

NASKAH ORISINAL

Pemberdayaan Remaja dalam Pencegahan *Cyberbullying* untuk Mencapai Kesehatan Mental di MAN Kota Mojokerto

Lucky Prasetiowati^{1,2,*} | Tri Hartini Yuliawati¹ | Kusuma Eko Purwantari¹ | Sakina Sakina¹ | Zain Budi Syulthoni³ | Muhammad Fathul Qorib¹ | Dewi Ratna Sari¹

¹Departemen Anatomi Histologi dan Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

²Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

³Program Studi Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Institut Teknologi Sepuluh Nopember, Surabaya, Indonesia

Korespondensi

*Lucky Prasetiowati, Departemen Anatomi Histologi dan Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya. Alamat e-mail: lucky-p@fk.unair.ac.id

Alamat

Departemen Anatomi Histologi dan Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya.

Abstrak

Keberadaan media sosial di kalangan remaja telah menjadi gaya hidup. Media sosial memberikan dampak positif dan negatif bagi penggunanya. Salah satu dampak negatif yaitu munculnya fenomena *cyberbullying*. *cyberbullying* mengacu pada perilaku perundungan, seperti penghinaan, pelecehan, pencemaran nama baik, dan tindakan serupa yang dilakukan secara daring dan dapat berlangsung terus-menerus. Kurangnya pengawasan terhadap penggunaan media sosial oleh remaja berkontribusi pada keberlanjutan tindakan ini, sehingga menimbulkan dampak psikologis yang signifikan pada korban. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai *cyberbullying* guna memberdayakan peran mereka dalam kegiatan pencegahan baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan mental dan penguasaan karya video edukasi. Kegiatan edukasi dilaksanakan di MAN Kota Mojokerto secara luring dengan sasaran 100 siswa – siswi. Sebelum dan sesudah edukasi, peserta diminta mengisi kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Kemudian dilanjutkan dengan lomba video edukasi satu bulan setelah edukasi dengan tema “stop *cyberbullying*”. Hasil kegiatan didapatkan bahwa pemberian edukasi kesehatan mental berpengaruh pada peningkatan pengetahuan peserta mengenai *cyberbullying* secara signifikan ($p < 0,001$). Setelah mendapatkan edukasi, siswa berperan membuat media promosi kesehatan yang berupa video edukasi untuk disebar media sosial guna mencegah kejadian *cyberbullying* untuk mencapai kesehatan mental remaja yang optimal.

Kata Kunci:

Cyberbullying, Edukasi, Kesehatan Mental, Media Sosial, Pemberdayaan Remaja.

1 | PENDAHULUAN

1.1 | Latar Belakang

Dalam era revolusi industri 4.0, media sosial telah membawa perubahan signifikan pada aktivitas generasi muda. Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi dan interaksi digital, namun dapat dimanfaatkan untuk berbagai aktivitas lintas sektoral lain misalnya seperti bisnis digital. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2021, lebih dari 98% masyarakat Indonesia mengakses internet melalui *smartphone*, dengan 15,35% pengguna internet adalah remaja berusia 13 – 15 tahun^[1]. Di Jawa Timur, sebanyak 89% penggunaan internet didominasi untuk mengakses media sosial^[1].

Penggunaan media sosial menjadi bagian tidak terpisahkan dari gaya hidup remaja saat ini. Keberadaan media sosial menawarkan berbagai manfaat dan risiko^[2]. Di satu sisi, media sosial mempermudah dan memperluas interaksi, hubungan, dan komunikasi antar individu tanpa batasan jarak, serta menyediakan akses informasi secara cepat dan murah. Namun di sisi lain, media sosial juga membawa dampak negatif bagi penggunanya seperti kurangnya interaksi tatap muka secara langsung hingga menjauhkan diri dari hubungan sosial, menyebabkan kecanduan internet dan meningkatkan kerentanan terhadap perundungan *online* atau *cyberbullying*.

