



Implementasi Promosi Sosialisasi Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Remaja Yang Mengalami *Bullying* Di SMAN 1 Gurah

Sylvia Nuroini Khusna¹, Norma Risnasari², Dhian Ika Prihananto³

Prodi D-III Keperawatan, Universitas Nusantara PGRI Kediri, JL. Ahmad Dahlan
No.76, Mojoroto, Indonesia

*Email korespondensi : silvianuroinik@gmail.com

Diterima:
23 Juli 2025

Dipresentasikan:
26 Juli 2025

Terbit:
18 September 2025

ABSTRAK

Bullying merupakan segala bentuk tindakan penindasan atau kekerasan yang dilakukan secara sengaja. Perilaku ini dapat dilakukan oleh individu maupun kelompok yang memiliki kekuatan atau kekuasaan lebih besar dibandingkan korbannya, dengan tujuan utama untuk menyakiti, dan dilakukan secara berulang-ulang. *Bullying* berdampak secara fisik dan psikologis, salah satunya menurunkan harga diri remaja. Padahal, harga diri sangat penting bagi perkembangan remaja karena membentuk kepercayaan diri dan kemampuan bersosialisasi secara positif. Salah satu pengembangan yang dapat meningkatkan harga diri rendah adalah promosi sosialisasi. Tujuan penelitian ini menganalisis dan mengidentifikasi tingkat harga diri pada remaja yang mengalami *bullying* sebelum dan sesudah promosi sosialisasi. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subyek yang digunakan yaitu 5 remaja yang mengalami penurunan harga diri dengan masalah *bullying* di SMAN 1 Gurah. Analisis tingkat harga diri diukur menggunakan kuesioner RSES. Pelaksanaan promosi sosialisasi dilakukan selama 10-15 menit. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan peningkatan harga diri remaja sesudah dilakukan promosi sosialisasi, Subjek I mengalami peningkatan dengan skor awal tingkat harga diri 10 menjadi 21, Subjek II mengalami peningkatan dengan skor awal 26 menjadi 32, Subjek III mengalami peningkatan dengan skor awal 15 menjadi 21, Subjek IV mengalami peningkatan dengan skor awal 22 menjadi 30, Subjek V mengalami peningkatan dengan skor awal 21 menjadi 31. Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan harga diri sebelum dan sesudah dilakukan promosi sosialisasi sehingga intervensi promosi sosialisasi cukup baik untuk diterapkan pada remaja. Rekomendasi perlu dikembangkan dalam melakukan promosi sosialisasi, untuk menurunkan tingkat harga diri pada remaja.

Kata kunci : promosi sosialisasi, *bullying*, remaja, harga diri

PENDAHULUAN

Menurut data dari *World Health Organization (WHO)*, satu dari enam anak usia sekolah mengalami *cyberbullying*, dengan peningkatan signifikan dalam jumlah kasus yang dilaporkan dari tahun 2018 hingga 2022. Hal ini menunjukkan bahwa perundungan tidak lagi terbatas pada interaksi langsung, tetapi juga meluas ke ranah digital yang sulit dikendalikan. Di Indonesia, fenomena *bullying* juga menjadi perhatian serius. Pada tahun 2024, sekitar 15% pelajar dilaporkan mengalami *bullying*, dengan 31% dari total kasus kekerasan di sekolah terkait langsung dengan tindakan *bullying*. Data ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga kasus kekerasan dalam lembaga pendidikan merupakan *bullying*, yang berdampak

pada kondisi psikologis dan prestasi akademik siswa. Menurut laporan Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI), Provinsi Jawa Timur mencatat jumlah kasus kekerasan terbanyak di lembaga pendidikan pada tahun 2024, yaitu 81 kasus atau setara dengan 14,2% dari total nasional.

Dampak *bullying* sangat kompleks dan tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga psikologis. Nafwari (2024) menyatakan bahwa siswa yang menjadi korban *bullying* cenderung mengalami penurunan harga diri. Padahal, harga diri merupakan komponen penting dalam perkembangan remaja karena berperan dalam membentuk kepercayaan diri serta kemampuan menjalin hubungan sosial yang positif dengan lingkungan sekitar. Salah satu contoh nyata dari kasus *bullying* terjadi pada tahun 2025 sebagaimana diberitakan oleh Tribun Pontianak. Dalam kasus tersebut, seorang siswa berusia 13 tahun menjadi korban tindakan perundungan oleh sekelompok remaja yang tidak dikenal. Korban ditarik ke arah jembatan dan kemudian diceburkan ke dalam sungai (Sebastianus, 2025). Peristiwa ini menjadi bukti bahwa tindakan *bullying* dapat berujung pada kekerasan fisik serius yang mengancam keselamatan jiwa.

