

PENYULUHAN *ANTI-BULLYING* SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PERUNDUNGAN PADA REMAJA DI KOTA KUPANG MELALUI PENDEKATAN MULTIDISIPLINER

Andi Ulfatul Zahra¹, Agusman Harefa¹, Nur Muhlis¹, Balkis Soraya Tanof¹, Danang Novika Roeswantara¹, Fadli Awwal Hasanuddin¹, Fadliani Sahaka¹, Moh. Abdullah Risqillah Subroto¹, Poniman²

¹Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Nusa Cendana, Kupang

²Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan, Medan

E-mail: andi.zahra@staf.undana.ac.id

ABSTRAK

Perundungan merupakan salah satu permasalahan sosial yang dapat berdampak negatif terhadap perkembangan psikologis, sosial, dan akademik remaja. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai risiko, dampak, serta upaya pencegahan perundungan melalui penyuluhan anti-perundungan. Kegiatan dilaksanakan di Kota Kupang bekerja sama dengan Himpunan Mahasiswa Islam (HMI) Cabang Kupang, Komisariat Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nusa Cendana, dan diikuti oleh 25 peserta yang terdiri atas remaja dan mahasiswa. Metode pelaksanaan meliputi penyampaian materi, diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab dengan pendekatan multidisiplin yang mengintegrasikan perspektif psikologi, sosial, pendidikan, dan hukum. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi terhadap partisipasi peserta, keterlibatan dalam diskusi, serta umpan balik yang diberikan pada akhir kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai bentuk-bentuk perundungan, dampaknya terhadap kesehatan mental dan kehidupan sosial korban, serta strategi pencegahan dan penanganannya. Keberhasilan kegiatan terlihat dari tingginya partisipasi peserta dalam diskusi dan tanya jawab, meningkatnya kesadaran tentang pentingnya menciptakan lingkungan yang aman dan inklusif, serta munculnya komitmen peserta untuk menolak segala bentuk perundungan. Kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam membangun budaya saling menghormati dan mendukung terciptanya lingkungan sosial yang lebih sehat bagi remaja.

Kata kunci : pengabdian kepada masyarakat, perundungan, remaja, penyuluhan anti bullying, pendekatan multidisipliner

ABSTRACT

Bullying is a social problem that can negatively affect adolescents' psychological, social, and academic development. This community service program aimed to improve adolescents' knowledge and awareness of the risks, impacts, and prevention of bullying through an anti-bullying outreach program. The activity was conducted in Kupang City in collaboration with the Islamic Students Association (HMI) Kupang Branch, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Commissariat of Universitas Nusa Cendana, and was attended by 25 participants consisting of adolescents and university students. The program was carried out through material presentation, interactive discussions, and question-and-answer sessions using a multidisciplinary approach that integrated psychological, social, educational, and legal perspectives. The evaluation was conducted by observing participants' participation, their involvement in discussions, and the feedback provided at the end of the activity. The results showed that participants gained a better understanding of the forms of bullying, its impact on victims' mental health and social life, as well as strategies for prevention and response. The success of the program was reflected in the high level of participation during the discussion and question-and-answer sessions, increased awareness of the importance of creating a safe and inclusive environment, and participants' commitment to rejecting all forms of bullying. This activity is expected to contribute to building a culture of mutual respect and supporting the creation of a healthier social environment for adolescents.

Keywords: *community service, bullying, adolescents, anti-bullying education, multidisciplinary approach*

1. PENDAHULUAN

Perundungan merupakan salah satu permasalahan sosial yang masih sering terjadi di kalangan remaja dan berdampak negatif terhadap kesehatan mental, hubungan sosial, serta perkembangan akademik. Perundungan dapat muncul dalam bentuk kekerasan fisik, verbal, psikologis, maupun perundungan siber yang dilakukan secara berulang terhadap individu yang berada dalam posisi lebih lemah [1]. Menurut Putri *et al.* [2] perundungan terjadi karena adanya ketimpangan relasi kekuasaan antara pelaku dan korban, sehingga menimbulkan tekanan fisik maupun psikologis bagi korban. Namun, dalam kehidupan sehari-hari, perilaku perundungan masih sering dianggap sebagai bagian dari dinamika pergaulan remaja. Akibatnya, tindakan tersebut tidak selalu dikenali sebagai bentuk kekerasan sosial yang perlu dicegah dan ditangani secara serius.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perundungan dapat menimbulkan konsekuensi serius bagi korban. Pengalaman menjadi korban perundungan berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis, memicu kecemasan dan depresi, serta mengurangi kepercayaan diri remaja [3]–[5]. Kondisi ini menunjukkan bahwa edukasi dan pencegahan sejak dini menjadi hal yang penting agar remaja memiliki pemahaman yang memadai mengenai bahaya perundungan. Selain itu, pemahaman tersebut juga diperlukan untuk mendorong terbentuknya lingkungan sosial yang lebih sehat, aman, dan saling menghargai [6].

