

## **PROMOSI KESEHATAN DALAM MENCEGAH DAMPAK BULLYING TERHADAP KESEHATAN MENTAL**

**Susilawati<sup>1\*</sup>, Nadia nur Laeliah<sup>2</sup>, Putri sawitri<sup>3</sup>, Baiti rohmah<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> Program studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas Malahayati

Email : susilawati@malahayati.ac.id

### **ABSTRAK**

**Pendahuluan :** Bullying merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi di kalangan remaja dan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, serta penurunan kepercayaan diri. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai dampak bullying menjadi salah satu faktor utama terjadinya perilaku tersebut di lingkungan sekolah. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap pencegahan bullying. **Metode:** Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan dengan pendekatan pre-test dan post-test. Kegiatan dilakukan pada 111 siswa kelas IX SMP IT Baitul Jannah Bandar Lampung. Data dikumpulkan melalui kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap siswa terkait bullying. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa dari 31,5% menjadi 82,9% (meningkat sebesar 51,4%). Selain itu, sikap siswa dalam menolak perilaku bullying juga mengalami peningkatan dari 58% menjadi 88% (meningkat sebesar 30%). **Kesimpulan:** Promosi kesehatan melalui penyuluhan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa dalam pencegahan bullying. Oleh karena itu, kegiatan edukasi perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan bebas dari bullying.

**Kata kunci:** Bullying, Promosi Kesehatan, Remaja

### **ABSTRACT**

*Introduction: Bullying is one of the common problems among adolescents and can have negative impacts on mental health, such as anxiety, depression, and low self-esteem. The lack of knowledge and awareness among students regarding the effects of bullying is one of the main factors contributing to this behavior in schools. Objective: This study aims to determine the effect of health promotion on improving students' knowledge and attitudes toward bullying prevention. Methods: The method used was health education through counseling with a pre-test and post-test approach. The activity was conducted on 111 ninth-grade students at SMP IT Baitul Jannah Bandar Lampung. Data were collected using questionnaires before and after the intervention to measure students' knowledge and attitudes regarding bullying. Results: The results showed an increase in students' knowledge from 31.5% to 82.9% (an increase of 51.4%). In addition, students' attitudes toward rejecting bullying behavior also increased from 58% to 88% (an increase of 30%).*

**Susilawati<sup>1\*</sup>, Nadia nur Laeliah<sup>2</sup>, Putri sawitri<sup>3</sup>, Baiti rohmah<sup>4</sup>**

*Conclusion: Health promotion through counseling is effective in improving students' knowledge and attitudes in preventing bullying. Therefore, educational activities should be carried out continuously to create a safe and bullying-free school environment.*

*Keywords: Bullying, Health Promotion, Adolescents*

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena pada tahap ini terjadi perubahan yang signifikan baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Remaja berada pada masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, sehingga sering mengalami kebingungan dalam mencari jati diri. Kondisi ini membuat remaja menjadi kelompok yang rentan terhadap berbagai pengaruh lingkungan, baik yang bersifat positif maupun negatif.

Salah satu permasalahan yang banyak terjadi di kalangan remaja adalah perilaku bullying. Bullying merupakan tindakan agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang oleh individu atau kelompok terhadap seseorang yang dianggap lebih lemah. Perilaku ini dapat terjadi di berbagai lingkungan, terutama di sekolah, baik secara langsung (tatap muka) maupun melalui media digital (cyberbullying). Bentuk bullying sangat beragam, mulai dari kekerasan fisik seperti memukul atau mendorong, kekerasan verbal seperti menghina dan mengejek, hingga pengucilan sosial yang dapat menyebabkan korban merasa tidak diterima dalam lingkungan pergaulan.

Fenomena bullying saat ini menjadi perhatian serius karena dampaknya yang sangat luas terhadap kesehatan mental dan perkembangan remaja. Korban bullying sering mengalami berbagai gangguan psikologis seperti rasa takut, cemas, rendah diri, depresi, hingga keinginan untuk mengakhiri hidup. Tidak hanya korban, pelaku bullying juga berisiko mengalami gangguan perilaku di masa depan, seperti kecenderungan melakukan tindakan kekerasan dan pelanggaran norma sosial. Selain itu, bullying juga berdampak pada lingkungan sekolah secara keseluruhan, seperti menurunnya rasa aman, terganggunya proses belajar mengajar, serta rusaknya hubungan sosial antar siswa.

