LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (ABDIMAS)
SKIM REGULER

JUDUL ABDIMAS
MENCIPTAKAN PERILAKU ASERTIF UNTUK MENGURANGI *BULLYING* PADA SISWA SMPK INDRIYASANA VII SURABAYA

TIM PENGUSUL
ANGELINA KARTINI AGUNG LESTARI (NIK 711.22.1302)
AGNES MARIA SUMARGI (NIK 711.97.0270)
NATALIA EVITASARI (NIK 711.26.1402)
HAPPY CAHAYA MULYA (NIK 711.17.0970)

Prodi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

November 2026

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN AKHIR ABDIMAS GRANT

Judul ABDIMAS : Menciptakan perilaku asertif untuk mengurangi bullying pada siswa SMPK Indriyasana VII Surabaya
Bidang : Kesejahteraan Psikologis dan Edukatif bagi Masyarakat

Ketua ABDIMAS:
- Nama Lengkap : Angelina Kartini Agung Lestari, M.Psi., Psikolog.
- NIK/ NIDN 711221302
- Jabatan Fungsional :
- Nomor HP/ *e-mail* : 085745681617 (angelina.kartini@ukwms.ac.id)

Anggota ABDIMAS (1)
- Nama Lengkap : Happy Cahaya Mulya, S.Psi., M.Psi., Psikolog
- NIK/ NIDN 711170970
- Bidang Keahlian : Psikologi Klinis

Anggota ABDIMAS (2)
- Nama Lengkap : Natalia Evitasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
- NIK/ NIDN 711261402
- Bidang Keahlian : Psikologi Klinis

Anggota ABDIMAS (3)
- Nama Lengkap : Agnes Maria Sumargi, Grad.Dip.Ed., M.Psych., Ph.D., Psikolog
- NIK/ NIDN 711970270
- Bidang Keahlian : Psikologi perkembangan

Anggota Mahasiswa:
a) Alicia Pascaline S. (7103024049)
b) Owen Soputra (7103025047)
c) Surya Featur Laksana Putra (7103025068)
d) Fransiska Tarma Niastuti (7103024111)

Biaya ABDIMAS dari UKWMS : Rp 3,000,000
Penyertaan Dana Mitra : Rp 0
Penyertaan Dana *In-kind* : Rp 3,000,000
(estimasi nominal dalam rupiah)

Menyetujui,
Dekan

Agnes Maria Sumargi, Grad.Dip.Ed., M.Psych., Ph.D., Psikolog
NIK: 711970270

Surabaya, 14 November 2026
Ketua PENELITI,

Angelina Kartini Agung Lestari, M.Psi., Psikolog.
NIK: 711221302

Mengetahui,
Ketua LPPM

Ir. Wenny Irawaty, ST., MT., Ph.D., IPM., ASEAN Eng.
NIK: 521970284

Halaman pengesahan

1. Diunduh dari SIPENAMAS®
2. Tanda tangan oleh ketua peneliti
3. Scan lembar pengesahan
4. Insert halaman tersebut untuk menggantikan halaman ini

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas terselenggaranya pengabdian kepada masyarakat dengan judul "Menciptakan perilaku asertif untuk mengurangi perundungan pada siswa SMPK Indriyasana VII". Terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah mendukung pendanaan melalui skema pengabdian masyarakat reguler. Terimakasih tak terhingga pula untuk DPRD Surabaya yang telah membantu dan memberikan fasilitas kendaraan. Serta apresiasi untuk teman-teman mahasiswa yang sudha bekerja sama dengan sukacita dan totalitas.

Semoga kegiatan ini bagi memberikan dukungan moral dna pembentkan karakter bagi siswa SMPK Indriyasana khususnya kelas delapan dan sembilan. Besar harapan pula sekolah dapat terus terbuka untuk memberikan pengembangan diri yang mendukung kesejehateraan sekolah.

