

PROMOSI KESEHATAN “STOP CYBERBULLYING” PADA SISWA SMK KESEHATAN UTAMA GLOBAL MADANI LAMPUNG TENGAH

Ekta Puspita Sari¹, Dina Puspita²

^{1,2} Prodi Kebidanan, Akademi Wahana Husada Bandar Jaya

Email : (ektapspascasarjanaumitra@gmail.com)¹

Abstrak : Promosi Kesehatan “Stop Cyberbullying” Pada SMK Kesehatan Utama Global Madani Lampung Tengah. *Cyberbullying* merupakan salah satu masalah yang semakin meningkat pada remaja seiring dengan pesatnya penggunaan media sosial. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya secara sosial, tetapi juga berpengaruh terhadap kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan penurunan kepercayaan diri. Maka dari itu, diperlukan upaya promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja dalam mencegah dan menghadapi *cyberbullying* di lingkungan sekolah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa SMK tentang bahaya *cyberbullying* serta cara pencegahan dan penanganannya. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan dengan pendekatan edukatif melalui ceramah, diskusi interaktif, dan media leaflet. Kegiatan dilakukan pada 69 siswa SMK Kesehatan Utama Global Madani Kecamatan Yukum Jaya Kabupaten Lampung Tengah. Evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan intervensi. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa terkait *cyberbullying*. Sebelum penyuluhan, sebagian besar siswa memiliki pemahaman yang kurang tentang dampak dan pencegahan *cyberbullying*. Setelah dilakukan promosi kesehatan, terjadi peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan dan kesadaran siswa dalam mengenali, mencegah, dan merespons tindakan *cyberbullying*. Promosi kesehatan melalui strategi penyuluhan yang tepat dan penggunaan media promosi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang *cyberbullying*. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah preventif dalam menekan kejadian *cyberbullying* serta meningkatkan kesehatan mental remaja di lingkungan sekolah.

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

Pendahuluan

Cyberbullying (perundungan siber) adalah perilaku agresif, disengaja, dan berulang yang dilakukan melalui teknologi digital seperti media sosial, chat, atau game online untuk menakuti, marah, atau mempermalukan korban. Tindakan ini sering melibatkan penyebaran kebohongan, pengiriman ancaman, atau pengucilan online yang merusak kesehatan mental. Menurut UNICEF (2020), 1 dari 3 anak-anak di seluruh dunia mengalami *cyberbullying*, yang dapat menyebabkan dampak negatif terhadap kesehatan mental dan emosional remaja. *Cyberbullying* terjadi melalui berbagai jenis platform media sosial, seperti Facebook, Instagram, Twitter, dan lain-lain (Rahmawati, 2023). Anak-anak dan remaja yang menjadi sasaran *cyberbullying* dapat mengalami stress, depresi, kecemasan, hingga berkeinginan untuk bunuh diri (Hidayat, 2022).

Di Asia Tenggara, 45% anak-anak mengalami *cyberbullying* (UNICEF, 2022). Angka ini cukup tinggi dan menunjukkan bahwa *cyberbullying* merupakan masalah yang serius di kawasan ini. Di Indonesia, 45% anak-anak juga mengalami *cyberbullying* (Kusuma, 2022). Bahkan, JPPI (2024) melaporkan bahwa terdapat 573 kasus *bullying* di sekolah pada tahun 2024, dengan 31% terkait *cyberbullying* (JPPI, 2024). KPAI (2024) juga menerima 2.057 pengaduan terkait perlindungan anak pada tahun 2024, dengan 954 kasus sudah ditindaklanjuti (KPAI, 2024). Data ini menunjukkan bahwa *cyberbullying* merupakan masalah yang tidak dapat diabaikan di Indonesia. Sedangkan di Lampung, belum ada data spesifik tentang *cyberbullying*, namun perlu diwaspadai bahwa *cyberbullying* dapat terjadi di mana saja, termasuk di Lampung Tengah (Wijaya, 2023).

