

## **Pengembangan Dan Uji Efektivitas Program Teacher Empowerment Dalam Deteksi Dini Bullying Dan Promosi Kesehatan Mental Remaja Di SMP 18 Kota Padang**

Dian Rahmi<sup>1)\*</sup>, Rikayoni<sup>2)</sup>, Anisa Febristi<sup>3)</sup>, Harib Ibrahim <sup>4)</sup>, Monica Efrianto<sup>5)</sup>

<sup>1)\*</sup>Akademi Keperawatan Baiturrahmah, Padang, Indonesia, [dianrahmi284@gmail.com](mailto:dianrahmi284@gmail.com)

<sup>2)</sup> Akademi Keperawatan Baiturrahmah, Padang, Indonesia, [rika.yoni88@gmail.com](mailto:rika.yoni88@gmail.com)

<sup>3)</sup> Akademi Keperawatan Baiturrahmah, Padang, Indonesia, [anisafebristi@gmail.com](mailto:anisafebristi@gmail.com)

<sup>4),5)</sup> Mahasiswa Akademi Keperawatan Baiturrahmah Padang, Indonesia

### **Abstrak**

Bullying merupakan permasalahan psikososial pada remaja yang dapat berdampak terhadap kesehatan mental, proses pembelajaran, dan kesejahteraan siswa. Keterbatasan kemampuan guru dalam mengenali tanda awal bullying dan masalah psikososial menunjukkan perlunya program pemberdayaan berbasis sekolah. Penelitian ini bertujuan mengembangkan dan menguji efektivitas Program Teacher Empowerment dalam meningkatkan kemampuan guru melakukan deteksi dini bullying dan mendukung promosi kesehatan mental remaja di SMP 18 Kota Padang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain Research and Development (R&D) sederhana yang dilanjutkan dengan quasi-experimental pretest-posttest kelompok kontrol. Subjek penelitian terdiri atas 30 guru dan 50 siswa. Tahapan penelitian meliputi studi awal dan analisis kebutuhan, pengembangan program, validasi produk, uji efektivitas, dan evaluasi. Program mencakup edukasi bullying, identifikasi indikator psikososial, komunikasi suportif, strategi promosi kesehatan mental, respons awal, dan mekanisme rujukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Program Teacher Empowerment layak digunakan dan memberikan peningkatan kemampuan guru pada aspek pengetahuan, sikap, self-efficacy, dan keterampilan deteksi dini. Penerapan program juga menunjukkan kecenderungan perbaikan indikator bullying dan kesehatan mental siswa dibandingkan sebelum intervensi. Program Teacher Empowerment dapat menjadi pendekatan promotif-preventif berbasis sekolah untuk memperkuat kapasitas guru dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang aman dan mendukung kesehatan mental remaja.

**Kata Kunci:** Kesehatan Psikososial, Perundungan, Pemberdayaan Guru, Remaja, Sekolah

### **Abstract**

*Bullying is a psychosocial problem among adolescents that may affect mental health, learning processes, and students' well-being. Limited teacher capacity to recognize early signs of bullying and psychosocial problems indicates the need for a school-based empowerment program. This study aimed to develop and evaluate the effectiveness of the Teacher Empowerment Program in improving teachers' ability to conduct early bullying detection and support adolescent mental health promotion at SMP 18 Kota Padang. This quantitative study employed a simple Research and Development (R&D) design followed by a quasi-experimental pretest-posttest control group design. The participants consisted of 30 teachers and 50 students. The research stages included preliminary assessment and needs analysis, program development, product validation, effectiveness testing, and program evaluation. The program included bullying education, identification of psychosocial indicators, supportive communication, mental health promotion strategies, early response, and referral mechanisms. The findings showed that the Teacher Empowerment Program was feasible to implement and improved teachers' knowledge, attitudes, self-efficacy, and early detection skills. Program implementation*

*also indicated improvements in bullying-related indicators and students' mental health compared with the pre-intervention condition. The Teacher Empowerment Program can serve as a school-based promotive and preventive approach to strengthen teachers' capacity to create a safe educational environment and support adolescent mental health.*

**Keywords:** *Psychosocial Well-Being, Bullying, Teacher Capacity, Adolescents, School*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang rentan terhadap berbagai permasalahan psikososial karena ditandai dengan perubahan biologis, emosional, kognitif, dan sosial yang kompleks. Lingkungan sekolah memiliki posisi strategis dalam mendukung kesehatan mental remaja karena sebagian besar waktu remaja dihabiskan dalam interaksi dengan guru dan teman sebaya. Namun, sekolah juga dapat menjadi lingkungan munculnya bullying atau perundungan yang berpotensi mengganggu perkembangan psikologis, hubungan sosial, prestasi akademik, dan kesejahteraan remaja. Bullying tidak hanya berbentuk kekerasan fisik, tetapi juga mencakup penghinaan verbal, pengucilan sosial, intimidasi, penyebaran rumor, serta cyberbullying. (WHO,2024)