Perkembangan teknologi informasi turut memperluas bentuk perundungan melalui media digital. Humboldt *et al.* [7] menyatakan bahwa perundungan siber dapat menimbulkan stres psikologis, rasa kesepian, dan gangguan emosional karena

dapat terjadi tanpa batas ruang dan waktu. Dengan demikian, risiko perundungan yang dihadapi remaja tidak hanya berasal dari lingkungan sekolah atau pergaulan langsung, tetapi juga dari interaksi di media sosial yang semakin sulit diawasi [8]. Situasi ini menuntut adanya peningkatan literasi digital dan kesadaran remaja dalam menggunakan media sosial secara bertanggung jawab.

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan kelompok sebaya. Rachmah [9] menjelaskan bahwa rendahnya empati, kurangnya kemampuan mengelola emosi, serta terbatasnya keterampilan sosial dapat meningkatkan kecenderungan seseorang untuk terlibat dalam perilaku perundungan. Oleh karena itu, penguatan karakter, penanaman nilai toleransi, dan peningkatan kesadaran sosial menjadi langkah penting dalam mencegah perundungan di kalangan remaja.

Dalam konteks Indonesia, upaya pencegahan perundungan masih menghadapi berbagai tantangan, seperti rendahnya literasi sosial-emosional dan terbatasnya program edukasi yang berkelanjutan [10]. Waang *et al.* [11] menyatakan bahwa penanganan kasus perundungan masih cenderung bersifat reaktif dan belum banyak menitikberatkan pada upaya preventif melalui pendidikan. Oleh sebab itu, diperlukan pendekatan multidisipliner yang mengintegrasikan perspektif psikologi, pendidikan, sosial, dan hukum agar remaja memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dampak dan strategi pencegahan perundungan. Solihin *et al.* [12] dan Rayni [13] menegaskan bahwa pendekatan multidisipliner dapat meningkatkan efektivitas program pencegahan karena tidak hanya berfokus pada perilaku individu, tetapi juga memperhatikan lingkungan sosial yang memengaruhinya.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kota Kupang bekerja sama dengan Himpunan Mahasiswa Islam (HMI) Cabang Kupang dan Komisariat Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Nusa Cendana (UNDANA) sebagai mitra strategis. Pemilihan mitra didasarkan pada peran aktif organisasi mahasiswa dalam kegiatan pembinaan generasi muda serta jangkauannya terhadap kelompok remaja dan mahasiswa. Berdasarkan hasil diskusi awal dengan mitra, diketahui bahwa pemahaman mengenai bentuk, dampak, dan mekanisme pencegahan perundungan masih relatif terbatas. Di sisi lain, intensitas interaksi remaja dalam lingkungan sosial maupun media digital berpotensi meningkatkan risiko terjadinya perundungan. Oleh karena itu, kegiatan ini melibatkan 25 peserta yang terdiri atas remaja dan mahasiswa, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta sikap empati terhadap isu perundungan.

Melalui program penyuluhan anti-perundungan ini, peserta diberikan pemahaman mengenai berbagai bentuk perundungan, dampaknya terhadap kesehatan mental dan kehidupan sosial, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan secara individu maupun kolektif. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong partisipasi aktif remaja dan organisasi kemahasiswaan dalam membangun budaya anti-perundungan yang berkelanjutan, sehingga tercipta lingkungan yang aman, inklusif, dan mendukung perkembangan generasi muda.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi dan penyuluhan anti-perundungan secara tatap muka di Kota Kupang. Kegiatan ini bekerja sama dengan HMI Cabang Kupang Komisariat FISIP UNDANA sebagai mitra pelaksana. Peserta kegiatan berjumlah 25 orang yang terdiri atas remaja dan

mahasiswa. Pemilihan peserta disesuaikan dengan tujuan kegiatan, yaitu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap empati remaja terhadap isu perundungan, baik di lingkungan sosial langsung maupun di ruang digital.