Ringkasan laporan maksimal 300 kata yang disusun secara mengalir untuk menguraikan inti pelaksanaan kegiatan. Narasi harus dimulai dengan paparan permasalahan prioritas mitra yang ditemukan melalui proses belanja masalah, diikuti dengan implementasi solusi berbasis Ipteks yang telah diterapkan secara nyata. Penjelasan wajib memuat capaian target luaran yang telah dihasilkan. Di bagian akhir, pelaksana harus mendeskripsikan dampak nyata bagi masyarakat mitra, seperti peningkatan kesejahteraan atau perubahan perilaku, yang secara eksplisit berkontribusi pada poin SDGs dan visi Asta Cita. Seluruh uraian harus menunjukkan konsistensi antara perencanaan pada proposal dengan hasil akhir yang dicapai di lapangan.

RINGKASAN

Permasalahan perundungan juga terjadi di SMPK Indriyasana VII, isu ini menjadi penting untuk ditangani sebagai bentuk penanganan dan pencegahan tindakan perundungan yang semakin meningkat. Hasil analisis situasi menunjukan adanya perundungan dalam bentuk fisik, verbal, dan sosial yang belum ditangani oleh pihak sekolah. Kondisi ini diperparah dengan rendahnya kesadaran guru dan siswa terhadap pemahaman, dampak, dan pencegahan perundungan. Akibatnya perundungan menjadi hal yang dinormalisasi sebagai sarana lelucon. Hal ini membuat siswa tidak nyaman di sekolah, tidak berani menceritakan tindakan perundungan yang terjadi, dan adanya indikasi siswa tidak ingin melanjutkan sekolah.Sebagai bentuk penanganan dan pencegahan, perlu dilakukan intervensi berbasis perilaku dengan menanamkan pendidikan karakter yaitu pelatihan asertivitas. Program ini mendorong siswa untuk berani mengungkapkan perasaannya dengan langsung dan tegas tanpa menyakiti perasaan orang lain. Kegiatan ini juga sebagai implementasi SDGs tentang *good health* dan *well-being* di sekolah. Siswa yang memiliki kesejahteraan akan memunculkan kemauan berprestasi, sehingga terciptanya pendidikan berkualitas dan berkarakter. Solusi ini sesuai untuk mendukung terwujudnya Asta Cita menuju Indonesia Emas dengan memperkuat pembangunan sumber daya manusia (SDM).

Pelaksanaan telah berjalan sesuai rencana. Tahapan kegiatan akan dibagi menjadi tiga yaitu (1) persiapan (koordinasi dengan mitra, penyusunan modul, dan persiapan fasilitator); (2) tahap pelaksanaan pelatihan; (3) tahap evaluasi (pengukuran perubahan perilaku dan penyusunan laporan). Hasilnya ada perbedaan yang cukup signifikan dengan nilai rata rata *pretest* yaitu 52,57 menjadi 70,76 saat *posttest.* Didukung dengan uji perbedaan *Wilcoxon Signed Rank Test* sig p<0,001 (Tabel 2), perhitungan menggunakan perangkat lunak SPSS. Indikator dampak yang terukur meliputi: penurunan kasus *bullying* yang dilaporkan, peningkatan pemahaman siswa terhadap permasalahan perundungan dan cara penanganannya (melalui pre-post test), peningkatan perilaku asertif siswa, refleksi mengenai cara pandang terhadap dirinya ketika menghadapi peristiwa perundungan.

Kata kunci maksimal 5 kata dipisahkan dengan titik-koma

Siswa SMP; Perundungan; Pelatihan Asertivitas; Pendidikan karakter; Sekolah

BAB I. PENDAHULUAN

Bagian pendahuluan dalam laporan akhir menguraikan dasar pelaksanaan kegiatan dengan menekankan pada validitas hasil "belanja masalah" yang telah dilakukan. Pelaksana harus mendeskripsikan kembali analisis situasi dan permasalahan prioritas mitra secara mendalam, serta membuktikan bahwa identifikasi masalah di awal benar-benar sesuai dengan realita yang ditemukan di lapangan.
Narasi ini wajib menjelaskan bagaimana ketajaman tim dalam memetakan kebutuhan mitra menjadi kunci keberhasilan penyusunan strategi pengabdian. Selain itu, bagian ini harus merefleksikan urgensi penanganan masalah tersebut dalam kerangka pencapaian poin SDGs dan visi Asta Cita pemerintah. Melalui pendahuluan ini, pelaksana menunjukkan bahwa program yang dijalankan memiliki landasan yang kuat, kontekstual, dan relevan dengan upaya peningkatan kesejahteraan atau perbaikan kualitas hidup masyarakat mitra secara berkelanjutan.