Tingginya kasus bullying di kalangan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya pengetahuan tentang dampak bullying, rendahnya empati, pengaruh teman sebaya, serta kurangnya pengawasan dari orang tua dan pihak sekolah. Perkembangan teknologi dan media sosial juga turut memperparah kondisi ini, karena memungkinkan terjadinya cyberbullying yang dapat menjangkau korban secara lebih luas dan terus-menerus tanpa batas ruang dan waktu.

Dalam upaya mengatasi permasalahan tersebut, promosi kesehatan memiliki peran yang sangat penting sebagai langkah preventif. Promosi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta kemampuan individu dalam menjaga kesehatan, termasuk kesehatan mental dan sosial.

Susilawati<sup>1\*</sup>, Nadia nur Laeliah<sup>2</sup>, Putri sawitri<sup>3</sup>, Baiti rohmah<sup>4</sup>

Melalui kegiatan promosi kesehatan seperti penyuluhan, edukasi, dan kampanye, remaja dapat diberikan pemahaman yang benar mengenai bullying, dampak yang ditimbulkan, serta cara mencegah dan mengatasinya.

Pendekatan promosi kesehatan yang efektif tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga pada pembentukan sikap dan perilaku positif. Remaja perlu dibekali dengan keterampilan sosial, seperti kemampuan berkomunikasi yang baik, empati terhadap orang lain, serta keberanian untuk menolak dan melaporkan tindakan bullying. Selain itu, keterlibatan berbagai pihak seperti guru, tenaga kesehatan, dan orang tua sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang aman, nyaman, dan bebas dari bullying.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui sejauh mana peran promosi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja dalam mencegah bullying. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program pencegahan bullying yang lebih efektif dan berkelanjutan di lingkungan sekolah. Untuk mengatasi berbagai permasalahan tersebut, **promosi kesehatan (Promkes)** memiliki peran yang sangat penting. Promkes bertujuan meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan individu maupun kelompok masyarakat untuk berperilaku hidup sehat melalui pendidikan kesehatan, pemberdayaan, dan pembentukan lingkungan yang mendukung. Program promosi kesehatan di kalangan remaja dapat dilakukan melalui penyuluhan, media informasi digital, kegiatan ekstrakurikuler, maupun kolaborasi antara sekolah, tenaga kesehatan, dan keluarga.

Dengan pendekatan promosi kesehatan yang tepat, remaja dapat memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang memadai untuk menolak pengaruh negatif dan mengambil keputusan yang sehat. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menelaah bagaimana strategi promosi kesehatan berperan dalam mencegah pergaulan bebas, seks bebas, penyalahgunaan narkoba, dan bullying di kalangan remaja, sehingga dapat menjadi dasar bagi pengembangan program kesehatan remaja yang lebih efektif dan berkelanjutan. (Pergaulan Bebas Di Kalangan Pelajar (Studi Kasus di Desa Masaloka Kecamatan Kepulauan Masaloka Raya Kabupaten Bombana). Neo Societal; Vol. 3; No. 2; 2018 ISSN: 2503-359X; Hal. 425-432)

## **2. MASALAH DAN RUMUSAN MASALAH**

Perilaku bullying di kalangan remaja saat ini menjadi salah satu permasalahan yang semakin meningkat dan memerlukan perhatian serius, khususnya di lingkungan sekolah. Bullying tidak hanya terjadi dalam bentuk kekerasan fisik, tetapi juga dalam bentuk verbal, sosial, dan cyberbullying yang semakin marak seiring dengan perkembangan teknologi dan media sosial.

Remaja sebagai kelompok usia yang sedang mengalami perkembangan emosional dan sosial cenderung memiliki tingkat kontrol diri yang belum stabil, sehingga mudah terpengaruh oleh lingkungan, termasuk tekanan dari teman sebaya (peer pressure). Kondisi ini menyebabkan remaja berisiko menjadi pelaku maupun korban bullying. Kurangnya pemahaman tentang dampak

bullying serta rendahnya empati terhadap sesama menjadi faktor utama yang mendorong terjadinya perilaku tersebut.

Dampak bullying sangat kompleks dan tidak hanya dirasakan oleh korban, tetapi juga oleh pelaku dan lingkungan sekitar. Korban bullying dapat mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, rendah diri, bahkan keinginan untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Dalam jangka panjang, hal ini dapat mempengaruhi prestasi akademik dan perkembangan kepribadian remaja. Di sisi lain, pelaku bullying berisiko mengembangkan perilaku agresif dan menyimpang di masa depan.