Perkembangan teknologi dan intensitas interaksi digital semakin memperluas ruang terjadinya perundungan dan memungkinkan dampaknya berlangsung di luar lingkungan sekolah.(Kurniawan et al. 2026). Data WHO menunjukkan bahwa cyberbullying menjadi perhatian yang semakin besar seiring meningkatnya digitalisasi kehidupan remaja. Di Indonesia, bullying pada satuan pendidikan masih menjadi persoalan yang memerlukan perhatian serius. Komisi Perlindungan Anak Indonesia melaporkan bahwa pengaduan terkait bullying/perundungan termasuk salah satu persoalan utama dalam klaster pendidikan. (Lakilaki et al. 2025). KPAI juga menggambarkan fenomena bullying sebagai *iceberg phenomenon*, karena kasus yang teridentifikasi kemungkinan hanya sebagian dari kasus yang sebenarnya terjadi. (Rahayu 2025)

Dampak perundungan tidak hanya berupa cedera fisik, tetapi juga trauma psikologis dan gangguan kesejahteraan anak (Indonesia 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya penanganan bullying tidak cukup dilakukan setelah kasus terjadi, tetapi membutuhkan strategi promotif dan preventif melalui penguatan kapasitas lingkungan sekolah. Bullying memiliki hubungan erat dengan kesehatan mental remaja. Korban bullying berisiko mengalami masalah emosional dan psikologis, termasuk kecemasan, depresi, rendah diri, isolasi sosial, gangguan konsentrasi, serta penurunan kualitas kehidupan sekolah.(Freska dan Kep 2023). Deteksi dini menjadi komponen penting untuk mencegah masalah berkembang menjadi kondisi yang lebih berat. Sekolah membutuhkan mekanisme yang memungkinkan perubahan perilaku dan kondisi psikososial siswa dikenali secara lebih awal.

Dalam konteks tersebut, guru memiliki posisi strategis karena berinteraksi dengan siswa secara intensif dan dapat mengamati perubahan perilaku, relasi sosial, kehadiran, prestasi akademik, serta kondisi emosional siswa. Kajian sistematis menunjukkan bahwa guru telah terlibat dalam berbagai intervensi kesehatan mental berbasis sekolah dan dapat menjadi pelaksana penting intervensi tingkat universal (Cruz et al. 2022). Guru tidak secara otomatis memiliki kompetensi yang memadai untuk melakukan deteksi dini bullying dan masalah kesehatan mental. Sikap dan respons guru terhadap bullying menunjukkan bahwa persepsi, sikap, dan keyakinan guru dapat memengaruhi keputusan mereka dalam merespons kasus perundungan (Dawes et al. 2024). Selain itu juga diperlukan pendekatan pemberdayaan yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan guru, tetapi juga membangun *self-efficacy*, keterampilan identifikasi, komunikasi suportif, respons awal, serta kemampuan menentukan kebutuhan rujukan.

Pendekatan pemberdayaan guru juga memiliki dasar empiris. Metaanalisis menunjukkan bahwa intervensi psikososial yang diberikan oleh guru di lingkungan sekolah dapat memberikan pengaruh terhadap outcome internalisasi siswa, meskipun efektivitasnya dipengaruhi oleh karakteristik intervensi dan konteks implementasi (Franklin et al. 2017). Kajian terbaru menunjukkan bahwa keberhasilan implementasi intervensi kesehatan mental berbasis sekolah dipengaruhi oleh faktor individu guru, karakteristik program, lingkungan sekolah, dan dukungan sistem (Mason et al. 2026).

Program yang dikembangkan perlu bersifat praktis, kontekstual, mudah diimplementasikan, dan sesuai dengan kapasitas guru. (Wang, Wang, dan Qiu 2024). Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini mengembangkan Teacher Empowerment Program sebagai intervensi berbasis sekolah yang mengintegrasikan peningkatan pengetahuan, sikap, *self-efficacy*, dan keterampilan guru dalam deteksi dini bullying dengan strategi promosi kesehatan mental remaja. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi deteksi dini bullying dan promosi kesehatan mental dalam satu model pemberdayaan guru, sedangkan penelitian terdahulu lebih banyak mengevaluasi intervensi anti-bullying atau intervensi kesehatan mental secara terpisah. (SIBALI 2026). Penelitian ini juga tidak berhenti pada pemberian edukasi kepada guru, tetapi mengembangkan produk Teacher Empowerment Program melalui pendekatan *Research and Development* dan selanjutnya menguji efektivitasnya secara kuantitatif. Produk dirancang dalam bentuk modul/panduan yang memuat konsep bullying, indikator psikososial, strategi deteksi dini, komunikasi suportif, promosi kesehatan mental, respons awal, dan mekanisme rujukan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di SMPN 18 di Kota Padang. Menggunakan Pendekatan kuantitatif dengan desain Research and Development (R&D) sederhana yang dilanjutkan dengan uji efektivitas awal menggunakan desain quasi eksperimental. Pendekatan ini bertujuan untuk mengembangkan dan menguji efektivitas Program Teacher Empowerment dalam meningkatkan kemampuan guru melakukan deteksi dini bullying dan promosi kesehatan mental remaja di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Kota Padang. Desain R&D sederhana digunakan untuk mengembangkan produk intervensi berupa modul dan panduan Program Teacher Empowerment berbasis keperawatan jiwa. Selanjutnya, desain quasi-eksperimental dengan pretest–posttest kelompok kontrol digunakan untuk mengevaluasi efektivitas awal program yang dikembangkan. Kelompok intervensi diberikan pelatihan dan pendampingan Program Teacher Empowerment, sedangkan kelompok kontrol menerima perlakuan standar sekolah.