Fenomena ini menjadi tantangan serius karena adanya keterkaitan erat antara media sosial, *cyberbullying*, dan remaja sebagai kelompok yang paling rentan^[3]. Remaja merupakan sekelompok masyarakat yang lahir dan tumbuh di era digital sehingga disebut sebagai *digital naive*^[4]. Remaja, dengan kemampuan emosional yang masih berkembang, sering kali menjadi kelompok rentan atau korban utama karena kesulitan dalam pengelolaan tekanan emosional dirinya^{[5][6]}. Minimnya pengawasan terhadap penggunaan media sosial menyebabkan tindakan *cyberbullying* terjadi secara berkelanjutan dan menimbulkan dampak negatif pada kesehatan mental korban.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan kuat antara *cyberbullying* dengan gangguan kesehatan mental^{[5][7]}. Studi Bottino et al., (2015) mengungkapkan bahwa interaksi negatif di lingkungan virtual yang terkait dengan *cyberbullying* dapat memicu munculnya masalah akademis, psiko-sosial, depresi, rendahnya rasa percaya diri, stress emosional, ketakutan, dan kecemasan^[8]. Dalam kasus yang lebih parah, korban dapat terjerumus dalam penyalahgunaan obat-obatan terlarang, keinginan bahkan sampai upaya bunuh diri^[8].

Kurangnya pemahaman remaja tentang aturan dan kebijakan penggunaan media sosial sering kali membuat mereka terpapar risiko *cyberbullying*, baik sebagai pelaku maupun korban^[3]. Dorongan rasa ingin tahu yang tinggi serta kemudahan akses internet menjadikan remaja lebih rentan terhadap ancaman ini. Peningkatan fenomena *cyberbullying* di kalangan remaja menuntut adanya upaya konkret untuk pencegahan. Hal ini dapat dipicu oleh kurangnya literasi digital terkait media sosial dan kaitannya dengan perilaku *cyberbullying* serta dampaknya terhadap kesehatan mental. Selain itu belum optimalnya peran remaja dalam mencegah *cyberbullying* baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai *cyberbullying* sekaligus memberdayakan peran remaja dalam kegiatan pencegahan *cyberbullying* baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Melalui pendekatan edukasi yang sistematis, diharapkan remaja dapat berperan aktif dalam menciptakan lingkungan digital yang aman dan mendukung kesehatan mental.

1.2 | Solusi Permasalahan atau Strategi Kegiatan

MAN Kota Mojokerto adalah salah satu sekolah yang terletak di kota Mojokerto dengan jumlah total siswa hampir mencapai 900 anak tiap tahunnya dengan rentang usia 14–17 tahun. Survei awal dan kegiatan curah pendapat bersama pihak mitra sasaran bermaksud untuk mengidentifikasi masalah yang ada di sekolah. Pandangan dari Kepala Sekolah menyampaikan bahwa penggunaan internet dan sosial media di siswa sangat tinggi dan pengawasannya sulit dilakukan. Hal ini menimbulkan kekhawatiran munculnya *bullying* antar siswa melalui media sosial seperti aplikasi *whatsapp* maupun *instagram*. Remaja merupakan sumber daya manusia yang menjadi modal bagi masa depan bangsa. Fenomena *cyberbullying* yang meningkat di kalangan remaja menggerakkan kita untuk ikut berpartisipasi dalam pencegahan *cyberbullying*. Permasalahan yang teridentifikasi berdasarkan survei awal di MAN Kota Mojokerto untuk memudahkan menentukan tindakan selanjutnya, sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan mengenai literasi digital terkait media sosial dan kaitannya dengan perilaku *cyberbullying* serta dampaknya terhadap kesehatan mental.

2. Belum maksimalnya peran remaja dalam pencegahan *cyberbullying* baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

Salah satu upaya untuk mencegah *cyberbullying* adalah dengan meningkatkan literasi digital pada remaja. Selain itu, remaja yang umumnya memiliki tingkat aktifitas dan rasa ingin tahu yang cukup besar, diharapkan menjadi target potensial dalam menyebarkan informasi kesehatan yang didapat ke lingkungan yang lebih luas. Selaras dengan hal tersebut, maka solusi permasalahan yang dirumuskan dan dilakukan untuk mengatasi permasalahan mitra sasaran antara lain pemberian edukasi kesehatan terkait pemahaman *cyberbullying* dan dampaknya terhadap kesehatan mental serta kompetisi pembuatan video edukatif kreatif bertema “Stop *cyberbullying*”. Kegiatan ini diharapkan memberikan dampak positif bagi remaja untuk mencapai kesehatan mental yang optimal.

1.3 | Target Luaran

Pengabdian masyarakat ini diharapkan memenuhi target luaran sebagai berikut:

1. Peningkatan pengetahuan siswa mengenai *cyberbullying* dan dampaknya, yang diukur melalui peningkatan nilai dari *pre-test* ke *post-test*.
2. Pemberdayaan peran siswa dalam melakukan penyebaran informasi berupa lomba video edukasi yang disebarakan melalui sosial media serta dinilai oleh juri.
3. Luaran tersebut dipublikasikan pada jurnal ilmiah nasional ber-ISSN.
4. Rangkaian kegiatan juga dipublikasikan dalam artikel media massa *online* dan didokumentasikan dalam bentuk video kegiatan yang diunggah pada media *online*.

