Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN) e-ISSN : 27454053
Vol. 7 No. 3, Edisi September - Desember 2026 |pp 4768-4777 |DOI: http://doi.org/10.55338/jpkmn.v7i3.9692

Edukasi Pencegahan Perundungan Verbal melalui Seminar *Mental Health* bagi Siswa SMP Muhammadiyah 3 Samarinda

[1)]Nur Laila Komariah, [2)]Dhini Aulia, [3)]Rahmat Ari Tri Atmojo, [4)]Chalila Alilatulbariza, [5)]Shella Fahira Maharani, [6)]Nanda Fadhrul Rohman, [7)]Aulia Putri Qurrata A'yu Ningsih, [8)]Nurul Khomariya, [9)]Rarasati Putri Duanty, [10)]An'Nisa Nur Zahra, [11)]Sri Purwati, [12)]Amanat Muhammad Farid Wajdi

[1)]Program Studi Pendidikan Komputer, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[2)]Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[3)]Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[4)]Program Studi Bahasa Inggris, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[5)]Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[6)]Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[7)]Program Studi Pendidikan Fisika, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[8)]Program Studi Pendidikan Ekonomi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[9,11)]Program Studi Pendidikan Biologi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[10)]Program Studi Pendidikan Matematika, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.
[12)]Kepala Sekolah, SMP Muhammadiyah 3, Indonesia.

Email Corresponding Author: sri.purwati@fkip.unmul.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

Kata Kunci:
Edukasi Siswa
Kesehatan Mental
Perundungan Verbal
Pencegahan
Lingkungan Sekolah

ABSTRAK

Perundungan verbal merupakan salah satu permasalahan yang dapat memengaruhi kenyamanan dan kesehatan mental siswa di lingkungan sekolah. Perilaku seperti mengejek, memberikan julukan yang merendahkan, menghina, dan mengeluarkan perkataan yang menyakitkan terkadang dianggap sebagai candaan sehingga siswa belum sepenuhnya memahami batas antara candaan dan perundungan. Kegiatan seminar ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa SMP Muhammadiyah 3 Samarinda mengenai perundungan verbal, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta langkah pencegahan yang tepat. Kegiatan dilaksanakan pada 24 Agustus 2026 dengan sasaran 136 siswa melalui seminar *mental health* bertema "*Stop Perundungan Verbal, Ciptakan Lingkungan Sekolah yang Aman"*. Metode yang digunakan berupa pendekatan edukatif dengan penyampaian materi, tanya jawab, diskusi, praktik langsung, dan evaluasi deskriptif kualitatif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dan berpartisipasi dalam sesi tanya jawab serta praktik. Kegiatan juga memberikan pemahaman awal kepada siswa mengenai bentuk perundungan verbal, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta pentingnya komunikasi positif dan sikap saling menghargai. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi awal dalam membangun kesadaran siswa dan mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan suportif.

ABSTRACT

Keywords:
Education for Student
Mental Health
Verbal Bullying
Prevention
School Environment

Verbal bullying is one of the issues that can affect students' well-being and mental health in the school environment. Behaviours such as mocking, giving derogatory nicknames, insulting others and making hurtful remarks are sometimes regarded as jokes, meaning that students do not yet fully understand the line between joking and bullying. This seminar aimed to enhance the understanding and awareness of students at SMP Muhammadiyah 3 Samarinda regarding verbal bullying, its impact on mental health, and appropriate preventive measures. The event took place on 24 August 2026, targeting 136 students through a mental health seminar themed 'Stop Verbal Bullying, Create a Safe School Environment'. The methods employed comprised an educational approach involving the delivery of material, question-and-answer sessions, discussions, hands-on activities, and qualitative descriptive evaluation. The results of the activity showed that the students attended the entire programme and participated in the question-and-answer sessions and practical activities. The activity also provided students with an initial understanding of the forms of verbal bullying, its impact on mental health, and the importance of positive communication and mutual respect. It is hoped that this activity will make an initial contribution to raising students' awareness and supporting the creation of a safe, comfortable and supportive school environment.

This is an open access article under the CC–BY-SA license.

