

**PENCEGAHAN PERILAKU *BULLYING* SEBAGAI SALAH SATU
FAKTOR RISIKO DEPRESI PADA SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI
17 GEDONG TATAAN**

**Annisa Primadhamanti*, Mentari Cicilia Dewi, Miftakhul. Kh, Muhammad
Nirwan Fachrozi**

Program Studi Farmasi Universitas Malahayati

* Email Korespondensi Penulis: annisa@malahayati.ac.id

ABSTRACT

Bullying incidents often occur in elementary schools. The forms of behavioral deviation that occur in elementary school students are not only in the form of violence, there are other things ranging from just mocking their friends, hitting, pinching, grabbing and tripping their friends while walking. This activity was aimed to reduce bullying attitudes and behavior among elementary school students and to provide understanding to schools about the impact of bullying on children's mental health, namely depression. The participants in this activity were sixth grade (VI) students at SD Negeri 17 Gedong Tataan, total of 33 students. This activity used a questionnaire instrument. Data were analyzed using mean values and presented in a frequency distribution. The results of observations after counseling using questionnaire data given as many as 13 questions showed that as many as (37%) students chose to agree. For students who chose to agree, there were two explanations, namely some students still think that bullying was a normal behavior or action, and for others it was an affirmative answer from a positive attitude which describes actions that should not be carried out by someone and the impact it had on someone who experienced bullying. Furthermore, as many as (63%) students chose to disagree regarding the bullying behavior that occurred.

Keywords: bullying, behavior, depression

ABSTRAK

Peristiwa *bullying* seringkali terjadi di Sekolah Dasar. Bentuk penyimpangan perilaku yang terjadi pada siswa SD tidak hanya berupa kekerasan, adapun hal lainnya mulai dari sekedar mengejek temannya, memukul, mencubit, menjambak dan menjegal temannya saat berjalan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengurangi sikap dan perilaku *bullying* kepada siswa sekolah dasar serta memberi pemahaman kepada pihak sekolah tentang dampak *bullying* terhadap kesehatan mental anak, yaitu depresi. Peserta kegiatan ini adalah siswa/siswi kelas enam (VI) di SD Negeri 17 Gedong Tataan yang berjumlah 33 siswa. Kegiatan ini menggunakan instrumen kuesioner. Data dianalisis dengan menggunakan nilai *mean* dan disajikan dalam distribusi frekuensi. Hasil observasi sesudah penyuluhan dengan data kuesioner yang diberikan sebanyak 13 butir pertanyaan diperoleh hasil yaitu sebanyak (37%) siswa/i yang memilih setuju. Pada sisw/i yang memilih setuju memiliki dua pengertian yaitu sebagian siswa/i masih

menganggap *bullying* itu adalah perilaku atau tindakan yang wajar, dan sebagian lainnya lagi merupakan jawaban setuju dari sikap positif yang menggambarkan tindakan yang tidak boleh dilakukan oleh seseorang dan dampak yang ditimbulkan bagi seseorang yang mengalami *bullying*. Selanjutnya sebanyak (63%) siswa yang memilih tidak setuju mengenai perilaku *bullying* yang terjadi.

Kata Kunci: *bullying*, perilaku, depresi

PENDAHULUAN

Depresi adalah gangguan mental yang umumnya ditandai dengan perasaan depresi, kehilangan minat atau kesenangan, penurunan energi, perasaan bersalah atau rendah diri, sulit tidur atau nafsu makan berkurang, perasaan kelelahan, dan kurang konsentrasi. Kondisi tersebut dapat menjadi kronis dan berulang, dan secara substansial, dapat mengganggu kemampuan individu dalam menjalankan tanggung jawab sehari-hari. Di tingkat yang paling parah, depresi dapat menyebabkan bunuh diri (Marcus *et al.*, 2012).

Berdasarkan Undang-undang dasar No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) pada pasal 1 berisi bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Depdiknas, 2003).