2 | TINJAUAN PUSTAKA

cyberbullying merupakan tindakan perundungan yang dilakukan secara berulang melalui media digital dengan tujuan menyindir, menghina, melecehkan, mendiskriminasi bahkan memperkusikan individu yang menjadi target agresi sehingga menimbulkan penderitaan emosional, ketakutan dan keputusan bagi korban^[8]. Tindakan ini sering terjadi melalui media elektronik seperti email, ruang obrolan atau pesan instan (*Whatsapp, Twitter*), dan platform media sosial lain (*Instagram, Facebook, Tiktok*). Bentuknya dapat berupa pengiriman pesan yang menghina (pelecehan), komentar diskriminatif, maupun konten visual seperti gambar, meme, foto, atau video yang memalukan, mengancam atau mengintimidasi korban^{[2] [8]}. Penelitian yang dilakukan pada 281 remaja berusia 12 – 18 tahun di Yogyakarta, menyebutkan seluruh responden pernah terlibat pada setidaknya satu dari tujuh tindakan *cyberbullying* yaitu amarah (*flaming*), pelecehan (*harassment*), fitnah atau pencemaran nama baik (*denigration*), peniruan (*impersonation*), tipu daya (*outing* dan *trickery*), pengucilan (*exclusion*), dan penguntitan di media sosial (*cyberstalking*), dengan intensitas ringan sampai sedang^[9]. Dari penelitian ini, tingginya kejadian *cyberbullying* diduga salah satunya karena ketidaktahuan pelaku bahwa tindakan yang dilakukan tersebut masuk dalam kategori perundungan. Beberapa motivasi yang muncul untuk melakukan *cyberbullying* antara lain bercanda, kesal dan ingin membalas dendam, frustrasi, mencari perhatian, hiburan untuk mengisi waktu, dan keinginan untuk menunjukkan kekuatan^[10].

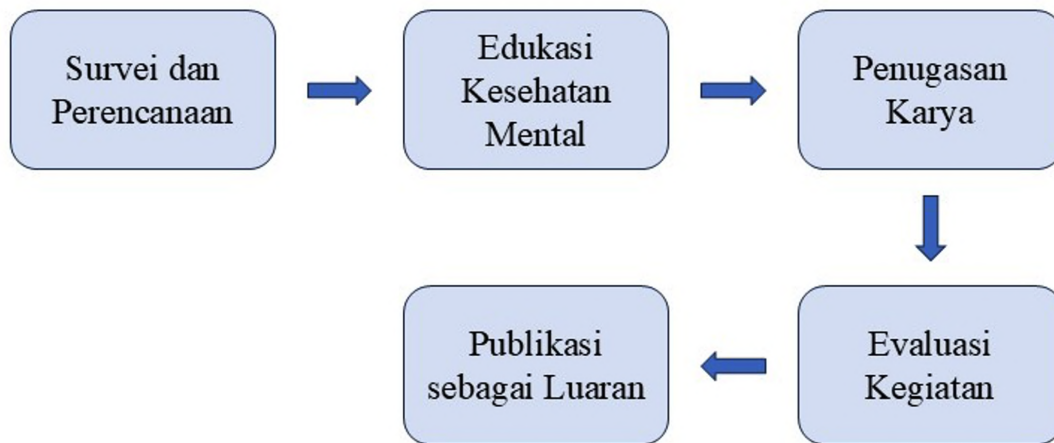
Pencegahan terjadinya *cyberbullying* pada kalangan remaja perlu melibatkan berbagai pihak, antara lain remaja itu sendiri beserta teman sebaya (*peer group*), orang tua, pihak sekolah, dan kelompok profesi yang mempunyai kewenangan seperti guru, dokter, dan psikolog, serta pemerintah^[11]. Kontrol orang tua dapat berupa pembatasan durasi pemakaian gawai maupun limitasi macam aplikasi yang digunakan^[12]. Selain itu, pemberian edukasi pada remaja terkait definisi dan dampak *cyberbullying* perlu dilakukan agar para remaja bisa mengendalikan dirinya sendiri untuk tidak melakukan tindakan tersebut, sehingga bisa mencegah dampak psikologis yang ditimbulkan oleh perundungan^[11]. Edukasi pada remaja bukan hanya menjadi tanggung jawab salah satu pihak, namun juga membutuhkan sinergi dari tripusat pendidikan yaitu pendidikan di dalam keluarga, pendidikan di sekolah, dan pendidikan di masyarakat, yang diharapkan bisa memutus rantai terjadinya *cyberbullying* di kalangan remaja. Upaya pencegahan ini juga perlu dilakukan secara berkala, salah satunya dengan mengajak remaja untuk melakukan hal yang positif baik di dalam rumah, sekolah maupun di masyarakat^[13].

