

**SCREENING STRESS BERBASIS ANDROID PADA ANAK YANG MENGALAMI  
KEJADIAN BULLYING ATAU PERUNDUNGAN DI SMPIT BAITUL  
JANNAH ISLAMIC SCHOOL BANDAR LAMPUNG****Eka Yudha Chrisanto<sup>1\*</sup>, Susilawati<sup>2</sup>, Vera Sandayanti<sup>3</sup>**<sup>1-3</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

Email koresponden: ekayudha@malahayati.ac.id

Disubmit: 05 Oktober 2023

Diterima: 13 April 2026

Diterbitkan: 01 Mei 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i5.12521>**ABSTRAK**

Fenomena bullying di sekolah merupakan fenomena yang sudah tidak asing lagi, seperti memaki, menampar, menebar gosip, mencibir, memukul, mengancam, mengucilkan, dan lain sebagainya sudah sering terjadi di lingkungan sekolah. Perilaku ini dapat berdampak serius bagi korban bullying baik secara fisik maupun psikologis. Berdasarkan data yang diperoleh dari UNICEF (United Nations Emergency Children's fund) tahun 2015 (40%) sedangkan tahun 2016 meningkat (41-50%) terjadi pada anak sekolah pada rentang umur 13 sampai 15 tahun. Data dari KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) menyebutkan bahwa perilaku bullying tahun 2018 sebanyak 1.589 kasus. Berdasarkan permasalahan yang ada, masih tingginya angka kejadian stress pada siswa yang mengalami bullying atau perundungan di sekolah, maka diperlukan kegiatan yang dapat mengurangi angka kejadian stress pada siswa. Untuk meningkatkan kesehatan mitra dengan cara mengurangi angka kejadian stress melalui sosialisasi edukasi yang dilakukan oleh tim dosen pengusul dari bidang keilmuan keperawatan, kebidanan dan psikologi melalui aplikasi android yang ramah lingkungan karena bersifat paperless pada siswa yang mengalami stress akibat perilaku bullying atau perundungan di SMPIT Islamic School Bantul Jannah Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan Metode kegiatan promosi kesehatan dilakukan dengan pemberian pendidikan kesehatan melalui aplikasi *virtual* menggunakan platform dengan metode ceramah, Tanya jawab, diskusi dan demonstrasi. Jumlah *audience* 60 orang *Audience* sebelum dilakukan kegiatan peserta belum mengenal tentang upaya screening stress pada anak yang mengalami bullying (perundungan), setelah dilakukan edukasi peserta secara keseluruhan dapat memahami dengan benar. Peserta tampak antusias mengikuti kegiatan. Peserta mengikuti penyuluhan dengan senang hati karena penyuluhan dilaksanakan dengan menyenangkan. Kegiatan penyuluhan berjalan kondusif karena peserta memperhatikan materi yang disampaikan dengan baik.

**Kata Kunci:** Stress, Bullying, Perundungan.**ABSTRACT**

*The phenomenon of bullying in schools is a familiar phenomenon, such as cursing, slapping, spreading gossip, sneering, hitting, threatening, isolating, and so on which often occur in the school environment. This behavior can have*

serious impacts on victims of bullying both physically and psychologically. Based on data obtained from UNICEF (United Nations Emergency Children's Fund) in 2015 (40%) while in 2016 the increase (41-50%) occurred in school children aged 13 to 15 years. Data from KPAI (Indonesian Child Protection Commission) states that bullying behavior in 2018 was 1,589 cases. Based on existing problems, there is still a high incidence of stress among students who experience bullying or harassment at school, so activities are needed that can reduce the incidence of stress among students. **Objective:** to improve the health of partners by reducing the number of stress incidents through educational outreach carried out by a team of proposing lecturers from the scientific fields of nursing, midwifery and psychology through an android application that is environmentally friendly because it is paperless for students who experience stress due to bullying or bullying behavior at SMPIT Islamic School Bantul Jannah Bandar Lampung. This research uses a method of health promotion activities carried out by providing health education through virtual applications using a platform with lecture, question and answer, discussion and demonstration methods. Total audience was 60 people. Before the activity, the participants did not know about efforts to relieve stress in children who experience bullying. After education, the participants as a whole were able to understand correctly. Participants seemed enthusiastic about participating in the activity. Participants took part in the counseling with pleasure because the counseling was carried out in a fun way. The extension activities were conducive because the participants paid attention to the material presented well.

