

Pencegahan Bullying Melalui Literasi Media Di Kalangan Gen Z

Chotijah Fanaqi^{1*}, Ardli Swardana², Nur Asifa³, Dhea Nasywa Haura⁴

^{1,3,4} Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Garut, Garut, Indonesia

² Program Studi Agroteknologi, Universitas Garut, Garut Indonesia

*Corresponding author, email: chotijah@uniga.ac.id

Diterima: 15 Mei 2026, Direvisi: 18 Juli 2026, Terbit: 23 Juli 2026

Abstract

Bullying remains a serious issue in Indonesia's educational environment, including among Generation Z adolescents who are deeply immersed in digital technology. Data from the National Survey on the Life Experiences of Children and Adolescents (SNPHAR) conducted by the Ministry of Women's Empowerment and Child Protection (2018) shows that two out of three children aged 13-17 have experienced at least one form of violence. This situation underscores the urgency of bullying prevention efforts, particularly through a digital media literacy approach tailored to the characteristics of Gen Z. This Community Service (PKM) activity aims to raise awareness among students at MTs Persis 101 Sukarendah, Pangatikan Subdistrict, Garut, regarding the dangers of bullying and to equip them with digital media literacy skills. The activity's methodology comprised three stages: preparation (identifying partner needs, developing materials, and coordinating with the school); implementation (screening an educational film, presenting materials by guest speakers, and conducting interactive discussions); and evaluation (reflections by students and the PKM team). The results of the activity showed that students gained a better understanding of the types, impacts, and causes of bullying. The film screening successfully fostered empathy, the materials reinforced cognitive knowledge, and the interactive discussions encouraged active student participation. Some students expressed a commitment to not engage in bullying and to courageously report any incidents that occur. The film screening successfully fostered empathy, the educational materials reinforced cognitive knowledge, and the interactive discussions encouraged active student participation. Some students expressed a commitment to refrain from bullying and to courageously report any incidents that occur. The evaluation also confirmed that the combined approach of film, educational materials, and discussion is effective in raising awareness and changing students' attitudes. The main contribution of this PKM lies in strengthening digital media literacy as a strategy for preventing bullying among Gen Z, as well as fostering a commitment on the part of schools to create a safe, inclusive, and bullying-free environment.

Keywords: Bullying prevention; digital media literacy; Generation Z; inclusive education.

Abstrak

Bullying masih menjadi salah satu persoalan serius di lingkungan pendidikan Indonesia, termasuk di kalangan remaja Generasi Z yang sangat dekat dengan teknologi digital. Data Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR) Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2018) menunjukkan bahwa dua dari tiga anak berusia 13-17 tahun pernah mengalami sedikitnya satu bentuk kekerasan. Kondisi ini menunjukkan urgensi upaya pencegahan bullying, khususnya dengan pendekatan literasi media digital yang relevan bagi karakteristik Gen Z. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa MTs Persis 101 Sukarendah, Kecamatan Pangatikan, Garut, mengenai bahaya bullying serta membekali mereka dengan keterampilan literasi media digital. Metodologi kegiatan mencakup tiga tahap, yaitu persiapan (identifikasi kebutuhan mitra, penyusunan materi, dan koordinasi sekolah), pelaksanaan (pemutaran film edukatif, penyampaian materi oleh narasumber, dan diskusi interaktif), serta evaluasi (refleksi siswa dan tim PKM). Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang jenis, dampak, dan faktor penyebab bullying. Pemutaran film berhasil membangun empati, materi memperkuat pengetahuan kognitif, dan diskusi interaktif mendorong partisipasi aktif siswa. Sebagian siswa menyatakan komitmen untuk tidak melakukan perundungan dan berani melaporkan kasus yang terjadi. Evaluasi juga menegaskan bahwa metode kombinasi film, materi, dan diskusi efektif dalam meningkatkan kesadaran dan perubahan sikap siswa. Kontribusi utama PKM ini terletak pada penguatan literasi media digital sebagai strategi pencegahan bullying di kalangan Gen Z serta pembentukan komitmen sekolah dalam menciptakan lingkungan yang aman, inklusif, dan bebas perundungan.

Kata-kata kunci: *Pencegahan bullying; literasi media digital; generasi z; pendidikan inklusif.*

PENDAHULUAN

Bullying merupakan salah satu bentuk kekerasan interpersonal yang hingga saat ini masih menjadi persoalan serius di berbagai belahan dunia. Fenomena ini tidak hanya terjadi pada lingkungan sosial masyarakat secara umum, tetapi juga berkembang di berbagai ruang interaksi anak dan remaja, termasuk keluarga, komunitas, media digital, serta lembaga pendidikan. Perkembangan teknologi informasi dan meningkatnya intensitas penggunaan media sosial semakin memperluas bentuk-bentuk bullying dari yang semula bersifat fisik dan verbal menjadi cyberbullying yang dapat terjadi tanpa batas ruang dan waktu. Kondisi tersebut menyebabkan dampak bullying menjadi semakin kompleks karena korban tidak hanya mengalami kekerasan secara langsung, tetapi juga tekanan psikologis akibat penyebaran konten penghinaan atau intimidasi melalui platform digital (UNESCO, 2023). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja, berulang, dan melibatkan

ketimpangan kekuasaan antara pelaku dan korban sehingga mengakibatkan penderitaan fisik, emosional, sosial, maupun psikologis pada individu yang menjadi sasaran (UNESCO, 2023).