I. PENDAHULUAN

Perundungan di lingkungan sekolah merupakan persoalan yang dapat memengaruhi rasa aman dan kenyamanan siswa selama mengikuti proses pembelajaran. Salah satu bentuk yang cukup dekat dengan kehidupan sehari-hari remaja adalah perundungan verbal, seperti mengejek, memaki, memberikan julukan yang merendahkan, menghina, membentak, atau mengucapkan kata atau kalimat yang menyakiti perasaan teman. Perilaku tersebut dianggap sebagai candaan sehingga siswa tidak menyadari bahwa ucapan yang ditujukan kepada temannya telah melewati batas dan menjadi tindakan perundungan. Setiyaningrum dan Lestari (2023) menjelaskan bahwa kekerasan verbal antarsiswa SMP dapat berupa membentak, memaki, memberikan label atau julukan, merendahkan kemampuan, menghina, menuduh, hingga mengancam. Bentuk perundungan tersebut dapat dipicu oleh interaksi sederhana antarsiswa dan berpotensi menciptakan suasana sekolah yang kurang aman secara psikologis.

Permasalahan perundungan menjadi semakin penting ketika dikaitkan dengan kesehatan mental siswa. Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang melibatkan perubahan pada aspek emosional, sosial, dan psikologis, sehingga pengalaman negatif dalam hubungan dengan teman sebaya dapat memberikan tekanan terhadap kondisi psikologis siswa Lidya et al. (2025) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara verbal bullying dan kesehatan mental remaja sekolah. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman menerima perkataan yang merendahkan, mengejek, atau menyakitkan dapat berdampak pada kondisi kesehatan mental remaja. Amin dan Haswita (2024) melalui kajian mengenai *bullying* dan kesehatan mental remaja juga menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* memiliki keterkaitan dengan berbagai permasalahan kesehatan mental. Temuan tersebut menunjukkan perlunya perhatian terhadap perundungan verbal karena dampaknya dapat melampaui konflik teman sebaya dan berhubungan dengan kesejahteraan psikologis siswa. (Brooks et al., 2023) menunjukkan bahwa intervensi literasi kesehatan mental digital pada anak dan remaja dapat menjadi salah satu pendekatan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan mental. Dengan demikian, edukasi kesehatan mental dapat menjadi bagian penting dalam upaya membantu siswa memahami dampak psikologis yang dapat muncul dari pengalaman negatif, termasuk perundungan verbal.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengembangkan berbagai upaya untuk mencegah perundungan di lingkungan pendidikan. Strategi yang digunakan antara lain layanan informasi, konseling, pendidikan karakter, sosialisasi anti-perundungan, serta penggunaan media edukasi. Nastaiin et al. (2024) menunjukkan bahwa layanan informasi menggunakan media animasi dapat memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap sikap *anti-bullying* siswa kelas VIII SMP. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa penyampaian informasi yang disesuaikan dengan karakteristik siswa dapat membantu membentuk pemahaman dan sikap yang lebih baik terhadap perilaku perundungan. Selain itu**,** (Pusvitasari dkk., 2023)menunjukkan pentingnya intervensi literasi kesehatan mental bagi remaja sebagai bagian dari upaya meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan mental. (Miftahudin et al., 2023) juga membahas penerapan program sekolah ramah anak yang memasukkan upaya pencegahan bullying pada jenjang sekolah menengah pertama. Sementara itu,

Munawaroh et al. (2024) dalam kajian sistematis mengenai pengalaman menjadi korban *bullying* menekankan pentingnya faktor pelindung, seperti dukungan sosial dan kekuatan personal, dalam menjaga kesehatan mental remaja. Berbagai temuan tersebut memberikan dasar bahwa pencegahan perundungan perlu diarahkan pada peningkatan pengetahuan, kesadaran, empati, dan dukungan sosial di lingkungan sekolah.

Meskipun penelitian mengenai *bullying* dan kesehatan mental remaja telah cukup banyak dilakukan, penerapan edukasi yang secara khusus mengintegrasikan pencegahan perundungan verbal dengan pemahaman mengenai kesehatan mental masih perlu dikembangkan, terutama dalam konteks kegiatan pengabdian pada sekolah mitra. Penelitian terdahulu cenderung mengkaji hubungan antara *bullying* dan kesehatan mental atau menguji efektivitas metode tertentu untuk membangun sikap anti-*bullying*. Di sisi lain, (Efianingrum et al., 2023) menunjukkan bahwa intervensi dan inisiasi kebijakan anti-bullying di sekolah merupakan bagian penting dalam membangun lingkungan pendidikan yang mampu mencegah perundungan. Hal ini menunjukkan bahwa pencegahan tidak hanya memerlukan pengetahuan siswa secara individual, tetapi juga perlu didukung oleh lingkungan sekolah yang memiliki kesadaran dan komitmen terhadap pencegahan perundungan. Kondisi tersebut membuka ruang untuk menghadirkan kegiatan edukatif yang membahas kedua persoalan tersebut secara bersamaan dan menggunakan contoh yang dekat dengan pengalaman siswa. Dalam konteks SMP Muhammadiyah 3 Samarinda, kebutuhan terhadap edukasi tersebut menjadi penting agar siswa memiliki pemahaman yang lebih mendalam mengenai batas antara candaan dan perundungan, mengenali dampak ucapan terhadap kondisi psikologis teman, serta mengetahui tindakan yang tepat ketika menghadapi atau menyaksikan perundungan verbal.