Bullying atau perundungan adalah masalah serius yang mempengaruhi siswa pada berbagai level usia di seluruh dunia dan membutuhkan perhatian dari orang tua dan pendidik (Setiyawan, 2022). *Bullying* merupakan perilaku agresif yang melibatkan ketidakseimbangan kekuatan, perilaku diulang-ulang, atau memiliki potensi diulang (Olweus, 1993).

Peristiwa *bullying* kerap terjadi di sekolah dasar. Sekolah Dasar (SD) merupakan jenjang pendidikan paling dasar pada pendidikan formal di Indonesia yang memiliki peranan dalam keberlangsungan proses pendidikan selanjutnya (Dewi, 2020). Hal ini sesuai dengan peraturan Menteri Nomor 23 Tahun 2006 yang menyatakan bahwa pendidikan dasar memiliki tujuan untuk meletakkan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia serta keterampilan

untuk hidup mandiri, dan mengikuti pendidikan lebih lanjut (Sudibyo, 2006).

Bentuk penyimpangan perilaku yang terjadi pada siswa SD tidak hanya berupa kekerasan yang merupakan salah satu bentuk dari perilaku agresif. Pada kenyataannya, hal-hal yang kita pandang sebagai perilaku yang wajar dilakukan anak usia SD terkadang tergolong dalam penyimpangan perilaku, mulai dari sekedar mengejek temannya, memukul, mencubit, menjambak dan menjegal temannya saat berjalan (Dewi, 2020).

Secara administrasi Kecamatan Panjang merupakan salah satu bagian dari wilayah Bandar Lampung, Provinsi Lampung yang dekat dengan laut (lihat pada gambar dibawah). Masyarakat di Kecamatan Panjang masih banyak yang belum mengetahui tentang informasi kesehatan mental dan *bullying*. Oleh karena itu, maka dari itu kami ingin memberikan edukasi tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dengan target sasaran kami yakni siswa/i SD Negeri 17 Gedong Tataan. Gedong Tataan adalah sebuah kecamatan yang terletak di Pesawaran dan merupakan pusat pemerintahan dari Kabupaten Pesawaran. Sebelumnya kecamatan ini merupakan bagian dari Kabupaten Lampung Selatan. Gambaran umum sebagai lokasi Pengabdian Masyarakat (Santoso, 2017).



Gambar 1. Denah Lokasi Kecamatan Panjang

MASALAH

Kegiatan edukasi ini dilakukan untuk mengurangi sikap dan perilaku *bullying* kepada siswa sekolah dasar, menanamkan sikap dan sifat yang peduli dengan sesama, bertanggung jawab dengan perbuatan yang dilakukan, serta

memberi pemahaman kepada pihak sekolah tentang dampak *bullying* terhadap mental anak. Berdasarkan observasi lingkungan yang telah dilakukan dari beberapa hari sebelumnya kami membuat kegiatan ini didasarkan pada keadaan kondisi murid pada SD Negeri 17 Gedong Tataan, dimana terdapat siswa-siswi yang melakukan *bullying*. Berdasarkan hasil observasi, diperoleh banyak informasi dari berbagai sumber dengan menggunakan metode survei berupa diskusi, wawancara pada siswa-siswi, bahwa terdapat tindakan *bullying* yang menyimpang oleh siswa siswi SD Negeri 17 Gedong Tataan, salah satunya yaitu tindakan mengolok – ngolok temannya dan banyak guru dan pihak sekolah yang belum memahami penanganan dalam kasus *bullying* yang akan berdampak pada gangguan mental anak (Amnda *et al.*, 2020).