Secara global, bullying masih menjadi ancaman terhadap terpenuhinya hak anak untuk memperoleh lingkungan yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan mereka. Organisasi Pendidikan, Keilmuan, dan Kebudayaan Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNESCO) melaporkan bahwa sekitar satu dari tiga peserta didik di dunia pernah mengalami bullying di sekolah. Selain itu, perkembangan teknologi digital telah meningkatkan kasus cyberbullying terutama pada kelompok usia remaja awal. Data tersebut menunjukkan bahwa berbagai upaya pencegahan yang telah dilakukan di berbagai negara belum sepenuhnya mampu menurunkan prevalensi bullying secara signifikan. Bahkan, UNESCO (2023) menegaskan bahwa penanganan bullying tidak cukup hanya berfokus pada individu pelaku maupun korban, tetapi memerlukan pendekatan sistemik melalui keterlibatan seluruh ekosistem pendidikan, mulai dari sekolah, keluarga, masyarakat hingga pemerintah.

Fenomena bullying juga berdampak luas terhadap kualitas kesehatan mental anak dan remaja. Korban bullying memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, kesepian, gangguan tidur, penurunan prestasi belajar, hingga munculnya keinginan untuk mengakhiri hidup. Dalam jangka panjang, pengalaman menjadi korban bullying dapat memengaruhi kemampuan individu dalam membangun hubungan sosial, kepercayaan diri, dan produktivitas ketika memasuki usia dewasa. Di sisi lain, pelaku bullying juga berpotensi mengembangkan perilaku agresif yang berkelanjutan apabila tidak mendapatkan intervensi yang tepat. Oleh karena itu, bullying tidak lagi dipandang sebagai kenakalan remaja semata, melainkan sebagai persoalan kesehatan masyarakat dan pendidikan yang memerlukan penanganan multidisipliner. Hasil studi WHO Regional Office for Europe menunjukkan bahwa sekitar satu dari enam remaja usia sekolah pernah mengalami cyberbullying, dengan kecenderungan peningkatan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya akibat meningkatnya digitalisasi interaksi sosial remaja (WHO Regional Office for Europe, 2024). Temuan tersebut menunjukkan bahwa bullying telah berkembang menjadi persoalan kesehatan masyarakat sekaligus

persoalan pendidikan yang memerlukan pendekatan multidisipliner dalam upaya pencegahan maupun penanganannya (Syaf et al., n.d.).

Lingkungan sekolah menjadi salah satu tempat yang paling rentan terhadap terjadinya bullying karena sekolah merupakan ruang interaksi sosial yang mempertemukan peserta didik dengan latar belakang sosial, ekonomi, budaya, maupun karakter yang beragam. Interaksi yang berlangsung secara intensif setiap hari berpotensi memunculkan konflik apabila tidak diimbangi dengan budaya sekolah yang menghargai perbedaan, empati, dan saling menghormati. Bentuk bullying di sekolah dapat berupa kekerasan fisik, ejekan verbal, pengucilan sosial, intimidasi psikologis, perundungan berbasis identitas, hingga cyberbullying yang dilakukan melalui media sosial maupun aplikasi percakapan. Bahkan, berbagai bentuk bullying tersebut sering kali saling berkaitan sehingga memperburuk kondisi korban. UNESCO (2023) menekankan bahwa bullying di sekolah merupakan proses sosial yang dipengaruhi oleh norma kelompok, budaya sekolah, serta relasi kekuasaan yang tidak seimbang, sehingga pencegahannya harus dilakukan melalui pendekatan menyeluruh (*whole-school approach*).

Di Indonesia, fenomena bullying di sekolah masih menjadi isu yang sering muncul dalam berbagai pemberitaan maupun laporan lembaga perlindungan anak. Berbagai kasus menunjukkan bahwa bullying tidak hanya terjadi pada jenjang pendidikan menengah, tetapi juga telah ditemukan sejak tingkat sekolah dasar. Ironisnya, sebagian perilaku bullying masih dianggap sebagai bagian dari candaan, tradisi senioritas, atau proses pendewasaan sehingga sering kali tidak mendapatkan penanganan yang memadai. Persepsi tersebut menyebabkan korban enggan melaporkan kejadian yang dialaminya karena takut memperoleh stigma, pembalasan dari pelaku, atau tidak dipercaya oleh lingkungan sekitar. Kondisi ini menunjukkan bahwa persoalan bullying bukan hanya berkaitan dengan perilaku individu, tetapi juga dipengaruhi oleh budaya organisasi sekolah, rendahnya literasi mengenai kekerasan, serta lemahnya sistem pelaporan dan pendampingan terhadap korban. UNICEF (2023) menjelaskan bahwa kekerasan dan bullying di sekolah memiliki konsekuensi jangka panjang terhadap perkembangan sosial, emosional, akademik, dan kesejahteraan anak. Oleh karena itu, pencegahan bullying harus diposisikan sebagai bagian dari upaya menciptakan sekolah yang ramah anak dan mendukung tercapainya tujuan pendidikan yang berkualitas (Prensky, 2011).

