OPTIMALISASI PROGRAM ROOTS PENGUATAN KARAKTER DAN PENCEGAHAN *CYBERBULLYING* DI SMK LINGKUNGAN LAHAN BASAH

Nina Permata Sari*, Muhammad Andri Setiawa, Eklys Cheseda Makaria, Hendro Yulius Suryo Putro, Hana Qatrun Nada, Nailah Arridho

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia

Email korespondensi: nina.bk@ulm.ac.id

ABSTRAK

Cyberbullying merupakan salah satu bentuk kekerasan digital yang berdampak negatif terhadap kesehatan mental dan sosial siswa, khususnya di kalangan remaja SMK yang aktif menggunakan media sosial. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, empati, dan keterampilan siswa dalam mencegah perundungan siber melalui penerapan Program Roots di SMK Negeri 2 Pelaihari, lokasi sekolah yang berada di lingkungan lahan basah, memiliki karakteristik geografis dan social ekologis local yang khas. Mitra dalam kegiatan ini adalah guru Bimbingan dan Konseling serta 31 siswa kelas XI Jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver di SMKN 2 Pelaihari. Metode yang digunakan mencakup pendidikan masyarakat melalui penyuluhan, pelatihan karakter, difusi ipteks melalui kampanye digital, serta advokasi pendampingan siswa sebagai agen perubahan. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman siswa mengenai cyberbullying, empati terhadap korban, dan kemampuan berkomunikasi secara asertif, dengan kenaikan rata-rata skor sebesar 0,53 poin. Observasi dan wawancara juga menunjukkan bahwa siswa lebih proaktif dalam menyuarakan isu perundungan dan membangun lingkungan digital yang lebih positif. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dan kontekstual seperti Program Roots melalui pelatihan penguatan karakter efektif diterapkan di sekolah yang berada di lingkungan lahan basah. Pengabdian ini penting untuk direplikasi sebagai strategi preventif yang membangun karakter dan budaya anti-perundungan yang berkelanjutan di kalangan siswa.

Kata kunci: Agen Perubahan, Cyberbullying, Karakter Siswa Lingkungan Lahan Basah, Program Roots.

PENDAHULUAN

Cyberbullying atau perundungan berbasis digital telah menjadi salah satu ancaman utama dalam ekosistem pendidikan modern, terutama di kalangan remaja yang aktif menggunakan media sosial. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mental siswa, tetapi juga mengganggu iklim belajar yang sehat dan aman di sekolah (Fahy et al., 2016; Sulaiman & Mahfar, 2024; Sari & Setiawan, 2023; Chang et al., 2013). Di lingkungan lahan basah seperti SMK Negeri 2 Pelaihari, penggunaan teknologi digital yang terus meningkat tidak selalu diimbangi dengan literasi digital dan karakter sosial yang kuat (Prihastuty et al., 2020). Akibatnya, kasus-kasus perundungan siber cenderung tidak terdeteksi dan ditangani dengan baik (Deol & Lashai, 2022).

Hasil pengisian pre-test dari 31 siswa menunjukkan bahwa hanya 29,03% (3,35) siswa mampu memahami perundungan secara tepat dan 19,35% (3,19) yang memahami jenis-jenis cyberbullying

dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa masih memiliki literasi sosial-emosional yang rendah (Schoeps et al., 2018). Kondisi ini diperkuat oleh penelitian Garnefski & Kraaij (2018) yang menunjukkan bahwa lemahnya regulasi emosi pada remaja berkorelasi signifikan dengan meningkatnya kecenderungan menjadi pelaku atau korban perundungan (Amin et al., 2025; Agustiningsih et al., 2024).

Berbagai studi telah menyarankan pentingnya intervensi berbasis sekolah yang tidak hanya menekankan pada sanksi, tetapi juga membangun kesadaran, empati, dan keterampilan komunikasi yang asertif (Yang et al., 2020). Program Roots yang dikembangkan oleh UNICEF menjadi salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam membentuk agen perubahan dari kalangan siswa untuk mencegah perundungan di lingkungan sekolah (Indonesia & Kementerian Pendidikan Riset dan Teknologi, 2021; Rose et al., 2022;Sari et al., 2025; Thornberg et al., 2023). Pendekatan ini dinilai relevan diterapkan di sekolah di lingkungan lahan basah karena mengedepankan strategi partisipatif dan penguatan karakter secara kontekstual (White et al., 2019).