Selain itu, perkembangan media sosial turut memperluas ruang terjadinya bullying melalui cyberbullying, yang memungkinkan tindakan bullying terjadi secara terus-menerus tanpa batas waktu dan tempat. Hal ini membuat dampak yang dirasakan korban menjadi lebih berat karena tekanan yang dialami bersifat berkelanjutan dan sulit dihindari.

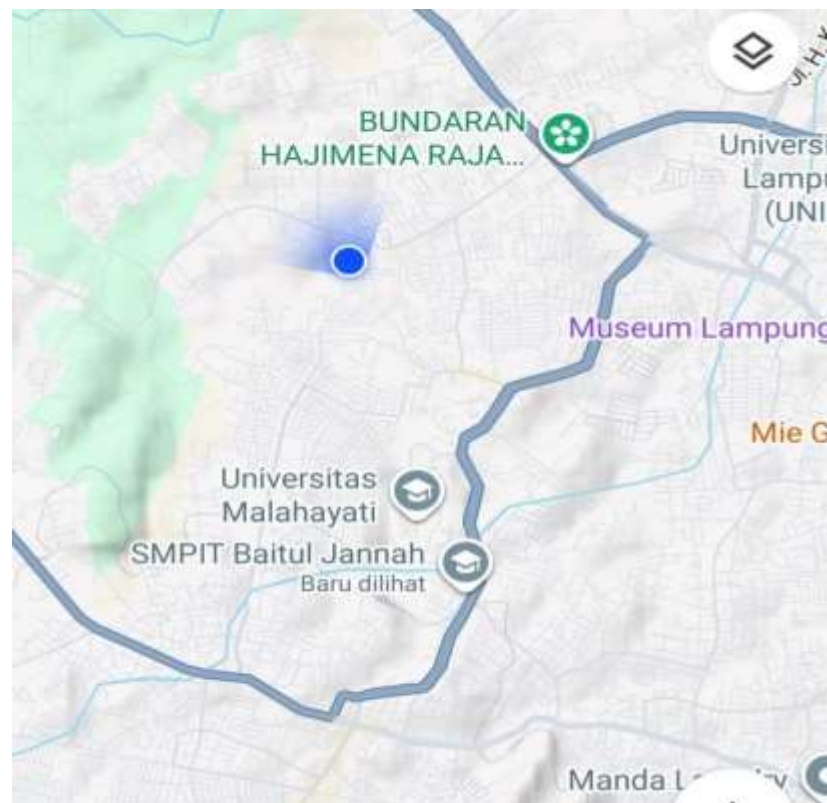
Meskipun berbagai upaya telah dilakukan oleh pihak sekolah, seperti penerapan tata tertib dan bimbingan konseling, namun kasus bullying masih sering terjadi. Hal ini menunjukkan bahwa upaya yang dilakukan belum sepenuhnya efektif, terutama dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan sikap siswa terhadap bahaya bullying.

Promosi kesehatan (Promkes) menjadi salah satu strategi preventif yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan ini. Melalui kegiatan edukasi seperti penyuluhan, siswa diharapkan dapat memahami dampak bullying, memiliki sikap empati, serta mampu menolak dan mencegah perilaku bullying di lingkungan sekolah. Namun, efektivitas promosi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap bullying masih perlu dikaji lebih lanjut. Berdasarkan uraian tersebut, maka diperlukan penelitian untuk mengetahui sejauh mana promosi kesehatan dapat berperan dalam mencegah bullying serta meningkatkan kesadaran dan perilaku positif siswa di lingkungan sekolah.

Rumusan masalah:

1. Bagaimana pelaksanaan program promosi kesehatan dalam upaya pencegahan bullying di SMP IT Baitul Jannah Bandar Lampung?
2. Bagaimana tingkat pengetahuan siswa tentang bullying sebelum dan sesudah dilakukan promosi kesehatan?
3. Bagaimana perubahan sikap siswa dalam menolak dan mencegah perilaku bullying setelah diberikan penyuluhan?

Kegiatan promosi kesehatan ini dilakukakn melalui penyuluhan tatap muka ,dengan berlokasi di AMP IT BAITUL JANNAH Bandar Lmapung.