Metode pelaksanaan kegiatan meliputi penyampaian materi, diskusi interaktif, sesi tanya jawab, dan refleksi peserta. Penyuluhan dilakukan dengan pendekatan multidisipliner yang mengintegrasikan perspektif psikologi, pendidikan, sosial, dan hukum. Pendekatan ini digunakan agar peserta tidak hanya memahami perundungan sebagai perilaku individu, tetapi juga sebagai persoalan sosial yang dipengaruhi oleh lingkungan, pola relasi, budaya pergaulan, serta penggunaan media digital. Secara umum, kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu tahap persiapan dan koordinasi, tahap pelaksanaan kegiatan, serta tahap evaluasi dan refleksi.

a. Tahap persiapan dan koordinasi

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi dan diskusi bersama HMI Cabang Kupang Komisariat FISIP UNDANA. Koordinasi ini dilakukan untuk mengidentifikasi kebutuhan mitra, menentukan sasaran peserta, menetapkan lokasi dan waktu pelaksanaan, serta menyepakati teknis kegiatan. Pada tahap ini, tim pelaksana bersama mitra menetapkan remaja dan mahasiswa sebagai sasaran kegiatan karena kelompok tersebut berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap pengaruh lingkungan sosial dan kelompok sebaya. Selain itu, remaja dan mahasiswa juga memiliki peran penting dalam membangun budaya pergaulan yang sehat, aman, dan saling menghargai.

Pada tahap ini, tim juga menyusun materi penyuluhan yang disesuaikan dengan karakteristik peserta dan konteks sosial di Kota Kupang. Materi disusun dengan menekankan pemahaman mengenai bentuk-bentuk perundungan, dampak perundungan terhadap kesehatan mental dan kehidupan sosial, serta langkah-

langkah pencegahan yang dapat dilakukan secara individu maupun kolektif. Selain penyusunan materi, dilakukan pula pembagian tugas antara panitia, mitra, dan narasumber agar kegiatan dapat berjalan secara terarah dan efektif.

b. Tahap pelaksanaan kegiatan

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui kegiatan sosialisasi dan penyuluhan anti-perundungan secara tatap muka. Kegiatan diawali dengan pembukaan, pengenalan narasumber, dan penyampaian tujuan kegiatan kepada peserta. Setelah itu, narasumber menyampaikan materi penyuluhan dengan pendekatan multidisipliner yang mencakup aspek psikologi, sosial, pendidikan, dan hukum.

Dari perspektif psikologi, materi menekankan dampak perundungan terhadap kondisi mental korban, seperti kecemasan, rasa takut, rendah diri, dan tekanan emosional. Dari perspektif sosial, peserta diajak memahami bahwa perundungan dapat dipengaruhi oleh lingkungan pergaulan, relasi kuasa, tekanan kelompok sebaya, serta rendahnya empati. Dari perspektif pendidikan, materi menekankan pentingnya menciptakan lingkungan belajar dan lingkungan sosial yang aman, inklusif, serta mendukung perkembangan remaja. Sementara itu, dari perspektif hukum, peserta diberikan pemahaman mengenai konsekuensi dari tindakan perundungan, termasuk pentingnya tanggung jawab dalam berperilaku di ruang sosial maupun ruang digital.

Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif dan interaktif agar peserta lebih mudah memahami isi penyuluhan. Setelah pemaparan materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan sesi tanya jawab. Pada sesi ini, peserta diberi kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, pandangan, pertanyaan, serta contoh kasus yang berkaitan dengan perundungan. Diskusi ini juga digunakan untuk mendorong peserta agar mampu mengenali bentuk-bentuk perundungan,

memahami dampaknya, serta merumuskan langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk mencegah perundungan di lingkungan masing-masing.

c. Tahap evaluasi dan refleksi

Tahap evaluasi dan refleksi dilakukan untuk mengetahui ketercapaian tujuan kegiatan serta melihat tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Evaluasi dilakukan melalui observasi terhadap partisipasi peserta selama kegiatan, keaktifan dalam diskusi dan tanya jawab, serta umpan balik yang diberikan pada akhir kegiatan. Selain itu, sesi refleksi digunakan untuk menggali pemahaman peserta mengenai bentuk, dampak, dan upaya pencegahan perundungan.

Indikator keberhasilan kegiatan meliputi keaktifan peserta dalam mengikuti diskusi, kemampuan peserta menjelaskan kembali bentuk-bentuk perundungan, pemahaman terhadap dampak perundungan bagi korban dan lingkungan sosial, serta munculnya kesadaran mengenai pentingnya menciptakan lingkungan yang aman dan inklusif. Data yang diperoleh dari proses evaluasi dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan respons peserta, tingkat keterlibatan, dan pemahaman mereka terhadap materi penyuluhan. Hasil evaluasi ini menjadi dasar untuk menilai keberhasilan kegiatan sekaligus sebagai bahan perbaikan bagi pengembangan program pengabdian kepada masyarakat pada masa mendatang.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan anti-perundungan mengangkat tema “Penyuluhan *Anti-Bullying* sebagai Upaya Pencegahan Perundungan pada Remaja di Kota Kupang melalui Pendekatan Multidisipliner”. Kegiatan ini dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan kesadaran remaja terhadap bahaya perundungan yang masih sering terjadi di lingkungan sekolah, keluarga, pergaulan sosial, maupun ruang digital. Kegiatan diselenggarakan oleh Tim PKM