Salah satu langkah pencegahan *bullying* yang diterapkan oleh peneliti adalah melalui kegiatan promosi sosialisasi. Pelaksanaan program-program sosialisasi yang tepat dinilai efektif dalam membantu remaja mengatasi rasa kurang percaya diri, meningkatkan keterampilan sosial, serta mendukung keseimbangan emosional mereka. Pendekatan ini bertujuan untuk memperkuat kapasitas personal dan sosial remaja dalam menghadapi tekanan lingkungan, termasuk risiko menjadi korban *bullying*.

Menurut Sari (2019), *bullying* paling banyak ditemukan di lingkungan sekolah, tempat siswa berinteraksi dalam keseharian mereka. Secara umum, *bullying* terbagi menjadi tiga bentuk, yaitu *bullying* verbal, fisik, dan relasional. *bullying* verbal mencakup tindakan mengejek, menghina, atau memberikan julukan yang merendahkan. *bullying* fisik meliputi perilaku memukul, menendang, menjambak, dan mencubit. Sementara itu, perundungan relasional mencakup tindakan mengucilkan, mengintimidasi, serta mempermalukan korban di hadapan orang lain.

Adapun tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis tingkat harga diri remaja sebelum dan sesudah dilakukan promosi sosialisasi, dan tujuan khusus yaitu mengidentifikasi tingkat harga diri sebelum dan sesudah dilakukan promosi sosialisasi.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Implementasi Promosi Sosialisasi Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Remaja Yang Mengalami *Bullying* Di SMAN 1 Gurah”.

METODE

Penelitian dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif dengan metode studi kasus selama tiga hari dengan menerapkan promosi sosialisasi di SMAN 1 Gurah. Subyek yang digunakan yaitu 5 responden remaja yang mengalami penurunan harga diri dengan masalah *bullying*. Prosedur pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara, pengukuran tingkat harga diri menggunakan

kuesioner *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)* dan implementasi promosi sosialisasi. Analisis dalam penelitian ini mendeskripsikan peningkatan harga diri remaja yang mengalami masalah *bullying* sebelum dan sesudah dilakukan promosi sosialisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 1 Tingkat Harga Diri Sebelum Dilakukan Promosi Sosialisasi

No.	Subyek	Hari	Nilai	Kriteria
1.	Sdr.A	1	10	Harga Diri Rendah
		2	13	Harga Diri Rendah
		3	21	Harga Diri Sedang
2.	Sdr.D	1	26	Harga Diri Sedang
		2	26	Harga Diri Sedang
		3	32	Harga Diri Tinggi
3.	Sdr.M	1	15	Harga Diri Rendah
		2	17	Harga Diri Rendah
		3	21	Harga Diri Sedang
4.	Sdr.F	1	22	Harga Diri Sedang
		2	24	Harga Diri Sedang
		3	30	Harga Diri Sedang
5.	Sdr.S	1	21	Harga Diri Sedang
		2	24	Harga Diri Sedang
		3	31	Harga Diri Tinggi

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa subjek Sdr. A memperoleh skor harga diri sebesar 10 poin yang termasuk dalam kategori rendah pada hari pertama, 13 poin pada hari kedua dan hari ketiga 21 poin. Sdr. D memperoleh 26 poin dihari pertama kemudian pada hari kedua dan ketiga mendapat 26-32, Sdr. F 22 poin pada hari pertama, pada hari kedua 24 dan hari ketiga 30, dan Sdr. S 21 poin pada hari pertama, di hari kedua dan ketiga mendapatkan poin 24-31 ketiganya masuk dalam kategori harga diri sedang. Sedangkan Sdr. M mendapatkan 15 poin pada hari pertama yang tergolong dalam kategori harga diri rendah, lalu pada hari kedua dan ketiga mendapatkan poin 17-21 poin. Hasil ini menunjukkan adanya variasi tingkat harga diri antar subjek, di mana dua subjek (Sdr. A dan Sdr. M) berada pada kategori rendah, sementara tiga lainnya (Sdr. D, Sdr. F, dan Sdr. S) berada pada kategori sedang.