Subjek dan Teknik Pengambilan Sampel Subjek penelitian terdiri dari guru sebanyak 30 orang dan siswa SMP sebanyak 50 orang. Responden guru dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria: (1) guru SMP aktif (wali kelas, guru bimbingan konseling, atau guru mata pelajaran inti); (2) bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian; dan (3) terlibat langsung dalam pembinaan siswa. Jumlah guru disesuaikan dengan kapasitas pelatihan dan alokasi anggaran penelitian. Responden siswa dipilih menggunakan teknik cluster sampling berdasarkan kelas yang diajar oleh guru peserta program. Kriteria siswa meliputi: (1) siswa SMP kelas VII–IX; (2) memperoleh izin orang tua/wali; dan (3) digunakan untuk pengukuran indikator bullying dan kesehatan mental secara non-klinis.

Tahapan Penelitian Penelitian dilaksanakan melalui tahapan sebagai berikut:

1. Studi awal dan analisis kebutuhan, meliputi telaah literatur, survei, dan diskusi terbatas dengan guru dan pihak sekolah untuk mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan, sikap, dan keterampilan guru terkait deteksi dini bullying dan kesehatan mental remaja. (Nantana, Suciptionsih, dan Bari 2024). Studi awal menunjukkan bahwa guru masih memiliki keterbatasan pengetahuan, keterampilan, dan kesiapan dalam mendeteksi tanda awal bullying serta masalah kesehatan mental remaja. Hingga saat ini, belum tersedia program pemberdayaan guru yang terstruktur, berbasis bukti, dan teruji efektivitasnya dalam mengintegrasikan deteksi dini bullying dengan promosi kesehatan mental remaja (van Aalst, Huising, dan Veenstra 2024). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan lapangan dengan model intervensi yang tersedia

2. Pengembangan Program Teacher Empowerment, berupa penyusunan modul pelatihan, panduan implementasi, dan instrumen skrining sederhana berbasis indikator psikososial remaja.
3. Validasi produk, dilakukan oleh pakar keperawatan jiwa dan pendidikan untuk menilai kelayakan isi, kejelasan materi, dan keterterapan program di sekolah.
4. Uji efektivitas awal, melalui implementasi program pada kelompok intervensi dengan pengukuran pretest dan posttest untuk menilai perubahan pengetahuan, sikap, dan keterampilan guru serta indikator awal kesehatan mental remaja dan kejadian bullying.
5. Evaluasi dan diseminasi, meliputi analisis data secara statistik, penyempurnaan program, serta penyusunan laporan dan artikel ilmiah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Guru Peserta Penelitian

| Karakteristik        | Intervensi (n=15) | Kontrol (n=15) | Total (n=30) |
|----------------------|-------------------|----------------|--------------|
| <b>Jenis kelamin</b> |                   |                |              |
| <b>Laki-laki</b>     | 5 (33,3%)         | 4 (26,7%)      | 9 (30,0%)    |
| <b>Perempuan</b>     | 10 (66,7%)        | 11 (73,3%)     | 21 (70,0%)   |
| <b>Usia</b>          |                   |                |              |
| <b>25–35 tahun</b>   | 4 (26,7%)         | 5 (33,3%)      | 9 (30,0%)    |
| <b>36–45 tahun</b>   | 7 (46,7%)         | 6 (40,0%)      | 13 (43,3%)   |
| <b>&gt;45 tahun</b>  | 4 (26,7%)         | 4 (26,7%)      | 8 (26,7%)    |
| <b>Pendidikan</b>    |                   |                |              |
| <b>S1</b>            | 12 (80,0%)        | 13 (86,7%)     | 25 (83,3%)   |
| <b>S2</b>            | 3 (20,0%)         | 2 (13,3%)      | 5 (16,7%)    |
| <b>Masa kerja</b>    |                   |                |              |
| <b>&lt;10 tahun</b>  | 6 (40,0%)         | 7 (46,7%)      | 13 (43,3%)   |
| <b>≥10 tahun</b>     | 9 (60,0%)         | 8 (53,3%)      | 17 (56,7%)   |

Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar guru berjenis kelamin perempuan (70,0%), berusia 36–45 tahun (43,3%), berpendidikan S1 (83,3%), dan memiliki masa kerja ≥10 tahun (56,7%). Distribusi karakteristik antara kelompok intervensi dan kontrol relatif seimbang sehingga secara deskriptif kedua kelompok memiliki karakteristik yang cukup comparable untuk dilakukan analisis efektivitas.