FISIP UNDANA bekerja sama dengan HMI Cabang Kupang Komisarlat UNDANA dan diikuti oleh 25 peserta yang terdiri atas remaja dan mahasiswa. Kolaborasi ini menjadi bentuk sinergi antara perguruan tinggi dan organisasi kemahasiswaan dalam memperkuat edukasi serta pencegahan perundungan di masyarakat.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara tatap muka melalui penyampaian materi, diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab. Materi yang diberikan mencakup bentuk-bentuk perundungan, dampaknya terhadap kesehatan mental dan kehidupan sosial remaja, serta strategi pencegahan yang ditinjau dari perspektif psikologi, sosial, pendidikan, dan hukum. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang baik. Hal ini terlihat dari keaktifan peserta dalam mengajukan pertanyaan, menyampaikan pendapat, dan berbagi pengalaman terkait kasus perundungan yang mereka temui di lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil observasi, refleksi peserta, dan umpan balik pada akhir kegiatan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai jenis-jenis perundungan, dampaknya terhadap korban maupun pelaku, serta pentingnya membangun lingkungan yang aman dan inklusif. Peserta juga mulai memahami bahwa pencegahan perundungan tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi juga membutuhkan peran keluarga, lingkungan pendidikan, organisasi, dan komunitas. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan anti-perundungan dapat menjadi sarana edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta, khususnya dalam mendorong terbentuknya budaya anti-perundungan di kalangan remaja.

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh pembawa acara pada pukul 15.57 WITA. Acara dimulai dengan pembacaan doa dan menyanyikan lagu Indonesia Raya. Selanjutnya, sambutan

disampaikan oleh Saudara Risqillah Subroto selaku perwakilan Tim PKM FISIP UNDANA. Dalam sambutannya, disampaikan bahwa penyuluhan anti-perundungan penting dilakukan karena perundungan dapat menimbulkan dampak psikologis yang serius bagi korban, seperti menurunnya rasa percaya diri, munculnya kecemasan, dan gangguan kesehatan mental [3]–[5]. Sambutan berikutnya disampaikan oleh Ketua Umum HMI Cabang Kupang Komisarlat UNDANA yang sekaligus membuka kegiatan secara resmi. Dalam sambutan tersebut, ditegaskan bahwa perundungan merupakan persoalan sosial yang memerlukan perhatian bersama karena dapat menghambat perkembangan remaja secara psikologis, sosial, dan akademik.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan PKM Mandiri

Penyampaian materi dalam kegiatan ini dirancang untuk menjawab permasalahan yang telah diidentifikasi pada tahap awal, yaitu masih terbatasnya pemahaman peserta mengenai bentuk, dampak, dan upaya pencegahan perundungan. Materi yang diberikan mencakup aspek psikologis, sosial, pendidikan, dan hukum, sehingga peserta

memperoleh pemahaman yang lebih utuh mengenai perundungan. Melalui penyuluhan, peserta memperoleh penjelasan mengenai dampak perundungan terhadap kesehatan mental dan kehidupan sosial remaja. Sementara itu, melalui diskusi dan tanya jawab, peserta dapat mengaitkan materi dengan pengalaman dan kondisi yang mereka temui dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil diskusi menunjukkan bahwa sebagian peserta sebelumnya masih memandang perundungan sebagai candaan atau bagian dari dinamika pergaulan yang wajar [2]. Namun, setelah mengikuti pemaparan materi dan sesi refleksi, peserta mulai memahami bahwa perundungan merupakan tindakan yang dapat menimbulkan dampak psikologis, sosial, dan akademik yang serius. Keaktifan peserta dalam mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang dipadukan dengan diskusi interaktif mampu mendorong peserta untuk lebih kritis dalam mengenali perilaku perundungan. Dengan demikian, materi yang disampaikan tidak hanya memberikan pengetahuan baru, tetapi juga mendorong perubahan cara pandang peserta terhadap pentingnya menciptakan lingkungan yang aman, inklusif, dan saling menghargai.

Materi pertama disampaikan oleh Saudara Agusman Harefa. Pemateri memaparkan latar belakang keilmuannya di bidang kesejahteraan sosial dan manajemen sumber daya manusia yang berfokus pada kajian manusia dan relasi sosial. Materi yang disampaikan membahas hubungan antara pemenuhan kebutuhan sosial dan perilaku perundungan. Dijelaskan bahwa perundungan dapat berbentuk fisik, verbal, sosial atau relasional, serta perundungan siber. Perundungan dapat membuat korban

merasa terisolasi, kehilangan rasa aman, mengalami tekanan psikologis, dan berisiko menjadi korban kekerasan yang berkelanjutan.