Seminar *mental health* dipilih sebagai pendekatan edukatif dan preventif karena dapat menjadi ruang bagi siswa untuk memperoleh pengetahuan sekaligus berdiskusi mengenai persoalan yang mereka temui dalam kehidupan sekolah. Materi seminar diarahkan pada pengenalan kesehatan mental, bentuk-bentuk perundungan verbal, dampak psikologis yang dapat ditimbulkan, pentingnya empati dalam hubungan pertemanan, serta langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah dan merespons perundungan. Pendekatan berbasis sekolah memiliki relevansi karena lingkungan sekolah merupakan salah satu ruang penting dalam pelaksanaan promosi kesehatan mental remaja. (Suryaputri et al., 2024) menunjukkan bahwa program kesehatan mental berbasis sekolah dapat menjadi salah satu bentuk promosi kesehatan mental pada kelompok remaja. Selain itu, Dzulfadhilah et al. (2024) yang melaksanakan edukasi gerakan anti-*bullying* kepada siswa SMP melalui penyampaian materi, video edukasi, diskusi interaktif, dan evaluasi. Kegiatan tersebut menunjukkan bahwa edukasi dapat meningkatkan kesadaran siswa mengenai bahaya *bullying*, dampaknya terhadap korban, pelaku, dan saksi, serta pentingnya membangun budaya sekolah yang aman dan nyaman. Berdasarkan hal tersebut, seminar mental health dalam kegiatan ini diarahkan sebagai sarana preventif untuk membantu siswa memahami perundungan verbal sekaligus meningkatkan kepedulian terhadap kesehatan mental teman sebaya.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa SMP Muhammadiyah 3 Samarinda mengenai perundungan verbal, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta langkah-langkah pencegahannya melalui seminar mental health. Kegiatan ini diharapkan dapat membantu siswa mengenali perilaku perundungan verbal yang mungkin terjadi dalam kehidupan sehari-hari, memahami dampak psikologis yang dapat ditimbulkan, membangun sikap empati, serta mengetahui cara mencari bantuan ketika menghadapi situasi yang tidak aman. Penguatan pengetahuan tersebut juga diharapkan dapat mendukung terbentuknya interaksi antarsiswa yang lebih positif dan saling menghargai. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berorientasi pada penyampaian informasi, tetapi juga diarahkan untuk mendukung upaya preventif di lingkungan sekolah melalui peningkatan literasi kesehatan mental dan kesadaran anti-perundungan. Hal tersebut sejalan dengan berbagai pendekatan sebelumnya yang menempatkan edukasi, dukungan sosial, intervensi sekolah, dan kebijakan anti-bullying sebagai bagian dari upaya menciptakan lingkungan pendidikan yang aman dan mendukung kesehatan mental siswa.

II. ANALISIS SITUASI DAN PERMASALAHAN MITRA

SMP Muhammadiyah 3 Samarinda merupakan sekolah yang berada di Teluk Lerong, Kecamatan Samarinda Ulu, Kota Samarinda. Sekolah ini menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang menyasar siswa sebagai peserta kegiatan. Lingkungan sekolah menjadi salah satu tempat penting dalam

membentuk hubungan sosial siswa karena interaksi siswa dipengaruhi oleh budaya sekolah, kebiasaan, kelompok pergaulan, dan nilai-nilai yang berkembang di lingkungan sekolah (Yunita et al., 2023) . Oleh karena itu, komunikasi dan interaksi antarsiswa perlu diperhatikan agar tercipta suasana belajar yang aman dan nyaman.

Berdasarkan permasalahan yang menjadi dasar kegiatan, perundungan verbal menjadi salah satu hal yang perlu mendapat perhatian. Perundungan verbal dilakukan melalui kata-kata yang menyakitkan seperti ejekan, hinaan, makian, atau julukan negatif (Sari Pili et al., 2025) . Perilaku tersebut terkadang dianggap sebagai candaan sehingga siswa tidak menyadari bahwa perkataan yang disampaikan dapat membuat orang lain merasa tidak nyaman.