Peningkatan literasi digital merupakan salah satu upaya pencegahan *cyberbullying*. Hal ini sejalan Program Indonesia Makin Cakap Digital yang dicanangkan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika, yang bertujuan untuk membuat masyarakat

Indonesia cerdas digital dengan meningkatkan literasi media di kalangan pelajar, mahasiswa, dan masyarakat^[14]. Remaja yang umumnya memiliki tingkat aktifitas dan rasa ingin tahu yang cukup besar, diharapkan menjadi target potensial dalam menyebarkan informasi kesehatan yang didapat ke masyarakat. Dalam rangka meningkatkan peran siswa di masyarakat sekitar, diharapkan kegiatan edukasi dan identifikasi terkait *cyberbullying* ini tidak berhenti hanya sampai di lingkungan sekolah saja. Siswa didorong untuk menyebarkan pesan atau informasi yang benar kepada masyarakat awam dengan cara pembuatan video atau poster edukasi. Penggunaan video animasi dalam penyampaian edukasi kesehatan dinilai efektif karena menarik, mudah dimengerti dan informatif^[15]. Video atau poster edukasi yang telah dibuat dapat diunggah dan disebarkan di media sosial digital. Pemanfaatan media sosial digital memiliki potensi besar dalam promosi kesehatan karena sangat efektif dalam menyentuh sasaran di semua level masyarakat^[16].

3 | METODE KEGIATAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan skema program kemitraan Masyarakat (PKM) menggandeng MAN Kota Mojokerto sebagai mitra sasaran. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Agustus – Desember 2024 secara luring. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan seperti terlihat pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1 Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Tahap awal berupa survei dan perencanaan. Survei dilakukan oleh tim pengmas kepada pihak mitra sasaran yaitu Kepala Sekolah dan Wakil Kepala bagian Kesiswaan MAN kota Mojokerto (Gambar 2). Hasil survei tersebut sebagai dasar dalam melakukan perencanaan program kegiatan. Pada tahap ini membahas mengenai permasalahan mitra dan bentuk kegiatan yang dapat dilaksanakan sebagai solusi untuk mengatasi permasalahan mitra.

Tahap kedua adalah edukasi kesehatan mental. Tahap ini dilakukan bertujuan untuk memberikan pengertian, pengetahuan dan pemahaman tentang *cyberbullying* dan dampaknya terhadap kesehatan mental yang nantinya akan mempengaruhi kualitas hidup remaja. Kegiatan edukasi kesehatan mental disampaikan oleh narasumber dokter spesialis kedokteran jiwa, kemudian diikuti dengan diskusi interaktif yang dipimpin oleh moderator. Sebelum dan sesudah edukasi, siswa diminta untuk mengisi kuesioner *pre-test* dan *post-test*, yang terdiri dari 10 item pertanyaan yang sama. Setelah sesi edukasi, dilanjutkan dengan sesi pemamparan persyaratan lomba video edukasi yang diikuti oleh peserta edukasi sebagai penugasan karya.

Tahap penugasan karya berupa lomba video edukasi dengan tema “Stop *cyberbullying*”. Siswa secara berkelompok menurut kelas masing-masing diminta untuk membuat media promosi kesehatan untuk masyarakat awam berbentuk video sesuai dengan materi yang didapat dari kegiatan edukasi Kesehatan mental. Lomba video diselenggarakan secara daring dengan batas pengumpulan video sampai dengan 1 bulan setelah kegiatan edukasi.



Gambar 2 Koordinasi awal tim pengmas FK Unair dengan MAN Kota Mojokerto.

