

DOI : <https://doi.org/10.37776/pend.v3i3.2238>

BE A BUDDY, NOT A BULLY: BUILDING A CARING SCHOOL TOGETHER AT SMK GEMEREH SEGAMAT JOHOR, MALAYSIA

Sukma Sahreny¹, Elvita Norsa Susana², Ratna Dewi Silalahi³, Cevy Amalia⁴,
Muhamad Ismail⁵, Hasyim Mohammed Amar⁶, Sellvine Marumpe Singcolan⁷, Naila
Kalyca Hanun⁸, Mohamad Haris Danial Bin Norhisham⁹,
Ahmad Ridzwa Bin Yahaya¹⁰

^{1,2,6}Fakultas Kedokteran Universitas Batam, ^{3,4,7,8}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Batam,

^{5,9,10}Fakulti Sains Maklumat Universiti Teknologi Mara

Program Studi Pendidikan Dokter, Program Studi Profesi Dokter, Program Studi Keperawatan,

Program Studi Psikologi, Fakulti Sains Maklumat

Email: elvitans@univbatam.ac.id, sukmasahreni@univbatam.ac.id, ratnadewi841@univbatam.ac.id,

cevy_psychology@univbatam.ac.id

Keywords :

Bullying, Anti-bullying Education, Active Bystander, Safe School Environment

Abstract. The community service program "Be a Buddy, Not a Bully: Building a Caring School Together" was implemented to enhance students' understanding and awareness of bullying while fostering a safe and supportive school environment. The program engaged 16 participants and utilized interactive educational methods, including presentations, discussions, and visual learning materials. Evaluation through pre-test and post-test demonstrated a significant increase in students' knowledge, with the average score rising from 5.4 to 9.0 after the intervention. Participants also showed positive attitudinal changes, particularly in developing empathy and confidence to act as active bystanders. The results of this program highlight the effectiveness of participatory educational approaches in promoting anti-bullying awareness and strengthening students' character at SMK Gemereh, Segamat, Johor, Malaysia.

Kata Kunci :

Bullying, Edukasi Anti-Bullying, Bystander Aktif, Lingkungan Sekolah Aman

Abstrak, Program Pengabdian Masyarakat "Be a Buddy, Not a Bully: Building a Caring School Together" dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa mengenai bullying serta mendorong terciptanya lingkungan sekolah yang aman dan peduli. Kegiatan ini melibatkan 16 peserta dan menggunakan metode edukasi interaktif melalui penyuluhan, diskusi, dan pemutaran materi visual. Evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dari rata-rata 5,4 menjadi 9,0 setelah penyuluhan. Peserta juga menunjukkan perubahan sikap positif, termasuk meningkatnya empati dan keberanian untuk bertindak sebagai active bystander. Hasil kegiatan ini menegaskan bahwa pendekatan edukatif yang partisipatif efektif dalam membangun budaya anti-bullying dan memperkuat karakter siswa di SMK Gemereh, Segamat, Johor, Malaysia.

1. PENDAHULUAN

Bullying merupakan isu psikososial yang menjadi perhatian penting di berbagai negara, termasuk Indonesia dan Malaysia. Perilaku bullying dapat muncul dalam bentuk fisik, verbal, emosional, maupun sosial, dan umumnya terjadi secara berulang serta melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara

pelaku dan korban. Dampaknya sangat serius, mulai dari gangguan konsentrasi, penurunan prestasi akademik, kecemasan, depresi, hilangnya rasa percaya diri, hingga risiko trauma psikologis jangka panjang. Presentasi "Stop Bullying" yang digunakan dalam kegiatan ini juga menegaskan bahwa bullying adalah tindakan agresif yang tidak dapat ditoleransi dan harus dicegah melalui edukasi yang tepat.

Fenomena bullying telah menjadi perhatian internasional, di mana berbagai negara berupaya memperkuat literasi kesehatan mental dan membangun budaya sekolah yang aman dan inklusif. Dalam konteks tersebut, kolaborasi lintas negara dalam kegiatan pengabdian masyarakat (international community engagement) memiliki nilai strategis karena memungkinkan pertukaran pengetahuan, metode edukasi, dan pengalaman dalam menangani isu bullying. Kegiatan ini menjadi wujud kerjasama akademik antara institusi pendidikan Indonesia dan Malaysia dalam meningkatkan kesadaran siswa terhadap bahaya bullying serta upaya pencegahannya.