Gambar 2. Penyampaian Materi 1, Agusman Harefa

Dalam pemaparannya, narasumber juga menjelaskan bahwa perundungan dapat terjadi dalam berbagai konteks, termasuk lingkungan organisasi. Keberagaman individu dalam suatu kelompok dapat menjadi kekuatan, tetapi juga dapat memunculkan konflik apabila tidak dikelola dengan baik. Oleh karena itu, diperlukan budaya organisasi yang sehat, komunikasi yang saling menghargai, serta peran aktif pemimpin atau tokoh kelompok dalam mencegah terjadinya perundungan. Faktor penyebab perundungan antara lain rendahnya kontrol diri, keinginan untuk memperoleh pengakuan atau menunjukkan kekuasaan, kurangnya empati, lingkungan sosial yang kompetitif, serta pengaruh negatif media sosial. Pencegahan perundungan ditekankan melalui prinsip dasar untuk tidak menjadi pelaku, tidak membiarkan tindakan perundungan, dan berani membangun lingkungan yang aman bagi semua pihak.

Materi ini secara langsung menjawab permasalahan yang diangkat pada bagian pendahuluan, yaitu masih

terbatasnya pemahaman remaja mengenai bentuk, penyebab, dan dampak perundungan. Penjelasan narasumber membantu peserta memahami bahwa perundungan bukan sekadar perilaku individu, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan, pola relasi, budaya kelompok, dan penggunaan media sosial [14]. Melalui pemahaman tersebut, peserta diharapkan mampu mengenali tanda-tanda perundungan sejak dini dan lebih bijak dalam berinteraksi dengan orang lain.

Melalui diskusi interaktif dan sesi tanya jawab, peserta diberikan kesempatan untuk mengaitkan materi dengan pengalaman yang mereka temui dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa peserta menyampaikan pandangan mengenai bentuk-bentuk perundungan yang masih sering terjadi dalam pergaulan maupun media sosial. Interaksi tersebut menunjukkan bahwa materi yang disampaikan relevan dengan kondisi yang dihadapi peserta. Hasil refleksi selama kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kesadaran peserta mengenai pentingnya empati, toleransi, dan penghormatan terhadap perbedaan sebagai langkah awal untuk mencegah perundungan. Dengan demikian, materi pertama tidak hanya menambah pengetahuan peserta, tetapi juga mendorong perubahan sikap yang lebih positif dalam membangun lingkungan sosial yang aman, sehat, dan inklusif.

Materi kedua disampaikan oleh Bapak Danang Novika Roeswantara. Dalam pemaparannya, pemateri menjelaskan pengalaman dan pengamatannya terkait stereotipe serta praktik perundungan, terutama yang sering terjadi di media sosial. Disampaikan bahwa stereotipe yang dilekatkan pada individu atau kelompok tertentu dapat menjadi pemicu terjadinya perundungan. Dalam

konteks digital, perundungan siber menjadi salah satu bentuk perundungan yang perlu mendapat perhatian karena dapat terjadi kapan saja, menjangkau korban secara luas, dan meninggalkan jejak digital yang berdampak panjang [15].



Gambar 3. Penyampaian Materi 2, Danang Novika Roeswantara

Pemateri menekankan pentingnya kesadaran kolektif agar perilaku perundungan tidak disamarkan sebagai candaan. Ejekan yang merendahkan, komentar kasar, dan ungkapan yang memperlakukan orang lain dapat menimbulkan luka psikologis bagi korban. Selain itu, peserta juga diajak untuk membedakan antara kritik yang membangun dan perilaku perundungan. Kritik yang sehat bertujuan memperbaiki, sedangkan perundungan cenderung dilakukan untuk merendahkan, menjatuhkan, atau menyakiti orang lain. Bentuk perundungan siber yang perlu diwaspadai antara lain framing negatif, ujaran kasar, komentar vulgar, penyebaran stigma, dan penggunaan bahasa yang tidak pantas di platform media sosial.

Materi ini memiliki keterkaitan yang kuat dengan permasalahan yang dibahas pada bagian pendahuluan, terutama mengenai meningkatnya risiko

perundungan di ruang digital dan pentingnya literasi sosial serta literasi digital bagi remaja. Penjelasan mengenai stereotipe dan perundungan siber membantu peserta memahami bahwa perundungan tidak hanya terjadi secara langsung melalui tindakan fisik atau verbal, tetapi juga dapat berlangsung melalui interaksi digital yang sering kali sulit diawasi. Dengan demikian, peserta memperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai bentuk-bentuk perundungan yang berkembang di era digital serta dampaknya terhadap kesehatan mental dan kehidupan sosial remaja.