Tabel 2. Karakteristik Siswa

| Karakteristik           | Intervensi (n=25) | Kontrol (n=25) | Total (n=50) |
|-------------------------|-------------------|----------------|--------------|
| <b>Laki-laki</b>        | 12 (48,0%)        | 11 (44,0%)     | 23 (46,0%)   |
| <b>Perempuan</b>        | 13 (52,0%)        | 14 (56,0%)     | 27 (54,0%)   |
| <b>Usia 12–13 tahun</b> | 10 (40,0%)        | 11 (44,0%)     | 21 (42,0%)   |
| <b>Usia 14–15 tahun</b> | 15 (60,0%)        | 14 (56,0%)     | 29 (58,0%)   |

Distribusi siswa juga relatif seimbang antara kedua kelompok. Kondisi ini penting karena perbedaan karakteristik dasar yang terlalu besar dapat menjadi faktor perancu dalam interpretasi efektivitas program.

Tabel 3. Perubahan Indikator Bullying Siswa

| Indikator                         | Intervensi Pretest | Intervensi Posttest | Kontrol Pretest | Kontrol Posttest |
|-----------------------------------|--------------------|---------------------|-----------------|------------------|
| <b>Mengalami bullying</b>         | 10 (40,0%)         | 5 (20,0%)           | 9 (36,0%)       | 8 (32,0%)        |
| <b>Ejekan/penghinaan berulang</b> | 9 (36,0%)          | 4 (16,0%)           | 8 (32,0%)       | 7 (28,0%)        |
| <b>Pengucilan sosial</b>          | 8 (32,0%)          | 4 (16,0%)           | 7 (28,0%)       | 6 (24,0%)        |
| <b>Cyberbullying</b>              | 6 (24,0%)          | 3 (12,0%)           | 5 (20,0%)       | 5 (20,0%)        |

Pada kelompok intervensi terlihat penurunan seluruh indikator bullying. Proporsi siswa yang melaporkan mengalami bullying menurun dari 40,0% menjadi 20,0%. Ejekan atau penghinaan berulang menurun dari 36,0% menjadi 16,0%, pengucilan sosial menurun dari 32,0% menjadi 16,0%, dan cyberbullying menurun dari 24,0% menjadi 12,0%.

Tabel 4. Perubahan Indikator Kesehatan Mental Siswa

| Indikator                           | Intervensi Pretest | Intervensi Posttest | Kontrol Pretest | Kontrol Posttest |
|-------------------------------------|--------------------|---------------------|-----------------|------------------|
| <b>Rerata skor kesehatan mental</b> | 65,24 ± 8,17       | 76,68 ± 7,03        | 65,88 ± 7,92    | 68,04 ± 7,65     |
| <b>Kategori baik</b>                | 11 (44,0%)         | 19 (76,0%)          | 12 (48,0%)      | 14 (56,0%)       |
| <b>Memerlukan perhatian</b>         | 14 (56,0%)         | 6 (24,0%)           | 13 (52,0%)      | 11 (44,0%)       |

Pada kelompok intervensi, rerata skor kesehatan mental meningkat dari 65,24 menjadi 76,68. Proporsi siswa dalam kategori baik meningkat dari 44,0% menjadi 76,0%, sedangkan siswa yang memerlukan perhatian menurun dari 56,0% menjadi 24,0%.

Hasil ini menunjukkan adanya perubahan positif pada indikator psikososial siswa setelah pelaksanaan program. Perubahan tersebut dapat terjadi melalui peningkatan kapasitas guru dalam mengenali masalah, meningkatkan komunikasi suportif, memberikan dukungan awal, dan menghubungkan siswa dengan sumber bantuan yang sesuai.

Tabel 5. Perubahan Pengetahuan Guru Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Guru

| Variabel            | Intervensi Pretest | Intervensi Posttest | Kontrol Pretest | Kontrol Posttest |
|---------------------|--------------------|---------------------|-----------------|------------------|
| <b>Pengetahuan</b>  | 61,80 ± 8,42       | 84,73 ± 6,21        | 62,47 ± 7,96    | 67,13 ± 7,44     |
| <b>Sikap</b>        | 67,20 ± 7,18       | 84,60 ± 5,73        | 66,87 ± 7,42    | 70,20 ± 6,91     |
| <b>Keterampilan</b> | 59,47 ± 8,65       | 82,93 ± 6,48        | 60,13 ± 8,21    | 64,87 ± 7,63     |

Hasil menunjukkan peningkatan kemampuan guru pada seluruh indikator setelah memperoleh Program Teacher Empowerment.

Peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi sebesar 22,93 poin, sikap sebesar 17,40 poin, dan keterampilan sebesar 23,46 poin. Sebaliknya, peningkatan pada kelompok kontrol relatif kecil.

## PEMBAHASAN

### 1. Program Teacher Empowerment sebagai Pendekatan Penguatan Kapasitas Sekolah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Program Teacher Empowerment mampu meningkatkan kapasitas guru pada aspek pengetahuan, sikap, self-efficacy, dan keterampilan. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pendekatan pemberdayaan

guru lebih komprehensif dibandingkan pelatihan satu arah yang hanya berorientasi pada transfer informasi. Secara konseptual, teacher empowerment dalam konteks penelitian ini tidak dimaknai sebagai pemberian tanggung jawab klinis kepada guru, tetapi sebagai peningkatan kapasitas guru untuk menjalankan fungsi first-line identification, promosi kesehatan mental, pencegahan bullying, komunikasi awal, dokumentasi, dan rujukan.

Pendekatan tersebut sejalan dengan arah pengembangan kesehatan mental remaja yang menempatkan sekolah sebagai lingkungan penting untuk promosi kesehatan mental, deteksi dini, pencegahan kekerasan, dan penguatan dukungan sosial. (Idham 2026). WHO menekankan bahwa perlindungan kesehatan mental remaja membutuhkan promosi keterampilan sosial-emosional, lingkungan yang suportif, serta akses terhadap dukungan yang sesuai

## **2. Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Guru**

Peningkatan pengetahuan guru merupakan salah satu hasil paling jelas dari intervensi. Sebelum program, sebagian besar guru masih memiliki pemahaman terbatas mengenai karakteristik bullying, indikator psikologis, perbedaan bullying dengan konflik, serta langkah respons awal. Setelah intervensi, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa materi yang disusun berdasarkan kebutuhan aktual guru mampu memperkecil kesenjangan pengetahuan. Secara teoritis, pengetahuan merupakan komponen penting dalam proses perubahan perilaku. Namun, pengetahuan saja tidak cukup untuk menjamin perubahan praktik. Hal tersebut menjelaskan mengapa penelitian ini tidak berhenti pada pengukuran pengetahuan, tetapi mengintegrasikan sikap, self-efficacy, dan keterampilan. (Idham 2026)

Temuan ini juga relevan dengan bukti penelitian mengenai intervensi antibullying berbasis sekolah. Meta-analisis menunjukkan bahwa program antibullying secara umum dapat menurunkan perilaku bullying dan victimization, meskipun besarnya efek berbeda menurut karakteristik program, metode, populasi, dan konteks implementasi. Implikasi praktisnya adalah pelatihan guru mengenai bullying perlu diberikan secara berkala, berbasis kasus, dan disertai instrumen praktis sehingga pengetahuan dapat digunakan dalam situasi sekolah yang nyata. (Suhartiwi et al. 2025). Peningkatan sikap menunjukkan adanya perubahan cara pandang guru terhadap bullying. Sebelum program, bullying cenderung dipersepsikan sebagai masalah kedisiplinan atau konflik antarsiswa. Setelah program, guru lebih mampu melihat bullying sebagai fenomena yang dapat berdampak pada kesehatan mental, prestasi akademik, hubungan sosial, dan perkembangan psikososial remaja.

Perubahan perspektif tersebut penting dalam keperawatan jiwa karena respons terhadap masalah psikososial tidak hanya ditentukan oleh kemampuan mengidentifikasi gejala, tetapi juga oleh sikap lingkungan terhadap individu yang mengalami masalah. WHO menegaskan bahwa bullying merupakan salah satu bentuk kekerasan yang dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan mental remaja. (Nurliza et al. 2025). Dengan demikian, perubahan sikap guru dapat dipandang sebagai salah satu mekanisme awal perubahan iklim psikososial sekolah. Guru yang memandang bullying sebagai masalah serius akan lebih mungkin melakukan deteksi, merespons laporan siswa, melindungi korban, dan melakukan koordinasi dengan guru BK maupun tenaga kesehatan. (Lakilaki et al. 2025)

Self-efficacy merupakan salah satu temuan penting penelitian. Peningkatan self-efficacy menunjukkan bahwa guru menjadi lebih yakin terhadap kemampuan mereka untuk melakukan deteksi dini dan memberikan respons awal terhadap bullying serta masalah kesehatan mental siswa. Temuan tersebut dapat dijelaskan melalui teori Social Cognitive Theory, khususnya konsep self-efficacy. Keyakinan seseorang

terhadap kemampuan dirinya memengaruhi pilihan tindakan, intensitas usaha, ketekunan, dan respons terhadap hambatan.(Alfaiz dan Yandri 2015).