**Keywords:** Stress, Bullying, Harassment.

## 1. PENDAHULUAN

Fenomena bullying di sekolah merupakan fenomena yang sudah tidak asing lagi, seperti memaki, menampar, menebar gosip, mencibir, memukul, mengancam, mengucilkan, dan lain sebagainya sudah sering terjadi di lingkungan sekolah (Sari, Y. P., & Azwar, W, 2017 ; Kustanti, 2015). Perilaku ini dapat berdampak serius bagi korban bullying baik secara fisik maupun psikologis (Rizqi, H., & Inayati, H, 2019; Tumon, M. B. A, 2014 ; Nurmaliyah F, 2014). Siswa dapat mengatasi stress seperti; kesulitan memusatkan perhatian dalam belajar, sulit mengingat pelajaran atau mudah lupa, sulit memahami pelajaran, menunda-nunda PR, malas berangkat sekolah, berpikir negatif pada diri dan lingkungannya, mengalami kecemasan berlebihan, sedih berlebihan, sering marah, frustrasi; secara fisiologis: muka terlihat memerah, pucat, lemah dan merasa tidak sehat, jantung terasa berdebar-debar, badan gemetar, sakit pada perut, kepala terasa pusing, badan kaku dan berkeringat dingin; dampak tingkah laku yang muncul antara lain: merusak barang di sekitar lingkungan, menghindari masalah, berkata kotor kepada orang lain (Olivia, F, 2013 ; Aryani, F. 2016)

Salah satu permasalahan yang dihadapi oleh siswa adalah perilaku bullying (perundungan) di sekolah. Siswa yang tidak dapat mengatasi stress akibat dibully akan mempengaruhi pikiran, perasaan, reaksi fisik, dan tingkah lakunya. Perilaku-perilaku seperti memaki, penghindaran, menampar, menebar gosip, mencibir, memukul, mengancam, mengucilkan, dan lain sebagainya sudah sering terjadi di lingkungan sekolah. Berdasarkan data yang diperoleh dari UNICEF (United Nations Emergency Children's fund)

tahun 2015 (40%) sedangkan tahun 2016 meningkat (41-50%) terjadi pada anak sekolah pada rentang umur 13 sampai 15 tahun (UNICEF, 2015). Data dari KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) menyebutkan bahwa perilaku bullying tahun 2018 sebanyak 1.589 kasus (KPAI, 2015). Korban bullying akan mengalami masa trauma sampai waktu yang tidak dapat ditentukan. Tidak hanya berdampak pada mentalnya, korban juga enggan bersosialisasi dan lebih memilih memendam perasaannya sendiri. takut bercerita dengan orang lain, karena dikhawatirkan orang tersebut tidak mendukung posisinya sebagai korban atau takut jika masalah akan bertambah panjang dan akan menambah beban dan tekanan baru (Saputri & Arifin, 2022 ; Putri, R. M., & Saifuddin, A, 2022).

Korban pada umumnya memiliki perasaan tidak berdaya, sakit dan terancam. Bullying terjadi juga karena pelaku tidak mendapatkan konsekuensi dari pihak guru atau sekolah, maka dari sudut teori belajar, pelaku mendapatkan reward atau penguatan dari tindakannya. Pelaku bullying menjadi tidak mempunyai rasa empati, ego tinggi, dan dijauhi teman (Kuntari, T, 2020 ; Khasanah, 2013). Pelaku bullying akan mempresepsikan bahwa tindakannya justru mendapatkan pembenaran bahkan memberinya identitas sosial yang membanggakan pihak-pihak outsider, seperti diantaranya, guru, murid, orang-orang yang bekerja disekolah, orang tua, walaupun mereka mengetahuinya akan tetapi tidak melaporkan, tidak mencegah dan hanya membiarkan tindakan pelaku tersebut karena merasa bahwa hal ini wajar, sebenarnya dengan apa yang dilakukan pihak outsider tersebut menunjukkan bahwa kurangnya kepedulian dan membiarkan tindakan bullying yang tetap marak di lingkungan remaja. Perilaku bullying dipengaruhi oleh tingginya paparan perilaku kekerasan yang diterima baik melalui media massa, lingkungan keluarga, dan teman sebaya, sehingga anak berpotensi menjadi lebih agresif, pemberani, suka melawan, dan mencari dukungan sosial untuk melakukan tindakan bullying kepada teman sebayanya yang mereka anggap lemah dan mudah untuk ditindas (KPAI, 2023 ; Susanti, R., Ifroh, R. H., & Wulandari, I, 2018 ; Suhendar, R. D, 2018).