Table 2 Tingkat Harga Diri Sesudah Dilakukan Promosi Sosialisasi

No.	Subyek	Hari	Nilai	Kriteria
1.	Sdr.A	1	10	Harga Diri Rendah
		2	14	Harga Diri Rendah
		3	21	Harga Diri Sedang
2.	Sdr.D	1	26	Harga Diri Sedang
		2	27	Harga Diri Sedang

		3	31	Harga Diri Tinggi
3.	Sdr.M	1	15	Harga Diri Rendah
		2	19	Harga Diri Rendah
		3	21	Harga Diri Sedang
4.	Sdr.F	1	22	Harga Diri Sedang
		2	24	Harga Diri Sedang
		3	30	Harga Diri sedang
5.	Sdr.S	1	21	Harga Diri Sedang
		2	25	Harga Diri Sedang
		3	31	Harga Diri Tinggi

Berdasarkan tabel 2, terlihat bahwa terdapat peningkatan tingkat harga diri pada seluruh subyek setelah dilaksanakan promosi sosialisasi. Pada subyek Sdr. A, di hari pertama mendapat nilai 10 dan hari kedua 14, meskipun masih berada dalam kategori harga diri rendah. Namun, pada hari ketiga peningkatan skor dengan jumlah 21 yang menyebabkan pergeseran kategori harga diri dari rendah menjadi sedang. Sdr. D menunjukkan hasil di hari pertama mendapat skor 26 dan di hari kedua 27 dengan tetap berada di kategori harga diri sedang. Selanjutnya, pada hari ketiga peningkatan skor dengan jumlah 31 sehingga tingkat harga diri berpindah dari sedang ke tinggi.

Pada subyek Sdr. M, mendapatkan hasil skor di hari pertama 15 dan di hari kedua 19, meskipun belum mengubah kategori harga diri yang tetap rendah. Namun, pada hari ketiga terjadi peningkatan skor dengan jumlah 21, yang mengubah status harga diri dari rendah ke sedang. Sementara itu, Sdr. F mengalami peningkatan di hari pertama dengan skor 22 dan di hari kedua 24 serta pada hari ketiga mendapat skor 30. Meskipun skor harga diri meningkat, tidak terjadi perubahan kategori, yang tetap berada pada tingkat harga diri sedang.

Adapun Sdr. S menunjukkan peningkatan skor di hari pertama 21 dan di hari kedua 25, diikuti dengan peningkatan di hari ketiga dengan skor 31. Kenaikan ini menyebabkan perubahan kategori harga diri dari sedang menjadi tinggi.

Menurut Yuyarti, (2018) dalam Norma Risnasari, dkk, (2024), bullying merupakan bentuk kekerasan terhadap anak (*child abuse*) yang dapat dilakukan oleh teman sebaya kepada individu yang dianggap lebih lemah secara fisik maupun mental, dengan tujuan memperoleh keuntungan atau kepuasan tertentu. *Bullying* (dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai “penindasan/risak”) segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. Terdapat banyak definisi mengenai bullying, terutama yang terjadi dalam konteks lain seperti di rumah, tempat kerja, Masyarakat, komunitas virtual. Namun dalam hal ini dibatasi dalam konteks school bullying atau bullying di sekolah (Riauskina, dkk, 2005 dalam Dhian Prihananto, 2024). Dampak dari bullying sangat serius, mencakup depresi, fobia sekolah, rasa tidak berharga, serta kecenderungan menyendiri. Upaya yang dapat dilakukan sekolah dalam mengatasi bullying antara lain memberikan edukasi kepada guru dan staf tentang perundungan, menanamkan keberanian pada siswa untuk menolak perilaku bullying, melakukan sosialisasi bahaya bullying

di sekolah dan lingkungan bermain, serta menyelenggarakan program pencegahan yang tegas bahwa bullying tidak ditoleransi. Selain itu, peran orang tua juga penting dalam menanamkan nilai etika, kepedulian, dan rasa saling menghargai kepada anak sejak dini.

Rasa tidak berharga ditandai dengan adanya kelemahan yang ada dalam diri individu dan menghambat dalam pencapaian tujuan hidup. Sejumlah penyebab kurang percaya diri, di antaranya pengaruh lingkungan, sering diremehkan dan dikucilkan oleh teman sejawat, pola asuh orang tua yang sering melarang dan membatasi kegiatan anak, orang tua yang selalu memarahi kesalahan anak tetapi tidak pernah memberi penghargaan apabila anak melakukan hal yang positif, kurang kasih sayang serta penghargaan atau pujian dari keluarga, trauma kegagalan di masa lalu, trauma dipermalukan atau dihina di depan umum, merasa diri tidak berharga lagi karena pernah dilecehkan secara seksual, serta merasa bentuk fisik tidak sempurna (Fitri & Ildil, 2018 dalam Norma Risnasari, dkk, 2024).