Berbagai kajian juga menunjukkan bahwa upaya pencegahan bullying akan lebih efektif apabila dilakukan melalui pendekatan edukatif dan partisipatif yang melibatkan seluruh warga sekolah. Guru memiliki peran strategis dalam membangun iklim kelas yang inklusif, menanamkan nilai empati, serta mendeteksi gejala bullying sejak dini. Demikian pula orang tua berperan penting dalam membangun komunikasi terbuka dengan anak agar mereka merasa aman untuk menyampaikan pengalaman yang dialami di sekolah. Di sisi lain, peserta didik perlu diberikan pemahaman mengenai bentuk-bentuk bullying, dampaknya, serta keterampilan menjadi *upstander*, yaitu individu yang berani membantu korban dan melaporkan tindakan bullying kepada pihak yang berwenang. Pendekatan kolaboratif tersebut terbukti lebih efektif dibandingkan penanganan yang hanya berfokus pada pemberian sanksi kepada pelaku (UNESCO, 2023; WHO Regional Office for Europe, 2024).

Perilaku bullying tidak hanya meninggalkan luka fisik, tetapi juga menimbulkan dampak psikologis jangka panjang, seperti trauma, turunnya prestasi akademik, gangguan kesehatan mental, hingga hilangnya kepercayaan diri. Bahkan, dalam kasus tertentu, korban bullying dapat berubah menjadi pelaku baru sehingga memunculkan siklus kekerasan yang sulit diputus. Data Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR) yang dilakukan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) bersama Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa dua dari tiga anak berusia 13-17 tahun pernah mengalami setidaknya satu bentuk kekerasan. Angka ini menandakan tingginya kerentanan remaja, khususnya siswa sekolah menengah pertama, terhadap praktik kekerasan termasuk bullying (Kowalski et al., 2013).

Kondisi tersebut juga dialami di MTs Persis 101 Sukarendah, Kecamatan Pangatikan, Garut. Sebagai lembaga pendidikan tingkat menengah pertama, sekolah ini menaungi peserta didik yang mayoritas berada pada usia remaja awal. Mereka merupakan bagian dari Generasi Z, yakni generasi yang sejak lahir telah terbiasa dengan kehadiran teknologi digital dan media sosial. Karakter generasi ini di satu sisi membawa keunggulan karena mereka cepat beradaptasi dengan perkembangan teknologi. Namun, di sisi lain, kedekatan mereka dengan media digital juga membuat mereka rentan terhadap fenomena *cyberbullying* (Allison, 2011).

Melihat realitas tersebut, tim PKM Universitas Garut melaksanakan program PKM bertajuk “Pencegahan Bullying melalui Literasi Media Digital bagi Gen Z”. Program ini dilaksanakan pada 25 April 2026 di Gedung MTs Persis 101 Sukarendah dengan peserta siswa kelas VII dan VIII yang berjumlah 48 orang. Kegiatan ini melibatkan pemutaran film edukatif bertema bullying, penyampaian materi mengenai jenis dan dampak bullying, serta dialog interaktif yang memungkinkan siswa merefleksikan pengalaman korban maupun pelaku bullying.

Bullying sendiri dapat dipahami sebagai tindakan agresif yang dilakukan secara berulang oleh individu atau kelompok terhadap orang yang lebih lemah dengan tujuan menyakiti atau mengintimidasi (Olweus, 1993). Bentuk-bentuk bullying dapat berupa fisik, verbal, sosial, maupun *cyberbullying*. Bullying fisik misalnya memukul, menendang, atau melukai korban; bullying verbal berupa hinaan, ejekan, atau ancaman; bullying sosial mencakup pengucilan atau mempermalukan di depan umum; sedangkan *cyberbullying* merujuk pada penggunaan teknologi digital untuk menyebarkan ancaman atau mempermalukan korban di ruang maya (Kowalski et al., 2013).

Sementara itu, literasi media digital dipandang sebagai salah satu solusi penting dalam pencegahan bullying, khususnya di era digital. Literasi digital merujuk pada kemampuan seseorang dalam mengakses, menganalisis, mengevaluasi, dan memproduksi informasi melalui media digital secara kritis dan etis (Livingstone, 2004). Hobbs (2010) menekankan bahwa literasi digital tidak hanya mencakup keterampilan teknis, tetapi juga melibatkan aspek sosial dan etika. Dengan literasi digital, siswa diharapkan mampu mengenali konten yang berpotensi merugikan, menolak ikut serta dalam menyebarkan praktik bullying, serta menggunakan media sosial untuk menumbuhkan solidaritas dan empati.

Generasi Z, yang lahir pada rentang tahun 1995-2010, merupakan generasi *digital natives* (Prensky, 2011). Mereka tumbuh dalam lingkungan yang sarat teknologi, terbiasa dengan internet, dan terhubung intensif dengan dunia maya. Ciri khas generasi ini adalah keterbukaan terhadap keberagaman, kecepatan dalam mengakses informasi, sekaligus kerentanan terhadap tekanan sosial digital. Oleh karena itu, literasi media digital menjadi kebutuhan mendesak agar mereka mampu mengelola interaksi sosial di dunia maya maupun dunia nyata secara sehat.

