



Psikoedukasi Dampak Perilaku Perundungan Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Sukamulia

Psychoeducation on the Impact of Bullying Behavior on Adolescents at SMA Negeri 1 Sukamulia

Nurmaulia Khotmi ^{1*}, Hartiani ², Elisa Sulistia Fitri ³

¹⁾ ITS Kes Muhammadiyah Selong (Program Studi Administrasi Publik)

²⁾ ITS Kes Muhammadiyah Selong (Program Studi Administrasi Publik)

³⁾ ITS Kes Muhammadiyah Selong (Program Studi Administrasi Kesehatan)

Alamat: Jln. TGH. Umar No. 22 Selong – Lombok Timur

Korespondensi E-mail: nurmauliakhotmi13@gmail.com

Article History:

Received: Februari 12, 2025;

Revised: Maret 18, 2025;

Accepted: April 27, 2025;

Online Available: April 15, 2025;

Keywords: Psychoeducation, Bullying Behavior, Adolescents

Abstract. Bullying behavior often occurs in all circles and all institutions, both government and private, including in the world of education, namely the school environment, the perpetrators and victims are teachers or students. Bullying is any physical violence or psychological violence that is carried out repeatedly due to the imbalance of power relations. The purpose of the psychoeducational activity is to provide information to teachers and students regarding the impacts caused by bullying behavior. Psychoeducational activities are carried out by means of face-to-face seminars at the SMAN 1 Sukamulia Musholla. The method in psychoeducational activities is action research or also called Action Research. Action Research consists of four processes starting from determining the problem, preparing an activity plan, implementing activities and finally conducting an evaluation related to the objectives of the educational activities carried out. The implementation process begins with the presentation of material, questions and answers, and sharing experiences related to bullying behavior experienced by students or adolescents.

Abstrak

Perilaku Perundungan sering terjadi disemua kalangan dan semua instansi baik pemerintah dan swasta tak terkecuali di dunia Pendidikan yaitu lingkungan sekolah, yang menjadi pelaku dan korban adalah guru ataupun siswa. Perundungan adalah setiap kekerasan fisik maupun kekerasan psikis yang dilakukan secara berulang karena ketimpangan relasi kuasa. Tujuan kegiatan psikoedukasi tersebut adalah memberikan informasi kepada guru maupun siswa terkait dampak yang ditimbulkan akibat perilaku perundungan. Kegiatan psikoedukasi dilakukan dengan cara seminar tatap muka di Musholla SMAN 1 Sukamulia. Metode dalam kegiatan psikoedukasi adalah penelitian tindakan atau disebut juga Action Research. Penelitian Tindakan terdiri dari empat proses dimulai dari penentuan permasalahan, menyusun rencana kegiatan, pelaksanaan kegiatan dan yang terakhir melakukan evaluasi terkait tujuan dari kegiatan edukasi yang dilakukan. Proses pelaksanaan dimulai dengan pemaparan materi, tanya jawab, dan sharing pengalaman terkait perilaku perundungan yang dialami oleh siswa atau remaja.

Kata kunci: Perilaku Perundungan, Psikoedukasi, Remaja

1. PENDAHULUAN

Perilaku Perundungan sering terjadi di semua kalangan dan semua instansi baik pemerintah dan swasta tak terkecuali di dunia Pendidikan yaitu lingkungan sekolah. SMA 1 Sukamulia salah satu Sekolah Negeri di kabupaten Lombok Timur merupakan Lokasi kegiatan edukasi. Sekolah tersebut sering kali terjadi perundungan verbal yang dilakukan

oleh sesama siswa maupun perundungan verbal yang dilakukan guru kepada siswanya. Perilaku perundungan telah lama menjadi bagian dari dinamika sekolah, dimana seharusnya sekolah merupakan tempat menuntut ilmu baik ilmu pengetahuan maupun ilmu tentang perilaku (Haslan dkk, 2021). Hal tersebut mendorong untuk melakukan edukasi di sekolah tersebut.