Melalui sesi diskusi dan tanya jawab, peserta diberikan kesempatan untuk merefleksikan pengalaman mereka dalam menggunakan media sosial serta mengenali perilaku yang termasuk dalam kategori perundungan siber. Beberapa peserta mengungkapkan bahwa sebelumnya mereka belum sepenuhnya menyadari bahwa komentar bernada merendahkan, penyebaran stigma, atau penggunaan bahasa kasar di media sosial dapat dikategorikan sebagai bentuk perundungan. Hasil diskusi menunjukkan adanya peningkatan kesadaran peserta mengenai pentingnya menggunakan media sosial secara bertanggung jawab, menghormati perbedaan, dan membangun budaya komunikasi yang positif di ruang digital. Dengan demikian, materi kedua tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta mengenai perundungan siber, tetapi juga mendorong sikap yang lebih bijak dalam berinteraksi di lingkungan digital.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan anti-perundungan dengan pendekatan multidisipliner mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai bentuk, penyebab, dampak, dan strategi

pencegahan perundungan. Keterlibatan aktif peserta dalam diskusi dan tanya jawab menunjukkan bahwa isu perundungan dekat dengan pengalaman sosial mereka, baik di lingkungan pergaulan langsung maupun di ruang digital. Kegiatan ini juga memperlihatkan bahwa pendekatan yang memadukan penyampaian materi, dialog, refleksi, dan contoh kasus mampu membantu peserta memahami perundungan secara lebih konkret. Oleh karena itu, penyuluhan seperti ini penting untuk terus dikembangkan sebagai bagian dari upaya preventif dalam membangun lingkungan sosial yang aman, inklusif, dan bebas dari perundungan.

4. DAMPAK DAN MANFAAT KEGIATAN

Kegiatan penyuluhan anti-perundungan memberikan dampak positif bagi peserta, khususnya dalam meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya mencegah perundungan di lingkungan sosial maupun ruang digital. Melalui kegiatan ini, peserta tidak hanya memperoleh pemahaman mengenai risiko dan konsekuensi perundungan, tetapi juga didorong untuk membangun sikap empati, saling menghargai, dan lebih bertanggung jawab dalam berinteraksi dengan orang lain. Dampak dan manfaat kegiatan dapat dijelaskan sebagai berikut.

a. Dampak positif

Kegiatan penyuluhan anti-perundungan memberikan dampak terhadap meningkatnya pengetahuan peserta mengenai bentuk, risiko, dan konsekuensi perundungan. Berdasarkan refleksi, diskusi, dan umpan balik yang diberikan setelah kegiatan, peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai berbagai bentuk perundungan, baik fisik, verbal, sosial, maupun perundungan siber. Peserta yang sebelumnya masih menganggap ejekan,

candaan merendahkan, atau komentar kasar sebagai hal yang biasa mulai memahami bahwa perilaku tersebut dapat termasuk dalam kategori perundungan dan berpotensi menimbulkan dampak psikologis bagi korban.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong perubahan sikap peserta terhadap isu perundungan. Peserta menjadi lebih memahami pentingnya menghargai perbedaan, membangun komunikasi yang positif, serta menunjukkan empati dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ruang digital, peserta juga memperoleh kesadaran untuk lebih berhati-hati dalam menggunakan media sosial, terutama dalam menyampaikan komentar, membagikan informasi, dan merespons perbedaan pendapat. Pemahaman ini penting karena perundungan tidak hanya terjadi dalam interaksi langsung, tetapi juga dapat muncul melalui komunikasi digital yang sering kali dianggap sepele.

Dampak lain yang terlihat adalah meningkatnya kesadaran peserta untuk tidak menjadi pelaku, penonton pasif, atau pihak yang membiarkan tindakan perundungan terjadi. Melalui kegiatan ini, peserta didorong untuk berani menolak, mencegah, dan melaporkan tindakan perundungan yang terjadi di lingkungan sekitar. Dengan demikian, penyuluhan ini tidak hanya berperan sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sarana pembentukan sikap yang mendukung terciptanya budaya anti-perundungan di kalangan remaja dan mahasiswa.

b. Manfaat kegiatan

Kegiatan ini memberikan manfaat langsung bagi peserta dalam memahami perundungan sebagai persoalan sosial yang perlu dicegah secara bersama. Peserta memperoleh pengetahuan mengenai bentuk, penyebab, dampak, dan upaya pencegahan perundungan, sekaligus memahami pentingnya membangun hubungan sosial yang saling menghargai,

menghormati perbedaan, dan menjunjung nilai-nilai empati. Manfaat ini diharapkan dapat membantu peserta menerapkan perilaku yang lebih positif dalam lingkungan pendidikan, organisasi, keluarga, masyarakat, maupun ruang digital.