Anak korban bullying cenderung mengalami gejala somatisasi lebih tinggi dibanding dengan anak-anak yang lain. Sakit kepala berulang hingga sulit tidur merupakan contoh gejala somatisasi yang dapat terjadi. Bahkan dapat mengakibatkan takut untuk bersekolah dan mempengaruhi tingkat absensi anak di sekolah. Tindakan pembullying seperti mengancam, menyebarkan rumor, mengejek, memaki dan mengasingkan seseorang dari kelompok baik yang dilakukan secara langsung atau melalui teknologi merupakan contoh dari tindakan bullying (Kusuma, 2015 ; Dianes, M, 2019). Bullying juga dilakukan oleh individu maupun kelompok terhadap individu atau kelompok lain dengan tujuan mendominasi, menyakiti, atau mengasingkan pihak lain (Laurensius. S.Situngkir, D., Putri, R., & Fauzi, 2018)

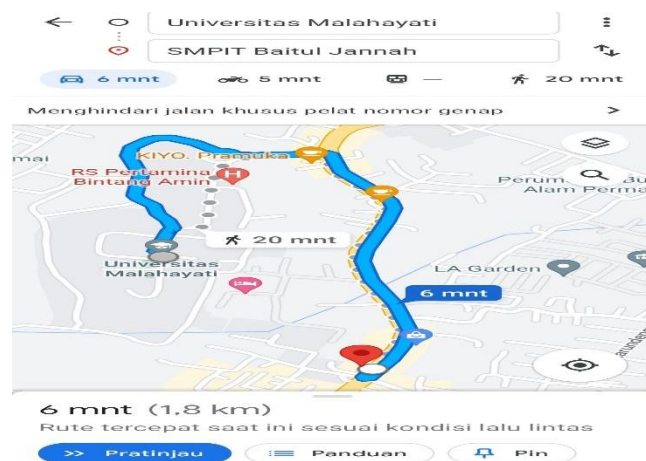
Dalam bentuk psikologis, contoh tindakan bullying seperti mengintimidasi dan diskriminasi. Tindakan bullying dianggap hanya bagian dari cara anak-anak untuk bermain, padahal dampak dari tindakan ini sangat berpengaruh pada kesehatan psikologis korbannya (Mirza. T. A. & Sambas. N, 2020). Bullying berdampak negatif terhadap kesehatan mental. Berdasarkan fenomena yang ada, maka kami mencoba menciptakan alat screening stress berbasis android pada siswa yang mengalami perlakuan

bullying di SMPIT Islamic School Baitul Janah di Bandar Lampung, alat ini dapat digunakan untuk mendeteksi tingkat stress pada siswa, sehingga nantinya siswa dapat mengetahui apakah dirinya mengalami stress. Kemudian perlu adanya konseling dari tim psikologi agar proses penanganan stress secara tepat dilakukan sesuai dengan tingkat stress yang dialami.

## 2. RUMUSAN MASALAH DAN PERTANYAAN

Sekolah Baitul Jannah Islamic School merupakan salah satu sekolah swasta favorit yang beralamatkan di Jalan Pramuka Bandar Lampung. Sekolah ini didirikan pada tahun 2009. Memiliki beberapa unit mengajar diantaranya tingkat PG-TK IT, SD IT, SMP IT, SMA IT dan SLB IT. Sekolah ini memiliki beberapa fasilitas, antara lain: classroom TK, SD, SMA, SLB, kolam renang, auditorim, mutimedia center, pepustakaan ,training center, tahfidz center, lab. Baitu Jannah Islamic School merupakan salah satu sekolah favorite yang ada di Bandar Lampung.

