifikasi Fenomena Perilaku Bullying pada Remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 19-30.

<https://jurnal.stkipmb.ac.id/index.php/jubikops/article/view/201/152>

Febrianti, R., Syaputra, Y. D., & Oktara, T. W. (2024). Dinamika Bullying di Sekolah: Faktor dan Dampak. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 9-24.

<https://doi.org/10.30653/001.202481.336>

Fitria, Y., & Efendi, A. (2022). Psikoedukasi Upaya Mencegah dan Melawan Perundungan (Bullying & Cyberbullying) di SMP Unggulan Habibulloh. *JOMPA ABDI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 15-23. <https://doi.org/10.55784/jompaabdi.v1i3.182>

Hayati, N., & Yusri, F. (2023). Upaya Edukasi Pencegahan Bullying Pada Siswa Smpn 1 Enam Lingkung Di Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan (JKPPK)*, 1(1), 26-42. <https://doi.org/10.59031/jkppk.v1i1.58>

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>

Julianto, Hartini, S., & Marpaung, W. (2025). Bullying Behaviour Intensity Reviewed from the Perception of School Climate on High School Students Intensitas Perilaku Bullying Ditinjau dari Persepsi Iklim Sekolah pada Peserta Didik Sekolah Menengah Atas. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 14(1), 83-89.

Junalia, E., & Malkis, Y. (2022). Edukasi Upaya Pencegahan Bullying Pada Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Tirtayasa Jakarta. *Journal Community Service and Health Science*, 1(1), 15-20.

Mutiasari, H., & Yarni, L. (2023). Fenomena Bullying Dalam Kalangan Siswa Di Smp Negeri 1 Tara. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan (JKPPK)*, 1(1), 72-86. <https://doi.org/10.59031/jkppk.v1i1.62>

Nuryuliza, Iva, Ula, D. M., & Novariyanto, R. A. (2024). Dampak Bullying terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 61-70. <https://doi.org/10.3287/ljpbk.v1i1.325>

Rauf, U., Shahid, M., Sarwar, U., & Asif, S. (2022). Impact of Bullying Behavior on Mental Health and Quality of Life Among Pre-Adolescents and Adolescents in Sialkot-Pakistan. *Pakistan Journal of Humanities and Social Sciences*, 10(1), 324-331. <https://doi.org/10.52131/pjhss.2022.1001.0200>

Rukminingsih, Adnan, G., & Latief, M. A. (2020). Metode Penelitian Pendidikan. Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).

Safia, E., & Solong, N. P. (2024). Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Mental Dan Perkembangan Sosial Pada Anak. *Multiple: Journal of Global and Multidisciplinary*, 2(7), 2280-2289.

Sari, R. P., Tanod, M. J., & Bulantika, S. Z. (2023). Bentuk dan Dampak Bullying pada Peserta Didik Tingkat Sekolah Dasar. *LENTERA: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 16(2), 361-370.

Sirait, P. N. S. (2023). Mengeksplorasi Pengalaman Psikologis Remaja Korban Bullying. *Wacana Psikokultural: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 53-62. <https://doi.org/10.24246/jwp.v1i01.10058>

Yuwanto, L. (2012). *Pengantar Metode Penelitian Eksperimen*. 295-336.

Zakiah, N. L., & Khusumadewi, A. (2024). Kesejahteraan Psikologis pada Korban Bullying di Pondok Pesantren Al-Bishri Denayar Jombang. *Jurnal BK UNESA*, 14(1).

Zulfa, S. Z., Wahyuni, I., Hayati, S., Safitri, Y., Kirana, D. N., Ingelia, & Dale, D. S. (2022). Edukasi Bullying Pada Remaja Untuk Mencegah Perilaku Menyimpang di SMPN 3 Pekanbaru.

Jdistira (Jurnal Pengabdian Inovasi Dan Teknologi Kepada Masyarakat), 2(2), 151-157.
<https://doi.org/10.58794/jdt.v2i2.418>