Sekolah Menengah Kebangsaan Gemereh Segamat, Malaysia, merupakan lingkungan pendidikan yang terdiri dari siswa remaja dengan latar belakang sosial serta dinamika pergaulan yang beragam. Masa remaja adalah fase di mana pembentukan identitas diri, interaksi sosial, dan sensitivitas emosional sangat berkembang, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap perilaku bullying, baik sebagai korban, pelaku, maupun pengamat (bystander). Berdasarkan komunikasi awal dengan pihak sekolah, masih terdapat kebutuhan untuk memperkuat pemahaman siswa mengenai definisi bullying, jenis-jenisnya, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah dan menangani bullying secara tepat. Kondisi ini mempertegas pentingnya kegiatan edukasi yang komprehensif.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui metode penyuluhan yang bersifat interaktif dan komunikatif, disertai dengan pengukuran tingkat pengetahuan melalui pre-test dan post-test. Penyuluhan mencakup materi tentang bentuk-bentuk bullying, peran setiap pihak dalam lingkaran bullying, tanda-tanda korban maupun pelaku, dampak yang ditimbulkan, serta strategi efektif untuk mencegah dan menghentikan perilaku tersebut. Penggunaan pre-post test bertujuan untuk menilai sejauh mana edukasi yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan siswa secara terukur dan objektif.

Tujuan utama kegiatan ini adalah untuk meningkatkan literasi dan kesadaran siswa SMK Gemereh Segamat mengenai bullying, memperkuat pemahaman mereka dalam mengenali dan menghindari perilaku bullying, serta menumbuhkan sikap empati dan keberanian untuk bertindak ketika melihat kejadian bullying. Selain itu, kegiatan ini diharapkan menjadi model kolaborasi pengabdian masyarakat antar-negara yang dapat memperkaya pengalaman akademik dan memperluas dampak sosial dalam upaya menciptakan lingkungan sekolah yang aman, kondusif, dan mendukung kesehatan mental remaja.

2. METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan permasalahan bullying yang telah diuraikan dalam bagian pendahuluan, Program Pengabdian Masyarakat ini dirancang untuk memberikan edukasi komprehensif kepada siswa mengenai bentuk-bentuk bullying, dampaknya, serta strategi pencegahannya. Metode pelaksanaan disusun secara partisipatif agar siswa tidak hanya memahami konsep bullying secara teoritis, tetapi juga mampu mengembangkan kepekaan sosial, empati, dan keterampilan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan suportif.

Pelaksanaan program memadukan penyampaian materi interaktif, pemutaran video ilustratif, diskusi kelompok, serta simulasi sederhana untuk membantu siswa mengenali peran pelaku, korban, maupun pengamat (bystander) dalam siklus bullying. Pendekatan ini dipilih agar kegiatan tidak bersifat satu arah, tetapi mendorong siswa berpartisipasi aktif, merefleksikan perilaku sehari-hari, dan membangun komitmen bersama untuk mencegah bullying di lingkungan sekolah. Upaya ini dilakukan melalui beberapa langkah konkret, antara lain:

1. Edukasi mengenai pemahaman bullying kepada siswa sebagai langkah peningkatan literasi kesehatan mental remaja. Materi yang diberikan mencakup definisi bullying, karakteristik perilaku agresif yang berulang, bentuk-bentuk bullying (fisik, verbal, sosial, dan siber), serta faktor yang menyebabkan seseorang berpotensi menjadi pelaku maupun korban. Penekanan

diberikan pada pentingnya empati, komunikasi yang sehat, dan kemampuan mengidentifikasi tanda-tanda awal perilaku intimidatif di lingkungan sekolah. Edukasi ini bertujuan membekali siswa dengan pemahaman dasar yang komprehensif sehingga mereka mampu mengenali dan menghindari perilaku bullying dalam kehidupan sehari-hari.