Peserta yang mengikuti kegiatan edukasi terkait perundungan diharapkan guru, tenaga pendidik dan khususnya siswa. Alasan dikhususkan siswa adalah karena siswa memiliki risiko yang paling sering menjadi korban dan pelaku perundungan. Siswa SMA merupakan usia remaja yang merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa yang lebih dewasa. Disampaikan pula oleh Fatmawaty dan Utami (Noya dkk, 2024) remaja merupakan masa transisi disebabkan karena seorang remaja tidak lagi berstatus kanak-kanak namun belum memperoleh status sebagai orang dewasa. Nasrudin et al (Putri & Azalia, 2022) juga mengatakan fase remaja adalah fase terjadinya perubahan baik perubahan pada fisik, hormon, sosial, maupun psikologis sehingga dapat menyebabkan emosi remaja yang tidak terkontrol sehingga berisiko mengalami stress. Perubahan diberbagai aspek tersebut lah memicu remaja berperilaku yang kurang sesuai dengan norma yang ada di masyarakat, seperti perilaku perundungan tersebut.

Perundungan adalah setiap kekerasan fisik maupun kekerasan psikis yang dilakukan secara berulang karena ketimpangan relasi kuasa (Khotmi dkk, 2024). Hal yang sama diasampaikan O'Connell (Theodore & Sudarji, 2019) bahwa perundungan merupakan tindakan negatif dalam bentuk verbal, fisik dan relasional yang dilakukan berulang oleh orang lain kepada orang yang tidak memiliki kemampuan untuk melindungi diri. Remaja sesungguhnya diharapkan menjadi generasi penerus di masa depan untuk bisa memajukan suatu negeri. Hal serupa disampaikan oleh Azmi (Khotmi dkk, 2024) bahwa remaja sangat diharapkan bisa memiliki tanggung jawab yang baik karena remaja merupakan generasi penerus suatu bangsa di masa depan. Akan tetapi banyak sekali remaja yang berperilaku negative.

Perilaku negatif yang juga disebut perundungan tidak hanya terjadi saat marah ataupun emosi tidak stabil, namun perilaku prundungan juga terjadi saat remaja bercanda dengan teman sebaya maupun disaat proses belajar mengajar. Perilaku perundungan memiliki dampak yang negative sehingga banyak menyebabkan korban dari perilaku tersebut mengalami cacat secara fisik, mengalami masalah perilaku, mengalami permasalahan emosional, depresi, menurunnya perstasi hingga bunuh diri.

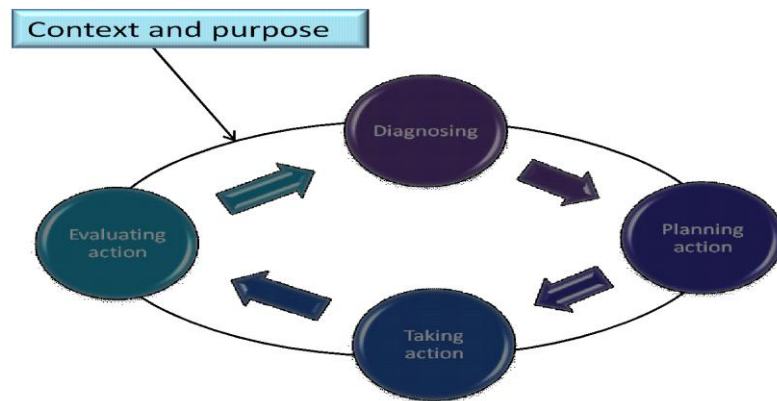
Berdasarkan uraian diatas peneliti melakukan kegiatan pengabdian dengan judul kegiatan “Edukasi Dampak Perilaku Perundungan Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMAN 1 Sukamulia”. Dengan harapan remaja-remaja yang mengikuti kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan sehingga dapat memahami dan menyadari bahwa perilaku perundungan baik berupa verbal maupun fisik sangat mengganggu Kesehatan mental pada remaja. Selain itu diharapkan remaja-remaja bisa berperilaku yang baik dan sopan di lingkungan sekolah maupun lingkungan tempat tinggal.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode *Action Research*. *Action Research* disebut juga penelitian tindakan yang menurut Darwis merupakan metode yang digunakan untuk mendapatkan pengetahuan sekaligus melakukan Tindakan untuk menciptakan sebuah perubahan (Khotmi, dkk 2024). Cresswell (Yaumi, 2016) juga menyatakan bahwa penelitian tindakan merupakan praktik sosial dengan tujuan ke arah peningkatan, proses siklus, diikuti oleh penemuan yang sistematis, proses reflektif, bersifat partisipatif, dan ditentukan oleh pelaksana. Selain itu Hasan (Khotmi, dkk 2024) mengungkapkan bahwa *Action research* bertujuan untuk memberikan kontribusi baik pada tataran praktis maupun keilmuan dalam bidang sosial dengan memberikan perhatian terhadap masalah yang sedang dihadapi manusia secara langsung.