Berdasarkan survey yang kami lakukan secara wawancara kepada 10 siswa SMPIT Islamic School Baitul Janah Bandar Lampung, didapatkan data 90% mengatakan belum adanya penyuluhan kesehatan tentang perundungan/ bullying dan metode penanganan stress akibat bullying di sekolah. 60% mengetahui tentang pengertian bullying atau perundungan dan 80% belum mengetahui cara penanganan akibat bullying. 80% mengatakan belum ada alat yang digunakan untuk mendeteksi tingkat stress akibat bullying di sekolah. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan kesehatan mitra dengan cara mengurangi angka kejadian stress melalui sosialisasi edukasi yang dilakukan oleh tim dosen pengusul dari bidang keilmuan keperawatan, kebidanan dan psikologi melalui aplikasi andoid yang ramah lingkungan karena bersifat paperless pada siswa yang mengalami stress akibat perilaku bullying atau perundungan di SMPIT Islamic School Bantul Jannah Bandar Lampung.



Gambar 1. Lokasi PKM

SMPIT Islamic School Baitul Jannah Bandar Lampung terletak di jalan pramuka No. 43 Kelurahan Kemiling Raya, Kecamatan Kemiling Kota Bandar Lampung. Jaraknya tidak jauh dari universitas Malahayati. kurang lebih 1,8 KM, Perjalanan dapat ditempuh menggunakan mobil selama 6 menit

kendaraan bermotor selama 5 menit, dan berjalan kaki selama 20 menit. Luas tanah 27.690 M<sup>2</sup>, luas bangunan 4.303 M<sup>2</sup>, berdiri pada tahun 2015. akses jalan raya sangat bagus sehingga perjalanan sangat mudah.

### 3. METODE

Subjek dalam pengabdian ini sasarannya adalah siswa kelas VII-IX di SMP IT Islamic School Baitul Jannah Bandar Lampung berjumlah 60 orang. Kegiatan ini melibatkan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati Bandar Lampung.

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan dengan beberapa langkah yaitu:

a. Tahap sosialisasi dan edukasi

Kegiatan ini dilakukan dengan pembuatan surat pernyataan kerjasama antara tim pengusul dengan pihak mitra. Kemudian tim mempersiapkan materi, bahan dan peralatan pendukung kegiatan sosialisasi berupa aplikasi android. Pada tahapan ini pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan mengumpulkan siswa SMPIT Islamic School Baitul Jannah Bandar Lampung untuk diberikan sosialisasi tentang Screening Stress Berbasis Android Pada Siswa yang Mengalami Kejadian Bullying atau Perundungan yang dilakukan oleh dosen keperawatan dan kebidanan Universitas Malahayati. Dalam hal ini mitra berperan memberikan izin dan memfasilitasi kegiatan sosialisasi dan mengumpulkan siswa.

b. Tahap pengunduhan aplikasi dan Penyampaian Materi

Pada tahapan ini tim pelaksana mendampingi dan menjelaskan tata cara pengunduhan aplikasi kepada siswa, kemudian menjelaskan fitur yang ada dalam aplikasi tersebut, siswa dapat mengisi kuesioner screening stress dengan kuesioner DASS berjumlah 40 soal dan dapat langsung melihat hasilnya apakah mengalami depresi, kecemasan dan stress. Kemudian siswa diarahkan untuk membaca materi dari aplikasi tersebut tentang bagaimana cara mengelola stress yang dialaminya dalam hal ini didampingi oleh dosen bidang keilmuan psikologi untuk mendapatkan konseling tentang coping atau penanganan stress. Mitra berperan membantu siswa mengunduh aplikasi

c. Tahapan evaluasi

- 1) Melakukan evaluasi aplikasi dapat diterima dan didownload oleh siswa
- 2) Menganalisis feedback dari siswa tentang kelebihan dan kekurangan aplikasi yang telah di uji coba.
- 3) Mengobservasi jumlah pengunduh aplikasi program tersebut.
- 4) Memastikan bahwa program ini dapat membantu mitra dalam meningkatkan pengetahuan dan kesehatan mitra dalam mengelola stress.
- 5) Mengecek apakah guru selalu memberikan edukasi dan menyarankan kepada siswa untuk mengunduh aplikasi sebagai wujud keberlanjutan program