Dalam konteks kegiatan pengabdian kepada masyarakat, beberapa kegiatan pengabdi sebelumnya juga telah menerapkan pendekatan serupa. Misalnya, Wanglar (2021) menekankan pentingnya pendekatan berbasis komunitas dalam rehabilitasi sosial remaja melalui penguatan relasi sosial yang sehat dan edukatif. Sementara itu, Gregory et al. (2024) menegaskan bahwa praktik restoratif di sekolah dapat meningkatkan persepsi dukungan dan struktur yang berujung pada penurunan kasus perundungan (Supe & Martinsone, 2020).

Berangkat dari latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa SMK di lingkungan lahan basah terhadap cyberbullying melalui penerapan Program Roots dan pelatihan penguatan karakter. Program ini diharapkan dapat membentuk agen perubahan di lingkungan sekolah, memperkuat budaya positif, dan mengurangi angka perundungan siber secara signifikan (Przybylski & Bowes, 2017).

METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian ini menggabungkan pendekatan pelatihan, pendidikan masyarakat, dan advokasi untuk menyelesaikan masalah rendahnya pemahaman siswa SMK terhadap isu cyberbullying di lingkungan lahan basah: a) Pendidikan masyarakat merupakan kegiatan yang diawali dengan sosialisasi dan penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai definisi, jenis, dampak, dan strategi pencegahan cyberbullying. Penyuluhan dilakukan kepada seluruh siswa kelas XI Jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver Negeri 2 Pelaihari melalui pendekatan partisipatif dan diskusi kelompok. Materi yang digunakan dirancang kontekstual dan komunikatif agar sesuai dengan karakteristik remaja (White et al., 2019; Longobardi et al., 2022). Literasi digital dan emosional terbukti menjadi elemen penting dalam

penguatan pemahaman siswa terhadap isu perundungan daring (Schoeps et al., 2018), b) Selanjutnya dilakukan pelatihan karakter dan komunikasi asertif berbasis Program Roots yang disertai dengan demonstrasi dan simulasi kasus. Pelatihan ini bertujuan membekali siswa dengan keterampilan sosial, empati, serta strategi menghadapi perundungan digital (Thornberg et al., 2023; (Kahi et al., 2024). Program Roots difokuskan kepada 31 siswa untuk berperan dalam kampanye digital anti-cyberbullying serta menjadi teladan dalam membangun budaya anti-bullying di sekolah (Yang et al., 2020; Sasson et al., 2024), c) Kegiatan pengabdian menghasilkan produk berupa video edukatif dan konten digital yang dibuat oleh para agen perubahan. Produk ini disebarluaskan melalui media sosial sekolah dan lingkungan sekitar sebagai bentuk diseminasi pengetahuan dan kampanye pencegahan perundungan siber. Strategi berbasis media sosial terbukti meningkatkan keterlibatan remaja dalam kampanye sosial dan memperluas jangkauan pesan edukatif (Sari & Arsyad, 2021), d) Tim pengabdian juga melakukan pendampingan dan advokasi terhadap sekolah dan agen perubahan selama proses pelatihan dan kampanye. Kegiatan ini meliputi monitoring pelaksanaan aksi agen perubahan, konsultasi dengan guru BK, serta pemberian umpan balik berkelanjutan guna memastikan keberlanjutan program pencegahan perundungan (Supe & Martinsone, 2020). Pendekatan berkelanjutan melalui kolaborasi sekolah dan siswa telah terbukti meningkatkan efektivitas dan keberlangsungan intervensi anti-cyberbullying (Fahy et al., 2016).

Seluruh proses didokumentasikan dalam bentuk data pre-test dan post-test menggunakan instrumen skala Likert yang digunakan untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa, serta dokumentasi visual sebagai luaran pengabdian dan didasari pada Panduan Pelaksanaan Program Roots Indonesia: Pencegahan Perundungan di Sekolah (Indonesia & Kementerian Pendidikan Riset dan Teknologi, 2021) dan pandangan dari Patchin & Hinduja (2016). Pendekatan kolaboratif dengan pihak sekolah dan siswa menjadi kunci utama keberhasilan kegiatan ini (Agustiningsih et al., 2024; Przybylski & Bowes, 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Kegiatan pengabdian diawali dengan pelaksanaan pre-test kepada 31 siswa Jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver SMK Negeri 2 Pelaihari. Tujuan pre-test adalah untuk memetakan pemahaman awal siswa terkait isu cyberbullying, bentuk-bentuk perundungan, empati sosial, komunikasi asertif, dan penggunaan media sosial secara bijak.