Permasalahan tersebut juga berkaitan dengan kondisi kesehatan mental siswa. Perkataan yang terus-menerus merendahkan atau menyakiti dapat memengaruhi rasa percaya diri, kenyamanan dalam berinteraksi, dan kondisi emosional siswa (Ramadani et al., 2025) . Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman mengenai perundungan verbal tidak hanya penting untuk mencegah terjadinya perilaku tersebut, tetapi juga untuk meningkatkan kepedulian siswa terhadap kondisi teman di lingkungan sekolah.

Salah satu penyebab yang menjadi perhatian adalah belum jelasnya pemahaman mengenai batas antara candaan dan perundungan verbal. Komunikasi dalam kelompok teman sebaya memiliki hubungan dengan munculnya kekerasan verbal pada remaja, sehingga pola komunikasi dalam lingkungan pertemanan perlu diperhatikan (Hasanah, 2026). Jika kondisi tersebut dibiarkan, perundungan verbal berpotensi memengaruhi kenyamanan siswa dan menciptakan lingkungan sekolah yang kurang aman secara psikologis.

Berdasarkan kondisi tersebut, masalah yang menjadi prioritas dalam kegiatan pengabdian ini adalah perlunya meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa mengenai perundungan verbal, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta cara mencegah dan meresponsnya. Oleh karena itu, seminar *mental health* dengan tema *"Stop Perundungan Verbal, Ciptakan Lingkungan Sekolah yang Aman"* dilaksanakan sebagai bentuk edukasi bagi siswa SMP Muhammadiyah 3 Samarinda. Kegiatan tersebut dilaksanakan pada 24 Agustus 2026 dan diikuti oleh 136 siswa.

III. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dengan evaluasi secara deskriptif kualitatif. Pendekatan edukatif diwujudkan melalui penyampaian materi informatif dan interaktif mengenai dampak bullying, yang dilanjutkan dengan sesi praktik, diskusi interaktif, dan tanya jawab (Ekawati Rini Wulansari dkk, 2025) . Pendekatan ini dipilih karena kegiatan berfokus pada pemberian pemahaman kepada siswa mengenai perundungan verbal dan kaitannya dengan kesehatan mental melalui penyampaian materi, tanya jawab, dan praktik langsung.

Kegiatan dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 3 Samarinda, Teluk Lerong, Kecamatan Samarinda Ulu, Kota Samarinda, pada 24 Agustus 2026. Sasaran kegiatan adalah 136 siswa yang mengikuti seminar *mental health* dengan tema *"Stop Perundungan Verbal, Ciptakan Lingkungan Sekolah yang Aman"*.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah persiapan dan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan pelaksanaan kegiatan serta menyiapkan materi dan media yang akan digunakan. Tahap kedua adalah penyampaian materi mengenai kesehatan mental, pengertian dan bentuk perundungan verbal, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta cara mencegah dan merespons perundungan verbal. Materi disampaikan menggunakan slide presentasi, ilustrasi, dan contoh yang dekat dengan kehidupan siswa.

Tahap ketiga adalah tanya jawab dan diskusi. Siswa diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan, menyampaikan pendapat, dan membahas situasi yang berkaitan dengan perundungan verbal. Tahap berikutnya adalah praktik langsung yang bertujuan membantu siswa menghubungkan materi dengan situasi yang mungkin mereka temui dalam kehidupan sehari-hari.

Evaluasi dilakukan dengan mengamati keterlibatan dan respons siswa selama penyampaian materi, sesi tanya jawab, dan praktik. Data kegiatan diperoleh melalui observasi, diskusi, tanya jawab, praktik, dan dokumentasi. Data kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan melihat keterlibatan siswa, pemahaman terhadap materi, serta kemampuan siswa dalam mengenali dan merespons perundungan verbal.

Keberhasilan kegiatan dilihat dari keterlibatan siswa selama kegiatan, kemampuan mengenali bentuk perundungan verbal, pemahaman mengenai dampaknya terhadap kesehatan mental, serta kemampuan

memahami tindakan pencegahan dan respons yang tepat. Tindak lanjut kegiatan diarahkan pada penerapan komunikasi positif, sikap saling menghargai, dan kepedulian terhadap teman di lingkungan sekolah.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada 24 Agustus 2026 di SMP Muhammadiyah 3 Samarinda, Teluk Lerong, Kecamatan Samarinda Ulu, Kota Samarinda. Kegiatan diikuti oleh 136 siswa dengan mengangkat *tema "Stop Perundungan Verbal, Ciptakan Lingkungan Sekolah yang Aman"*. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk seminar edukatif yang membahas kesehatan mental dan pencegahan perundungan verbal di lingkungan sekolah.