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### a. Hasil

Kegiatan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan pada hari Selasa, 03 Oktober 2023 pukul 09.00 - selesai WIB, dilakukan secara langsung. Kegiatan ini dimulai dengan pembukaan oleh MC, lalu sambutan oleh dosen, pemateri oleh narasumber bapak Kepala sekolah SMPIT Islamic School Bantul Jannah Bandar Lampung. Kegiatan diawali dengan MC menanyakan sejauh mana peserta mengetahui tentang cara-cara screening stress pada korban bullying, apakah peserta pernah mengalaminya, dan dampak apa saja yang akan muncul apabila tidak melakukan upaya pencegahan. Dari semua jawaban peserta, peserta cukup mengenal apa itu bullying, namun peserta masih belum paham mengenai cara penanganan dan dampak apa saja yang akan timbul pada peserta yang mengalami bullying.

Pemberian materi dengan metode ceramah menampilkan PPT yang sudah disiapkan. kegiatan berjalan dengan lancar dan peserta tampak fokus memperhatikan materi. Selanjutnya dilakukan pengimplementasian aplikasi screening stress bullying kepada siswa yang berjumlah 60 orang dengan mengakses aplikasi dan menceklis kuesioner screening stress yang berisi kuesioner DASS berjumlah 40 soal untuk mendeteksi apakah siswa mengalami depresi, kecemasan atau stress. Setelah selesai siswa dapat langsung melihat hasilnya.



Gambar 2. Foto kegiatan

##### b. Pembahasan

Evaluasi penyuluhan dilaksanakan secara langsung dengan jumlah peserta 60 dan semua siswa dapat mengaksesnya aplikasi dengan baik dan lancar. Dari hasil screening stress didapatkan data beberapa siswa mengalami kecemasan ringan dan sedang, stress ringan dan normal. Kemudian siswa diarahkan untuk membaca materi dari aplikasi tersebut tentang bagaimana cara mengelola stress yang dialaminya dalam hal ini didampingi oleh dosen bidang keilmuan psikologi untuk mendapatkan konseling tentang coping atau penanganan stress. selanjutnya Mc

menanyakan kembali kepada peserta apakah mereka memahami apa itu bullying dan bagaimana penanganan stress akibat bullying yang dapat dilakukan. Para peserta tampak antusias dan dapat menjawab semua pertanyaan dengan benar.

Perundungan didefinisikan sebagai tindakan negatif terhadap individu lain secara terus-menerus dalam periode waktu tertentu, di mana korban kesulitan untuk membela diri akibat adanya ketidakseimbangan kekuatan (Ossa, dkk., 2019). Perundungan sebagai bentuk agresi sifatnya disengaja dan termasuk dalam bentuk kekerasan yang berpotensi menjadi pengalaman traumatis. Dalam beberapa kasus, korban dipaparkan dengan perilaku perundungan sebagai pemicu stres yang berulang, seperti ejekan, ancaman, penolakan sosial, maupun kekerasan fisik (Sadida, 2025).

## 5. KESIMPULAN

Pada proses pelaksanaan penyuluhan; peserta terlihat antusias saat pemberian materi berlangsung. Peserta mengikuti penyuluhan dengan senang hati karena penyuluhan dilaksanakan dengan menyenangkan. Kegiatan penyuluhan berjalan kondusif karena peserta memperhatikan materi yang disampaikan dengan baik. Wujud kegiatan pelaksanaan yang diberikan meliputi upaya promosi kesehatan yang dimulai dari definisi bullying, manifestasi bullying, ciri-ciri bullying dan dampak bullying. Selain itu, kegiatan promosi kesehatan lain yang dilakukan adalah pengimplementasian aplikasi screening stress berbasis android pada siswa yang Mengalami kejadian bullying atau perundungan.