Sejumlah penelitian dan program PKM sebelumnya juga menegaskan

pentingnya literasi digital dalam menanggulangi bullying. Misalnya, Kowalski dan Limber (2013) menemukan bahwa intervensi berbasis literasi digital terbukti dapat menurunkan tingkat *cyberbullying* di kalangan remaja. Di Indonesia, Putri dan Yuniar (2021) dalam PKM di salah satu SMP di Yogyakarta menunjukkan bahwa pelatihan literasi digital tidak hanya meningkatkan kesadaran siswa tentang bahaya *cyberbullying*, tetapi juga mendorong mereka menggunakan media sosial sebagai sarana membangun relasi positif (Kowalski et al., 2013)

Program PKM serupa dilakukan oleh tim akademisi sebagai bagian dari implementasi Kurikulum Merdeka dengan judul PKM “Sosialisasi Pencegahan Prilaku Bullying sebagai Implementasi Kurikulum Merdeka melalui Kegiatan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) di SMAN 1 CiPeundeuy Kabupaten Subang” (2025). Kegiatan PKM ini berupaya melakukan pencegahan perundungan yang dilakukan melalui Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5). Kegiatan sosialisasi ini telah memperdalam pemahaman mengenai risiko serta dampak perundungan terhadap kesehatan fisik maupun mental. PKM lainnya berjudul “Kampanye Anti Perundungan Melalui Media X-Banner Sebagai Bagian dari Program Magang Mahasiswa Di LPA NTB” merupakan PKM yang bertujuan untuk untuk mensosialisasikan pencegahan perundungan di lingkungan sekolah dengan Menggunakan media komunikasi visual x-banner (2025). Hasil dari kegiatan PKM ini meningkatkan pemahaman siswa tentang peran humas, keterampilan merancang x-banner edukatif bagi siswa SMP, serta kompetensi kehumasan di mana media yang dihasilkan diharapkan mendukung sosialisasi dan pencegahan perundungan.

Dalam konteks tersebut, PKM yang dilakukan di MTs Persis 101 Sukarendah menjadi relevan karena memadukan pemutaran film edukatif, penyampaian materi, dan diskusi interaktif. Pendekatan ini memberi ruang bagi siswa untuk tidak hanya menerima informasi, tetapi juga melakukan refleksi kritis. Melalui dialog interaktif, siswa dapat mengajukan pertanyaan mengenai penyebab dan cara mengatasi bullying, yang menandakan adanya kesadaran dan kepedulian baru terhadap isu tersebut.

Dengan demikian, kegiatan PKM ini memiliki signifikansi ganda. Pertama, ia memberikan kontribusi langsung pada upaya pencegahan bullying di sekolah, sekaligus memperkuat kesadaran kritis Generasi Z terhadap literasi digital. Kedua, ia sejalan dengan agenda pendidikan nasional dalam membangun karakter,

melindungi hak anak, dan menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, serta bebas dari kekerasan.

BAHAN DAN METODE

Metodologi dalam kegiatan PKM masyarakat ini disusun untuk memastikan bahwa tujuan pencegahan bullying melalui literasi media digital dapat tercapai secara optimal. Kegiatan dirancang dengan pendekatan partisipatif, yang melibatkan siswa sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran. Metodologi ini mencakup tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan menjadi fondasi penting sebelum kegiatan PKM dilaksanakan. Pada tahap ini, tim PKM dari Universitas Garut melakukan serangkaian langkah strategis. Pertama, dilakukan identifikasi kebutuhan mitra, dalam hal ini MTs Persis 101 Sukarendah. Melalui komunikasi awal dengan pihak sekolah, tim memperoleh informasi mengenai fenomena bullying yang masih kerap terjadi, baik dalam bentuk verbal, fisik, maupun *cyberbullying*. Kepala sekolah dan guru bimbingan konseling menegaskan bahwa siswa sangat membutuhkan pemahaman lebih luas mengenai bahaya bullying serta keterampilan untuk mencegah dan menangannya.

Kedua, tim menyusun konsep kegiatan yang relevan dengan karakteristik peserta didik, yakni Generasi Z yang dekat dengan teknologi digital. Oleh karena itu, literasi media digital dipilih sebagai pintu masuk untuk mengedukasi siswa. Materi disiapkan mencakup definisi bullying, jenis-jenisnya, dampak yang ditimbulkan, serta strategi pencegahan. Selain itu, disusun pula materi literasi media digital yang menekankan pada etika penggunaan media sosial, pentingnya empati, dan upaya membangun ruang digital yang sehat.

Ketiga, tim mempersiapkan media pembelajaran yang interaktif. Salah satu strategi yang dipilih adalah pemutaran film pendek berjudul "*Bully*". Film ini dipilih karena mampu menyajikan realitas bullying secara emosional dan konkret, sehingga siswa lebih mudah memahami pesan moral yang disampaikan. Persiapan teknis meliputi peminjaman proyektor, pengeras suara, serta penataan ruang aula sekolah agar kondusif untuk kegiatan.