Tahap akhir adalah evaluasi kegiatan. Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif. Tim pengmas melakukan evaluasi dengan pihak sekolah terkait sejauh mana program mencapai sasaran yang ditetapkan sekaligus mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki atau dikembangkan lebih lanjut. Sedangkan untuk mengevaluasi peningkatan tingkat pengetahuan peserta dengan membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test*. Analisa data menggunakan *software* SPSS versi 26.0 dengan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* dan dilanjutkan uji *Wilcoxon* untuk data tidak berdistribusi normal. Hasil dianggap signifikan jika nilai $p < 0,05$.

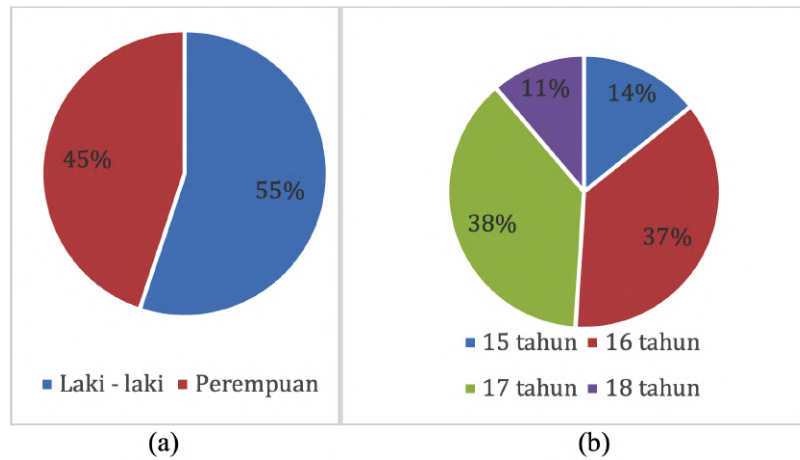
4 | HASIL DAN DISKUSI

Rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai pada Agustus 2024 untuk tahap survei pendahuluan. Kegiatan edukasi kesehatan mental dilaksanakan secara luring di MAN Kota Mojokerto pada bulan November 2024. Kegiatan edukasi dihadiri oleh 100 siswa – siswi perwakilan dari kelas X – XII. (Gambar 3).



Gambar 3 Suasana pelaksanaan edukasi kesehatan mental; (a) Pemaparan materi *cyberbullying* oleh narasumber; (b) Pelaksanaan *post-test* oleh peserta edukasi.

Dari 100 peserta yang hadir, terdapat 98 peserta yang mengisi kuesioner *pre-test* dan *post-test* secara lengkap. Peserta terdiri dari 54 siswa laki – laki dan 44 siswi perempuan. Rerata usia peserta yaitu $16,46 \pm 0,88$ tahun dengan rentang usia 15 – 18 tahun. Karakteristik peserta edukasi berdasarkan jenis kelamin dan usia disajikan pada Gambar 4.



Gambar 4 Karakteristik peserta edukasi berdasarkan (a) jenis kelamin; (b) usia.

Sebelum dan sesudah edukasi, peserta mengisi kuesioner yang terdiri dari 10 pertanyaan terkait *cyberbullying* yaitu definisi, jenis, komponen utama, dampak, cara mengatasi *cyberbullying* maupun cara mendukung para korban *cyberbullying*. Hasil evaluasi *pre-test* dan *post-test* tersaji dalam Tabel 1. Didapatkan peningkatan nilai rerata sebanyak 14,29 poin dari nilai 65,00 menjadi 79,29 setelah diberi edukasi oleh tim pengmas. Hasil uji *Wilcoxon* memperlihatkan bahwa ada perbedaan bermakna antara nilai pre dan *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa ada pemberian edukasi cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa – siswi MAN Kota Mojokerto terkait *cyberbullying*.

Tabel 1 Hasil *pre-test* dan *post-test*

	Nilai min	Nilai max	Rerata $\pm$ SD	Median	p
Nilai <i>pre-test</i>	20	90	65,00 $\pm$ 12,70	70	< 0,001*
Nilai <i>post-test</i>	20	90	79,29 $\pm$ 11,86	80	