Program dalam penelitian ini memberikan pengalaman keberhasilan melalui latihan kasus dan simulasi. Guru tidak hanya diberitahu mengenai apa yang harus dilakukan, tetapi diberi kesempatan untuk mencoba, menerima umpan balik, memperbaiki respons, dan mengulangnya. Peningkatan self-efficacy kemungkinan tidak semata-mata berasal dari peningkatan pengetahuan, tetapi dari pengalaman langsung melakukan keterampilan.(Herzamzam dan Yudha 2025). Implikasi praktisnya adalah program peningkatan kapasitas guru sebaiknya tidak hanya menggunakan metode ceramah. Mastery experience, simulasi, role play, feedback, dan peer learning perlu menjadi komponen utama pelatihan.

### **3. Penurunan Bullying Siswa**

Penurunan skor bullying pada kelompok intervensi memberikan bukti awal bahwa intervensi yang berfokus pada guru dapat menghasilkan perubahan pada tingkat siswa. Temuan tersebut dapat dijelaskan melalui mekanisme perubahan lingkungan sekolah. Ketika guru memiliki kemampuan deteksi dan respons yang lebih baik, kemungkinan terjadinya bullying yang tidak teridentifikasi dapat berkurang. (ACHMAD 2025). Selain itu, konsistensi respons guru dapat membentuk norma sosial bahwa perilaku bullying tidak dapat diterima.

Hasil ini sejalan dengan bukti sistematis bahwa program antibullying berbasis sekolah dapat menurunkan bullying perpetration maupun victimization. Meta-analisis menunjukkan efek yang signifikan terhadap kedua outcome tersebut, walaupun heterogenitas antarprogram cukup besar. Kajian yang lebih baru juga menunjukkan bahwa intervensi pencegahan bullying memberikan manfaat pada domain perilaku, kesehatan mental, dan sikap, dengan pendekatan sekolah dan kolaboratif menjadi bagian penting dari bukti yang tersedia. Kebaruan penelitian ini terletak pada titik masuk intervensi, yaitu penguatan kapasitas guru sebagai agen perubahan di tingkat sekolah, bukan hanya memberikan edukasi langsung kepada siswa.

### **4. Kesehatan Mental Siswa**

Penurunan skor kesulitan psikologis siswa merupakan temuan yang memiliki arti penting dari perspektif keperawatan jiwa komunitas dan kesehatan jiwa sekolah. Bullying dapat berperan sebagai stresor psikososial yang memengaruhi rasa aman, harga diri, hubungan teman sebaya, dan kesejahteraan emosional siswa. Oleh karena itu, pencegahan bullying berpotensi memberikan efek lanjutan terhadap kesehatan mental. WHO menyebutkan bahwa masa remaja merupakan periode penting bagi perkembangan kesehatan mental dan bahwa pengalaman kekerasan, termasuk bullying, dapat menjadi faktor risiko terhadap masalah psikologis. Model tersebut menjadi salah satu kontribusi konseptual penting penelitian.(Carina 2021)

Meskipun demikian, hasil kesehatan mental tidak boleh diinterpretasikan sebagai bukti bahwa program dapat mengobati gangguan mental. Pengukuran menggunakan instrumen skrining seperti SDQ ditujukan untuk mengidentifikasi indikasi kesulitan emosional dan perilaku, bukan menetapkan diagnosis. SDQ sendiri dirancang sebagai kuesioner skrining terhadap berbagai aspek kekuatan dan kesulitan psikologis anak dan remaja.(Purwanta, Sudiro, dan Koeswardani 2024)

### **5. Integrasi Hasil dalam Perspektif Keperawatan Jiwa**

Dari perspektif keperawatan jiwa, penelitian ini menunjukkan bahwa pencegahan masalah kesehatan mental remaja dapat dilakukan melalui penguatan sistem lingkungan terdekat. Sekolah merupakan setting strategis karena guru memiliki kontak rutin dengan siswa. Dalam kerangka keperawatan jiwa komunitas, intervensi tidak harus selalu menunggu munculnya gangguan mental, tetapi dapat diarahkan pada promosi kesehatan mental, prevensi, deteksi dini, dan penguatan sistem dukungan.

Program Teacher Empowerment memperluas peran sekolah dari sekadar institusi pendidikan menjadi lingkungan promotif-preventif bagi kesehatan mental remaja. Pendekatan ini juga sejalan dengan arah kesehatan sekolah yang menekankan pentingnya lingkungan sosial-emosional yang aman, pelatihan guru, tim multidisiplin, serta kemitraan sekolah dan komunitas.

## **PENUTUP**

### **1. Kesimpulan**

Penelitian ini menghasilkan Program Teacher Empowerment yang dikembangkan untuk meningkatkan kapasitas guru dalam melakukan deteksi dini bullying dan mendukung promosi kesehatan mental remaja di SMP 18 Kota Padang. Pengembangan program menghasilkan perangkat intervensi yang mencakup materi bullying, indikator psikososial remaja, strategi deteksi dini, komunikasi suportif, promosi kesehatan mental, respons awal, dan mekanisme rujukan. Hasil validasi menunjukkan bahwa program yang dikembangkan layak digunakan sebagai intervensi berbasis sekolah.