Proses dan tahapan pada metode *Action research* terdiri dari tahapan pertama yaitu menentukan Permasalahan (Diagnosis). Permasalahan ditentukan sesuai kondisi di lapangan dan disesuaikan dengan mata kuliah yang sedang berjalan yaitu mata kuliah psikologi Kesehatan. Tahapan yang kedua adalah menyusun atau merancang kegiatan apa yang dilakukan dalam penelitian tersebut. Rancangan kegiatan dilakukan bersama antara dosen dan mahasiswa sebagai panitia. Tahapan ketiga adalah pelaksanaan kegiatan yang sudah disusun. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di salah satu sekolah menengah di daerah Lombok Timur, Lokasi sekolah tersebut dipilih oleh mahasiswa dengan alasan sekolah tersebut belum pernah mendapatkan edukasi terkait permasalahan yang menjadi tema pengabdian yang dilakukan. Selain itu seringkali terjadi perundungan (sesuai tema kegiatan) yang dilakukan oleh sesama siswa maupun guru ke siswa. Dan tahapan terakhir (keempat) adalah melakukan evaluasi pada kegiatan yang telah terlaksana. Tahap ini dilakukan pada sesi terakhir dari pelaksanaan kegiatan edukasi, dengan meminta mahasiswa menyampaikan pemikiran dan perasaan sebelum dan setelah melakukan kegiatan edukasi.

Proses dan tahapan *Action Research* menurut Rory O'Brien (Khotmi, dkk 2024).



Gambar 1. proses dan tahapan *Action Research*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan di Musholla SMAN 1 Sukamulia, kecamatan Sukamulia kabupaten Lombok Timur provinsi NTB. Pelaksanaan dilakukan secara tatap muka dengan dihadiri oleh dosen pengampu mata kuliah Psikologi Kesehatan, dua orang dosen program studi Administrasi Kesehatan dan semua mahasiswa kelas A semester III Institut Teknologi Sosial dan Kesehatan Muhammadiyah Selong. Peserta dalam kegiatan edukasi tersebut adalah semua siswa kelas XII dan dua orang guru sebagai perwakilan sekaligus pendamping. Pelaksanaan tersebut bertepatan pada hari Sabtu, 18 Desember 2024 pukul 09.00 – 11.00 WITA.



Gambar 2. Foto Bersama guru, dosen, mahasiswa dan peserta (siswa)

Proses dan tahapan *Action Research* dalam pelaksanaan sosialisasi di SMAN 1 Sukamulia

- **Diagnosis** (penentuan permasalahan)

Tahapan ini yang dilakukan adalah menyepakati permasalahan yang akan menjadi permasalahan dalam pelaksanaan kegiatan edukasi. Penentuan permasalahan disepakati bersama oleh mahasiswa sebagai panitia kegiatan edukasi, dua dosen selain dosen pengampu mata kuliah, dosen pengampu mata kuliah sekaligus sebagai pemateri

dalam kegiatan edukasi dan berprofesi Psikolog. Permasalahan dan Lokasi kegiatan edukasi disepakati dengan alasan bahwa sekolah tersebut tidak pernah mengadakan seminar sedangkan sering terjadi perundungan verbal yang dilakukan oleh beberapa guru kepada siswa maupun siswa kepada siswa lainnya.