*Signifikan pada $p < 0,05$

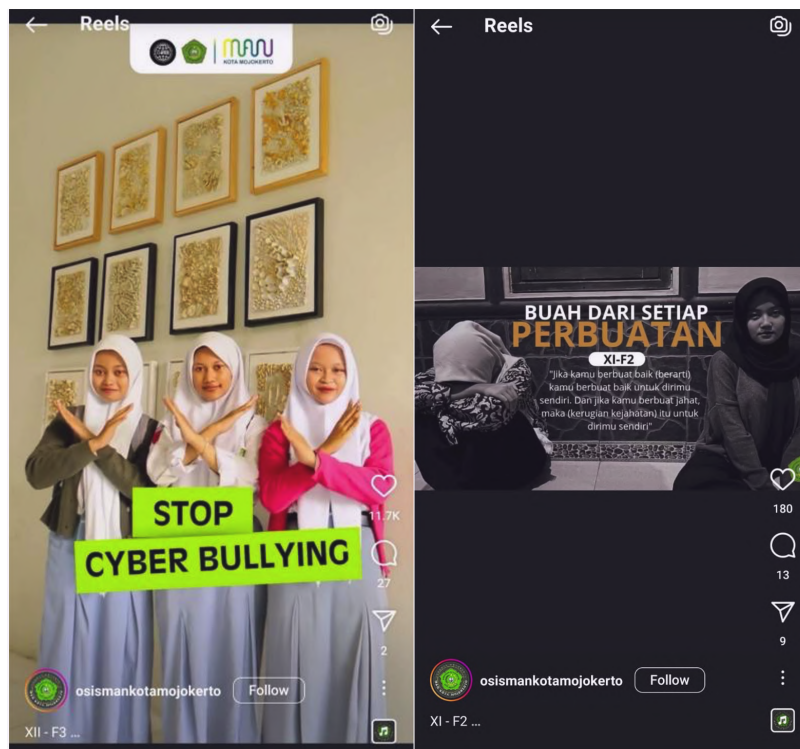
Lomba video edukasi dilaksanakan pada minggu awal Desember 2024. Video edukasi yang terkumpul sebanyak 7 video, yang kemudian dilanjutkan dengan fase penilaian oleh 3 juri independen dengan kriteria penilaian mencakup orisinalitas karya, kesesuaian dengan tema, mengandung nilai komunikatif, edukatif dan persuasif serta aspek kreatifitas, dengan skala penilaian 1 - 10. Hasil lomba didapatkan 2 pemenang dengan kategori terbaik 1 dan 2, yang diumumkan secara luring di sekolah (Gambar 5). Juara terbaik pertama diraih oleh kelas XII-F3 dengan judul video “Stop *cyberbullying*” dan juara terbaik kedua diraih oleh perwakilan kelas XI-F2 dengan video yang berjudul “Buah dari setiap perbuatan” (Gambar 6). Video edukasi tersebut juga diunggah di media sosial MAN Kota Mojokerto yaitu *Instagram* @osismankotamojokerto.

Pemahaman terkait *cyberbullying* yang komprehensif sangat penting, terutama bagi remaja yang merupakan kelompok rentan terhadap perilaku ini^[17]. Sebagai bagian dari upaya pencegahan, pemahaman tentang keterkaitan antara media sosial dan perilaku *cyberbullying* menjadi salah satu poin krusial. Dorongan untuk diterima dan diakui di dunia maya sering kali menjadi faktor pemicu perilaku agresif atau berbahaya di antara remaja^[6]. Oleh karena itu, pencegahan *cyberbullying* tidak cukup hanya dengan membatasi penggunaan media sosial, melainkan juga mencakup pengembangan literasi digital dan keterampilan sosial

remaja^[6]. Remaja dengan kemampuan literasi digital yang memadai kuat, cenderung lebih sadar akan dampak dari tindakan mereka di dunia maya.



Gambar 5 Pengumuman dan penyerahan hadiah lomba video edukasi.



Gambar 6 Video edukasi yang diunggah di *instagram* @osismankotamojokerto.

Selain literasi digital, penguatan keterampilan sosial dapat membantu remaja dalam menghadapi dan berinteraksi dengan orang lain secara lebih positif^[6]. Dukungan sosial dari teman sebaya juga memainkan peran penting dalam perilaku *cyberbullying*. Studi Handono et al., (2019) pada remaja dan dewasa muda di Jakarta menunjukkan bahwa remaja yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah dari teman lebih berisiko menjadi pelaku atau korban *cyberbullying*, dibandingkan dengan remaja yang memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi^[18]. Hal serupa juga disampaikan oleh Borka Balas et al., (2023) yang menegaskan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya merupakan faktor protektif terhadap perilaku *cyberbullying* di kalangan remaja^[19].