Pendidikan Indonesia berduka karena viralnya kasus kenakalan remaja yang sampai mengorbankan nyawa seseorang. Kasus kenakalan remaja seperti perundungan dan pengeroyokan terjadi di beberapa sekolah SMP di Indonesia (Agasrya, 2025; Baihaqi, 2026; Rafni & Huda, 2025). Mirisnya hal ini dianggap biasa dan normal bagi sebagian masyarakat karena dianggap siswa masih kanak-kanak dan labil. Sekolah harusnya menjadi tempat yang nyaman untuk belajar dan bersosialisasi, namun adanya karakter yang tidak terbentuk dengan positif menjadi faktor resiko munculnya kenakalan remaja.

Pendidikan karakter pada tingkatan sekolah menengah pertama menjadi penting, hal ini dapat menjadi salah satu cara pembentukan nilai-nilai perilaku yang dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari dalam sekolah maupun rumah (Rohman, 2019). Pendidikan karakter juga dapat membentuk kepribadian yang positif dengan bentuk sikap empati, peduli, disiplin, kontrol diri yang baik, dan menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan kesejahteraan siswa atau *school well-being* (Munawaroh & Muhaimin, 2023). Dalam implementasi pendidikan karakter di sekolah memerlukan komitmen dan dukungan dari pihak sekolah, guru, orang tua, dan pihak yang dapat memberikan bantuan. Remaja pada jenjang SMP memiliki fase yang penting untuk menemukan jati diri dan mengembangkan lingkup sosial yang positif (J. Santrock, 2013). Tanpa adanya pendidikan karakter di sekolah, remaja akan kehilangan jati diri dan mengarah pada perilaku menyimpang.

SMPK Indriyasana VII dibawah naungan yayasan Dharma Ibu Surabaya dari komunitas WKRI. Tahun ajaran 2025-2026 terdapat 5 rombongan belajar dengan total keseluruhan siswa 90 orang. Berdasarkan data yang telah diambil dari wawancara, observasi, dan studi dokumen didapatkan data sebagai berikut. Sekolah belum memiliki kesejahteraan secara fisik yang optimal serta adanya keterbatasan fasilitas ruang belajar mengajar. Hal ini berdampak pada ketidaksiapan guru dalam penerapan sistem kurikulum, masih didapat kelas kosong dikarenakan guru yang tidak hadir, belum adanya ada pengembangan potensi guru berkala, keterbatasan siswa mengakses pendidikan berkarakter dan pengetahuan yang luas.

Penanaman karakter tidak menjadi fokus pada pembelajaran. Jika diamati pelaksanaan pengajaran, penanaman karakter atau nilai positif dalam kehidupan belum dihidupi oleh siswa dan guru. Dampak yang terlihat adalah kasus perundungan, mencontek, membolos, ketidakdisiplinan, takut bertanya, murung, tidak mau masuk kelas untuk mengikuti pelajaran, dan memandang rendah keadaan psikologis siswa. Pada observasi pengusul menemukan bahwa siswa berkata kasar seperti “jancok” “matamu” “goblok” “anjing”. Selain itu ditemukan pula ungkapan kata tentang tubuh dari guru yaitu “kurcaci”, dari siswa juga melakukan perundungan secara verbal pada temannya seperti menyebut nama orang tua dan memanggilnya “Yatim”.

Selain itu, terjadi perundungan kakak kelas kepada adik kelas yaitu menjadikan adik kelas seperti hewan anjing “*korban diminta untuk berjalan seperti anjing, diberi barang dan korban*

diminta menerima menggunakan mulut", kemudian terjadi perundungan seperti menyembunyikan tas, merusak sepeda korban. Ada sekitar 4 siswa yang teridentifikasi kepala sekolah sering membolos karena merasa sering diejek temannya. Bahkan di kelas 9, ada 1 siswa yang ingin keluar dari sekolah karena di panggil *"gendut dan jelek"* oleh 5 orang teman di sekolah tersebut. Dari hasil wawancara, siswa mengungkapkan bahwa terdapat guru juga melakukan perundungan secara verbal seperti "mengatakan sakit kok gemuk sakit harusnya kurus, tidak boleh berjualan di sekolah kalau keluarganya tidak miskin". Selain itu, siswa menunjukkan ketidakdisiplinan dengan berpakaian tidak lengkap (tidak menggunakan sabuk atau dasi). Siswa juga mengalami keterlambatan sekolah, ketika bel berbunyi masih banyak yang baru datang. Kuku siswa panjang dan berwarna, ada siswa yang rambutnya di cat.