Sejalan dengan itu, penelitian terbaru oleh Dwi Cantika dkk. (2023) menekankan pentingnya strategi penguatan harga diri remaja melalui pendekatan psikologis dan pendidikan karakter. Strategi tersebut meliputi pengembangan cinta diri, pengambilan keputusan yang mandiri, serta kemampuan menghadapi tantangan dengan ketekunan. Selain itu, kampanye sosial seperti “#AbsoluteMe” yang diinisiasi oleh Into The Light Indonesia (2020) terbukti efektif dalam meningkatkan penerimaan diri remaja melalui media sosial, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap peningkatan harga diri. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasa lebih mampu menerima diri mereka apa adanya setelah mengikuti kampanye tersebut.

Lebih lanjut, program promosi kesehatan mental yang dilakukan di lingkungan sekolah juga menjadi langkah strategis dalam membangun ketahanan psikologis remaja. Melalui edukasi, diskusi kelompok, dan pelatihan keterampilan sosial, remaja dibekali dengan pemahaman dan kemampuan untuk mengenali serta mengelola emosi negatif yang berkaitan dengan harga diri rendah. Dengan demikian, implementasi promosi sosialisasi yang terstruktur dan berkelanjutan dapat menjadi intervensi yang efektif dalam meningkatkan harga diri remaja yang mengalami tekanan psikososial akibat bullying maupun faktor lingkungan lainnya.

Berdasarkan hasil temuan peneliti, implementasi promosi sosialisasi terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan harga diri pada remaja yang mengalami penurunan harga diri. Melalui pendekatan terstruktur, seperti penyuluhan kelompok sebaya, kampanye penerimaan diri, serta pelatihan keterampilan sosial dan komunikasi asertif, remaja menunjukkan perubahan signifikan dalam cara mereka memandang diri sendiri. Perubahan ini ditunjukkan melalui peningkatan kemampuan dalam mengekspresikan perasaan, bertambahnya rasa percaya diri dalam interaksi sosial, serta kemampuan untuk mengenali dan menghargai potensi atau kelebihan yang dimiliki.

KESIMPULAN

Penelitian studi kasus yang dilakukan di lingkungan SMAN 1 Gurah,

Kabupaten Kediri, mengenai peningkatan harga diri pada remaja korban *bullying* sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa promosi sosialisasi, menunjukkan adanya perubahan yang signifikan. Rincian hasilnya adalah sebagai berikut:

