

KOMUNIKASI PEMBANGUNAN PARTISIPATIF DALAM PENCEGAHAN BULLYING PADA REMAJA USIA 15-18 TAHUN MELALUI PSIKOEDUKASI

Desti Aryani¹, Fakhirah Rizky Anwar², Shofie Nurul Lailie³, Yudistira Pratama Aristiawan⁴

Universitas Djuanda Bogor, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received January 2026

Revised January 2026

Accepted January 2026

Available online January 2026

Email:

destiaryani640@gmail.com,
fakheerahanwar@gmail.com,
shofielailie24@gmail.com,
gtasamega@gmail.com



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2026 by Author.

Abstrak

Bullying merupakan permasalahan sosial yang masih banyak ditemukan di kalangan remaja dan berdampak negatif terhadap kesehatan jiwa. Remaja usia 15-18 tahun berada pada fase perkembangan yang rentan secara emosional dan psikologis, sehingga memerlukan pendekatan pencegahan yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga partisipatif. Komunikasi pembangunan partisipatif menjadi salah satu pendekatan yang menempatkan remaja sebagai subjek aktif dalam mengidentifikasi masalah, memahami dampak bullying, serta merumuskan sikap pencegahan secara bersama-sama. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan proses komunikasi pembangunan partisipatif dalam pencegahan bullying pada remaja usia 15-18 tahun melalui kegiatan psikoedukasi kesehatan jiwa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian adalah remaja usia 15-18 tahun yang terlibat secara aktif dalam kegiatan psikoedukasi, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner terbuka dan refleksi partisipan setelah kegiatan psikoedukasi berlangsung. Data dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan remaja dalam proses komunikasi partisipatif melalui psikoedukasi mampu meningkatkan pemahaman mereka mengenai pengertian, bentuk, dan dampak bullying terhadap kesehatan jiwa, serta menumbuhkan empati dan sikap penolakan terhadap perilaku bullying. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis komunikasi pembangunan partisipatif dapat menjadi strategi preventif yang efektif dalam upaya pencegahan bullying di kalangan remaja.

Kata Kunci: Remaja, Bullying, Kesehatan Jiwa, Komunikasi Pembangunan Partisipatif, Psikoedukasi.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Pada rentang usia 15-18 tahun, remaja berada pada tahap pencarian jati diri dan memiliki sensitivitas tinggi terhadap lingkungan sosial di sekitarnya. Kondisi tersebut menjadikan remaja kelompok yang rentan terhadap berbagai permasalahan psikososial, salah satunya adalah bullying. Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban, baik secara fisik, verbal, maupun psikologis (Olweus, 2013).

Bullying tidak hanya berdampak pada relasi sosial remaja, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap kesehatan jiwa. Remaja yang mengalami bullying berisiko mengalami gangguan emosional seperti kecemasan, stres, depresi, serta penurunan rasa percaya diri. Arseneault, (2017) menyatakan bahwa pengalaman menjadi korban bullying dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental yang berkelanjutan hingga usia dewasa. Selain korban, pelaku dan saksi bullying juga berpotensi mengalami dampak psikologis apabila perilaku tersebut terus berlangsung tanpa penanganan yang tepat.

Upaya pencegahan bullying memerlukan pendekatan yang tidak hanya bersifat top-down, tetapi juga melibatkan partisipasi aktif kelompok sasaran. Komunikasi pembangunan partisipatif

menekankan keterlibatan masyarakat, dalam hal ini remaja, sebagai subjek yang memiliki peran penting dalam proses komunikasi, pengambilan keputusan, dan perubahan sosial. Melalui pendekatan ini, remaja tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga terlibat dalam proses diskusi, refleksi, dan pembentukan kesadaran bersama terkait isu bullying.

Salah satu bentuk penerapan komunikasi pembangunan partisipatif adalah melalui psikoedukasi kesehatan jiwa. Pendekatan komunikasi pembangunan partisipatif menekankan proses interaksi dua arah antara komunikator dan komunikan, di mana keterlibatan aktif khalayak berperan penting dalam membangun kepercayaan dan perubahan sosial (Purnomo et al., 2022). Psikoedukasi bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta sikap individu terhadap permasalahan psikologis melalui proses komunikasi dua arah (Walsh et al., 2019). Melalui psikoedukasi yang partisipatif, remaja diharapkan mampu mengenali bentuk-bentuk bullying, memahami dampaknya terhadap kesehatan jiwa, serta mengembangkan sikap empatik dan penolakan terhadap perilaku bullying. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menggambarkan bagaimana komunikasi pembangunan partisipatif melalui psikoedukasi dapat berperan dalam upaya pencegahan bullying pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif untuk menggambarkan proses komunikasi pembangunan partisipatif dalam pencegahan bullying melalui psikoedukasi kesehatan jiwa. . Kegiatan psikoedukasi dirancang dengan melibatkan partisipasi aktif remaja melalui diskusi kelompok dan refleksi bersama, sejalan dengan tren komunikasi partisipatif yang berorientasi pada keterlibatan sosial dan kolaborasi dalam proses komunikasi (Purnomo, 2023). Subjek penelitian adalah remaja usia 15-18 tahun di SMA Amaliah 1 dan 2 Bogor Ciawi yang terlibat dalam kegiatan psikoedukasi dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan keterlibatan aktif mereka dalam kegiatan tersebut (Palinkas et al., 2015). Penelitian dilaksanakan di lingkungan pendidikan tempat kegiatan psikoedukasi berlangsung. Kegiatan psikoedukasi dirancang dengan pendekatan partisipatif, yaitu melalui diskusi kelompok, penyampaian pengalaman, serta refleksi bersama mengenai fenomena bullying yang ada di lingkungan sekitar remaja (Servaes, 2022).