Kegiatan ini dilakukan dengan pemberian pendidikan kesehatan secara langsung melalui aplikasi yang dihadiri oleh sejumlah 60 siswa. Adapun media yang dipergunakan berupa aplikasi yang telah didesain sedemikian rupa agar dapat menarik perhatian siswa. Dari kegiatan ini dapat disimpulkan 90 % siswa mengetahui cara penanganan stress dan 100% siswa dapat mengakses screening stress dengan lancar

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Andriani N, Elita V, Rahmalia S. (2013). *Hubungan Bentuk Perilaku Bullying Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Korban Bullying*.
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar" Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling"*
- Dianes, M. (2019). *Kecenderungan Perilaku Bullying di SMP N 12 Padang Serta Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).
- Khasanah.I. (2013). *Program "SAHABAT" Sebagai Salah Satu Program Alternatif Penanganan Bullying Pada Anak Usia Dini*. *Jurnal Pendidikan Anak*.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). (2016). *Rincian Data Kasus Berdasarkan Klaster Perlindungan*. Jakarta.
- KPAI. "Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020, Begini Kata Komisioner KPAI". KPAI, <https://www.kpai.go.id/berita/sejumlah-kasus-bullying-sudah->

warnai-catatan-masalah-anak-diawal-2020-begini-kata-komisioner-kpai 2023

- Kuntari, T. (2020). *Fenomena Bullying Siswa di Madrasah Ibtidaiyah: Studi Analisis tentang Motif Perilaku Bullying Siswa* (Doctoral dissertation, IAIN KUDUS).
- Kustanti ER. (2015). *Gambaran Bullying Pada Pelajar Di Kota Semarang*. jurnal Psikologi Universitas Diponegoro.14(1):29-39.
- Kusuma. K. (2014). *Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Delegan 2, Dinginan, Sumberharjo, Prambanan, Sleman, Yogyakarta*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Laurensius. S.Situngkir, D., Putri, R., & Fauzi, R. (2018). *Cyber Bullying Against Children In Indonesia*. In *International Conference on Social Sciences, Humanities, Economics and Law*. European Alliance for Innovation (EAI).
- Mirza. T. A. & Sambas.N. (2020). *Legal Protection for Children Victim of Bullying Which Causing Mental Health Disorder*. Soeptra,6(2), 200-19.
- Nurmaliyah, F. (2014). Menurunkan stres akademik siswa dengan menggunakan teknik self-instruction. *Jurnal pendidikan humaniora*, 2(3), 273-282.
- Olivia, F. (2013). *Tools For Study Skills Teknik Ujian Efektif*. Elex Media Komputindo.
- Putri, R. M., & Saifuddin, A. (2022). *Pemulihan Trauma Korban Pelecehan Seksual Anak di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Kabupaten Karanganyar* (Doctoral dissertation, UIN Raden Mas Said).
- Rizqi, H., & Inayati, H. (2019). Dampak Psikologis Bulliyng Pada Remaja. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 9(1), 31-34.
- Sadida, H. A., Vijnanamaya, A., Yusran, N. A., & Winata, A. M. (2025). Post-traumatic growth treatment berbasis pendekatan psikososial bagi remaja korban perundungan melalui pemanfaatan artificial intelligence. -.
- Saputri, A. I., & Arifin, R. (2022). Perlindungan Korban dalam Penanganan Post Traumatic Stress Disorder pada Tindak Kejahatan Bullying pada Remaja di Indonesia. *Jurnal Aktual Justice*, 7(1), 1-29.
- Sari, Y. P., & Azwar, W. (2017). Fenomena bullying siswa: Studi tentang motif perilaku bullying siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Ijtima'iyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 10(2), 333-367.
- Suhendar, R. D. (2018). *Faktor-faktor penyebab perilaku bullying siswa di SMK triguna utama ciputat tangerang selatan* (Bachelor's thesis, Jakarta: Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah).
- Susanti, R., Ifroh, R. H., & Wulandari, I. (2018). Mapping school bullying pada anak di kota samarinda dengan Epi Map. *JPH Record*, 1(2).
- Tumon, M. B. A. (2014). Studi deskriptif perilaku bullying pada remaja. *Calyptra*, 3(1), 1-17.