1. Hasil identifikasi peningkatan harga diri sebelum dilakukan promosi sosialisasi
Hasil identifikasi peningkatan harga diri saat observasi pada hari pertama Sdr.A 10, Sdr.D 26, Sdr.M 15, Sdr.F 22, Sdr.S 21, hari kedua Sdr.A 13, Sdr.D 26, Sdr.M 17, Sdr.F 24, Sdr.S 24, hari ketiga Sdr.A 21, Sdr.D 26, Sdr.M 21, Sdr.F 30, Sdr.S 31.
2. Hasil identifikasi peningkatan harga diri sesudah dilakukan promosi sosialisasi
Hari pertama Sdr.A 10, Sdr.D 26, Sdr.M 15, Sdr.F 22, Sdr.S 21, hari kedua Sdr.A 12, Sdr.D 27, Sdr.M 19, Sdr.F 24, Sdr.S 25, hari ketiga Sdr.A 21, Sdr.D 31, Sdr.M 21, Sdr.F 30, Sdr.S 31.
3. Hasil analisis peningkatan harga diri pada remaja yang mengalami *bullying* sebelum dan sesudah dilakukan promosi sosialisasi terdapat peningkatan harga diri pada kelima responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Cantika, D., Tohar, A.A. , & Khairi, Z. pendidikan (2023). *Membangun harga diri: Upaya penguatan pendidikan karakter remaja* . Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Redrived From : <https://rayyanjurnal.com/index.php/IJEDR/artikel/unduh/2569/pdf>
- Christy, Z. A. (2022). "Aku siswa anti bullying": Layanan psikoedukasi untuk mencegah bullying di sekolah. *Magistrorum Et Scholarium*, 2(3), 430–434. <https://doi.org/10.24246/jms.v5i22024>
- Lestari, WS (2016). *Analisis Faktor-faktor Penyebab Bullying di Kalangan Peserta Didik*. SOSIO DIDAKTIKA: Jurnal Pendidikan IPS, 3(2), 2016, 147-157. doi:10.15408/sd.v3i2.4385. DOI: <http://dx.doi.org/10.15408/sd.v3i2.4385>
- Nafwari (2024). *Dampak Perilaku*.Kajian Moral Dan Kewarganegaraan, 1(4), 62–76.
- Novitasari, R., Nastasya, D. A. A., Rahayu, S. K., Sari, A. A. K., Liananda, N. V., Hidayat, F. R., & Risnasari, N. (2024, February). Edukasi Pencegahan Bullying pada Siswa di SMPN 6 Kota Kediri. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran* (Vol. 3, No. 1, pp. 47-50).
- Parhusip, A. (2018). *Penindasan Kuesioner*. Penindasan yang Ditanyakan.
- PACER's National Bullying Prevention Center. (2025). *Bullying Statistics*. Retrived from: <https://www.pacer.org/bullying/info/stats.asp>
- Prihananto, DI, Fitriana, KDN, Agustina, PD, Nur'aini, SE, & Safitri, U. (2024, Februari). Dampak Perilaku Bullying Pada Anak Sekolah Dasar di SDN Manyaran 02 Kota Kediri. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran* (Vol. 3, No. 1, pp. 91-96).
- Rahmatillah, W., Maryamah, Rizka Isnata, Tania Jayatri, Shinta Wulandari, & Aulia Sitawani. (2024). *Studi Kasus Bullying Di Sekolah : Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Siswa Sebagai Pemicu Bullying Dan Dampaknya Terhadap Korban*. Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang , 10 (04), 341

- 354. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i04.4863>
- Saputro, K. Z. (2018). *Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja*. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 1–8. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sari (2016). *Mengatasi Perilaku Bullying Di Smp*. Kajian Moral Dan Kewarganegaraan, 1(4), 62–76.
- Sulistiawati, Yuliatin, Ahmad Fauzan, & Haslan, M. M. (2024). *Perilaku bullying di kalangan siswa: Studi kasus pada siswa di SMP Negeri 14 Mataram*.
- Tohir, MF, Syamsuri, & Mutaqin, A. (2022). *Analisis harga diri matematis siswa SMP berdasarkan teori Rosenberg*. Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. <http://www.jurnal.untirta.ac.id/index.php/wilangan>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2016), Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1, Jakarta, PersatuanPerawat Indonesia
- Tribun Pontianak. (2025). *Siswa SMP dibully dan diceburkan ke sungai oleh gerombolan remaja di Palembang: Apa yang terjadi?* Tribun Pontianak. <https://pontianak.tribunnews.com/2025/05/21/siswa-smp-dibully-dan-diceburkan-ke-sungai-oleh-gerombolan-remaja-di-palembang-apa-yang-terjadi>
- Universitas Muhammadiyah Surakarta. (n.d.). *Sosialisasi nilai peduli sosial menggunakan media video kombinasi* [Skripsi]. UMS Eprints. Redrived from: <https://eprints.ums.ac.id/87414/4/BAB%20II.pdf>
- Yahriningsih, E. M., Risnasari, N., Listiatama, A. S., Sasono, S. B. A., Sahara, N. P. O., & Aryani, R. (2024, October). Strategi Efektif Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Anak Sekolah Di SMPN 6 Kota Kediri. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran* (Vol. 4, No. 1, pp. 920-924).
- Yudha, A. (2025). *Proses sosialisasi dan pembelajaran moral dalam cerita 'Gbagba': Tinjauan kritis melalui teori sosialisasi*. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan, 13*(1), <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v13i1.16301>
- Yustikasari. (2023). *Program promosi kesehatan mental pada remaja sekolah*. Gembira PKM. Redrived from <https://gembirapkm.my.id/index.php/jurnal/artikel/download/86/46>
- Yuyarti, Y. (2021). *Mengatasi bullying melalui pendidikan karakter*. *Jurnal Kreatif: Jurnal Kependidikan Dasar*, 12(1), [4]. Redrived from: <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kreatif/article/download/16506/8397>