Maka dari itu penyusun mengajukan program yang nantinya diharapkan dapat mengurangi sikap dan perilaku *bullying* kepada siswa sekolah dasar, menanamkan sikap dan sifat yang peduli dengan sesama, bertanggung jawab dengan perbuatan yang dilakukan, serta memberi pemahaman kepada pihak sekolah tentang dampak *bullying* terhadap mental anak. Oleh karena itu, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada siswa untuk memahami bahaya dari adanya perilaku *bullying*, dan juga akan membangun kesadaran pihak sekolah terhadap dampak buruk yang timbul dari adanya perilaku *bullying*, sehingga pihak sekolah memberlakukan kebijakan yang dapat mengurangi atau mencegah terjadinya kasus *bullying* di lingkungan sekolah.

METODE

Penyuluhan yang dilakukan kepada siswa-siswi SD Negeri 17 Gedong Tataan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada 29 November 2023. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di dalam ruang kelas yang dilengkapi peralatan audiovisual berupa pengeras suara dan video animasi mengenai materi terkait perundungan atau *bullying*. Materi “*bullying* dan depresi” diberikan dengan metode yang disesuaikan dengan usia anak Sekolah Dasar. Materi lebih banyak memberikan contoh-contoh yang terjadi di lingkungan sekolah dan lingkungan tempat umum. Metode pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah (Saputri *et al.*, 2023)

- 1) Metode Ceramah/Penyuluhan: Metode ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang mengenali gejala dan cara penanganan *bullying* kepada siswa dan siswi SD Negeri 17 Bandar Lampung. Dalam ceramah diuraikan tentang pengertian *bullying* dan contoh – contoh perilaku *bullying* baik di sekolah maupun di lingkungan sekitar. Materi yang disampaikan saat sesi ceramah meliputi: (a) Pengertian *Bullying* (b) Jenis-jenis *Bullying* (c) Tempat Terjadinya *Bullying* (d) Penyebab *Bullying* (e) Dampak *Bullying* (depresi) (e) Cara Pencegahan *Bullying*.
- 2) Metode tanya jawab atau diskusi; setelah sesi ceramah/penyuluhan, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman Siswa-siswi tentang *bullying*. Untuk menarik minat siswa untuk bertanya, bagi siswa yang mau bertanya dan mampu menjawab diberikan bingkisan sebagai apresiasi siswa/i karena sudah dapat menjawab pertanyaan dari penyuluh.
- 3) *Pre-test & Post-test* (tes sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan), untuk melihat pemahaman materi yang diserap oleh peserta. Sasaran kegiatan ini sebanyak 33 siswa/i SD Negeri 17 Gedong Tataan kelas enam (VI). Variabel dan instrumen penelitian yaitu tingkat pengetahuan siswa/i kelas 6 dan kuesioner yang terdiri dari 13 pertanyaan mengenai *bullying*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan kegiatan observasi perilaku siswa selama proses pembelajaran dan di luar proses pembelajaran. Wawancara dilakukan kepada sejumlah siswa, guru dan kepala sekolah. Hasil dari kegiatan awal ini memberikan informasi bahwa ada indikasi perilaku *bullying* di sekolah.

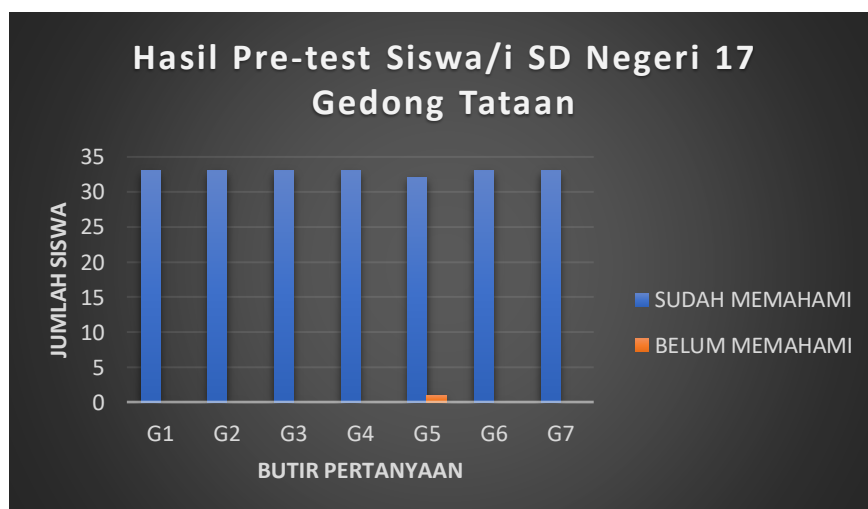
Tahap kedua kegiatan pengabdian adalah melakukan penyuluhan tentang *bullying*. Kegiatan ini diikuti oleh seluruh siswa kelas enam (VI) di SD Negeri Gedong Tataan dengan jumlah siswa sebanyak 33. Siswa nampak antusias mengikuti kegiatan. Dari data absensi kehadiran pada proses penyuluhan didapati karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin yaitu siswa laki-laki sebanyak 19 orang dan siswi perempuan sebanyak 14 orang. Pemaparan materi yang disajikan dan disampaikan sangat menarik sehingga siswa-siswi nyaman