Gambar 1. Peta lokasi kegiatan

### 3. KAJIAN PIUSTAKA

- Promosi Kesehatan (Promkes)

Promosi kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat agar dapat memelihara dan meningkatkan kesehatannya sendiri melalui perubahan perilaku yang positif. Menurut **Kementerian Kesehatan RI (2018)**, promosi kesehatan adalah proses pemberdayaan masyarakat melalui peningkatan pengetahuan, kemauan, dan kemampuan untuk berperilaku hidup sehat.

Tujuan utama promosi kesehatan adalah mendorong individu dan kelompok untuk memiliki kesadaran dan tanggung jawab terhadap kesehatan diri dan lingkungannya. Strategi promosi kesehatan dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan, penyuluhan, kampanye, media massa, dan pendekatan berbasis komunitas (Green & Kreuter, 2005).

Promosi kesehatan pada remaja sangat penting karena masa remaja merupakan tahap pembentukan karakter dan nilai moral. Program promkes yang efektif dapat membantu remaja mengenali risiko perilaku berbahaya serta mendorong mereka untuk membuat keputusan hidup yang sehat dan bertanggung jawab

- **Remaja sebagai kelompok risiko**

Remaja merupakan periode transisi dari masa anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Pada tahap ini, remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, emosi yang belum stabil, serta kecenderungan untuk mencari identitas diri sehingga rentan terhadap berbagai pengaruh lingkungan (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Menurut UNICEF (2024), remaja termasuk kelompok yang berisiko mengalami permasalahan kesehatan mental dan sosial akibat tekanan lingkungan, termasuk kekerasan dan bullying. Hal ini diperkuat oleh data bahwa interaksi sosial di sekolah menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi perilaku remaja. Penyalahgunaan Narkoba pada Remaja

- **Bullying di Kalangan Remaja**

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang terhadap individu atau kelompok yang lebih lemah. Bentuknya bisa berupa kekerasan fisik, verbal, sosial, maupun cyberbullying. Menurut Olweus (2013), bullying dapat menyebabkan gangguan emosional seperti kecemasan, depresi, hingga bunuh diri. (AyoBandung (2020). Akibat Pergaulan Bebas)

Pendidikan karakter dan promosi kesehatan mental menjadi strategi penting dalam mencegah bullying. Promkes dapat dilakukan dengan melibatkan guru, konselor sekolah, dan tenaga kesehatan untuk menciptakan lingkungan yang aman, mendukung, dan menghargai perbedaan antar siswa. (Olweus D. *Bullying at School*)

- **Hubungan Promosi Kesehatan dengan Pencegahan Perilaku Berisiko**

Promosi kesehatan memiliki hubungan langsung dengan pencegahan perilaku berisiko pada remaja. Melalui pendekatan **pendidikan kesehatan**, remaja diberi informasi tentang risiko dan konsekuensi dari pergaulan bebas, seks bebas, narkoba, dan bullying. Dengan pendekatan  **pemberdayaan**, remaja diajak untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan positif dan menjadi agen perubahan di lingkungannya.

Penelitian oleh Sari dkk. (2021) menunjukkan bahwa program promosi kesehatan di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap bahaya perilaku berisiko hingga 70%. Hal ini menunjukkan pentingnya kolaborasi antara tenaga kesehatan, sekolah, dan keluarga dalam membangun perilaku sehat di kalangan remaja. (Sari N, Handayani T, Wulandari E. Pengaruh promosi kesehatan terhadap perubahan perilaku remaja dalam pencegahan seks bebas dan penyalahgunaan narkoba. *J Kesmas Indones.* 2021;16(2):102-110.)

## **E. Bentuk Bullying**

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang terhadap individu yang lebih lemah, serta melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban (Olweus, 2013).

Menurut World Health Organization (WHO, 2020), bullying merupakan bentuk kekerasan pada anak yang dapat terjadi secara fisik, verbal, maupun psikologis, termasuk melalui media digital (cyberbullying).

- Bentuk-bentuk bullying meliputi:
- Bullying fisik (memukul, menendang)
- Bullying verbal (menghina, mengejek)
- Bullying sosial (mengucilkan, menyebarkan rumor)
- Cyberbullying (melalui media sosial atau internet)

## **4. METODE**

Kegiatan promosi kesehatan dilakukan dengan penyuluhan tatap muka langsung. Kegiatan diawali dengan Persiapan pembuatan Materi penyuluhan oleh tim penyuluh. Peserta penyuluhan adalah siswa siswi kelas 3 SMP IT BAITUL JANNAH, dengan jumlah siswa 111 orang. Kegiatan ini dilaksanakan di SMP IT BAITUL JANNAH, pada tanggal 27 Oktober 2025. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengambilan data nilai pengetahuan peserta terkait menvegah pergaulan bebas, baik sebelum dan sesudah penyuluhan.