- Rencana Kegiatan

Tahapan yang kedua adalah tahap penyusunan rencana kegiatan edukasi dengan menyesuaikan permasalahan dan lokasi yang telah disepakati pada tahapan yang pertama yaitu penentuan permasalahan. Rencana kegiatan edukasi dirancang oleh mahasiswa selaku panitia dengan dibimbing oleh dosen pengampu mata kuliah dan dosen lain yang terlibat dalam kegiatan tersebut. Rencana kegiatan terdiri dari pembukaan oleh MC dengan durasi 5 – 10 menit, sambutan oleh ketua panitia dan salah satu perwakilan guru dengan durasi 10 – 15 menit, penyerahan palakat dan sesi foto bersama dengan durasi 5 - 10 menit, penyampaian materi dengan durasi 30 menit, sesi tanya jawab dan sharing pengalaman peserta dengan durasi 40 menit, *ice breaking* dengan durasi 7 menit, dan pembagian kenang-kenangan oleh panitia dengan durasi 10 menit.

- Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan ini merupakan tahap ketiga dari metode penelitian Tindakan. Kegiatan edukasi dilaksanakan pada Sabtu, 18 Desember 2024 pukul 09.00 – 11.00 WITA berlokasi di Musholla SMAN 1 Sukamulia, desa Sukamulia Kecamatan Sukamulia, Kabupaten Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat. Kegiatan edukasi dibuka oleh pembawa acara yang merupakan mahasiswa sekaligus panitia. Dilanjutkan dengan sambutan dari ketua panitia (Mahasiswa), dan perwakilan guru. Setelah itu dilanjutkan dengan penyerahan Plakat yang diberikan kepada Wakasek kesiswaan, setelah itu sesi foto bersama dan *Ice breaking* sebelum pemamparan materi oleh pemateri yang ahli dibidangnya.

Materi yang dipaparkan adalah terkait “Perundungan dan Dampaknya”. Kegiatan Edukasi diikuti oleh siswa laki-laki dan Perempuan kelas XII dengan jumlah kurang – lebih 150 siswa. Pemaparan materi selesai dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Pada sesi tanya jawab siswa laki-laki maupun Perempuan terlihat antusias angkat tangan untuk bertanya. Siswa yang mengajukan pertanyaan berjumlah enam orang yang terdiri dari tiga siswa Perempuan dan tiga orang siswa laki-laki. Sesi tanya jawab ini dilakukan dengan cara siswa menyampaikan pertanyaan dan langsung dijawab oleh pemateri.

Setelah tidak ada yang menyampaikan pertanyaan dilanjutkan sesi sharing pengalaman dan ada dua siswa dengan sukarela menyampaikan pengalaman terkait permasalahan yang dialami baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah. Sesi terakhir adalah pembagian hadiah untuk siswa yang bertanya dan berbagi pengalaman.



Gambar 3 & 4. Pemaparan Materi oleh Narasumber



Gambar 4 & 6. Sesi tanya jawab



Gambar 5. Sesi *Sharing* Pengalaman



Gambar 6. Sesi *Ice breakig* dan *Games*

- Evaluasi Kegiatan

Tahap terakhir adalah evaluasi yang dilakukan setelah sesi *ice breaking* dan pembagian kenang-kenangan. Sesi evaluasi ini dipandu oleh pemateri. Pemateri meminta semua siswa yang telah berbagi, kembali maju untuk menjawab terkait apa

yang dapat dipahami setelah diberikan materi dengan sebelum diberikan materi. Pada tahap ini siswa menyampaikan apa yang dipahami dan apa yang dirasakan, dan pikirkan setelah mendapatkan materi terkait “perundungan dan dampaknya”. Siswa mengatakan memahami materi yang telah disampaikan, sehingga menyadari bahwa perilaku perundungan ini sering siswa alami yang mana dilakukan oleh guru dan orang tua di rumah. Perundungan yang paling sering siswa alami adalah perundungan verbal berupa celaan, bentakan dan pemberian label dengan kata “bodoh”. Perundungan lainnya adalah perundungan fisik berupa toyoran dibagian kepala.