mengikuti kegiatan hingga usai. Karakteristik peserta dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 2. Karakteristik Peserta Berdasarkan Jenis Kelamin

Selanjutnya sebelum sesi penyampaian materi tim penyuluhan membagikan kertas *pre-test* guna mengetahui tingkat pengetahuan sebelum penyampaian materi mengenai *bullying*. Peserta diberikan pertanyaan dalam bentuk gambar sebanyak 7 butir, dengan menjelaskan keterangan yang terjadi di dalam. Gambar pada kuesioner yang dibagikan, dari 33 kuesioner diperoleh 32 peserta yang sudah memahami materi, dan hanya terdapat 1 peserta yang tidak memahami materi. Data dapat dilihat pada gambar 3.

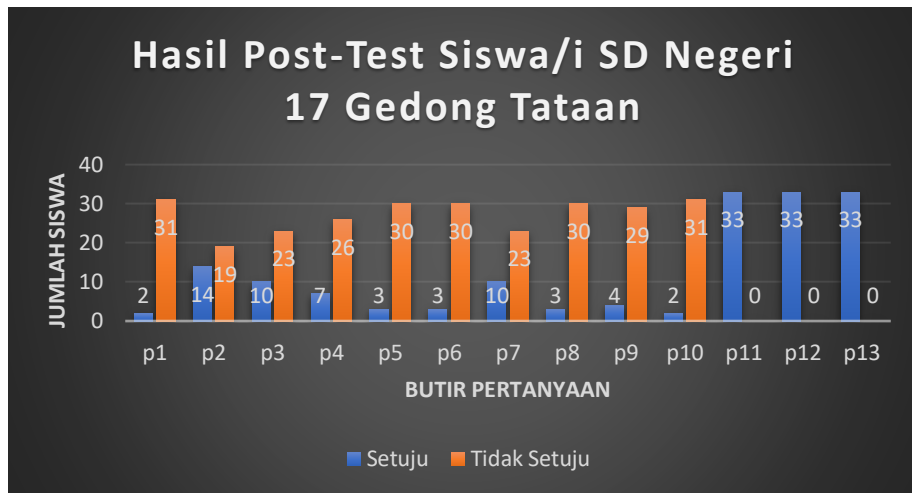


Gambar 3. Hasil *Pre-test*

Berdasarkan hasil *pre-test*, nilai tingkat pemahaman dan respon yang diambil oleh siswa terhadap *bullying* sudah bagus, namun alangkah lebih baik lagi jika dapat ditingkatkan, mengingat makin banyaknya faktor pemicu tindak *bullying*. Kemajuan teknologi juga memberi sumbangsih terhadap munculnya *bullying*. Sosial media dapat menjadi sumber utama penyebab terjadinya tindakan *bullying* karena bahasa tertulis sering kali menimbulkan makna ganda. Perlu adanya peningkatan sikap kepedulian terhadap perilaku yang mengarah pada *bullying*. Pendekatan secara personal terhadap siswa yang diduga sebagai korban dan pelaku perlu untuk lebih ditingkatkan.