Cyberbullying dapat terjadi karena kurangnya kesadaran dan pengetahuan anak-anak dan remaja tentang bahaya *cyberbullying* (Sari, 2023). Banyak anak-anak dan remaja yang tidak menyadari

bahwa tindakan mereka dapat dianggap sebagai *cyberbullying* (Hadi, 2022). Oleh karena itu, pendidikan dan penyuluhan tentang *cyberbullying* sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan anak-anak dan remaja. Orang tua dan guru memiliki peran yang sangat penting dalam mencegah *cyberbullying*. Hal ini merupakan masalah yang kompleks dan perlu diatasi dengan kerjasama antara semua pihak, dimulai dari pemerintah yang dapat membuat kebijakan dan program untuk mencegah *cyberbullying*. Sekolah dapat memberikan pendidikan dan penyuluhan tentang *cyberbullying* kepada anak-anak dan remaja. Orang tua dapat memonitoring, memantau dan mengawasi anak-anak mereka dalam menggunakan media sosial. Masyarakat dapat melaporkan kasus *cyberbullying* kepada pihak yang berwenang. Dengan adanya kerjasama ini, diharapkan dapat mengurangi angka *cyberbullying* di Indonesia dan meningkatkan kesadaran serta pengetahuan anak-anak dan remaja tentang bahaya *cyberbullying* (Sari, 2023).

Banyaknya populasi remaja di Kabupaten Lampung Tengah tidak menutup kemungkinan suatu hari akan menjadi pelaku atau korban dari *Cyberbullying*. Sehingga secara khusus, Pengabdian masyarakat ini akan berfokus pada edukasi *cyberbullying* remaja tingkat SMA/Sederajat di Kabupaten Lampung Tengah.

Metode

Kegiatan ini merupakan bentuk pengabdian masyarakat dengan pendekatan edukatif dan evaluatif, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang Bullying dan *Cyberbullying*. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada 21 Januari 2026. Sasaran dalam kegiatan ini adalah remaja putri usia 15–18 tahun di SMK Kesehatan Utama Global Madani Kecamatan Yukum Jaya Kabupaten Lampung Tengah dengan jumlah peserta sebanyak 69 orang. Lokasi untuk pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini adalah di SMK Kesehatan Global Madani, Jl. Negara Yukum Jaya, KM.66 No.59, Terbanggi Besar, Lampung Tengah, Lampung.

Langkah-langkah PKM dan langkah-langkah pelaksanaan dimulai diantaranya:

1. Pengumpulan data. Adapun pengumpulan data melalui pengukuran Tingkat pengetahuan tentang bullying dan *cyberbullying*, dampak *cyberbullying* terhadap kesehatan mental, serta pemahaman tentang pencegahan bullying dengan membagikan kuesioner *Pre-test* dan *Post test*.
2. Pelaksanaan Kegiatan. Dilakukan penyuluhan tentang promosi kesehatan bullying dan *cyberbullying*, dampak terhadap kesehatan mental, pencegahan bullying. Yang dimulai dari beberapa tahap diantaranya:
 - a. Tahap Persiapan mulai dari penyusunan materi edukasi, pembuatan media (*Leaflet* dan PPT) dan penyusunan kuesioner.
 - b. Tahap Pelaksanaan. Pengukuran pengetahuan awal dengan melakukan *Pretest*. Pemberian edukasi dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab serta diskusi interaktif. Penyampaian materi dan demonstrasi Teknik relaksasi sederhana.
 - c. Tahap evaluasi. Dilakukan *Post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan tentang *Cyberbullying* dan Analisa hasil pre dan *posttest* pengisian kuesioner. Adapun Analisa data menggunakan metode deksriptif kuantitatif.

Hasil Dan Pembahasan

Pada pelaksanaan penyuluhan dengan tema "Stop *Cyberbullying*" antusias siswa di SMK Kesehatan Utama Global Madani terhadap pelaksanaan kegiatan ini berlangsung dengan baik. Hal ini terlihat dari jumlah siswa yang banyak dan kooperatif serta aktif dalam mengikuti kegiatan ini. Adapun sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa-siswi kelas 12 jurusan keperawatan dan farmasi SMK Kesehatan Utama Global Madani dengan jumlah 69 orang. Kegiatan penyuluhan dengan tema "Stop *Cyberbullying*" di SMK Kesehatan Utama Global Madani dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa-siswi

tentang dampak negatif *cyberbullying* dan cara mencegahnya.