Pembahasan

Kegiatan psikoedukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa dan guru terkait perilaku perundungan dan dampaknya. Harapannya perilaku perundungan dapat dihindari ketika terjadi intraksi di sekolah baik pada saat proses belajar mengajar maupun interaksi lainnya. Perundungan yang paling sering dialami siswa adalah perundungan verbal berupa celaan, bentakan dan labeling, selain itu perundungan fisik juga sering terjadi berupa “toyoran dibagian kepala”. Alasan lainnya edukasi tentang perundungan ini disepakati, disebabkan sangat banyaknya kasus-kasus perundungan yang terjadi khususnya di lingkungan sekolah yang pelaku dan korbannya merupakan siswa usia remaja yang merupakan fase peralihan baik dari segi fisik maupun psikis. Hal tersebut diasampaikan oleh Khotmi (2023) masa peralihan dari masa kanak kanak menuju dewasa awal yang mencakup perubahan fisik dan psikologis. Perubahan transisi tersebut menyebabkan remaja sering melakukan perundungan baik secara sengaja ataupun tidak sengaja ketika tidak ditangani dengan baik dan tepat. Pernyataan diatas didukung dari beberapa ahli dan sumber lain diantaranya.

• Definisi Remaja

- Nasrudin et al (Putri & Azalia, 2022) fase remaja adalah fase terjadinya perubahan baik perubahan pada fisik, hormon, sosial maupun psikologis sehingga dapat menyebabkan emosi remaja yang tidak terkontrol sehingga berisiko mengalami stress.
- Santrock (Khotmi, 2023) remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional.
- Masa remaja merupakan salah satu dari periode perkembangan manusia dari masa kanak – kanak ke masa dewasa dimulai dari usia 10 -13 tahun dan berakhir pada

usia 18 – 22 tahun, yang meliputi perubahan biologis, psikologis, dan social. Usia remaja biasanya dimulai pada usia. (Ardiansyah, 2022).

- Suryana et al (2022) mengatakan remaja adalah orang-orang yang baru saja naik level dan sedang belajar apa yang baik dan salah, dan mereka harus siap dengan segala hal, dan siap menghadapi masalah kehidupan dan pergaulan.

Dari hasil paparan diatas bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa sehingga akan banyak mengalami perubahan baik dalam segi biologis, psikis dan sosial membuat masa ini sangat rentan melakukan Tindakan yang keliru ke arah negative.

- **Ciri-ciri Masa Remaja Puber menurut Hurlock (Fhadila, 2017)**

- Masa puber adalah periode tumpang tindih.
- Masa puber adalah periode yang Singkat.
- Masa puber dibagi dalam beberapa tahap.
- Tahap prapuber, tahap puber dan tahap pasca puber.
- Masa puber merupakan masa pertumbuhan dan perubahan
- Masa puber merupakan fase negatif.
- Pubertas terjadi pada berbagai usia.

- **Fenomena Kondisi Remaja generasi Melenial & Z (Khotmi dkk, 2024)**

Table 1. Fenomena kondisi Remaja

FOMO	<i>(Fear of Missing Out)</i>	Kondisi dimana seseorang takut tertinggal.
JOMO	<i>(Joy of Missing Out)</i>	Kondisi dimana seseorang senang meskipun tertinggal
FOBO	<i>(Fear of Better Option)</i>	Kondisi dimana seseorang takut akan opsi lebih baik.
YOLO	<i>(You Only Live Once)</i>	Kondisi dimana seseorang berpikir hidup cuma sekali.
FOPO	<i>(Fear of Other People's Opinions)</i>	Kondisi dimana seseorang sangat takut akan pendapat orang lain.