Keempat, tim juga berkoordinasi dengan pihak sekolah terkait jadwal

kegiatan, jumlah peserta, serta pembagian tugas. Kegiatan akhirnya disepakati untuk dilaksanakan pada 25 April 2026 di aula sekolah, dengan peserta sebanyak 48 orang siswa kelas VII dan VIII, terdiri atas 12 siswi perempuan dan 36 siswa laki-laki. Kepala sekolah memberikan sambutan pembukaan sekaligus dukungan moral agar kegiatan berjalan lancar.

Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan inti dari kegiatan PKM. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga sesi utama, yaitu pemutaran film, penyampaian materi, dan diskusi interaktif.

1) Pembukaan Kegiatan

Acara dibuka secara resmi oleh Kepala Sekolah MTs Persis 101, Ano Sukarno, S.Pd.I, yang menyampaikan apresiasi kepada tim PKM Universitas Garut. Ia menekankan pentingnya kegiatan sosialisasi anti-bullying sebagai bagian dari upaya membangun lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan inklusif.



Gambar 1. Kepala Sekolah MTs Persis 101 memberikan sambutan

2) Pemutaran Film Edukatif

Film pendek *“Bully”* diputar sebagai stimulus awal untuk mengajak siswa merefleksikan pengalaman korban bullying. Film ini mengisahkan seorang siswa bernama Rendy yang mengalami kesulitan berbicara karena gagap, sehingga menjadi sasaran perundungan dari teman-temannya. Melalui film tersebut, siswa dapat menyaksikan secara langsung dampak emosional dan sosial dari bullying. Strategi ini terbukti efektif karena memicu empati siswa terhadap korban serta membuka ruang diskusi yang lebih hidup.

3) **Penyampaian Materi**

Materi inti disampaikan oleh narasumber, Dr. Chotijah Fanaqi, M.I.K, yang menjelaskan konsep dasar bullying. Penjelasan mencakup definisi, jenis-jenis bullying (fisik, verbal, sosial, dan *cyberbullying*), serta dampak psikologis dan akademis yang ditimbulkannya. Narasumber juga menekankan bahwa bullying dapat terjadi karena berbagai faktor, antara lain keinginan pelaku untuk berkuasa, kurangnya empati, pengaruh lingkungan, serta lemahnya pengawasan dari keluarga maupun sekolah.



Gambar 2. Narasumber sedang memberikan materi mengenai 'Bahaya Bullying'

Selain itu, materi literasi media digital diberikan sebagai upaya pencegahan khususnya terhadap *cyberbullying*. Narasumber menekankan pentingnya sikap kritis dalam bermedia sosial, tidak menyebarkan konten negatif, serta keberanian untuk melapor jika menjadi korban atau saksi bullying. Pesan utama yang disampaikan adalah bahwa setiap individu memiliki hak untuk tumbuh dalam lingkungan yang aman dan bebas dari kekerasan.

4) **Diskusi Interaktif**

Sesi diskusi berlangsung aktif dengan partisipasi siswa. Salah satu siswi, Putri Tasya dari kelas VIII B, mengajukan pertanyaan kritis mengenai alasan bullying bisa terjadi dan cara mengatasinya. Pertanyaan ini menunjukkan adanya kesadaran baru dari siswa terhadap isu perundungan. Narasumber kemudian menjelaskan bahwa bullying muncul dari kombinasi faktor individu dan lingkungan, serta solusi terbaik adalah dengan melibatkan semua pihak—siswa, guru, orang tua, dan masyarakat—dalam upaya pencegahan.

Diskusi juga mempertegas pentingnya menumbuhkan empati dan solidaritas

di kalangan siswa. Peserta didorong untuk mengambil peran sebagai “teman” yang saling mendukung, bukan sebagai pelaku bullying. Slogan “Mari Jadi Teman, Bukan Pelaku Bullying” menjadi pesan moral yang ditanamkan dalam sesi ini.

Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan PKM serta mengidentifikasi aspek yang perlu diperbaiki. Evaluasi dilaksanakan dalam dua bentuk, yaitu evaluasi partisipatif dan refleksi tim PKM.

1) Evaluasi Partisipatif

Evaluasi ini dilakukan secara langsung dengan meminta siswa memberikan tanggapan terhadap kegiatan. Dari respon yang dihimpun, mayoritas siswa mengaku memperoleh pemahaman baru mengenai bullying dan literasi media digital. Mereka merasa bahwa film edukatif dan diskusi interaktif membantu memahami isu bullying secara lebih nyata dibandingkan hanya melalui ceramah konvensional.

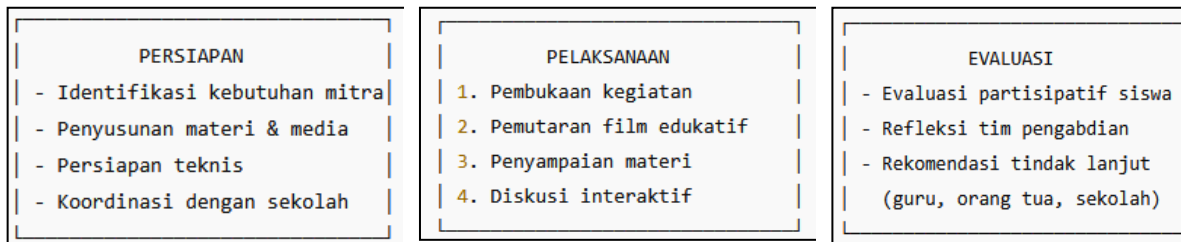
Beberapa siswa juga menyampaikan komitmen untuk tidak lagi melakukan perundungan dan bersedia melaporkan kasus bullying jika terjadi di sekolah. Hal ini menunjukkan adanya perubahan sikap dan kesadaran yang menjadi indikator keberhasilan kegiatan.