Setelah sesi pelaksanaan Program Roots, kegiatan dilanjutkan dengan post-test menggunakan instrumen yang sama untuk mengukur efektivitas intervensi. Hasilnya menunjukkan kenaikan skor yang paling signifikan terjadi pada aspek empati terhadap korban, yang meningkat dari rerata 2,57 menjadi 2,75, serta pada aspek strategi menghadapi bullying, yang mengalami peningkatan dari 3,58

menjadi 3,74. Peningkatan ini menunjukkan adanya penguatan kesadaran emosional dan kesiapan siswa dalam menghadapi situasi perundungan digital setelah mengikuti rangkaian kegiatan Program Roots.

Tabel 1. Perbandingan Skor Rata-rata Pre-test dan Post-test Siswa SMK Negeri 2 Pelaihari

Indikator	Skor *Pre-test*	%	Skor *Post-test*	%
Pemahaman *Cyberbullying*	3,35	29,03	3,76	94,00
Jenis *Cyberbullying*	3,19	19,35	3,65	91,25
Empati terhadap Korban	2,57	64,25	2,75	68,75
Komunikasi Asertif	3,40	85,00	3,46	86,50
Penggunaan Media Sosial secara Bijak	3,46	86,50	3,42	85,50
Strategi Menghadapi *Bullying*	3,58	89,50	3,74	93,50
Rata-rata Keseluruhan	**3,26**	**100**	**3,46**	**100**

Pembahasan

Seluruh indikator mengalami peningkatan skor, baik dalam aspek kognitif (pemahaman konsep), afektif (empati), maupun keterampilan sosial (komunikasi dan penggunaan media sosial). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa program intervensi berbasis partisipatif seperti Roots efektif meningkatkan kesadaran siswa terhadap isu perundungan dan memperkuat kapasitas sosial-emosional mereka (Rose et al., 2022; Thornberg et al., 2023).

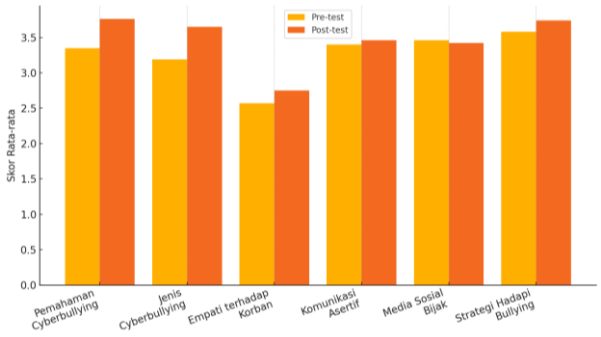
Peningkatan rata-rata keseluruhan sebesar 0,20 poin menunjukkan bahwa Program Roots secara signifikan berkontribusi dalam membentuk karakter digital siswa SMK di lingkungan lahan basah. Studi lain mendukung bahwa pembelajaran sosial-emosional yang terintegrasi dalam pelatihan digital mampu meningkatkan empati dan perilaku prososial siswa secara konsisten (White et al., 2019; Yang et al., 2020).

Gambar 1. Keaktifan Siswa dalam Kegiatan Pengabdian

Efektivitas program ini diperkuat oleh keterlibatan siswa sebagai agen perubahan dan dukungan dari komunitas sekolah, sejalan dengan temuan sebelumnya yang menekankan pentingnya intervensi partisipatif dan kontekstual dalam pencegahan perundungan. Pendekatan berbasis partisipasi siswa terbukti memperkuat rasa kepemilikan terhadap program dan meningkatkan efektivitas perubahan perilaku sosial di lingkungan sekolah (White et al., 2019; Rose et al., 2022; Thornberg et al., 2023).

Selain itu, dukungan dari komunitas sekolah—guru bidang studi, guru BK, dan teman sebaya—berperan penting dalam menciptakan iklim sosial yang aman dan responsif terhadap kasus cyberbullying (Yang et al., 2020; Supe & Martinsone, 2020). Penelitian juga menunjukkan bahwa keterlibatan siswa dalam kampanye peer-led (pola yang dilakukan dengan menekankan untuk dilakukan sendiri oleh para siswa) secara signifikan menurunkan prevalensi perundungan dan memperkuat solidaritas antar siswa (Sasson et al., 2024).

Sebagaimana digambarkan dalam gambaran grafik berikut ini.