- **Definisi Perundungan**

- *Bullying* adalah suatu tindakan agresif yang dilakukan secara berulang yang dilakukan oleh satu kelompok pada satu individu tertentu (<https://umsu.ac.id>).
- Olweus (Rizal, 2021) Perundungan merupakan sebuah tindakan atau perilaku yang disengaja, yang dilakukan oleh sekelompok orang atau seseorang secara berulang-ulang dan dari waktu ke waktu terhadap seorang korban yang tidak dapat mempertahankan dirinya dengan mudah.

- Mardiasuti (Mardhiah et al, 2023) berpendapat bahwa perundungan atau *bullying* adalah tindakan agresif yang dilakukan secara berulang-ulang terhadap seseorang yang lebih lemah atau rentan oleh orang yang lebih kuat atau berkuasa.

Uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Perundungan merupakan perilaku negatif yang dilakukan dengan sengaja dan berulang-ulang oleh orang yang merasa memiliki kekuatan lebih kepada orang yang lemah yang tidak bisa mempertahankan diri.

- **Bentuk-Bentuk Perundungan (<https://umsu.ac.id>)**

- Pelecehan verbal berupa tindakan menghina, mencela, mengancam, atau melecehkan secara verbal korban dengan kata-kata yang merendahkan dan menyakitkan.
- Pelecehan fisik berupa melakukan tindakan kekerasan fisik seperti pukulan, tendangan, menjambak rambut, atau menganiaya secara fisik korban.
- Pelecehan sosial berupa tindakan mengecualikan, mengisolasi, atau menyebarkan gosip dan fitnah tentang korban. Pelaku juga bisa memanfaatkan media sosial atau teknologi untuk menyebarkan pesan negatif tentang korban.
- Pelecehan emosional lebih berdampak Psikologis sehingga menyebabkan stres, kecemasan, atau ketakutan pada korban melalui ancaman, intimidasi, atau penghinaan. Ini bisa mencakup mengancam untuk melukai korban atau mengancam keselamatan mereka.

- **Dampak Perundungan (<https://umsu.ac.id>)**

- Dampak Emosional dan Mental

Korban yang mengalami perundungan bisa mengalami kecemasan, depresi, stres, dan kehilangan kepercayaan diri. Selain itu dapat menyebabkan isolasi sosial, perasaan kesepian, dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan.

- Masalah Kesehatan Mental

Korban memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengembangkan masalah kesehatan mental seperti gangguan kecemasan, gangguan suasana hati, dan gangguan makan seperti anoreksia atau *bulimia* hingga dapat mengalami pemikiran atau perilaku bunuh diri.

- Gangguan Fisik

Korban akan mengalami cedera fisik baik secara langsung melalui pelecehan fisik atau secara tidak langsung melalui stres kronis. Cedera fisik dapat berkisar dari lebam, memar, hingga luka yang lebih serius. Selain itu, stres yang

berkepanjangan dapat mengganggu sistem kekebalan tubuh dan meningkatkan risiko penyakit fisik.

- Performa Akademik yang Menurun

Korban seringkali mengalami kesulitan dalam fokus, belajar, dan berpartisipasi dalam lingkungan akademik sehingga mengalami penurunan performa akademik, absensi yang tinggi, dan penurunan minat terhadap pendidikan.