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terbuka dan refleksi tertulis yang diisi oleh peserta setelah kegiatan psikoedukasi. Instrumen ini digunakan untuk menggali pemahaman, pandangan, serta sikap remaja terhadap bullying dan dampaknya terhadap kesehatan jiwa, serta peran psikoedukasi dalam membentuk kesadaran mereka. Data dianalisis menggunakan analisis tematik dengan tahapan membaca data secara berulang, melakukan pengkodean, mengelompokkan kode ke dalam tema-tema utama, serta menarik kesimpulan berdasarkan pola yang muncul (Braun & Clarke, 2006). Keabsahan data dijaga melalui diskusi antarpeneliti dan pengecekan konsistensi data. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, termasuk persetujuan partisipan dan kerahasiaan identitas responden (Creswell & Poth, 2016).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi pembangunan partisipatif melalui psikoedukasi kesehatan jiwa yang dilaksanakan di SMK Amaliah 1 dan 2 Bogor Ciawi berperan dalam meningkatkan pemahaman dan sikap remaja terhadap bullying serta dampaknya terhadap kesehatan jiwa. Pendekatan partisipatif yang digunakan menempatkan remaja sebagai subjek aktif dalam proses komunikasi, bukan sekadar sebagai penerima informasi

(Servaes, 2022).. Hal ini sejalan dengan konsep komunikasi pembangunan partisipatif yang menekankan dialog, keterlibatan, dan refleksi bersama sebagai sarana perubahan sosial (Jatipermata et al., 2022).

Tabel 1. Temuan Utama Hasil Program Komunikasi Pembangunan Partisipatif

No	Hasil Temuan	Deskripsi Hasil
1	Pemahaman bullying	Remaja memahami bullying mencakup bentuk fisik, verbal, dan psikologis
2	Dampak kesehatan jiwa	Remaja menyadari bullying berdampak pada kecemasan, stres, dan kepercayaan diri
3	Sikap empati	Muncul empati terhadap korban bullying
4	Sikap penolakan	Remaja menunjukkan sikap menolak perilaku bullying
5	Kesadaran sosial	Terbentuk komitmen menciptakan lingkungan sekolah yang aman

Peningkatan pemahaman remaja mengenai pengertian dan bentuk bullying menunjukkan bahwa proses psikoedukasi yang bersifat dialogis mampu membantu remaja membangun pemaknaan yang lebih luas terhadap fenomena bullying. Remaja tidak hanya memahami bullying sebagai kekerasan fisik, tetapi juga menyadari adanya bentuk verbal dan psikologis, seperti ejekan, penghinaan, dan pengucilan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hayyin et al., (2025) yang menyatakan bahwa pendekatan edukatif partisipatif efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja terhadap berbagai bentuk kekerasan sosial di lingkungan sekolah.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja mampu memahami dampak bullying terhadap kesehatan jiwa, seperti munculnya kecemasan, stres, rasa takut, serta penurunan kepercayaan diri. Pemahaman ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berperan dalam meningkatkan literasi kesehatan jiwa di kalangan remaja. Menurut Arseneault, (2017) , pengalaman bullying pada masa remaja memiliki hubungan yang signifikan dengan gangguan kesehatan mental jangka panjang. Visty, (2021) juga menunjukkan bahwa remaja korban bullying cenderung mengalami gangguan emosional yang memengaruhi kesejahteraan psikologis dan prestasi belajar.

Dalam peningkatan empati dan sikap penolakan terhadap bullying yang ditunjukkan oleh responden mencerminkan keberhasilan komunikasi pembangunan partisipatif dalam membentuk kesadaran sosial remaja. Melalui diskusi kelompok dan refleksi bersama, remaja memiliki ruang untuk mengekspresikan pandangan serta memahami perspektif orang lain. Proses ini sejalan bahwa komunikasi partisipatif mampu mendorong perubahan sikap dan perilaku melalui keterlibatan emosional dan sosial individu dalam proses komunikasi (Mulyana, 2014).