Pengusul mendapati permasalahan atau kendala secara pribadi yang dialami siswa, secara garis besar permasalahan berasal dari keluarga dan kehadiran orang tua. Sedangkan permasalahan yang dialami di kelas dan sekolah secara umum yaitu kelas yang berisik, siswa tidak menghormati guru, ketidakjujuran karena ada yang mencuri uang dan buku kelas, fasilitas kelas yang tidak lengkap, ukuran kelas yang sempit, siswa belum dapat mengatur waktu untuk belajar dan bermain, tutur kata yang tidak sopan, dan perundungan seperti mengejek teman; bercanda memukul kepala; dan mengasingkan teman. Permasalahan siswa dianggap biasa oleh para guru karena ini telah terjadi selama beberapa tahun dan pola kenakalan dari tahun ketahun sama. Guru berasumsi bahwa ini terjadi karena sejak dari keluarga sudah seperti itu misalnya sudah memiliki kebiasaan berkata kotor.

Analisis situasi telah menggambarkan berbagai permasalahan yang dihadapi mitra. Sekolah harusnya menjadi pendukung bagi siswa bertumbuh, berkembang, dan menemukan dirinya secara positif. Siswa SMP masuk dalam fase remaja yang memiliki tugas perkembangan menemukan identitas dirinya dan menemukan keamanan secara psikologis (J. Santrock, 2013). Namun dalam perkembangannya dapat muncul permasalahan remaja seperti kenakalan remaja, perundungan, seksual pranikah, aborsi, depresi, hingga bunuh diri (J. Santrock, 2013; J. W. Santrock, 2011). Situasi yang di SMPK Indriyasana VII memiliki potensi besar munculnya kenakalan remaja dan perundungan jika tidak diatasi dengan maksimal. Perundungan tersebut berdampak pada korban dan *bystander*. Namun perlu disadari bahwa semua orang berpotensi menjadi korban dari perundungan. Siswa tidak menyadari perundungan yang didapat menimbulkan dampak negatif seperti ketidaknyamanan saat di sekolah, tidak dihargai teman teman, merasa tidak berguna di kelas, dan mendapat perilaku yang berulang.

Permasalahan prioritas mitra adalah perilaku perundungan berdampak pada korban dan pengamat (*bystander),* namun perlu disadari bahwa semua orang berpotensi menjadi korban. Perundungan tersebut belum disadari oleh siswa dan guru, maka perlunya edukasi dan penanaman karakter terkait pencegahan perundungan. Hal ini dilakukan sebagai tindakan kuratif bagi korban, preventif bagi bystander dan warga sekolah, serta promotif untuk meningkatkan edukasi mengenai pemahaman akan perundungan hingga bagaimana menanganinya. Perundungan adalah perilaku negatif yang tidak menyenangkan dan menyakitkan, dilakukan secara berulang-ulang oleh seseorang terhadap orang lain yang lebih lemah atau kesulitan membela dirinya (Olweus, 2010).

Ada beberapa jenis perundungan yaitu perundungan verbal, fisik, relasional, dan *cyber* (Coloroso, 2015). Tindakan perundungan verbal seringkali dibenarkan dan dinormalisasi dengan mengatakan "hanya bercanda" atau "tidak bermaksud menyakiti". Pencegahan perundungan yang efektif tidak dapat bergantung pada program terfragmentasi atau jangka pendek. Perlunya program yang terkoordinasi antara struktur institusional, praktik pedagogis, dan budaya dalam pertemanan (Saleh et al., 2025). Salah satunya adalah membangun relasi yang saling mendukung dan siswa merasa diterima satu dengan yang lain. Pihak institusional dapat membuat program yang menumbuhkan perasaan empati dan mengurangi polarisasi dalam

sekolah. Penanganan efektif untuk menangani perundungan dan membangun empati pada siswa adalah pelatihan asertif (Ainiyah & Cahyanti, 2020; Avşar & Ayaz Alkaya, 2017; Fatmawati & Pratiwi, 2020; Machdan, 2019; Suryani, 2022; Wardah & Farial, 2019).