2) Refleksi Tim PKM

Tim PKM melakukan rapat internal untuk mengevaluasi jalannya kegiatan. Tim menyimpulkan bahwa metode kombinasi film, materi, dan diskusi terbukti efektif. Namun, terdapat catatan bahwa waktu kegiatan relatif singkat sehingga tidak semua siswa berkesempatan menyampaikan pendapat. Untuk kegiatan berikutnya, tim merekomendasikan adanya sesi lanjutan atau pendampingan rutin agar dampak program lebih berkelanjutan.

Selain itu, tim juga mencatat pentingnya melibatkan guru secara lebih aktif dalam proses pendampingan setelah kegiatan. Guru diharapkan dapat menjadi pengawal nilai-nilai anti-bullying di sekolah sehingga pesan yang ditanamkan tidak berhenti pada saat kegiatan PKM saja.

Berikut adalah alur metodologi PKM dalam bentuk flowchart:



Gambar 3. Flowchart alur PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian kepada masyarakat dan Pembahasan disajikan dalam bentuk uraian, baik secara kualitatif maupun kuantitatif.

Kegiatan PKM masyarakat dengan tema “*Pencegahan Bullying melalui Literasi Media Digital bagi Gen Z*” diselenggarakan pada tanggal 25 April 2026 di MTs Persis 101 Sukarendah, Kecamatan Pangatikan, Garut. Kegiatan ini merupakan rangkaian dari program PKMTematik Universitas Garut yang menitikberatkan pada isu-isu sosial yang dihadapi generasi muda, khususnya terkait perundungan atau bullying di sekolah. Pelaksanaan kegiatan melibatkan 48 siswa kelas VII dan VIII, dengan rincian 12 siswi perempuan dan 36 siswa laki-laki. Kehadiran para siswa didukung penuh oleh pihak sekolah, bahkan Kepala Sekolah, Ano Sukarno, S.Pd.I., secara langsung membuka acara sekaligus menyampaikan sambutan. Dalam sambutannya, ia menegaskan bahwa bullying merupakan masalah nyata yang dihadapi sekolah dan memerlukan perhatian serius dari semua pihak. Kehadiran tim PKM dari Universitas Garut disambut dengan penuh apresiasi, sebab diharapkan mampu memberikan pengetahuan sekaligus membangun kesadaran baru di kalangan siswa.

Pelaksanaan kegiatan dirancang dengan tiga tahapan inti, yakni pemutaran film edukatif, penyampaian materi, dan diskusi interaktif. Pemutaran film berjudul “*Bully*” menjadi pintu masuk kegiatan. Film ini menceritakan kisah seorang siswa bernama Rendy yang mengalami kesulitan berbicara atau gagap. Kondisinya membuat ia kerap menjadi sasaran olok-olok teman-temannya. Cerita dalam film ini begitu menyentuh karena menghadirkan sisi kemanusiaan seorang anak yang seharusnya mendapatkan dukungan, tetapi justru menerima perundungan dari lingkungannya. Adegan-adegan yang ditampilkan berhasil mengundang empati

siswa. Beberapa peserta tampak terdiam, sementara yang lain berkomentar lirih mengenai ketidakadilan yang dialami tokoh dalam film. Pemutaran film ini menjadi metode efektif untuk memantik kesadaran emosional siswa, sebelum mereka memasuki sesi materi yang bersifat kognitif.

Setelah film selesai, narasumber utama, Dr. Chotijah Fanaqi, M.I.K., menyampaikan materi tentang bullying dan literasi media digital. Penjelasan yang disampaikan tidak hanya mendefinisikan bullying sebagai tindakan agresif yang dilakukan berulang untuk menyakiti korban, tetapi juga menguraikan bentuk-bentuknya, seperti bullying fisik, verbal, sosial, hingga *cyberbullying*. Materi disampaikan secara sistematis dengan menekankan pada dampak yang ditimbulkan, mulai dari trauma psikologis, menurunnya prestasi akademik, gangguan kesehatan mental, hingga risiko korban bertransformasi menjadi pelaku bullying baru. Penjelasan ini memperkaya pemahaman siswa bahwa bullying bukanlah persoalan sepele, melainkan masalah serius yang dapat merusak masa depan korban maupun pelaku.

Dalam sesi yang sama, narasumber menekankan pentingnya literasi media digital, terutama karena generasi Z sangat akrab dengan teknologi dan media sosial. Siswa diajak untuk memahami bahwa dunia digital memiliki dua sisi: ia dapat menjadi ruang yang bermanfaat untuk belajar dan berinteraksi, tetapi juga bisa berubah menjadi arena perundungan jika tidak digunakan secara bijak. Literasi digital, dalam hal ini, tidak hanya berkaitan dengan kemampuan teknis menggunakan perangkat, tetapi juga mencakup etika berkomunikasi, kesadaran akan dampak konten yang dibagikan, dan keberanian untuk melapor jika mengalami atau menyaksikan kasus *cyberbullying*. Pesan penting yang ditekankan adalah bahwa setiap individu memegang peran untuk menciptakan ruang digital yang sehat, aman, dan penuh empati.