- Gangguan Hubungan dan Sosial

Korban sangat besar kemungkinan kesulitan mempercayai orang lain, mengembangkan persahabatan, atau berinteraksi secara sosial. Hal ini dapat berdampak jangka panjang terhadap kualitas hubungan dan interaksi sosial mereka di masa depan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Psikoedukasi ini dilakukan untuk memenuhi tugas pada mata kuliah Psikologi kesehatan sekaligus dalam rangka pengabdian masyarakat oleh beberapa dosen. Kegiatan psikoedukasi ini dapat memberikan informasi dan pemahaman terhadap remaja dan guru terkait dampak dari perilaku perundungan sehingga remaja atau siswa dan guru mengatakan dapat meminimalisir terjadinya perilaku perundungan di lingkungan sekolah dimasa yang akan datang. Perilaku perundungan yang dilakukan guru pada siswa atau remaja pada saat proses belajar-mengajar seperti toyoran di kepala, guru berkata kasar (bodoh) dan keras pada siswa. Akan tetapi perilaku perundungan antar siswa sering terjadi saat siswa istirahat atau ada dan saling bercanda seperti saling ejek, saling toyor kepala dan kadang saling lempar dan tendang. Perilaku perundungan diatas diakui karena ketidakpahaman guru dan siswa atau remaja terkait bentuk dan dampak yang akan terjadi dari perilaku perundungan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih disampaikan kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan edukasi dalam rangka memenuhi tugas mata kuliah Psikologi Kesehatan sekaligus kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh dosen program studi Administrasi Kesehatan. Terimakasih kepada mahasiswa Administrasi Kesehatan semester III program studi Administrasi Kesehatan Institut Teknologi Sosial dan Kesehatan Muhammadiyah Selong selaku Panitia kegiatan. Tidak lupa

pula kami sampaikan terimakasih kepada pihak SMAN 1 Sukamulia yang telah memberikan kesempatan dan menyiapkan ruang serta memberikan izin kepada semua siswa kelas XII sebagai peserta dalam rangka mendukung kegiatan edukasi terkait Perundungan sehingga terlaksana dengan lancar. Terakhir kami ucapkan kepada seluruh penulis artikel ataupun jurnal sebelumnya yang memberikan informasi untuk kami ulas sebagian referensi untuk menulis.

DAFTAR REFERENSI

- Ardiansyah. (2022). *Kesehatan reproduksi remaja: Permasalahan dan upaya pencegahan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/29/kesehatan-reproduksi-remaja-permasalahan-dan-upaya-pencegahan
- Azmi, N. (2015). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 36–46.
- Darwis, R. S. (2026). Membangun desain dan model action research dalam studi dan aksi pemberdayaan masyarakat. *Komunika*, 10(1), 142–153.
- Hatta, M. (2018). Tindakan perundungan (bullying) dalam dunia pendidikan ditinjau berdasarkan hukum pidana Islam. *MIQOT: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 41(2). <https://umsu.ac.id/berita/bullying-bentuk-dan-dampaknya/>
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Gramedia.
- Khotmi, N. (2023). Faktor stres keluarga pada remaja SMK di salah satu sekolah negeri di Yogyakarta. *Bersatu: Jurnal Pendidikan Bhinneka Tunggal Ika*, 1(3), 108–119.
- Khotmi, N., & Pebriana, D. (2023). Peran regulasi emosi terhadap kenakalan remaja di Dusun Erot Kelurahan Kembang Sari. *LANCAH: Jurnal Inovasi dan Tren*, 1(2), 164–168.
- Khotmi, N., Fitri, E. S., Rahayu, B. Z., & Azmi, F. (2024). Meningkatkan kesadaran remaja terhadap permasalahan yang dihadapi melalui psikoedukasi. *Inovasi Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 110–119.
- Khotmi, N., Iqbal, M. A., & Hartini, H. (2024). Sosialisasi pencegahan perundungan di lingkungan sekolah SDN 1 Songak. *FUNDAMENTUM: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 2(3), 15–21.
- Noya, A., Taihuttu, J., & Kiriwenno, E. (2024). Analisis faktor-faktor penyebab perilaku bullying pada remaja. *Journal of Psychology Humanlight*, 5(1), 1–16.
- Putri, T. P., & Azalia, D. H. (2022). Faktor yang memengaruhi stres pada remaja selama pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(2), 285–296.
- Rizal, R. S. (2021). Bentuk dan faktor perundungan pada siswa SMP. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 129–136.

Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan remaja awal, menengah dan implikasinya terhadap pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928.

Yaumi, M. (2016). *Action research: Teori, model dan aplikasinya*. Prenada Media.