Peran orang tua, keluarga dan pendidik memiliki kontribusi penting dalam upaya pencegahan *cyberbullying*. Penelitian oleh Borka Balas et al., (2023) menemukan adanya korelasi yang kuat antara kekerasan dalam rumah tangga dan perilaku *cyberbullying*, dimana individu yang mengalami masalah domestik keluarga memiliki risiko lebih tinggi untuk terlibat dalam *cyberbullying*^[19]. Sebaliknya, remaja yang memiliki hubungan positif dengan orang tuanya cenderung lebih kecil kemungkinannya untuk menjadi korban *cyberbullying*^[19]. Pola asuh orang tua memainkan peran krusial dalam membentuk perilaku sosial anak. Para orang tua diharapkan mengajarkan anak – anak mereka cara bersosialisasi dan berperilaku positif dalam interaksi sosial^[17]. Selain itu, kesadaran orang tua dalam mengontrol perilaku anak, khususnya terkait *cyberbullying*, perlu ditingkatkan. Orang tua juga harus diberikan pemahaman tentang cara menerapkan kontrol, seperti memblokir situs yang memuat konten berbahaya, termasuk pornografi, perjudian, atau pelecehan seksual terhadap anak-anak^[20]. Dengan peran aktif orang tua, tidak hanya *cyberbullying* dapat dicegah, tetapi anak – anak yang menjadi korban juga mendapatkan dukungan keluarga yang mereka butuhkan.

Salah satu upaya pencegahan *cyberbullying* yang lain adalah melalui peningkatan promosi kesehatan mental yang disampaikan melalui berbagai media komunikasi publik, baik cetak maupun elektronik^[20]. Kegiatan ini dapat mencakup informasi tentang berbagai bentuk penyalahgunaan internet dan dampaknya. Selain itu, penyuluhan secara konsisten tentang risiko *cyberbullying* dan praktik pengelolaan media sosial yang bijak sangat penting untuk membentuk pola perilaku positif di kelompok remaja^{[6][18]}. Sebagai bentuk keberlanjutan dari program pengabdian kepada masyarakat, salah satu inisiatif yang dilakukan adalah memberikan penugasan kepada siswa peserta edukasi untuk membuat karya berupa video edukasi. Video ini, kemudian diunggah ke media sosial, seperti akun *instagram* OSIS MAN Kota Mojokerto. Langkah ini sebagai salah satu upaya memperluas jangkauan informasi sehingga pesan pencegahan *cyberbullying* dapat diterima oleh masyarakat yang lebih luas.

5 | KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi kesehatan mental dengan tema *cyberbullying* pada remaja, mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja untuk berperilaku bijak dalam menggunakan media sosial. Siswa juga dapat menjadi berperan aktif dengan cara melakukan *sharing* informasi kesehatan terkait “stop *cyberbullying*” melalui video edukasi yang diunggah ke media sosial. Dengan harapan pesan pencegahan *cyberbullying* dapat dijangkau dan diterima oleh masyarakat yang lebih luas.

Hasil pengabdian ini diharapkan sebagai pemicu peningkatan literasi digital terkait *cyberbullying* di kelompok remaja sebagai salah satu upaya pencegahan. Dukungan positif dari lingkungan sekitar seperti keluarga dan teman, membuat remaja enggan melakukan tindakan *cyberbullying*. Hal ini dikarenakan pola asuh orang tua memiliki kontribusi penting dalam membentuk anak mengenai cara bersosialisasi dan berperilaku positif dalam interaksi sosial termasuk di dunia maya. Selain itu, orang tua juga dapat berperan aktif dalam pemantauan dan pengawasan penggunaan media sosial secara berkelanjutan dan berkesinambungan.

6 | UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana atas dukungan dana dari Universitas Airlangga, Surabaya. Ucapan terima kasih disampaikan kepada beberapa pihak yang membantu terlaksananya kegiatan ini diantaranya Kepala sekolah, guru dan siswa MAN Kota Mojokerto, Departemen Anatomi Histologi dan Farmakologi FK Universitas Airlangga dan Program Studi S1 Kedokteran FKK Institut Teknologi Sepuluh November, Surabaya serta pihak – pihak terkait lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas Kerjasama yang baik sehingga kegiatan ini dapat berjalan lancar.

Referensi

1. Sutarsih T, Wulandari VC, Untari R, Kusumatriana AL, Hasyati AN. Statistik Telekomunikasi Indonesia 2021. Jakarta: Badan Pusat Statistik; 2021.
2. Rahmatullah AS, Azhar M. Cyberbullying Day Care Sebagai Perlindungan Dari Dampak Negatif Media Sosial. Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat 2023;1(02):325–338.