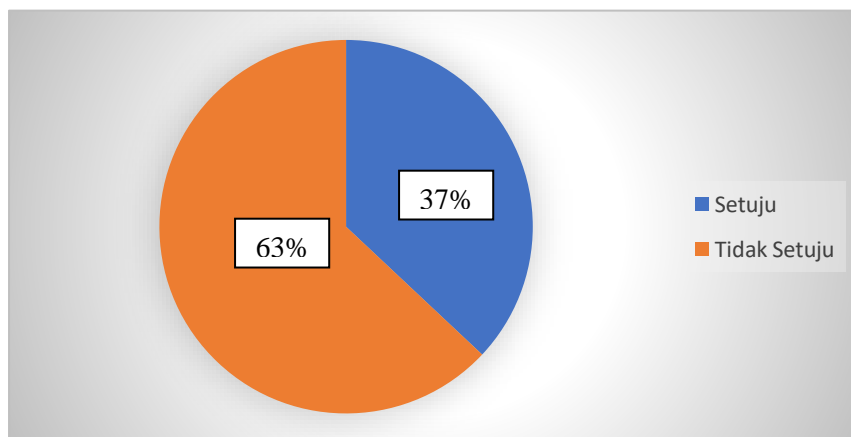
Selanjutnya adalah penyampaian materi oleh tim penyuluh. Materi mengenai *bullying* dan depresi. Pada kegiatan ini, siswa diberikan penjelasan mengenai definisi *bullying*, jenis-jenis, tempat terjadinya, penyebabnya, dampak (depresi) serta cara pencegahan *bullying*. Setelah selesai penyampaian materi tim penyuluhan memberikan lembar *post-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa/i di SD Negeri 17 Gedong Tataan setelah dilakukannya penyuluhan.

Peserta diberikan pertanyaan kuesioner sebanyak 13 butir pertanyaan, dengan pilihan jawaban “Tidak Setuju” dan “Setuju”. Dari 33 kuesioner diperoleh 63% peserta Tidak Setuju dan 37% peserta Setuju. Butir pertanyaan yang diberikan terdapat 13 yaitu: (1) Saya pernah meninju teman saya tanpa sebab, (2) Saya pernah ditendang teman saya dengan sengaja, (3) Bagi kami dorong-mendorong tanpa sebab adalah hal biasa, (4) Dengan niat yang kurang baik, boleh menyentuh bagian tubuh teman seperti mencolek, mengelus, menepuk dan mencubit, (5) Dilingkungan sekolah diperbolehkan untuk merusak barang teman dengan sengaja, (6) Memanggil teman dengan julukan atau dengan panggilan yang membuat teman marah, (7) Boleh menghina apabila melihat teman disekolah memiliki bentuk wajah yang kurang baik, (8) Antar sesama teman boleh mengancam dengan kata-kata seperti : awas kamu ya, (9) Dengan sengaja menyuruh teman melakukan tindakan yang tidak dikehendaki olehnya, (10) Meminta uang atau barang kepada teman dengan cara memaksa, (11) Keinginan bunuh diri adalah salah satu dampak paling buruk dari depresi, (12) Bullying bisa menyebabkan depresi, dan (13) Depresi adalah kondisi emosional yang berkepanjangan (Gambar 4).



Gambar 4. Hasil *Post-test*

Hasil analisis sesudah penyuluhan dengan menggunakan data kuesioner yang diberikan sebanyak 13 butir pertanyaan diperoleh hasil yaitu sebanyak (37%) siswa yang memilih setuju. Pada siswa/i yang memilih setuju memiliki dua pengertian yaitu sebagian siswa/i masih menganggap *bullying* itu adalah perilaku atau tindakan yang wajar seperti “Saya pernah meninju teman saya tanpa sebab”, dan sebagian lainnya lagi merupakan jawaban setuju dari sikap positif yang menggambarkan tindakan yang tidak boleh dilakukan oleh seseorang dan dampak yang ditimbulkan bagi seseorang yang mengalami *bullying*, seperti “*Bullying* bisa menyebabkan depresi”. Selanjutnya sebanyak (63%) siswa yang memilih tidak setuju mengenai perilaku *bullying* yang terjadi, seperti contoh pertanyaan pada kuesioner yang digunakan yaitu “Boleh menghina apabila melihat teman disekolah memiliki bentuk wajah yang kurang baik”.