Bagi mitra, yaitu HMI Cabang Kupang Komisariat FISIP UNDANA, kegiatan ini memberikan kontribusi dalam memperkuat peran organisasi sebagai agen edukasi dan pembinaan generasi muda. Melalui keterlibatan dalam kegiatan ini, mitra memperoleh pengalaman dalam menyelenggarakan program edukatif yang berkaitan dengan isu sosial remaja. Materi, pengalaman diskusi, dan pola pelaksanaan kegiatan dapat menjadi bekal bagi mitra untuk mengembangkan kegiatan serupa secara mandiri dan berkelanjutan.

Pada tingkat lingkungan sosial, kegiatan ini turut membangun kesadaran kolektif mengenai pentingnya menciptakan lingkungan yang aman, inklusif, dan bebas dari perundungan. Kesadaran tersebut penting untuk memperkuat budaya saling menghormati, baik di lingkungan pendidikan, organisasi kemahasiswaan, maupun masyarakat. Dengan meningkatnya pemahaman peserta, diharapkan nilai-nilai anti-perundungan dapat disebarluaskan kepada lingkungan terdekat sehingga potensi terjadinya perundungan dapat diminimalkan.

Selain itu, kegiatan ini menjadi langkah awal dalam mendorong keberlanjutan program anti-perundungan melalui kolaborasi antara perguruan tinggi, organisasi kemahasiswaan, dan masyarakat. Keberlanjutan program dapat dilakukan melalui edukasi lanjutan, kampanye anti-perundungan, diskusi tematik, serta penguatan peran peserta sebagai agen perubahan di lingkungan masing-masing. Dengan demikian, manfaat kegiatan tidak hanya dirasakan selama pelaksanaan, tetapi juga berpotensi memberikan dampak jangka panjang dalam membangun lingkungan sosial yang lebih

sehat, aman, dan mendukung perkembangan remaja.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan anti-perundungan dengan tema “Penyuluhan *Anti-Bullying* sebagai Upaya Pencegahan Perundungan pada Remaja di Kota Kupang melalui Pendekatan Multidisipliner” telah terlaksana dengan baik melalui kerja sama antara Tim PKM FISIP UNDANA dan HMI Cabang Kupang Komisariat FISIP UNDANA. Kegiatan ini memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai bentuk-bentuk perundungan, faktor penyebab, dampak, serta upaya pencegahannya, baik di lingkungan sosial langsung maupun di ruang digital.

Berdasarkan hasil observasi, diskusi, refleksi, dan umpan balik peserta, penyuluhan ini mendorong peningkatan kesadaran peserta mengenai pentingnya empati, sikap saling menghormati, komunikasi yang positif, dan penggunaan media sosial secara bertanggung jawab. Pendekatan multidisipliner yang mengintegrasikan perspektif psikologi, sosial, pendidikan, dan hukum membantu peserta memahami perundungan secara lebih menyeluruh, tidak hanya sebagai perilaku individu, tetapi juga sebagai persoalan sosial yang perlu dicegah bersama.

Keaktifan peserta dalam sesi diskusi dan tanya jawab menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang digunakan mampu mendorong keterlibatan peserta serta memperkuat kesadaran mereka tentang pentingnya menciptakan lingkungan yang aman, inklusif, dan bebas dari perundungan. Sebagai tindak lanjut, diperlukan program edukasi anti-perundungan yang berkelanjutan melalui kerja sama antara perguruan tinggi, organisasi kemahasiswaan, sekolah, dan masyarakat. Upaya tersebut diharapkan dapat memperkuat budaya anti-

perundungan dan mendukung terciptanya lingkungan sosial yang lebih sehat bagi remaja.

6. UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pelaksana PKM menyampaikan terima kasih kepada HMI Cabang Kupang Komisariat FISIP UNDANA atas kerja sama, dukungan, dan fasilitasi yang diberikan sejak tahap persiapan hingga pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan, diskusi, dan tanya jawab.

Tim pelaksana turut menyampaikan apresiasi kepada para narasumber, panitia, dan mahasiswa yang terlibat dalam perencanaan, koordinasi, dokumentasi, serta pelaksanaan kegiatan. Terima kasih juga disampaikan kepada FISIP UNDANA atas dukungan akademik dan kelembagaan yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

7. DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. Sukarman and Sarilah, “Upaya Pencegahan Perundungan di Sekolah Dasar melalui Edukasi dan Sosialisasi,” *J. Ilm. Pengabd. dan Inov.*, vol. 3, no. 4, pp. 479–492, Jul. 2025, doi: 10.57248/jilpi.v3i4.647.
- [2] E. A. Putri, “Dampak Bullying Di Lingkungan Sekolah Terhadap Perkembangan Psikologis,” *Educ. J.*, vol. 1, no. 2, pp. 392–398, 2026, doi: 10.63822/bx1y7275.
- [3] M. S. Pili, Masdalifah, and E. Ramadhani, “Pengaruh Kekerasan Verbal terhadap Kecemasan Komunikasi dan Kepercayaan Diri Remaja di Kota Medan,” *J. Komun. Nusantara*, vol. 7, no. 2, pp. 273–286, 2025, doi: <https://doi.org/10.33366/jkn.v7i2.2393>.