## **5. HASIL**

Kegiatan promosi kesehatan diawali dengan pembukaan oleh panitia, dilanjutkan dengan pengumpulan data karakteristik peserta serta pengukuran tingkat pengetahuan siswa tentang bullying sebelum penyuluhan (pre-test). Selanjutnya dilakukan penyampaian materi mengenai bullying, meliputi pengertian, bentuk-bentuk bullying, dampak bullying, serta cara pencegahannya.

Materi yang disampaikan oleh tim penyuluh meliputi:

- Remaja sebagai kelompok rentan terhadap bullying
- Pengertian dan jenis-jenis bullying
- Dampak bullying terhadap kesehatan mental dan sosial
- Peran promosi kesehatan dalam pencegahan bullying
- Cara mencegah dan menolak perilaku bullying

Kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif, di mana siswa diberikan kesempatan untuk bertanya dan berbagi pengalaman terkait bullying di lingkungan sekolah. Kegiatan ditutup dengan evaluasi menggunakan post-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa setelah penyuluhan.

**Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan Promosi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Bullying Pada Siswa SMP IT BAITUL JANNAH Bandar Lampung**

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia	14 tahun	39	35,1%
	15 tahun	72	64,9%
Jenis Kelamin	Laki-laki	51	45,9%
	Perempuan	60	54,1%
Sumber Informasi tentang Bullying Sebelum Promkes	Media Sosial	46	41,4%
	Guru	27	24,3%
	Orang tua	22	19,8%
	Teman	16	14,5%
	Sebaya		

Berdasarkan tabel 1. Mayoritas siswa kelas IX berusia 15 tahun (64,9%) dan berjenis kelamin perempuan (54,1%), Sebagian besar responden memperoleh informasi awal mengenai pergaulan bebas melalui media sosial (41,4%), yang menunjukkan pengaruh kuat media digital terhadap persepsi remaja.

**Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Peserta Kegiatan Promosi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Bullying pada Siswa SMP IT BAITUL JANNAH Bandar Lampung**

Kategori Pengetahuan	Sebelum Promkes	Sesudah Promkes	Peningkatan (%)
Baik (76-100)	33 siswa (29,7%)	91 siswa (82,0%)	+52,3%
Cukup (56-75)	58 siswa (52,3%)	16 siswa (14,4%)	-37,9%
Kurang (<55)	20 siswa (18,0%)	4 siswa (3,6%)	-14,4%

Berdasarkan tabel 2., Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 68,4 menjadi 88,6 setelah pelaksanaan Promkes. Artinya, penyuluhan dan diskusi yang diberikan efektif meningkatkan pemahaman siswa terhadap bahaya pergaulan bebas dan cara pencegahannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan Promosi Kesehatan (Promkes) di SMP IT Baitul Jannah Bandar Lampung pada siswa kelas IX berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam mencegah Bullying.

Peningkatan pengetahuan sebesar 20,2 poin menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan religius efektif bagi remaja usia SMP. Menurut Notoatmodjo (2014), peningkatan pengetahuan merupakan tahap awal perubahan perilaku yang lebih sehat.

Selain itu, perubahan sikap siswa menjadi lebih positif menggambarkan keberhasilan penyuluhan dalam menanamkan nilai moral dan tanggung jawab. Hasil ini sesuai dengan penelitian Sari & Wulandari (2023) yang menemukan

bahwa edukasi kesehatan reproduksi di sekolah dapat membentuk sikap positif terhadap pengendalian diri remaja.

## **6. PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan promosi kesehatan di SMP IT Baitul Jannah Bandar Lampung efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap pencegahan bullying.

Peningkatan pengetahuan yang signifikan menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang digunakan mampu memberikan pemahaman yang jelas kepada siswa mengenai bullying, termasuk bentuk dan dampaknya. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2014).

Selain itu, perubahan sikap siswa juga terlihat dari meningkatnya kesadaran untuk tidak melakukan bullying dan keberanian untuk menolak serta melaporkan tindakan bullying. Siswa menjadi lebih memahami pentingnya saling menghargai dan menjaga hubungan sosial yang sehat di lingkungan sekolah.