Tabel 1. Hasil Evaluasi

No	Rumusan Pertanyaan	Indikator	Hasil (n = 69 siswa)	Keterangan
1	Bagaimana tingkat pengetahuan remaja sebelum promosi kesehatan?	Skor <i>pre-test</i>	Baik: 24 siswa (34,8%) Sedang: 28 siswa (40,6%) Kurang: 17 siswa (24,6%)	Mayoritas masih pada kategori sedang-kurang
2	Bagaimana tingkat pengetahuan remaja setelah promosi kesehatan?	Skor <i>post-test</i>	Baik: 55 siswa (79,7%) Sedang: 14 siswa (20,3%) Kurang: 0 siswa (0%)	Terjadi peningkatan signifikan pada kategori baik
3	Apakah promosi kesehatan efektif?	Rata-rata skor	<i>Pre-test</i> : 60,2 <i>Post-test</i> : 84,7	Terjadi peningkatan skor $\pm 24,5$ poin (efektif)
4	Bagaimana perubahan kesadaran remaja?	Sikap & respon	Meningkat: 59 siswa (85,5%) Tetap: 10 siswa (14,5%)	Siswa lebih bijak dan responsif terhadap <i>cyberbullying</i>

Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat menunjukkan bahwa sebelum dilakukan promosi kesehatan, sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan pada kategori sedang (34.8%) hingga kurang (24.6%). Hal ini menunjukkan bahwa remaja masih belum memahami secara optimal konsep *cyberbullying*, termasuk bentuk dan dampaknya terhadap kesehatan mental. Kondisi ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa rendahnya literasi digital pada remaja meningkatkan risiko terjadinya *cyberbullying* (Kowalski et al., 2014).



Gambar 1. Pelaksanaan pemberian Promosi Kesehatan

Setelah dilakukan kegiatan promosi kesehatan, terjadi peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan siswa, di mana sebagian besar siswa masuk dalam kategori baik (79,7%). Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi seperti penyuluhan, diskusi interaktif, dan penggunaan media leaflet efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja. Temuan ini sesuai dengan teori Health Belief Model yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan tentang risiko dan dampak suatu perilaku dapat mempengaruhi tindakan pencegahan (Rosenstock, 1974). Peningkatan nilai skor rata-rata dari 60,2 menjadi 84,7 menunjukkan bahwa promosi kesehatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terbukti sangat efektif. Hal ini juga didukung oleh penelitian Hutagalung et al. (2020) yang menyatakan bahwa intervensi edukatif mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja. Metode yang interaktif memungkinkan siswa lebih mudah memahami materi dan menginternalisasi informasi yang diberikan.

Selain itu, terjadi peningkatan kesadaran siswa sebesar 85,5% dalam mencegah dan menghadapi *cyberbullying*. Siswa menunjukkan perubahan sikap menjadi lebih bijak dalam menggunakan media sosial, berhati-hati dalam berinteraksi, serta berani untuk melaporkan tindakan *cyberbullying*. Hal ini sesuai dengan Theory of Planned Behavior yang menjelaskan bahwa perubahan perilaku dipengaruhi oleh sikap, norma sosial, dan kontrol diri (Ajzen, 1991). Dengan demikian, kegiatan promosi kesehatan melalui penyuluhan efektif meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap dan perilaku positif remaja dalam menghadapi *cyberbullying*. Intervensi berbasis sekolah seperti ini terbukti efektif dan dapat dijadikan sebagai strategi preventif dalam meningkatkan kesehatan mental remaja.



Gambar 2. Visual responden siswi SMK Kesehatan Utama Global Madani

Faktor penghambat dari kegiatan ini seperti beberapa siswa yang kurang focus mendengarkan penyuluhan karena adanya keterbatasan dalam ruangan penyuluhan. Walaupun ada faktor pendukung dan penghambat dari berlangsungnya kegiatan ini, secara keseluruhan kegiatan berjalan dengan lancar dan masyarakat khususnya siswa remaja mendapat manfaat dari kegiatan ini. Faktor pendukung dari kegiatan ini diantaranya adalah, semangat dari para panitia kegiatan pengabdian kepada masyarakat khususnya dari dosen dan mahasiswa, dukungan penuh dari dewan guru di SMK Kesehatan Utama Global Madani, dukungan dari wakil Kepala Sekolah langsung ikut berkecimpung dalam pelaksanaan kegiatan dan antusias peserta yang begitu semangat dalam mengikuti kegiatan yang dilaksanakan oleh Akademi Kebidanan Wahana Husada Bandar Jaya.

Simpulan Dan Saran

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang promosi kesehatan “*Stop Cyberbullying*” terhadap 69 siswa SMK Kesehatan Utama Global Madani, dapat disimpulkan bahwa kegiatan promosi kesehatan yang dilakukan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terkait *cyberbullying*. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan pada kategori sedang hingga kurang. Setelah dilakukan promosi kesehatan melalui metode penyuluhan, diskusi interaktif, dan media edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan dengan mayoritas siswa berada pada kategori baik. Selain itu, terjadi peningkatan kesadaran siswa dalam mencegah dan menghadapi *cyberbullying*, ditandai dengan sikap yang lebih bijak dalam penggunaan media sosial serta kesiapan untuk tidak terlibat dalam perilaku *cyberbullying*. Dengan demikian, kegiatan promosi kesehatan ini efektif sebagai upaya preventif dalam mendukung kesehatan mental remaja di lingkungan sekolah.