Gambar 5. Persentase Hasil *Post-test*

Faktor dari perbedaan hasil di antara kuesioner *pre-test* dengan *post-test* yaitu dari pola pertanyaan dan media yang diberikan kepada peserta. Pada *post-test* siswa/i diberikan kuesioner dalam bentuk gambar sehingga lebih disukai anak-anak dan lebih membuat daya tarik imajinasi pikiran anak-anak karena di dalam gambar terdapat bentuk-bentuk objek dan warna yang jelas sehingga anak-anak mudah dalam menggambarkan suatu peristiwa yang terjadi. Sedangkan pada *post-test*, kuesioner yang digunakan dalam bentuk tulisan mengenai pertanyaan dengan dua pilhan jawaban yaitu “Setuju atau Tidak Setuju”.

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh bahwa masih terdapat siswa/i yang belum mampu memahami dan mengenali perilaku, tindakan dan sikap-sikap *bullying* pada lingkungan sekitar, maka dengan adanya kegiatan penyuluhan ini dapat membantu siswa/siswi dalam pengenalan, pendidikan serta pencegahan perilaku seseorang yang mengarah pada perilaku-perilaku *bullying*.

Selain berfokus pada pencegahan *bullying*, tim penyuluh juga mencoba memberikan pemahaman terkait dampak terhadap korban yang mengalami *bullying*. *Bullying* dapat menyebabkan gangguan emosional dan mental pada korban. Korban *bullying* akan mengalami kecemasan, depresi, stres, dan kehilangan kepercayaan diri. *Bullying* juga dapat menyebabkan isolasi sosial, perasaan kesepian, dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan. Adapun terdapat beberapa penatalaksanaan yang digunakan dalam menangani korban *bullying* yaitu dengan menurunkan tingkat kecemasannya yaitu dapat dilakukan dengan dua tindakan yaitu farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi yaitu penggunaan obat anti depresi atau anti kecemasan. Obat ini bekerja dengan cara menyeimbangkan senyawa kimia alami di dalam otak yang disebut neurotransmitter. Contoh obat-obatan yang digunakan sebagai antidepresan dengan efek sedatif meliputi amitriptilin, klomipramin, dosulepin (dotiepin), doksepin, maprotilin, mianserin, trazodon, dan trimipramin. Sedangkan obat yang bersifat kurang sedatif antara lain amoksapin, imipramin, lofepramin dan nortriptilin. obat semacam ini mempunyai berbagai efek samping yang dapat mengancam kesehatan jika dikonsumsi secara terus menerus. Pengobatan non farmakologi untuk kecemasan adalah terapi komplementer salah satunya dengan pendekatan agama atau psikoreligius. Sejak berkembangnya teori humanistik dan

munculnya aliran transpersonal, tema tentang kecemasan mulai dikaitkan dengan dimensi spiritualitas seseorang. Dimensi ini dalam psikologi transpersonal merupakan dimensi tertinggi dalam struktur psikis manusia, sehingga muncul beberapa psikoterapi religius untuk penanganan kecemasan yaitu dengan membaca Al-Quran (Yulita *et al.*, 2020).

Selanjutnya tim penyuluh memberikan *doorprize* kepada para peserta yang dapat menjawab pertanyaan dan sebaliknya, yang mengajukan pertanyaan kepada tim. Mayoritas peserta siswa/i di SD Negeri 17 Gedong Tataan antusias untuk berpartisipasi dalam acara ini. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan dilanjutkan dengan sesi foto bersama para peserta penyuluhan beserta Kepala Sekolah dan jajarannya. Berikut ini merupakan dokumentasi proses kegiatan penyuluhan.