Program pelatihan asertivitas meningkatkan perilaku asertif siswa berani mengungkapkan perasaan dan membela diri. Hal ini dapat mengurangi kemungkinan menjadi korban, namun kemampuan asertif korban tidak dapat menghentikan pelaku secara langsung (Avşar & Ayaz Alkaya, 2017). Sebelumnya pelatihan ini pernah dilakukan oleh Sari & Widyatmoko (2025) untuk membantu korban perundungan, hasilnya efektif untuk meningkatkan keberanian menyampaikan pendapat, membela hak pribadi, dan menolak tekanan verbal dari pelaku serta menjadi lebih percaya diri (Sari & Widyatmoko, 2025). Asertivitas terbukti efektif untuk mengurangi perilaku perundungan dan menciptakan iklim sekolah yang inklusi (Saputri et al., 2025). Individu yang menerapkan perilaku asertif akan berdampak pada perubahan perilaku yang lebih berani sehingga korban menunjukkan adanya kesetaraan posisi. Dampak baiknya, tidak ada yang merasa paling berkuasa terutama pada pelaku, sehingga dapat menurunkan angka perundungan. Dari beberapa metode yang dapat diterapkan dalam meningkatkan perilaku asertif, metode yang akan digunakan adalah menulis surat, berpikir positif, body talk, dan sosiodrama untuk mempraktekan perilaku asertif. Metode ini digunakan mempertimbangkan kemampuan kognitif pada usia remaja dan karakteristik siswa SMPK Indriyasana VII.

Abdimas ini dapat menjadi implikasi terhadap SDGs 3 (*Good Health and Well-being*), yang menekankan pentingnya peningkatan kesehatan mental dan kesejahteraan individu. Siswa dapat lebih aman dan nyaman di sekolah, sehingga terciptanya *school well-being* dan prestasi bagi siswa. Lingkungan sekolah yang mendukung akan menguatkan karakter positif bagi siswa dan guru dapat meningkatkan proses pembelajaran yang berkualitas. Hal ini akan mendorong siswa untuk memiliki motivasi berprestasi dan sejahtera di sekolah. Solusi ini selaras untuk mendukung terwujudnya Asta Cita menuju Indonesia Emas dengan memperkuat pembangunan sumber daya manusia (SDM), sains, teknologi, pendidikan, kesehatan, prestasi olahraga, kesetaraan gender, serta penguatan peran perempuan, muda, dan penyandang disabilitas.

BAB II. TUJUAN DAN SASARAN KEGIATAN

2.1. Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah mengurangi perilaku perundungan dengan menumbuhkan sikap asertif pada siswa, berikut target capaian dalam pelatihan yang diselenggarakan:

a. Memberikan pemahaman pada siswa mengenai perundungan
b. Memberikan pemahaman pada siswa mengenai perilaku asertif
c. Melatih siswa berperilaku asertif guna mengatasi perundungan
d. Menyadari perilaku perundungan di sekitar
e. Menumbuhkan keberanian dan keyakinan melakukan perilaku asertif

Selain itu, kegiatna ini juga membantu mahasiswa untuk mengembangkan diri dengan menjadi fasilitator dan menerapkan hal-hal yang telah dipelajari sebelumnya.