Gambar 2. Perbandingan Skor Rata-rata *Pre-test* dan *Post-test* Siswa

Selain data kuantitatif, hasil observasi lapangan dan wawancara singkat dengan guru BK serta siswa menunjukkan dampak kualitatif yang nyata setelah program Roots telah dilakukan. Siswa agen perubahan menjadi lebih percaya diri menyuarakan isu perundungan, aktif membuat konten digital kampanye positif, dan menunjukkan sikap empatik terhadap teman yang menjadi korban. Temuan ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa partisipasi aktif dalam program pencegahan perundungan dapat meningkatkan keberdayaan siswa dan rasa tanggung jawab sosial mereka (White et al., 2019; Thornberg et al., 2023).

Guru BK mengungkapkan bahwa terjadi penurunan perilaku mengejek dan menyindir di ruang kelas maupun media sosial sekolah, yang merupakan indikator lingkungan sosial yang lebih sehat. Hal ini konsisten dengan studi yang menyatakan bahwa program peer-led yang mendorong keterlibatan emosional dan aksi nyata siswa mampu menurunkan prevalensi perilaku agresif verbal dan digital di sekolah (Yang et al., 2020; Amin et al., 2025).

Gambar 3. Proses Pemberian Materi

Temuan ini sejalan dengan penelitian Gregory et al. (2024) yang menyatakan bahwa keterlibatan siswa dalam praktiknya di sekolah berperan dalam menumbuhkan rasa tanggung jawab sosial dan menekan perilaku bullying (Supe & Martinsone, 2020; Yang et al., 2020). Zych et al. (2019) juga menegaskan bahwa pelatihan karakter berbasis partisipasi dapat meningkatkan regulasi emosi siswa dan memperkuat nilai-nilai anti-perundungan di kalangan remaja (Amin et al., 2025; Agustiningsih et al., 2024).

Program Roots yang diterapkan dalam konteks lingkungan lahan basah terbukti efektif meningkatkan kesadaran, empati, dan keterampilan komunikasi siswa. Program ini tidak hanya mencegah cyberbullying tetapi juga membangun budaya sekolah yang lebih suportif dan reflektif, terutama di wilayah dengan karakteristik sosial yang unik seperti lahan basah (Rose et al., 2022; Thornberg et al., 2023; White et al., 2019).

Dengan demikian, program ini layak direplikasi di sekolah lain dengan pendekatan yang kontekstual dan partisipatif, serta memperkuat kolaborasi antara guru BK, siswa, dan komunitas sekolah dalam membangun ekosistem digital yang sehat dan resilien (Sasson et al., 2024).

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui Program Roots terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa SMK Negeri 2 Pelaihari dalam mencegah cyberbullying. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan signifikan pada seluruh indikator, terutama pada aspek empati terhadap korban dan strategi menghadapi bullying. Program ini juga berhasil menumbuhkan sikap komunikatif dan penggunaan media sosial yang lebih bijak di kalangan siswa. Temuan kualitatif dari observasi dan wawancara menunjukkan bahwa para agen perubahan aktif berperan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih suportif dan aman secara digital. Keberhasilan

program ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dan kontekstual, seperti Program Roots, sangat relevan diterapkan di wilayah sekolah yang berada di lahan basah sebagai upaya membangun budaya anti-perundungan yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Agustiningsih, N., Yusuf, A., Ahsan, A., & Fanani, Q. (2024). The impact of bullying and cyberbullying on mental health: a systematic review. International Journal of Public Health Science, 13(2), 513–520.

Amin, S. M., Mohamed, M. A. E., Metwally El-Sayed, M., & El-Ashry, A. M. (2025). Nursing in the digital age: The role of nursing in addressing cyberbullying and adolescents mental health. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 32(1), 57–70.

Chang, F., Lee, C., Chiu, C., Hsi, W., Huang, T., & Pan, Y. (2013). Relationships among cyberbullying, school bullying, and mental health in Taiwanese adolescents. Journal of School Health, 83(6), 454–462.

Deol, Y., & Lashai, M. (2022). Impact of Cyberbullying on Adolescent Mental Health in the midst of pandemic–Hidden Crisis. European Psychiatry, 65(S1), S432–S432.

Fahy, A. E., Stansfeld, S. A., Smuk, M., Smith, N. R., Cummins, S., & Clark, C. (2016). Longitudinal associations between cyberbullying involvement and adolescent mental health. Journal of Adolescent Health, 59(5), 502–509.

Garnefski, N., & Kraaij, V. (2018). Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and symptoms of depression and anxiety. Cognition and Emotion, 32(7), 1401–1408.