3. Fazry L, Apsari NC. Pengaruh media sosial terhadap perilaku cyberbullying di kalangan remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)* 2021;2(1):28–36.
4. Darmaningrat EWT, Ali AHN, Herdiyanti A, Subriadi AP, Muqtadiroh FA, Astuti HM, et al. Sosialisasi Bahaya dan Upaya Pencegahan Social Engineering untuk Meningkatkan Kesadaran Masyarakat tentang Keamanan Informasi. *Sewagati* 2022;6(2):159–168.
5. Subaramaniam K, Kolandaisamy R, Jalil AB, Kolandaisamy I. Cyberbullying challenges on society: a review. *Journal of positive school psychology* 2022;6(2):2174–2184.
6. Hermawan R, Said M, Wafa M, Hosnah A. Pengaruh Sosial Media terhadap Prevalensi Cyberbullying di Kalangan Remaja. *Kultura: Jurnal Ilmu Hukum, Sosial, dan Humaniora* 2024;2(1):380–392.
7. Ningrum FS, Amna Z. Cyberbullying victimization dan kesehatan mental pada remaja. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental* 2020;5(1):35.
8. Bottino SMB, Bottino C, Regina CG, Correia AVL, Ribeiro WS. Cyberbullying and adolescent mental health: systematic review. *Cadernos de saude publica* 2015;31:463–475.
9. Riyayanatasya YW, Rahayu R. Involvement of teenage-students in cyberbullying on whatsapp. *Jurnal Komunikasi Indonesia* 2020;9(1):1.
10. Sembiring S, Maharini FD, Nuranna FS, Ranadireksa A, Hadyanto Di, Lucky WN. *Cakap Bermedia Sosial, Cerdas - Kreatif - Produktif. Seri Literasi Digital*, Jakarta: Kominfo; 2016.
11. Imani FA, Kusmawati A, Tohari MA. Pencegahan kasus cyberbullying bagi remaja pengguna sosial media. *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services* 2021;2(1):74–83.
12. Handayani P, Surjani T, Rahayu S, Kuswidiastuti D, Wulandari DP, Juniastuti S, et al. Interaksi Interaksi Siswa PAUD/TK As-Sholihin Surabaya dengan Gadget dan Perilaku Pendampingan oleh Orang Tua. *Sewagati* 2023;7(4):487–498.
13. Listiyani LR, Wijayanti A, Putrianti FG. Mengatasi Perilaku Cyber Bullying pada Remaja Melalui Optimalisas Kegiatan Tripusat Pendidikan. In: *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 1; 2020. .
14. Kementerian Komunikasi dan Informatika. *Rencana Strategis Kementerian Komunikasi dan Informatika: Strategic Plan 2020-2024*. Kominfo; 2020.
15. Aisah S, Ismail S, Margawati A. Edukasi kesehatan dengan media video animasi: Scoping review. *Jurnal Perawat Indonesia* 2021;5(1):641–655.
16. Leonita E, Jalinus N. Peran media sosial dalam upaya promosi kesehatan: Tinjauan literatur. *INVOTEK: Jurnal Inovasi Vokasional dan Teknologi* 2018;18(2):25–34.
17. Darmawan NH, Hilmawan H, Seftian D, Aulia L, Hikmatullah L, Zahira M, et al. Literasi Digital: Pemahaman Cyberbullying pada Siswa Sekolah Dasar. *Madaniya* 2023;4(4):1929–1935.
18. Handono SG, Laeheem K, Sittichai R. Factors Related With Cyberbullying Among the Youth of Jakarta, Indonesia. *Children and Youth Services Review* 2019;99:235–239.
19. Balas RB, Melit LE, Sarkozi D, Ghiga DV, Mărginean CO. Cyberbullying In Teenagers—A True Burden In the Era of Online Socialization. *Medicine* 2023;102(25):e34051.
20. Ming TS, Shi N, Taha AM. Awareness Of The Risks And Dangers Of Social Networking: Exploration On Four Types Of Malaysian Secondary Schools. *Journal Komunikasi Malaysian Journal of Commun* 2020;36(1):147–165.

Cara mengutip artikel ini: Prasetiowati, L., Yuliawati, T. H., Purwantari, K. E., Sakina. S., Syulthoni, Z. B., Qorib, M. F., Sari, D. R., (2025), Pemberdayaan Remaja dalam Pencegahan *Cyberbullying* untuk Mencapai Kesehatan Mental di MAN Kota Mojokerto, *Sewagati*, 9(2):553–562, <https://doi.org/10.12962/j26139960.v9i2.2765>.