2. Edukasi mengenai dampak psikologis, sosial, akademik, serta risiko jangka panjang dari bullying. Siswa diperkenalkan dengan berbagai konsekuensi yang dapat dialami korban, seperti kecemasan, depresi, isolasi sosial, penurunan prestasi belajar, hingga gangguan perkembangan mental jangka panjang. Diskusi interaktif dilakukan melalui contoh kasus yang relevan dengan kehidupan remaja untuk membantu siswa memahami bahwa bullying bukan sekadar tindakan bercanda, tetapi memiliki dampak serius terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan individu. Upaya ini meningkatkan kepekaan siswa terhadap pentingnya menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan suportif.
3. Penguatan peran siswa sebagai pengamat (bystander) positif dalam pencegahan bullying. Materi ini menekankan bahwa siswa tidak hanya berperan sebagai pelaku atau korban, tetapi juga dapat menjadi pihak ketiga yang berperan penting dalam menghentikan bullying. Strategi safe intervention diperkenalkan, seperti melaporkan kejadian kepada guru, mendukung korban, atau menghindari penguatan perilaku pelaku. Pendekatan ini dirancang untuk membangun keberanian, kepercayaan diri, dan tanggung jawab sosial siswa dalam menciptakan budaya anti-bullying.
4. Pelaksanaan sesi diskusi dan tanya jawab melalui penyuluhan interaktif. Untuk meningkatkan keterlibatan siswa, penyuluhan dilakukan dengan metode partisipatif melalui pertanyaan reflektif, permainan kecil, dan skenario kasus. Pendekatan ini memungkinkan siswa mengekspresikan pendapat, berbagi pengalaman, dan memahami dinamika bullying dari berbagai sudut pandang. Interaksi dua arah ini membantu memperkuat pemahaman dan mendorong proses internalisasi nilai-nilai anti-bullying.
5. Pengukuran tingkat pengetahuan siswa melalui pre-test dan post-test. Instrumen evaluasi disusun untuk menilai pengetahuan awal siswa sebelum penyuluhan dan mengetahui sejauh mana perubahan pemahaman setelah kegiatan berlangsung. Hasil pre-test dan post-test dianalisis untuk mengidentifikasi efektivitas penyuluhan serta menentukan aspek yang perlu ditingkatkan dalam kegiatan lanjutan. Langkah ini berfungsi sebagai kontrol kualitas sekaligus menjadi basis rekomendasi bagi sekolah dalam mengembangkan program pencegahan bullying yang berkelanjutan.

Program yang dilaksanakan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa mengenai berbagai bentuk bullying serta dampaknya terhadap aspek fisik, psikologis, dan sosial, sekaligus membekali mereka dengan keterampilan dasar untuk mengenali, mencegah, dan merespons tindakan bullying di lingkungan sekolah. Melalui edukasi yang interaktif dan mudah dipahami, program ini mendorong siswa untuk mengembangkan empati, komunikasi positif, serta keberanian menjadi active bystander sehingga mereka mampu berkontribusi menciptakan budaya sekolah yang aman, suportif, dan bebas dari kekerasan.

Solusi yang ditawarkan meliputi pelatihan terstruktur yang mencakup:

1. Penyediaan edukasi komprehensif mengenai bullying, mulai dari definisi, jenis-jenis, faktor risiko, dampak psikologis dan sosial, hingga strategi pencegahan.
2. Pemberian pemahaman mengenai peran siswa sebagai pengamat (bystander) untuk mendorong tindakan positif ketika melihat bullying terjadi.
3. Penguatan literasi kesehatan mental remaja melalui contoh-contoh kasus dan diskusi interaktif.
4. Pengukuran peningkatan pengetahuan siswa untuk menilai efektivitas edukasi dan menentukan kebutuhan intervensi lanjutan.

Target luaran dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan siswa dalam mengenali serta mencegah tindakan bullying di lingkungan sekolah, yang ditunjukkan melalui pemahaman yang lebih baik tentang bentuk-bentuk bullying, peran pelaku–korban–bystander, serta langkah-langkah respons yang tepat. Selain itu, kegiatan ini diharapkan menghasilkan perubahan

sikap menuju lingkungan sekolah yang lebih aman dan suportif, tersusunnya komitmen anti-bullying dari siswa dan sekolah, serta tersedianya materi edukasi sebagai bahan ajar berkelanjutan yang dapat digunakan oleh guru maupun pihak sekolah dalam program pencegahan bullying di masa mendatang. Indikator capaian dirancang secara terukur dan kuantitatif, baik dari aspek peningkatan pengetahuan, keterampilan praktik, maupun keterlibatan aktif peserta, hasil kajian dan temuan lapangan dari tim pengusul akan dituangkan dalam laporan ilmiah untuk memperkuat nilai akademik dan memastikan keberlanjutan program.