Gregory, A., Huang, F. L., & Ward-Seidel, A. R. (2024). Adolescent Exposure to Restorative Practices and Their Perceptions of Support, Structure, and Bullying in the School Climate. AERA Open, 10, 23328584241288524.

Indonesia, U., & Kementerian Pendidikan Riset dan Teknologi, K. (2021). Panduan Pelaksanaan Program Roots Indonesia: Pencegahan Perundungan di Sekolah. UNICEF Indonesia.

Kahi, M., Heidari, Z., Esmaeili, M., Samouei, R., & Amini-Rarani, M. (2024). From Screens to Minds: The Connection Between Cyberbullying, Psychological Well-Being, and the Mediating Role of Perceived Social Support in High School Students. Advances in Public Health. https://doi.org/10.1155/2024/6662382

Longobardi, C., Thornberg, R., & Morese, R. (2022). Cyberbullying and mental health: An interdisciplinary perspective. In Frontiers in Psychology (Vol. 12, p. 827106). Frontiers Media SA.

Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2016). Bullying Today: Bullet Points and Best Practices. SAGE Publications. https://books.google.co.id/books?id=C3lZDwAAQBAJ

Prihastuty, R., Rahmawati, D. A., & Azis, A. (2020). School Climate, Emotional Intelligence, and Cyberbullying Intentions of Adolescents. ICSS 2019: Proceedings of the 2nd International

Conference on Social Sciences, ICSS 2019, 5-6 November 2019, Jakarta, Indonesia, 79.

Przybylski, A. K., & Bowes, L. (2017). Cyberbullying and adolescent well-being in England: a population-based cross-sectional study. The Lancet Child & Adolescent Health, 1(1), 19–26.

Rose, C. A., Espelage, D. L., & Robinson, L. E. (2022). Emerging issues in school bullying research and prevention. In Handbook of classroom management (pp. 167–185). Routledge.

Sari, N. P., & Arsyad, M. (2021). Environment and Differences of Self Adjustment Ability Between Students of Natural Sciences Programs and Students of Social Sciences Programs. Proceedings of the 2nd International Conference on Social Sciences Education (ICSSE 2020). https://doi.org/10.2991/ASSEHR.K.210222.052

Sari, N. P., & Setiawan, M. A. (2023). Evaluation Analysis Based on The Cipp Model Vocational High School Guidance and Counseling Program: Expert Perspective, Guidance and Counseling Teacher …. Eurasian Journal of Educational Research. https://ejer.com.tr/manuscript/index.php/journal/article/view/1373

Sari, N. P., Setiawan, M. A., & Makaria, E. C. (2025). Pelatihan Asesmen Karir untuk Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menghadapi Siswa Generasi Z. Samakta: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(1), 1–13.

Sasson, H., Tur-Sinai, A., & Dvir, K. (2024). Family climate, perception of academic achievements, peer engagement in cyberbullying, and cyber roles among adolescents. Child Indicators Research, 17(5), 2011–2028.

Schoeps, K., Villanueva, L., Prado-Gascó, V. J., & Montoya-Castilla, I. (2018). Development of emotional skills in adolescents to prevent cyberbullying and improve subjective well-being. Frontiers in Psychology, 9, 2050.

Sulaiman, N., & Mahfar, M. (2024). Cyberbullying and its Relationship to Mental Health Issues among Adolescents. International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development. https://doi.org/10.6007/ijarped/v13-i4/23722

Supe, I., & Martinsone, B. (2020). Perceived School Climate, Parental Monitoring and Cyberbullying Among Adolescents. Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference, 7, 155–167.

Thornberg, R., Jungert, T., & Hong, J. S. (2023). The indirect association between moral disengagement and bystander behaviors in school bullying through motivation: Structural equation modelling and mediation analysis. Social Psychology of Education, 26(2), 533–556.

Wanglar, E. (2021). Child care institutions in India: Investigating issues and challenges in children's rehabilitation and social integration. Children and Youth Services Review. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0190740920323379

White, I., Foody, M., & O'Higgins Norman, J. (2019). Storytelling as a liminal space: Using a narrative based participatory approach to tackle cyberbullying among adolescents. In Narratives in research and interventions on cyberbullying among young people (pp. 133–146). Springer.

Yang, C., Sharkey, J. D., Reed, L. A., & Dowdy, E. (2020). Cyberbullying victimization and student

engagement among adolescents: Does school climate matter? School Psychology, 35(2), 158.

Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses. Aggression and Violent Behavior, 45, 4–19.