Uji efektivitas menunjukkan bahwa penerapan Program Teacher Empowerment memberikan peningkatan kemampuan guru dalam aspek pengetahuan, sikap, *self-efficacy*, dan keterampilan melakukan deteksi dini bullying dibandingkan kondisi sebelum intervensi. Peningkatan kapasitas guru tersebut juga mendukung terciptanya respons yang lebih sistematis terhadap permasalahan bullying dan penguatan upaya promosi kesehatan mental siswa. Dengan demikian, Program Teacher Empowerment dapat menjadi salah satu pendekatan promotif-preventif yang potensial untuk memperkuat peran guru sebagai *first-line detector* dalam mengenali masalah psikososial remaja di lingkungan sekolah.

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberdayaan guru yang mengintegrasikan deteksi dini bullying dengan promosi kesehatan mental merupakan pendekatan yang relevan untuk membangun lingkungan sekolah yang lebih aman, suportif, dan responsif terhadap kebutuhan psikososial remaja. Model ini berpotensi dikembangkan dan direplikasi pada sekolah lain dengan menyesuaikan karakteristik serta kebutuhan masing-masing satuan pendidikan.

### **2. Saran**

Sekolah disarankan untuk mengintegrasikan Program Teacher Empowerment ke dalam kegiatan pengembangan kompetensi guru dan program pencegahan kekerasan di sekolah secara berkelanjutan. Pelaksanaan program sebaiknya didukung dengan mekanisme deteksi dini, pencatatan, komunikasi lintas pihak, serta sistem rujukan yang jelas agar guru dapat memberikan respons sesuai batas kompetensinya.

Guru disarankan menerapkan keterampilan yang diperoleh dalam interaksi sehari-hari dengan siswa, terutama dalam mengenali perubahan perilaku, sosial, emosional, dan akademik yang dapat menjadi indikasi bullying atau masalah kesehatan mental. Guru juga perlu mengedepankan komunikasi yang empatik, tidak menghakimi, menjaga kerahasiaan siswa, serta melakukan rujukan kepada guru BK atau tenaga profesional apabila ditemukan masalah yang memerlukan penanganan lebih lanjut.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah sekolah dan responden yang lebih besar serta melakukan *follow-up* dalam jangka waktu lebih panjang untuk mengetahui keberlanjutan efektivitas program. Pengembangan berikutnya juga dapat mengintegrasikan media dan sistem digital sehingga proses deteksi dini, edukasi, monitoring, dokumentasi, dan rujukan dapat dilakukan secara lebih sistematis. Selain itu, penelitian lanjutan perlu mengevaluasi dampak program terhadap kejadian bullying, kesejahteraan psikologis, dan kesehatan mental siswa dalam jangka panjang.

### UCAPAN TERIMA KASIH (Jika dibutuhkan)

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Direktorat Riset, Teknologi, dan Pengabdian kepada Masyarakat (DRTPM) Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Republik Indonesia atas dukungan pendanaan yang diberikan dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Direktur Akper Baiturrahmah Padang atas dukungan kepada peneliti dan administrasi yang mendukung terlaksananya penelitian.

Penulis menyampaikan penghargaan kepada SMP 18 Kota Padang, khususnya pimpinan sekolah, guru, dan siswa yang telah berpartisipasi dan memberikan dukungan selama proses penelitian. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses pengembangan program, pengumpulan data, pelaksanaan intervensi, analisis data dalam penelitian ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh tim peneliti dan pihak yang memberikan masukan akademik selama pelaksanaan penelitian. Dukungan dan kontribusi berbagai pihak telah berperan penting dalam penyelesaian penelitian.

### DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Aalst, Danelien A. E., Gijs Huitsing, dan René Veenstra. 2024. "A systematic review on primary school teachers' characteristics and behaviors in identifying, preventing, and reducing bullying." *International Journal of Bullying Prevention* 6(2):124–37.
- ACHMAD, A. L. QHOZALI KOENANG. 2025. "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Dalam Mengurangi Perilaku Bullying Verbal Pada Peserta Didik Kelas Vii Di Smp Negeri 4 Kotabumi."
- Alfaiz, Alfaiz, dan Hengki Yandri. 2015. "Self concept and self efficacy as a ground points in a social activities (an analysis of psychology perspective: a social cognitive theory)." *Pelangi (e-Journal)* 7(2).
- Carina, Weni. 2021. "PERUBAHAN TINGKAT HARGA DIRI DENGAN TERAPI PERILAKU KOGNITIF PADA REMAJA KORBAN BULLYING LITERATURE REVIEW."
- Cruz, Christina M., Choden Dukpa, Juliana L. Vanderburg, Abhishek K. Rauniyar, Priscilla Giri, Surekha Bhattarai, Arpana Thapa, Karen Hampanda, Bradley N. Gaynes, dan Molly M. Lamb. 2022. "Teacher, caregiver, and student acceptability of teachers delivering task-shifted mental health care to students in Darjeeling, India: a mixed methods pilot study." *Discover Mental Health* 2(1):21.
- Dawes, Molly, Sarah T. Malamut, Hannah Guess, dan Emily Lohrbach. 2024. "Teachers' attitudes toward bullying and intervention responses: A systematic and meta-analytic review." *Educational Psychology Review* 36(4):122.
- Franklin, Cynthia, Johnny S. Kim, Tasha S. Beretvas, Anao Zhang, Samantha Guz, Sunyoung Park, Katherine Montgomery, Saras Chung, dan Brandy R. Maynard. 2017. "The effectiveness of psychosocial interventions delivered by teachers in schools: A systematic review and meta-analysis." *Clinical child and family psychology review* 20(3):333–50.
- Freska, Ns Windy, dan M. Kep. 2023. *Bullying dan kesehatan mental remaja*. CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Herzamzam, Dyah Anungrat, dan Chrisnaji Banindra Yudha. 2025. *Revolusi Belajar Matematika SD: Kekuatan Pembelajaran Berbasis Masalah dalam Menggempur Rasa Takut dan Membangkitkan Motivasi serta Self-Efficacy*. Penerbit K-Media.
- Idham, Afif Zuhdy. 2026. *GENERASI TANGGUH: Kesehatan Mental dalam Pendidikan Indonesia*. PT MAFY MEDIA LITERASI INDONESIA.

- Indonesia, Komisi Perlindungan Anak. 2024. "Pemerintah Bersama Tri Pusat Pendidikan Harus Lebih Optimal 'Turun Tangan' Atasi Bullying/Perundungan Pada Satuan Pendidikan." *Komisi Perlindungan Anak Indonesia*.
- Kurniawan, Bagus Ananda, Kresna Agung Yudhianto, Samuel Indrayana, Bungsu Keumala Sari, dan Siti Ngaisah. 2026. "Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial Dengan Perilaku Bullying di Kalangan Remaja: Pengabdian." *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan* 4(3):18504–14.
- Lakilaki, Eogenie, Endah Andriani Pratiwi, Nugroho Dwi Priyohadi, Ns Kurniasih Widayati, Ns Windu Astutik, M. Kep, Hanindita Alifia Putri, Khasnah Syaidah, Ira Purwitasari, dan Ellys Lestari Pambayun. 2025. *MENCEGAH BULLYING DAN KEKERASAN DI SEKOLAH*. PT Nafal Global Nusantara.
- Mason, Carla, Rosie Mansfield, Ola Demkowicz, dan Neil Humphrey. 2026. "Factors that influence teachers' implementation of school-based mental health interventions: systematic review." *School Mental Health* 18(1):57–75.
- Nantana, M. Gebryna Rizki, Oktaviani Adhi Suciptaningsih, dan Miftahul Bari. 2024. "Peran Guru sebagai Agen Perubahan dalam Pencegahan Bullying di Sekolah." *Edudeena : Journal of Islamic Religious Education* 8(1 SE-Articles):52–62. doi: 10.30762/ed.v8i1.3433.
- Nurliza, Okta, Mery Ramadani, Hamidatul Yuni, Universitas Andalas, Mery Ramadani, Universitas Andalas, O Nurliza, dan M Ramadani. 2025. "FACTORS RELATED TO BULLYING IN JUNIOR HIGH." 9(2):124–32.
- Organization, World Health, dan World Health Organization. 2024. "One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO/Europe study." *World Health Organization* 27.
- Purwanta, P., S. F. Sudiro, dan H. H. V Koeswardani. 2024. "Upaya Deteksi Permasalahan Kesehatan Mental Siswa di SMPN 2 Kismantoro dengan Alat Skrining Perilaku Strength and Difficulties Questionnaire." *Jurnal Parikesit* 2(2):438–45.
- Rahayu, Sri. 2025. "Pencegahan perilaku bully oleh guru pendidikan agama islam di Kelas VIII B MTs Negeri 3 Labuhan Batu."
- SIBALI, N. U. R. SUHRA WARDYAH. 2026. "Kemitraan dalam Program" Jagai Anakta" untuk Upaya Pencegahan Perundungan (Studi Kasus di SMP 4 Makassar)= Partnerships in the" Jagai Anakta" Program for Bullying Prevention (A Case Study at SMP 4 Makassar)."
- Suhartiwi, Suhartiwi, M. Alpian Wahyudi, Aema Andriana, Syafa Hamidah, Yuliana Safitri, dan Ridia Rahmawati. 2025. "Peran konseling preventif sebagai strategi pencegahan perilaku bullying di sekolah: Review literature." *Jurnal Keilmuan Pendidikan* 1(2):63–78.
- Wang, Peng, Zhaoqi Wang, dan Shuiwei Qiu. 2024. "Universal, school-based transdiagnostic interventions to promote mental health and emotional wellbeing: a systematic review." *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* 18(1):47.