Kegiatan diawali dengan penyampaian materi mengenai kesehatan mental dan perundungan verbal. Melalui penyampaian materi tentang rundungan dan langkah pencegahannya, mengingat tindakan ini sering kali tidak disadari oleh pelakunya, terutama anak-anak (Susilawati et al., 2025). Materi disampaikan menggunakan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh siswa dan disertai contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Materi meliputi pengertian perundungan verbal, bentuk-bentuk perundungan verbal, dampaknya terhadap kesehatan mental, serta cara mencegah dan menghadapi perundungan verbal di lingkungan sekolah. Suasana penyampaian materi oleh narasumber disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Penyampaian materi seminar mental health

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi. Siswa diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan menyampaikan pendapat mengenai materi yang telah diberikan. Sesi ini membuat kegiatan menjadi lebih interaktif karena siswa dapat membahas permasalahan yang berkaitan dengan perundungan verbal dalam kehidupan sehari-hari. Antusiasme siswa dalam merespons dan bertanya dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Sesi tanya jawab bersama siswa

Kegiatan selanjutnya adalah praktik langsung. Praktik dilakukan sebagai bagian dari penerapan materi yang telah disampaikan. Siswa diberikan kesempatan untuk mengenali situasi yang berkaitan dengan perundungan verbal dan memahami respons yang tepat terhadap situasi tersebut. Praktik langsung melalui simulasi atau role play dalam edukasi perundungan dapat membantu siswa memahami situasi nyata, meningkatkan empati, serta melatih keterampilan dalam merespons perilaku perundungan secara tepat (Zambri et al., 2025). Siswa diberikan kesempatan untuk mengenali situasi yang berkaitan dengan perundungan verbal melalui peragaan langsung sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 3.



Gambar 3. Praktik langsung siswa dalam kegiatan seminar

Pelaksanaan seminar menunjukkan adanya keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung. Siswa mengikuti penyampaian materi, berpartisipasi dalam sesi tanya jawab, serta mengikuti praktik langsung yang diberikan. Keterlibatan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan dapat diterima dengan baik oleh peserta.

Materi yang diberikan membantu mengarahkan perhatian siswa terhadap bentuk-bentuk perundungan verbal yang dapat muncul dalam interaksi sehari-hari. Salah satu hal yang menjadi perhatian dalam pembahasan adalah adanya perkataan seperti ejekan, panggilan yang merendahkan, atau ucapan yang menyakitkan yang dapat dianggap sebagai candaan dalam interaksi sehari-hari, padahal dapat menimbulkan dampak psikologis seperti menurunnya rasa percaya diri dan munculnya kecemasan pada siswa (Ilma et al.,

2026). Melalui kegiatan ini, siswa diberikan pemahaman bahwa suatu perkataan perlu diperhatikan dampaknya terhadap perasaan dan kondisi psikologis orang lain.

Sesi tanya jawab memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pertanyaan dan pendapat berdasarkan materi yang telah diberikan. Sementara itu, praktik langsung memberikan kesempatan kepada siswa untuk menghubungkan materi dengan situasi yang berkaitan dengan perundungan verbal. Dengan demikian, kegiatan tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga memberikan ruang bagi siswa untuk berinteraksi dan menerapkan pemahaman yang diperoleh.

Luaran utama kegiatan ini adalah terlaksananya seminar edukasi mengenai kesehatan mental dan pencegahan perundungan verbal bagi siswa SMP Muhammadiyah 3 Samarinda. Selain pelaksanaan seminar, luaran kegiatan berupa materi edukasi yang digunakan selama kegiatan serta dokumentasi pelaksanaan kegiatan. Materi yang diberikan menjadi salah satu sumber pengetahuan awal bagi siswa untuk mengenali perundungan verbal, memahami dampaknya terhadap kesehatan mental, serta membangun kebiasaan berkomunikasi yang lebih baik dengan teman. Dokumentasi kegiatan juga menjadi bukti pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat.

Kegiatan seminar mengintegrasikan pembahasan mengenai perundungan verbal dengan kesehatan mental. Hal ini penting karena pengalaman menerima perkataan yang merendahkan atau menyakitkan dapat berkaitan dengan kondisi psikologis remaja. Lidya et al. (2025) menemukan adanya hubungan antara verbal *bullying* dan kesehatan mental remaja, sedangkan Amin dan Haswita (2024) juga menunjukkan adanya keterkaitan antara pengalaman *bullying* dengan berbagai permasalahan kesehatan mental. Dengan demikian, edukasi mengenai perundungan verbal perlu disertai dengan pemahaman mengenai dampaknya terhadap kondisi psikologis siswa.