Gambar 6. Pemberian Instruksi dalam Pengisian Kuesioner



Gambar 7. Penyampaian Materi



Gambar 8. Sesi Tanya Jawab



Gambar 9. Pemberian Doorprize



Gambar 10. Sesi Foto Bersama Peserta Penyuluhan

SIMPULAN

1. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa setiap tahapan kegiatan dapat terlaksana dengan lancar.
2. Hasil observasi sesudah penyuluhan dengan menggunakan data kuesioner yang diberikan sebanyak 13 butir pertanyaan diperoleh hasil yaitu sebanyak (37%) siswa yang memilih setuju. Pada sisw/i yang memilih setuju memiliki dua pengertian yaitu sebagian sisw/i masih menganggap *Bullying* itu adalah perilaku atau tindakan yang wajar, dan sebagian lainnya lagi merupakan jawaban setuju dari sikap positif yang menggambarkan tindakan yang tidak boleh dilakukan oleh seseorang dan dampak yang ditimbulkan bagi seseorang yang mengalami *bullying*. Selanjutnya sebanyak (63%) siswa yang memilih tidak setuju mengenai perilaku *bullying* yang terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amnda, V., Wulandari, S., Syah, S. N., Restari, Y. A., Atika, S., & Arifin, Z. (2020). Bentuk Dan Dampak Perilaku Bullying Terhadap Peserta Didik. *Jurnal Kepemimpinan Dan Pengurusan Sekolah*, 5(1), 19–32.
- Depdiknas. (2003). *Undang-undang RI No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
[//pustaka.kemdikbud.go.id/2F%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D31553](http://pustaka.kemdikbud.go.id/2F%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D31553)
- Dewi, P. Y. A. (2020). Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 39.
<https://doi.org/10.55115/edukasi.v1i1.526>

- Eka Yulita, R., Sukarno, S., & Priyanto, P. (2020). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Remaja Karena Bullying Sebelum Dan Sesudah Membaca Al-Qur'an Di MTS Ma'arif Nyatnyono Ungaran.*
- Marcus, M., Yasamy, M. T., Ommeren, M., Chisholm, D., & Saxena, S. (2012). Depression: A global public health concern. *World Health Organization Paper on Depression*, 6–8.
- Olweus, D. (1993). Bullying at school: What we know and what we can do. *Oxford, England: Blackwell*, 40(6), 699–700. <https://doi.org/10.1002/pits.10114>
- Santoso, D. L. (2017). Hubungan antara Tingkat Kebutuhan Informasi Penyuluh dan Tingkat Motivasi Kognitif Penyuluh dengan Tingkat Penggunaan Media Informasi Penyuluh Pertanian di BP3K Kecamatan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung= The Correlation Between the Level of Informationmedia Usage With the Level of Information Staff Needs and Cognitive Motivation of Agricultural Extension Workers in BP3K if Gedong Tataan District Pesawaran Regency Lampung Province. [Doctoral Dissertation]. Program Studi Agribisnis FPB-UKSW.
- Saputri, G. A. R., Wijaya, S., Nabila, L. I., Dalita, R., Wulandari, R. (2023). Penyuluhan Kenali Gejala Dan Cara Penanganan Disentri Pada Sekolah Di SMA Negeri 17 Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*. 6(1): 1-9. <https://doi.org/10.33024/jpfm.v6i1.8911>
- Setiyawan, R. (2022). *Perundungan Sesama Siswa Di Sekolah*. Yogyakarta:U. M
- Sudibyo, B. (2006). Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2006 Tentang Standar Kompetensi Lulusan Untuk Satuan Pendidikan Dasar Dan Menengah. *Menteri Pendidikan Nasional*.