Dokumentasi program, termasuk aktivitas pelatihan dan kolaborasi lintas negara, akan disusun dalam bentuk book chapter atau laporan ilmiah sebagai kontribusi bagi pengembangan sumber daya manusia di Universitas Batam dan mitra internasional. Publikasi ini diharapkan memperkaya literatur terkait inovasi pemuda dan menjadi dasar bagi pengembangan program penguatan kompetensi lintas negara di masa depan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan “Be a Buddy, Not a Bully: Building a Caring School Together” di SMK Gemereh, Segamat, Johor, Malaysia menunjukkan bahwa pemahaman siswa terhadap konsep bullying meningkat secara signifikan setelah mengikuti rangkaian edukasi. Olweus (2013), yang menyatakan bahwa bullying terjadi ketika seseorang secara berulang menggunakan kekuatan atau pengaruhnya untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis. Melalui pemaparan dan diskusi, siswa dapat mengenali bahwa bullying tidak hanya berbentuk fisik seperti memukul atau menendang, tetapi juga verbal (menghina, mengejek) dan sosial (mengucilkan, menyebarkan gosip).

Dalam kegiatan refleksi, siswa mampu mengidentifikasi bahwa dampak bullying tidak hanya berhenti pada luka fisik, tetapi juga mencakup kecemasan, depresi, hilangnya kepercayaan diri, hingga penurunan prestasi akademik, sesuai uraian pada materi. Siswa menyadari bahwa bullying tidak hanya terjadi antara dua pihak, tetapi merupakan fenomena sistemik yang melibatkan pengamat dan lingkungan sekolah. Literatur oleh Salmivalli (2010) memperkuat hal ini dengan menjelaskan bahwa pengamat (bystanders) memegang peran kunci—mereka dapat memperkuat atau menghentikan perilaku bullying tergantung responsnya. Melalui latihan peran (role play), siswa belajar bagaimana menjadi active bystander yang mampu memberi dukungan pada korban atau melapor dengan aman.

Rekomendasi UNESCO (2020) bahwa sekolah harus menyediakan intervensi berbasis kebijakan, pendidikan karakter, dan sistem pelaporan aman untuk menurunkan angka bullying secara signifikan. Guru yang hadir menyampaikan bahwa pendekatan yang digunakan dalam program ini membantu memberi perspektif baru kepada siswa mengenai pentingnya empati dan komunikasi positif sebagai fondasi budaya sekolah yang peduli (caring school).



(Sumber: Materi Edukasi 2025)
Gambar 1. Stop Bullying

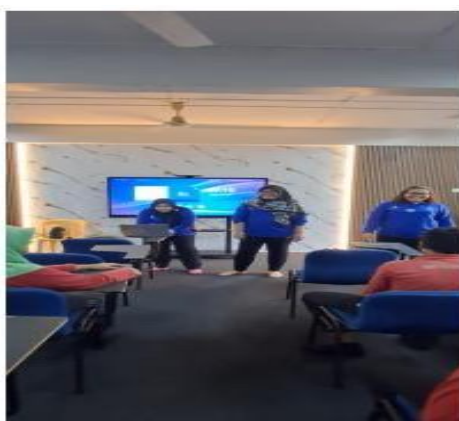
Hal ini selaras dengan teori Olweus (2013), serta diperkuat oleh temuan lokal dari Sahreni, Esmiralda & Putri (2024), yang menjelaskan bahwa perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh

lingkungan sosial. Ketika lingkungan sekolah tidak aman, perkembangan psikososial anak dapat terganggu, sebagaimana juga terjadi pada korban bullying. Bullying juga dapat menyebabkan kecemasan, depresi, hilangnya kepercayaan diri, dan penurunan performa akademik. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Susana, Sahreni & Gulo (2023), yang menunjukkan bahwa stres dan gangguan emosional pada pelajar berpengaruh langsung terhadap kualitas tidur dan memori jangka pendek. Artinya, bullying tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga dapat mengganggu konsentrasi dan prestasi belajar siswa.



Gambar 2. Tim Kelompok 4

Dengan menggabungkan edukasi interaktif, pemutaran video, diskusi, dan refleksi sebagaimana ditunjukkan dalam materi kegiatan ini berhasil membentuk komitmen bersama di antara siswa untuk menghadirkan lingkungan sekolah yang lebih aman. Pendekatan "Be a Buddy, Not a Bully" terbukti efektif menumbuhkan nilai kebersamaan, dukungan sosial, dan kepedulian faktor-faktor yang menurut Rigby (2021) sangat berpengaruh dalam menurunkan perilaku bullying di sekolah. Dengan demikian, pembahasan ini menegaskan bahwa kegiatan PKM tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap positif dan kesadaran kolektif dalam membangun sekolah yang peduli dan bebas bullying.