Pendekatan edukatif dalam kegiatan ini tidak hanya dilakukan melalui penyampaian materi, tetapi juga melalui tanya jawab dan praktik langsung. Sesi tanya jawab memberikan ruang kepada siswa untuk menyampaikan pemikiran dan menghubungkan materi dengan pengalaman atau situasi yang mungkin mereka temui. Praktik langsung kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk memahami tindakan yang tepat ketika menghadapi atau menyaksikan perundungan verbal.

Hasil tersebut sejalan dengan Dzulfadhilah et al. (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi anti-bullying melalui penyampaian materi, media edukasi, diskusi interaktif, dan evaluasi dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai bahaya bullying. Oleh karena itu, seminar yang dilaksanakan dalam kegiatan pengabdian ini dapat menjadi salah satu bentuk edukasi awal untuk membangun kesadaran siswa mengenai pentingnya komunikasi yang positif dan lingkungan sekolah yang aman.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif melalui pengamatan terhadap keterlibatan siswa selama penyampaian materi, sesi tanya jawab, dan praktik langsung. Aspek yang diperhatikan meliputi keaktifan siswa dalam mengikuti kegiatan, respons terhadap materi, partisipasi dalam tanya jawab, serta keterlibatan dalam praktik.

Keberhasilan kegiatan dilihat dari kemampuan siswa dalam mengenali bentuk perundungan verbal, memahami bahwa perundungan verbal dapat berdampak terhadap kesehatan mental, serta mengetahui pentingnya mencegah dan merespons perundungan dengan cara yang tepat.

Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan, siswa dapat mengikuti seluruh rangkaian seminar dan terlibat dalam kegiatan yang diberikan. Namun, karena evaluasi dilakukan secara deskriptif dan tidak menggunakan *pre-test* maupun *post-test*, peningkatan pemahaman siswa tidak dapat dinyatakan dalam bentuk angka atau persentase. Perubahan perilaku siswa dalam jangka panjang juga belum dapat diketahui karena kegiatan dilaksanakan dalam satu kali pertemuan.

Pelaksanaan kegiatan didukung oleh kerja sama pihak SMP Muhammadiyah 3 Samarinda serta keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung. Penyampaian materi menggunakan bahasa yang sederhana dan contoh yang dekat dengan kehidupan siswa juga membantu pembahasan agar lebih mudah dipahami.

. Kondisi tersebut menyebabkan interaksi secara individual dengan setiap siswa belum dapat dilakukan secara maksimal. Oleh karena itu, kegiatan lebih banyak dilaksanakan secara bersama-sama melalui penyampaian materi, tanya jawab, dan praktik langsung.

Kegiatan seminar memberikan dampak awal berupa bertambahnya perhatian siswa terhadap pentingnya menjaga perkataan ketika berinteraksi dengan teman. Siswa diberikan pemahaman bahwa perkataan yang dianggap sederhana atau hanya sebagai candaan dapat membuat orang lain merasa tidak nyaman apabila disampaikan secara berlebihan atau merendahkan.

Selain itu, kegiatan mendorong siswa untuk lebih memperhatikan kondisi teman di lingkungan sekolah. Siswa diarahkan untuk tidak ikut menertawakan, mendukung, atau membiarkan tindakan perundungan verbal terjadi. Dengan adanya pemahaman tersebut, kegiatan diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun komunikasi yang lebih positif, saling menghargai, dan mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang aman.

Meskipun demikian, dampak terhadap perubahan perilaku jangka panjang belum dapat diukur karena seminar hanya dilaksanakan dalam satu kali pertemuan. Oleh karena itu, dampak yang dibahas dalam kegiatan ini lebih diarahkan pada perubahan perhatian dan pemahaman awal siswa terhadap perundungan verbal dan kesehatan mental. Keberlanjutan program dapat dilakukan dengan menerapkan materi yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah. Siswa diharapkan membiasakan diri menggunakan bahasa yang lebih baik, menghargai teman, serta menghindari perkataan yang dapat merendahkan atau menyakiti orang lain.

Pihak sekolah juga dapat melanjutkan edukasi mengenai perundungan verbal dan kesehatan mental melalui kegiatan bimbingan konseling, pendidikan karakter, maupun kegiatan sekolah lainnya. Edukasi yang dilakukan secara berkelanjutan diharapkan dapat membantu mempertahankan pemahaman yang telah diperoleh melalui seminar dan mendorong penerapannya dalam interaksi sehari-hari.

V. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui seminar *mental health* dengan tema *"Stop Perundungan Verbal, Ciptakan Lingkungan Sekolah yang Aman"* telah dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 3 Samarinda dengan melibatkan 136 siswa. Kegiatan ini memberikan edukasi mengenai kesehatan mental, bentuk-bentuk perundungan verbal, dampaknya terhadap kondisi psikologis, serta cara mencegah dan merespons perundungan verbal. Pelaksanaan kegiatan melalui penyampaian materi, tanya jawab, diskusi, dan praktik langsung menunjukkan bahwa siswa dapat mengikuti seluruh rangkaian kegiatan serta terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman awal kepada siswa mengenai pentingnya mengenali batas antara candaan dan perundungan verbal, menjaga perkataan ketika berinteraksi, serta membangun sikap saling menghargai dan peduli terhadap kondisi teman. Diharapkan seminar ini dapat menjadi langkah awal dalam meningkatkan kesadaran siswa dan mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan mendukung kesehatan mental. Keberlanjutan edukasi melalui bimbingan konseling, pendidikan karakter, dan kegiatan sekolah lainnya diperlukan agar pemahaman yang telah diperoleh dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMP Muhammadiyah 3 Samarinda yang telah memberikan izin, dukungan, dan kesempatan dalam pelaksanaan kegiatan seminar *mental health*. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi dan mengikuti rangkaian seminar dengan baik. Penulis turut menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam persiapan dan pelaksanaan kegiatan sehingga seminar *mental health* dengan tema "*Stop Perundungan Verbal, Ciptakan Lingkungan Sekolah yang Aman*" telah terlaksana dengan lancar. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat dan menjadi salah satu langkah awal demi mewujudkan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, saling menghargai, dan peduli terhadap kesehatan mental siswa.

REFERENSI

Amin, Y., & Haswita. (2024). Indonesian Journal of Global Health Research. *Indonesian Journal of Global Health Research*, *6*(1), 43–54. https://doi.org/https://doi.org/10.37287/ijghr.v6i1.2610

Brooks, H., Irmansyah, I., Syarif, A. K., Pedley, R., Renwick, L., Rahayu, A. P., Manik, C., Prawira, B., Hann, M., Brierley, H., Lovell, K., & Bee, P. (2023). Evaluating a prototype digital mental health literacy intervention for children and young people aged 11–15 in Java, Indonesia: a mixed methods, multi-site case study evaluation. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *17*(1). https://doi.org/10.1186/s13034-023-00608-9

Dzulfadhilah, F., Surianto, D. F., S, N. F., Wardah, S. S. W., & Ilyas, S. N. (2024). Edukasi Gerakan Anti-Bullying untuk Mencegah Perundungan di SMP Plus Budi Utomo. *Paramacitra : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *01*(02), 117–125. https://doi.org/https://doi.org/10.62330/pjpm.v2i01.173

Ekawati Rini Wulansari, Luluk Hermawati, Ghea Farmaning Thias Putri, Rifdah Hanifah, Ainina Al Shadrina, & Dwi Widyawati. (2025). Penguatan Perilaku Hidup Sehat dan Bermoral melalui Edukasi

Anti-Narkoba, Anti-Bullying, dan Anti-Korupsi. *Masyarakat Mandiri : Jurnal Pengabdian Dan Pembangunan Lokal*, *2*(4), 01–09. https://doi.org/10.62951/masyarakatmandiri.v2i4.2032

Efianingrum, A., Hanum, F., Cathrin, S., Maryani, M., & Wikandaru, R. (2023). Intervention and Initiation of Anti-Bullying Policies in Schools : Praxis in Yogyakarta City Junior High Schools. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, *9*(1), 1. https://doi.org/10.33394/jk.v9i1.6476

Hasanah, Y. R. (2026). *JURNAL KEPERAWATAN SISTHANA HUBUNGAN KOMUNIKASI KELOMPOK TEMAN SEBAYA DENGAN KEKERASAN VERBAL PADA REMAJA USIA 12-15 TAHUN DI SMPN 1 PAJARAKAN*. *11*(1).