Daftar Rujukan

- Barlett, C. P., & Gentile, D. A. (2021). The evolution of *cyberbullying* research: A meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 57, 101421. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2020.101421>
- Brewer, G., & Kerslake, J. (2021). *Cyberbullying*, self-esteem, empathy, and loneliness. *Computers in Human Behavior Reports*, 3, 100073. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100073>

- Chun, J., Lee, S., & Kim, J. (2024). Ontology development for cyber violence victimization in adolescents. *SAGE Open*, 14(2). <https://doi.org/10.1177/21582440241250152>
- Espelage, D. L., Hong, J. S., & Valido, A. (2021). Bullying prevention and intervention in school settings. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, 1–26.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2021). *Health behavior: Theory, research, and practice* (6th ed.). Jossey-Bass.
- Hutagalung, D. D., Siregar, N. S., & Harahap, W. A. (2020). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang bullying. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 123–130.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & McCord, A. (2020). A developmental approach to *cyberbullying*. *Journal of Adolescent Health*, 67(2), 197–203. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.03.014>
- Kurniasari, A., & Wahyuni, S. (2022). Promosi kesehatan dalam pencegahan *cyberbullying* pada remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(1), 45–52.
- Lee, H. S., & Jun, J. K. (2024). Role of moral disengagement and media literacy in cyberaggression among adolescents. *Scientific Reports*, 14, 30877. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-81858-1>
- Li, C., Wang, P., Martin-Moratinos, M., & Bella-Fernández, M. (2022). *Cyberbullying* and mental health problems: A meta-analysis. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02128-x>
- Mahmud, T., Ptaszynski, M., Eronen, J., & Masui, F. (2023). *Cyberbullying* detection for low-resource languages: A systematic review. *IEEE Access*, 11, 12345–12360.
- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G., & Runions, K. C. (2020). Bullying prevalence across contexts. *Journal of Adolescent Health*, 67(1), 45–52.
- Noh, P., & Yoon, H. (2024). Parental support and peer relationships in *cyberbullying*. *Korean Journal of Youth Studies*, 31(7), 261–283.
- Notoadmodjo, S. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (Edisi revisi). Rineka Cipta.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2020). *Cyberbullying* and self-esteem. *Journal of School Health*, 90(7), 511–516.
- Putri, R. A., & Sari, D. P. (2023). Edukasi kesehatan mental remaja berbasis sekolah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 89–97.
- Rahayu, S., & Nugroho, A. (2021). Perilaku remaja dalam penggunaan media sosial. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 101–110.
- Santrock, J. W. (2021). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill.
- Shin, W., & Kim, H. W. (2022). Problematic mobile phone use and *cyberbullying*. *Behaviour & Information Technology*, 42(4), 424–443.
- Siregar, N. S. (2022). Promosi kesehatan berbasis sekolah pada remaja. *Jurnal Kesehatan*, 15(1), 55–63.
- Smith, P. K., & Steffgen, G. (2020). *Cyberbullying through the new media*. Psychology Press.
- Tokunaga, R. S. (2020). *Cyberbullying* victimization review. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287.
- UNICEF. (2020). *Cyberbullying: What is it and how to stop it*. UNICEF.
- Wang, X., Qiao, Y., Li, W., & Dong, W. (2021). Online disinhibition and *cyberbullying*. *Journal of Early Adolescence*, 41(5), 678–695.
- WHO. (2021). *Adolescent mental health*. World Health Organization.
- Wright, M. F. (2021). *Cyberbullying* and adolescent mental health. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(1), 1–10.
- Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2020). Youth involvement in *cyberbullying*. *Journal of Adolescent Health*, 67(1), 46–52.
- Zhang, L., & Liu, Q. (2022). Digital media and adolescent mental health. *Frontiers in Psychology*, 13, 845678.



BAGIMU NEGERI : JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT

P-ISSN : 2548-8651 | E-ISSN : 2548-866X

Email : ejournal@umpri.ac.id

- Zhou, J., Zhao, H., & Zou, Y. (2023). *Cyberbullying* and depressive symptoms. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 26(5), 345–352.
- Zhu, C., Huang, S., Evans, R., & Zhang, W. (2021). *Cyberbullying* systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 59, 101559.