Gambar 3. Tanya Jawab Interaktif

Hasil pre-test terhadap 16 peserta menunjukkan bahwa pengetahuan awal siswa mengenai bullying masih terbatas, dengan rata-rata nilai 5,4. Peserta umumnya belum memahami secara jelas bentuk-bentuk bullying, konsep ketidakseimbangan kekuatan, serta peran bystander. Setelah penyampaian materi interaktif melalui PPT "STOP Bullying" dan sesi diskusi, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Pada post-test, nilai rata-rata meningkat menjadi 9,0, menunjukkan bahwa peserta mampu mengenali jenis bullying, dampaknya, serta strategi pencegahannya sesuai instrumen pertanyaan yang digunakan. Hasil kuesioner juga menunjukkan bahwa peserta merasa materi mudah dipahami, relevan, dan membuat mereka lebih percaya diri untuk berperan sebagai active bystander. Secara keseluruhan, penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa dalam mencegah dan menangani bullying di lingkungan sekolah.

4. KESIMPULAN

Beberapa butir kesimpulan dapat diambil dari kegiatan ini, yaitu:

1. Kegiatan ini berhasil membangun kolaborasi positif antara Universitas Batam (UNIBA) dan Universiti Teknologi MARA (UiTM) Malaysia, yang memperkuat komitmen kedua institusi dalam mendukung pengembangan keterampilan siswa lintas negara secara berkelanjutan.
2. Program penyuluhan "Be a Buddy, Not a Bully" berhasil meningkatkan pemahaman siswa mengenai definisi, bentuk, dan dampak bullying.
3. Terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test, menunjukkan efektivitas materi dan metode edukasi yang digunakan.
4. Peserta menunjukkan perubahan sikap positif, termasuk meningkatnya empati, kesadaran, dan keberanian untuk bertindak sebagai active bystander.
5. Kegiatan ini membantu memperkuat komitmen siswa dan sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, suportif, dan bebas bullying.
6. Program ini memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan karakter serta peningkatan literasi anti-bullying bagi siswa di SMK Gemereh, Segamat, Johor, Malaysia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan atas doa, dukungan, serta kepercayaan yang diberikan kepada Universitas Batam (UNIBA) melalui LPPM, Universiti Teknologi MARA (UiTM) Malaysia, pihak SMK Gemereh Segamat, serta seluruh peserta dan mitra yang terlibat. Terima kasih juga kepada seluruh pihak yang telah berperan aktif dalam menyukseskan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat hasil kolaborasi lintas negara ini.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang merupakan kerja sama antara Universitas Batam (UNIBA) melalui Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM UNIBA) dengan Universiti Teknologi MARA (UiTM) Malaysia telah terlaksana dengan baik. Program bertema "Be A Buddy, Not A Bully: Building A Caring School Together At Smk Gemereh Segamat Johor, Malaysia."

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa mereka tidak memiliki konflik kepentingan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Esmiralda, N., Sahreni, S. & Aprillia, B., 2022. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan minum obat pada pasien skizofrenia di Poliklinik Jiwa Rumah Sakit Budi Kemuliaan Kota Batam. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 12(1), pp.44–57. <https://doi.org/10.37776/zked.v12i1.968>
- Hinduja, S. & Patchin, J.W., 2019. *Cyberbullying: Identification, Prevention, and Response*. Cyberbullying Research Center.
- Olweus, D., 2013. School bullying: Development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, pp.751–780.

- Creswell, J. W. (2021). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Pearson Education.
- Sahreni, S., Esmiralda, N. & Putri, T.R., 2024. Hubungan status gizi dengan perkembangan anak usia pra sekolah di Cita Bunda School dan PG-TK Kurnia Djaja Alam Kota Batam. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 14(1), pp.44–51. <https://doi.org/10.37776/zked.v14i1.1384>
- Salmivalli, C., 2010. Bullying and the peer group: A review. *Aggression and Violent Behavior*, 15(2), pp.112–120.
- Susana, E.N., Sahreni, S. & Gulo, C.P., 2023. Hubungan kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada pelajar kelas XII SMA Kristen Basic Batam. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 13(3), pp.439–447.
- UNESCO, 2020. *Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying*. Paris: UNESCO Publishing.
- Rigby, K., 2021. *Bullying in Schools: Addressing the Problem and Taking Action*. Cambridge: Cambridge University Press.