- [4] Azizah Rofifatun Nauroh Gunadi, Wahyu Endang Setyowati, and Betie Febriana, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan pada Korban Perundungan," *J. Med. Pract. Res.*, vol. 1, no. 2, pp. 98–106, Dec. 2025, doi: 10.65310/b4mcjv38.
- [5] I. Arifin, Nirwana, Nurmagfira, and Aksayanti, "Dinamika Cyberbullying di Media Sosial dan Dampaknya Terhadap Kehidupan Sosial Remaja," *DISCOURSE Indones. J. Soc. Stud. Educ.*, vol. 2, no. 2, pp. 92–102, Mar. 2025, doi: 10.69875/djosse.v2i2.133.
- [6] W. N. M. Firdaus, A. W. Purnama, A. P. Widaya, R. Isnadi, and S. Suwartini, "Sosialisasi Anti Perundungan Sejak Dini: Membangun Kesadaran Peserta Didik Sekolah Dasar Akan Bahaya Bullying," *Indones. J. Innov. Multidisipliner Res.*, vol. 4, no. 2, pp. 3849–3861, Jun. 2026, doi: 10.69693/ijim.v4i2.900.
- [7] S. von Humboldt, G. Low, and I. Leal, "From Words to Wounds: Cyberbullying and Its Influence on Mental Health Across the Lifespan," *Behav. Sci. (Basel)*, vol. 15, no. 5, pp. 1–24, 2025, doi: 10.3390/bs15050619.
- [8] S. Nurmasitah, S. A. Bella, M. F. Na'am, and Musdalifah, "Eksplorasi Perilaku Cyberbullying Remaja Di Media Whatsapp: Peran Pola Komunikasi Dalam Keluarga," *JKKP (Jurnal Kesejaht. Kel. dan Pendidikan)*, vol. 12, no. 1, pp. 15–26, 2025, doi: DOI: <http://doi.org/10.21009/JKKP.121.02>.
- [9] D. N. Rachmah, "Empati Pada Pelaku Bullying," *J. Ecopsy*, vol. 1, no. 2, Oct. 2016, doi: 10.20527/ecopsy.v1i2.487.
- [10] H. Muzedi and A. A. Widodo, "Menejemen Kurikulum Pencegahan Bullying Edukasi Dan Intervensi Berbasis Agama Pondok Modern Al Rifaie 2 Malang," *Al-Zayn J. Ilmu Sos. Huk.*, vol. 3, no. 4, pp. 4085–4095, 2025, doi: 10.61104/alz.v3i4.1903.
- [11] Y. E. Waang, J. P. Konay, F. Pairikas, J. Leobisa, and Y. A. Saingo, "Korban Ke Penyitas: Upaya Sekolah Mengatasi Bullying Fisik Melalui Empatik," *J. Ilmu Psikol. Dan Kesehat.*, vol. 02, no. 02, pp. 35–44, 2025.
- [12] R. A. Solihin *et al.*, "Stop Bullying Membangun Lingkungan yang Aman dan Nyaman," *Menulis J. Penelit. Nusantara*, vol. 1, no. 11, pp. 108–111, 2025.
- [13] I. R. Rayni, "Menanggulangi Bullying: Tinjauan Faktor dan Upaya Pencegahan," *Couns. AS SYAMIL J. Ilm. Bimbing. Konseling Islam*, vol. 4, no. 1, pp. 1–8, 2024, doi: 10.24260/as-syamil.v4i1.2553.
- [14] Chelsea Rizky Valentia, Aisyah Nurbaiti, and Risma Anita Putriani, "Perilaku Membully pada Remaja: Kajian Literatur Faktor Penyebab dan Dampaknya," *RISOMA J. Ris. Sos. Hum. dan Pendidik.*, vol. 4, no. 3, pp. 146–160, May 2026, doi: 10.62383/risoma.v4i3.1674.
- [15] M. Ziqri, Rahmi, T. Analiza, C. Z. Sinta, and S. Widyawati, "Fenomena Cyberbullying di Media Sosial sebagai Pelanggaran Sila Kedua Pancasila," *Menulis J. Penelit. Nusantara*, vol. 2, no. 1, pp. 226–232, Jun. 2026, [Online]. Available: <https://ejournalinternationalpancasila.bpip.go.id/index.php/PJI/article/view/36>