2.2. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa yang mengalami perundungan terutama siswa SMP/sederajat. Selanjutnya pengusul bermitra dengan SMPK Indriyasana VII dan melakukan survey awal, hasilnya sasaran ditujujukan kepada siswa kelas delapan dan sembilan. Kegiatan ini pada dasarnya adalah psikoedukasi dan praktik baik perilaku asertif, sebagai bekal mengatasi perundungan yang dialaminya maupun yang didapati disekitarnya

BAB III. METODE PELAKSANAAN YANG TELAH DILAKUKAN

Tahapan pelaksanaan kegiatan akan dibagi menjadi 3 yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi sebagai berikut:

1. Tahap persiapan (Maret – Agustus 2026)
    a. Pengambilan data lebih lanjut terkait situasi perundungan siswa di sekolah. Hal ini dilakukan untuk memastikan kondisi peserta dan situasi sekolah. Pengusul akan meminta persetujuan peserta untuk terlibat dalam pengabdian masyarakat ini.
    b. Pengusul melakukan analisis kebutuhan lebih lanjut untuk menyusun modul dan teknis pelaksanaan pelatihan.
    c. Seleksi dan rekrutmen mahasiswa untuk menjadi fasilitator kelompok yang akan membantu proses pelaksanaan pelatihan. Mahasiswa terpilih akan mendapatkan pembekalan dan latihan pelaksanaan.
2. Tahap pelaksanaan (3 September 2026)

Siswa dan perwakilan guru akan mengikuti serangkaian pelatihan asertivitas. Pelatihan ini nantinya akan dibantu 4 orang mahasiswa sebagai fasilitator. Pelatihan bertujuan untuk menciptakan perilaku asertif untuk membekali siswa agar dapat mengatasi perundungan yang dialami ataupun didapati di sekitarnya. Kegiatan dilakukan di A301 =, Kampus Dinoyo pada pukul 08.00-14.30 WIB.

Berikut adalah gambaran pelaksanaan yang telah dilakukan:

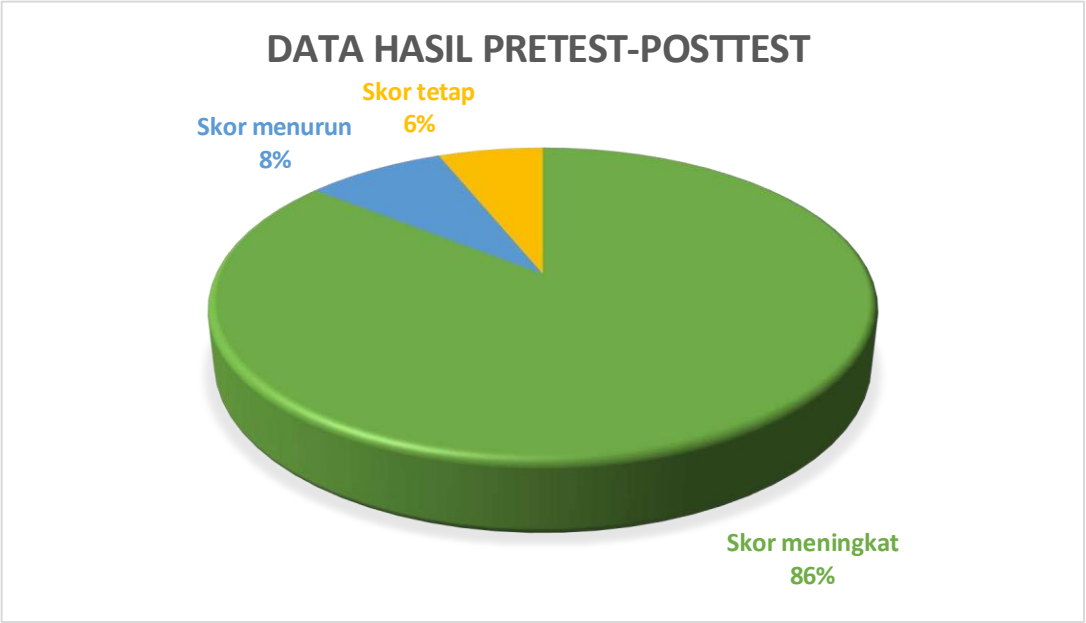
Sesi ke-	Materi	Tujuan	Kegiatan	Durasi
Sesi 1	Pembukaan	Membuka kegiatan, memperkenalkan diri, dan menjelaskan tujuan kegiatan.	1. Presensi kehadiran 2. Trainer memperkenalkan diri, peserta memperkenalkan diri 3. Trainer menjelaskan pada peserta tujuan pelatihan, waktu, manfaat, dan rangkaian aktivitas kepada peserta.	10 menit
	Pretest	Mendapatkan gambaran awal mengenai pengetahuan tentang perundungan dan perilaku asertif	1. Trainer membagikan formulir pretest 2. Peserta mengerjakan pretest yang berisi aspek pengetahuan perundungan dan perilaku asertif	20 menit
	Prakondisi: Energizer games	Meningkatkan antusiasme peserta dalam mengikuti pelatihan	1. Permainan “paku dan palu” 2. Peserta akan berpasangan, seorang menjadi “paku” dan yang lain menjadi “palu”. 3. Peserta berhadapan, tangan kanan di depan dan saling berdekatan. 4. Bila trainer memanggil “paku” maka tugas “paku” menggenggam	10 menit