Psikoedukasi yang dilaksanakan di lingkungan sekolah menunjukkan bahwa institusi pendidikan merupakan ruang strategis dalam upaya pencegahan bullying. Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat transfer pengetahuan akademik, tetapi juga sebagai arena pembentukan nilai dan karakter remaja. Penelitian Dewi et al., (2025) menunjukkan bahwa program psikoedukasi berbasis partisipasi di sekolah efektif dalam meningkatkan empati serta sikap prososial siswa.

Hal ini sejalan dengan temuan penelitian ini, di mana remaja menunjukkan kesadaran untuk lebih peduli dan menolak perilaku bullying setelah mengikuti psikoedukasi.



Gambar 1. Alur Program Komunikasi Pembangunan Partisipatif dalam Pencegahan Bullying

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi pembangunan partisipatif melalui psikoedukasi kesehatan jiwa memiliki peran strategis dalam upaya pencegahan bullying pada remaja usia 15-18 tahun. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan remaja, tetapi juga mendorong terbentuknya sikap empatik, kesadaran kolektif, serta komitmen untuk menciptakan lingkungan sosial yang lebih sehat dan aman. Temuan ini memperkuat pentingnya integrasi program psikoedukasi berbasis partisipasi dalam kebijakan dan praktik pendidikan sebagai strategi preventif terhadap bullying.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa komunikasi pembangunan partisipatif melalui psikoedukasi kesehatan jiwa berperan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja usia 15-18 tahun terhadap bullying dan dampaknya terhadap kesehatan jiwa. Melalui pendekatan partisipatif yang menekankan dialog, diskusi, dan refleksi bersama, remaja tidak hanya mampu memahami pengertian serta berbagai bentuk bullying, tetapi juga menyadari dampak psikologis yang ditimbulkan, seperti kecemasan, stres, dan penurunan rasa percaya diri.

Selain peningkatan pemahaman, psikoedukasi berbasis komunikasi pembangunan partisipatif juga berkontribusi dalam membentuk sikap empatik dan penolakan terhadap perilaku bullying di kalangan remaja. Keterlibatan aktif remaja dalam proses komunikasi mendorong terbentuknya kesadaran sosial dan kepedulian terhadap sesama, sehingga psikoedukasi dapat dijadikan sebagai strategi preventif yang relevan dan berkelanjutan dalam upaya pencegahan bullying, khususnya di lingkungan pendidikan.

REFERENSI

- Arseneault, L. (2017). The long-term impact of bullying victimization on mental health. *World Psychiatry*, 16(1), 27.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.
- Dewi, A. S., Suryaningsih, G., Kamiliyah, L., & Ramadhani, M. D. (2025). Psikoedukasi: Pencegahan Bullying dan Penguatan Empati di Lingkungan SMK Bina Jaya Prestasi

- Kecamatan Tambun Selatan. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 14(3), 21-30.
- Hayyin, F., Surani, D., Panudju, A. T., & Supriyadi, S. (2025). Peningkatan Kesadaran dan Empati Siswa terhadap Bahaya Bullying Melalui Penyuluhan Interaktif. *Welfare: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 236-241.
- Jatipermata, F., Purnomo, A. M., Studi, P., Komunikasi, S., & Bogor, U. D. (2022). *Peran komunikasi penyuluh dalam pemberdayaan peternak sapi perah pada koperasi produksi susu bogor 1,2*. 12(Juni), 52-66.
- Mulyana, D. (2014). Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar. Cetakan ke 18. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Olweus, D. (2013). School bullying: Development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9(1), 751-780.
- Palinkas, L. A., Horwitz, S. M., Green, C. A., Wisdom, J. P., Duan, N., & Hoagwood, K. (2015). Purposeful sampling for qualitative data collection and analysis in mixed method implementation research. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 42(5), 533-544.
- Purnomo, A. M. (2023). Bibliometric analysis of the trend of sociology of communication research topics. *Jurnal Komunikasi Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 8(2), 370-381.
- Purnomo, A. M., Pratidina, G., & Setiawan, M. F. (2022). Komunikasi pemasaran perusahaan pasca pandemi: Studi respon pelanggan terhadap pesan di instagram. *Jurnal Komunikatio*, 8(2), 103-113.
- Servaes, J. (2022). Communication for development and social change. In *The Routledge handbook of nonprofit communication* (pp. 23-31). Routledge.
- Visty, S. A. (2021). Dampak bullying terhadap perilaku remaja masa kini. *Jurnal Intervensi Sosial Dan Pembangunan (JISP)*, 2(1), 50-58.
- Walsh, D., McCartney, G., Smith, M., & Armour, G. (2019). Relationship between childhood socioeconomic position and adverse childhood experiences (ACEs): a systematic review. *J Epidemiol Community Health*, 73(12), 1087-1093.