Keberhasilan program ini juga didukung oleh metode penyampaian yang interaktif, seperti diskusi dan tanya jawab, sehingga siswa lebih aktif dan mudah memahami materi. Lingkungan sekolah yang mendukung serta keterlibatan guru juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan promosi kesehatan.

Namun demikian, masih terdapat beberapa hambatan dalam pelaksanaan program, seperti pengaruh teman sebaya dan penggunaan media sosial yang tidak terkontrol, yang dapat memicu terjadinya cyberbullying. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan berupa edukasi rutin, pengawasan dari guru dan orang tua, serta penguatan nilai-nilai karakter pada siswa.

Secara keseluruhan, promosi kesehatan terbukti menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa dalam mencegah bullying. Program ini diharapkan dapat terus dikembangkan untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan bebas dari bullying.

(DOKUMEN KEGIATAN)



## 7. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 111 siswa kelas IX SMP IT Baitul Jannah Bandar Lampung, dapat disimpulkan bahwa kegiatan Promosi Kesehatan (Promkes) memiliki pengaruh yang positif dan signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap pencegahan bullying.

Terjadi peningkatan pengetahuan siswa yang cukup signifikan, di mana sebagian besar siswa yang sebelumnya berada pada kategori “cukup” meningkat menjadi kategori “baik” setelah diberikan penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi melalui ceramah, diskusi, dan media pembelajaran efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai pengertian, jenis, dampak, serta cara pencegahan bullying.

Susilawati<sup>1\*</sup>, Nadia nur Laeliah<sup>2</sup>, Putri sawitri<sup>3</sup>, Baiti rohmah<sup>4</sup>

Selain itu, sikap siswa juga mengalami perubahan ke arah yang lebih positif, ditandai dengan meningkatnya kesadaran untuk tidak melakukan bullying, lebih menghargai teman, serta memiliki keberanian untuk menolak dan melaporkan tindakan bullying. Perubahan ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan tidak hanya berdampak pada aspek pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan sikap dan perilaku sosial yang lebih baik.

Keberhasilan kegiatan ini juga didukung oleh metode penyuluhan yang interaktif, keterlibatan aktif siswa, serta dukungan dari pihak sekolah dan guru. Namun demikian, masih terdapat tantangan seperti pengaruh teman sebaya dan media sosial yang dapat memicu terjadinya bullying, terutama dalam bentuk cyberbullying.

Secara keseluruhan, kegiatan Promosi Kesehatan terbukti efektif sebagai upaya preventif dalam mencegah perilaku bullying di kalangan remaja. Oleh karena itu, program ini perlu dilakukan secara rutin dan berkelanjutan serta melibatkan berbagai pihak, termasuk sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan, guna menciptakan lingkungan yang aman, nyaman, dan bebas dari bullying.

## 8. DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, K. Martunis, M., & Fajriani, F. 2019. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Pergaulan Bebas Pada Remaja Di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Konseling* Vol 4, No 2 (2019)
- AyoBandung (2020). Akibat Pergaulan Bebas, Siswa SMP di Cimahi Buang Bayi. <https://www.ayobandung.com/cimahi/pr-79673670/akibat-pergaulan-bebas-siswasmp-di-cimahi-buang-bayi> Setyawan, S. A., Gustaf, M. A. M., Pambudi, E. D., Fathkurrozi, M., & Anwar S., 2019.
- Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia. *Laporan Tahunan Pencegahan dan Pemberantasan Penyalahgunaan Narkoba di Indonesia*. Jakarta: BNN RI;2023.
- Green LW, Kreuter MW. *Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach*. 4th ed. New York: McGraw-Hill; 2005.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Umum Promosi Kesehatan di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
- Olweus D. *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Malden: Blackwell Publishing; 2013.
- Pergaulan Bebas di Kalangan Mahasiswa dalam Tinjauan Kriminologi dan Hukum. *Law Research Review Quarterly* (2019), 5(2): 135-158 , Suhaida, S., Hos, J., & Upe, A.
- Pergaulan Bebas Di Kalangan Pelajar (Studi Kasus di Desa Masaloka Kecamatan Kepulauan Masaloka Raya Kabupaten Bombana). *Neo Societal*; Vol. 3; No. 2; 2018 ISSN: 2503-359X; Hal. 425-432
- Sari N, Handayani T, Wulandari E. Pengaruh promosi kesehatan terhadap perubahan perilaku remaja dalam pencegahan seks bebas dan penyalahgunaan narkoba. *J Kesmas Indones*. 2021;16(2):102-110.