Ilma, N., Rustan, E., & Mirnawati. (2026). DAMPAK PERILAKU VERBAL BULLYING TERHADAP KECERDASAN INTRAPERSONAL SISWA SDN 628. *JURNAL EDUCATION AND DEVELOPMENT INSTITUT PENDIDIKAN TAPANULI SELATAN*, *14*(1), 85–92. https://doi.org/https://doi.org/10.37081/ed.v14i1.7562

Juliyanti. (2025). Relationship Between Peer Relationships and Mental Health Among High School Adolescents. *Open Access Health Scientific Journal*, *6*(1), 48–53. https://doi.org/https://doi.org/10.55700/oahsj.v6i1.65

Lidya, Baringbing, E. P., & Afrina, Y. (2025). Hubungan Verbal Bullying dengan Kesehatan Mental Remaja Kelas VIII di SMPN-9 Kota Palangka Raya Verbal Correlation of Bullying with the Mental Health of Teenagers Grade VIII in SMPN- 9 Palangka Raya City. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, *11*(3). https://doi.org/https://doi.org/10.33084/jsm.v11i3.11935

Miftahudin, Suharti, L., Sugiarto, A., & Sasongko, G. (2023). Why Does Anti-Bullying Child-Friendly School Program Matter? A Study of Junior High Schools in Indonesia. *Journal of Educational and Social Research*, *13*(6), 131–148. https://doi.org/10.36941/jesr-2023-0153

Munawaroh, E., Sutoyo, A., Arinata, F. S., Karomah, A., Damayanti, S., & Nitami, L. Z. (2024). The Protective Factors of Bullying Victimization Experiences on Mental Health among Adolescents : A Decade of Systematic Review. *KONSELOR*, *13*(2). https://doi.org/https://doi.org/10.24036/0202413262-0-86

Nastaiin, L. A., Nurkholidah, E., & Setiowati, A. (2024). The Influence of Information Services Using Animated Media on Anti-bullying Attitudes in Class VIII Students of SMPN 1 Sedayu Academic Year 2023 / 2024. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling; Theory and Application*, *13*(1), 107–118. https://doi.org/https://doi.org/10.15294/3fpbfz47

Pusvitasari, P., Okta Viyani, A., Heryadi, A., & Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, U. (2023). *STRATEGI MENJAGA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA MELALUI MENTAL HEALTH LITERACY INTERVENTION* (Vol. 7, Number 2).

Ramadani, N., Khosingah, K., Yustiani, A., Sari, N., Andrian, F., & Madkur, A. (2025). DAMPAK VERBAL BULLYING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA SEKOLAH DASAR KELAS TINGGI. In *Jurnal Tahsinia* (Vol. 6, Number 12).

Sari Pili, M., Ramadhani, E., Ilmu Komunikasi, P., Sumatera Utara, U., Mansur No, J. T., Bulan, P., & Medan Baru, K. (2025). Jurnal Komunikasi Nusantara Pengaruh Kekerasan Verbal terhadap Kecemasan Komunikasi dan Kepercayaan Diri Remaja di Kota Medan. *Jurnal Komunikasi Nusantara*, *7*(2), 273–286. https://doi.org/10.33366/jkn.v%vi%i.2393

Setiyaningrum, R., & Lestari, P. (2023). BENTUK KEKERASAN VERBAL ANTARSISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA DAN UPAYA PENCEGAHAN DARI GURU ILMU PENGETAHUAN SOSIAL (Studi Kasus SMP Negeri 3 Kaloran). *SOSIOLIUM*, *5*(2), 106–112.

Suryaputri, I. Y., Mubasyiroh, R., Arfines, P. P., Rachmalina, R., Idaiani, S., Sitorus, N., Rosha, B. C., Khotimah, E. N., & Setiyawati, D. (2024). The Effects of a School-Based Mental Health Program on Students' Knowledge, Behavior, and Depression: A Quasi-Experimental Study in Four Indonesian High Schools. *Journal of Population and Social Studies*, *32*, 243–261. https://doi.org/10.25133/JPSSv322024.015

Susilawati, Sagali, R. A., & Mistiari, L. (2025). Sosialisasi anti bullying sebagai solusi dalam upaya pencegahan kekerasan di SMPN 1 Sakra. *ALPATIH: Jurnal Inovasi Pengabdian Masyarakat*, *3*(2), 57–66. https://doi.org/10.70115/alpatih.v3i2.399

Yunita, Taufik, A., & Kamsi, N. (2023). *Interaksi Sosial Siswa Atas Lingkungan Sekolah di SDN 2 Sidoharjo.*

Zambri, M., HS, R. A., Hidayat, S., Fitria, R., & Darmawan, D. (2026). Edukasi Interaktif dan Role Play sebagai Strategi Pencegahan Bullying pada Murid Sekolah Dasar. *JURNAL PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DAN KOMUNITAS*, *3*(2), 256–267. https://doi.org/https://doi.org/10.52620/jpmk.v3i2.523