Sesi diskusi interaktif kemudian menjadi ruang bagi siswa untuk mengungkapkan pendapat dan pertanyaan mereka. Antusiasme terlihat jelas ketika salah seorang siswi, Putri Tasya dari kelas VIII B, mengajukan pertanyaan: “Mengapa bullying bisa terjadi dan bagaimana cara mengatasinya?” Pertanyaan ini mencerminkan kepedulian sekaligus kesadaran baru yang mulai tumbuh di kalangan siswa. Narasumber menjawab dengan menjelaskan bahwa bullying sering muncul karena keinginan pelaku untuk berkuasa, rendahnya empati, pengaruh lingkungan,

dan lemahnya pengawasan dari sekolah maupun keluarga. Cara mengatasinya, lanjut narasumber, tidak bisa hanya dibebankan pada korban, melainkan harus melibatkan semua pihak: siswa harus berani melapor, sekolah harus membuat aturan tegas anti-bullying, dan keluarga harus memberikan dukungan penuh.

Diskusi berlangsung hangat dan produktif. Beberapa siswa mengungkapkan pengalaman mereka, baik sebagai saksi maupun sebagai orang yang pernah menjadi sasaran ejekan. Dari refleksi tersebut, terlihat adanya kesadaran bahwa tindakan yang selama ini dianggap sebagai gurauan ternyata bisa melukai orang lain. Pesan moral yang muncul berulang kali adalah pentingnya menjadi teman yang mendukung, bukan pelaku perundungan. Slogan yang kemudian disepakati bersama, “Mari Jadi Teman, Bukan Pelaku Bullying,” menjadi simbol komitmen baru bagi para siswa.



Gambar 4. Peserta melakukan foto Bersama setelah kegiatan PKM selesai

Jika dianalisis dari hasil kegiatan, terlihat bahwa program ini berhasil meningkatkan kesadaran siswa terhadap bahaya bullying. Film yang ditayangkan memberikan pengalaman emosional yang kuat, materi memperkuat pemahaman kognitif, sementara diskusi interaktif menumbuhkan partisipasi dan kepedulian. Pendekatan multi-metode ini terbukti efektif karena siswa tidak hanya pasif mendengar, tetapi juga aktif merefleksikan dan mengekspresikan pandangan mereka. Hal ini sejalan dengan prinsip pendidikan partisipatif, di mana proses belajar menjadi lebih bermakna karena peserta terlibat langsung di dalamnya.

Selain pada aspek pemahaman, kegiatan ini juga berdampak pada perubahan sikap. Beberapa siswa menyatakan komitmen untuk berhenti melakukan tindakan perundungan dan berani menegur teman yang melakukan bullying. Ada pula yang bertekad untuk segera melapor kepada guru jika menyaksikan kasus bullying.

Respons-respons ini menunjukkan adanya perubahan sikap yang menjadi indikator keberhasilan program.



Gambar 5. Tim PKM melakukan foto Bersama Kepala MTs Sekolah Persis 101

Dampak kegiatan tidak hanya dirasakan oleh siswa, tetapi juga oleh pihak sekolah. Kepala sekolah dan guru merasa terbantu dengan adanya kegiatan ini karena memperkuat upaya mereka dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Guru juga mulai menyadari perlunya strategi pengawasan yang lebih ketat di ruang kelas maupun lingkungan sekolah agar praktik bullying dapat dicegah sejak dini.



Gambar 6. Peserta yang aktif mendapatkan *reward* berupa hadiah *educative* dari tim PKM

Namun, kegiatan ini juga memiliki keterbatasan. Waktu yang tersedia relatif singkat sehingga tidak semua siswa berkesempatan menyampaikan pendapat atau pengalamannya. Selain itu, kegiatan yang dilakukan baru sebatas intervensi sekali waktu, sehingga dampak jangka panjangnya belum dapat dipastikan. Untuk itu, perlu adanya program lanjutan seperti pembentukan satgas anti-bullying di sekolah, pendampingan rutin oleh guru BK, atau integrasi nilai-nilai literasi digital dalam kurikulum pembelajaran.

Pelaksanaan PKM ini berhasil menumbuhkan kesadaran, empati, dan komitmen baru di kalangan siswa MTs Persis 101 Sukarendah. Melalui metode yang

menggabungkan film, materi, dan diskusi, siswa tidak hanya diberi informasi, tetapi juga diajak untuk berpikir kritis dan berpartisipasi aktif. Analisis hasil menunjukkan bahwa literasi media digital adalah pendekatan yang relevan dan efektif untuk mencegah bullying di kalangan generasi Z. Keberhasilan ini sekaligus menegaskan pentingnya kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan belajar yang bebas dari kekerasan.

SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan PKM masyarakat ini menunjukkan bahwa bullying masih menjadi persoalan serius di lingkungan pendidikan, terutama di kalangan remaja Generasi Z yang sangat dekat dengan dunia digital. Melalui kombinasi metode pemutaran film edukatif, penyampaian materi, dan diskusi interaktif, kegiatan ini mampu meningkatkan kesadaran siswa mengenai bahaya bullying, baik secara fisik, verbal, sosial, maupun *cyberbullying*. Film edukatif berhasil menumbuhkan empati siswa terhadap korban, materi memberikan pemahaman konseptual mengenai bentuk dan dampak bullying, sementara diskusi interaktif membuka ruang partisipasi aktif yang mendorong siswa untuk berani bertanya, merefleksikan, dan berkomitmen menjadi agen pencegahan bullying. elain itu, penguatan literasi media digital terbukti relevan dalam menghadapi fenomena *cyberbullying* yang kerap dialami generasi Z. Siswa mulai memahami pentingnya etika bermedia sosial, keberanian untuk melapor, serta tanggung jawab moral dalam menciptakan ruang digital yang sehat.

Sekolah diharapkan dapat terus menerapkan kebijakan anti-bullying secara konsisten dan juga menggabungkan pembelajaran tentang penggunaan media digital secara bijak dalam proses belajar serta layanan konseling yang diberikan. Guru dan orang tua harus lebih aktif dalam berkomunikasi dan mengawasi anak-anak, terutama saat mereka menggunakan media digital serta mengenali tanda-tanda adanya perundungan. Siswa juga diharapkan bisa memiliki rasa empati, saling bantu, serta berani melaporkan tindakan bullying kepada orang yang berwenang. Untuk kegiatan selanjutnya, pencegahan bullying perlu terus dilakukan dengan cara membaca dan memahami media, melalui pelatihan dan bimbingan, serta bekerja sama dengan berbagai pihak seperti pemerintah dan organisasi yang melindungi anak. Selain itu, diperlukan evaluasi yang dilakukan dalam jangka waktu yang lebih

lama agar dapat mengevaluasi sejauh mana program tersebut berhasil dalam mengurangi kejadian bullying di lingkungan sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada: 1) Fakultas Komunikasi dan Informasi Universitas Garut yang telah memberikan dukungan moril ataupun materiil dalam pelaksanaan pengabdian ini, 2) MTs Persis 101 Sukarendah yang telah bekerjasama dalam kolaborasi kegiatan PKM yang diadakan oleh Fkominfo Universitas Garut.

DAFTAR PUSTAKA

- Allison, M. A. (2011). *Digital and Media Literacy: A Plan of Action (2010) Professional Resource* : 3, 3-6.
- Kowalski, R. M., Ph, D., Limber, S. P., & Ph, D. (2013). Psychological , Physical , and Academic Correlates of Cyberbullying and Traditional Bullying. *Journal of Adolescent Health*, 53(1), S13-S20. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.09.018>
- Prensky, M. (2011). *On the Horizon*. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- Syaf, H., Pasaribu, I. M., Haloho, E., Maria, B., & Balan, S. (n.d.). 1,2,5,6. 29-43.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) & Badan Pusat Statistik (BPS). (2018). *Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR)*. Jakarta: KPPPA.
- Livingstone, S. (2004). Media literacy and the challenge of new information and communication technologies. *Communication Review*, 7(1), 3-14. <https://doi.org/10.1080/10714420490280152>
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.
- Putri, F., & Yuniar, R. (2021). Penguatan literasi digital sebagai upaya pencegahan cyberbullying pada remaja. *Jurnal PKM Masyarakat Pendidikan*, 3(2), 115-124.
- Seemiller, C., & Grace, M. (2016). *Generation Z goes to college*. San Francisco: Jossey-Bass.
- UNESCO. (2023). *Defining school bullying and its implications on education, teachers and learners*. <https://www.unesco.org/en/articles/defining-school-bullying-and-its-implications-education-teachers-and-learners>
- World Health Organization Regional Office for Europe. (2024). *One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO/Europe study*. <https://www.who.int/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study>
- UNESCO. (2023). *What you need to know about school violence and bullying*. <https://www.unesco.org/en/articles/what-you-need-know-about-school-violence-and-bullying>
- UNICEF. (2023). *Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying*. <https://www.unicef.org/documents/behind-numbers-ending-school-violence-and-bullying>
- Children and Youth Services Review. (2024). *The silent shadow in primary school: The invisible face of bullying*. *Children and Youth Services Review*, 166, 107924. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107924>
- Nuraeni Nuraeni, Dhina Khoerunisa, Zikri Fachrul Nurhad. (2025). Sosialisasi Pencegahan Prilaku Bullying sebagai Implementasi Kurikulum Merdeka melalui Kegiatan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) di SMAN 1 CiPeundeuy Kabupaten Subang, Vol 5, No 2 (2025): Jurnal Media Pengabdian Komunikasi, <https://medikom.fkominfo.uniga.ac.id/index.php/medikom/article/view/429>
- Ida Ayu Sutarini, Larasati Andriana. (2025). Kampanye Anti Perundungan Melalui Media X-Banner Sebagai Bagian dari Program Magang Mahasiswa Di LPA NTB, Vol 5, No 1 (2025), Jurnal Media Pengabdian Komunikasi.

<https://medikom.fkoinfo.uniga.ac.id/index.php/medikom/article/view/389>