			tangan “palu”. Sedangkan tugas “palu” menghindar. 5. Pemaknaan: konsentrasi, menyadari peran, sigap semangat antusiasi.	
Sesi 2	Mengenal diri	Peserta mengenal dirinya secara fisik, potensi, kelemahan, kelebihan, dan mampu memberikan gambaran identitas dirinya	Peserta diminta untuk menggambar dirinya sendiri dan menuliskan kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya.	15 menit
Sesi 3	Materi: Mengenal perundungan	Memberikan pemahaman kepada subjek mengenai: -Pengertian perundungan -Jenis perundungan -Peran dalam perundungan -Dampak perundungan	1. trainer menjelaskan materi dan pengetahuan tentang “mengenal perundungan” 2. Penayangan film 3. trainer mengajak peserta untuk berdiskusi perundungan yang terjadi di sekitarnya trainer mengajak peserta melakukan evaluasi diri dampak yang terjadi pada dirinya	40 menit
		Peserta memahami materi perundungan	1. Trainer merangkum hal-hal penting dari sesi 2 2. Tanya jawab Peserta menuliskan insight yang didapatkan selama sesi 2	20 menit
	Ice Breaking	Mempertahankan konsentrasi dan semangat peserta	1. Permainan cermin emosi 2. Peserta akan diminta membuat satu baris. Orang pertama akan diberikan kartu kata emosi tertentu, ia haruslah membuat ekspresi tersebut. ekspresi tersebut diberitahukan pada orang ke 2, berurutan hingga orang terakhir. Orang terakhir harusnya menebak nama emosi tersebut. a. Marah b. senang c. bingung d. sedih malu	10 menit
Sesi 4	Asertivitas untuk Mengatasi Perundungan	Memberikan pemahaman kepada subjek mengenai: - Definisi perilaku asertif - Manfaat perilaku	Trainer menjelaskan materi perilaku asertif Trainer mengajak diskusi apa yang sudah pernah dilakukan peserta	40 menit

		asertif, -Bagaimana cara meningkatkan perilaku asertif di Sekolah untuk mengatasi bullying		
	Penutup sesi 4	Peserta memahami materi perilaku asertif	Trainer merangkum hal-hal penting dari sesi 4. Tanya jawab dari peserta. Peserta menuliskan insight yang didapatkan selama sesi 4.	20 menit
Istirahat				40 menit
Sesi 5	Roleplay	Mempraktekkan materi latihan asertif	Peserta diajak bermain peran terkait: a. Berpikir positif Bahasa tubuh	30 menit
Sesi 6	Surat Untuk Temanku	Mendorong subjek untuk mampu menuliskan kritik dan saran secara jujur dan asertif pada pelaku bullying	Peserta akan mendapatkan lembar kerja dari trainer Peserta dapat menuliskan surat untuk temannya sesuai dengan karakteristik asertif Peserta dapat menghias surat dengan kreatif	20 menit
	Sharing perasaan menulis surat	Mendorong peserta mengungkapkan perasaan dan berani mengutarakan pendapat	Peserta menceritakan perasaan setelah menulis surat dan perubahan yang dialami setelah menulis surat. Fasilitator menanyakan: 1. Bagaimana perasaan mu sebelum, saat, dan setelah menuliskan surat tersebut.	40 menit
Penutupan	Evaluasi dan Penutupan	Mendorong peserta untuk menyimpulkan mengenai kegiatan pelatihan secara keseluruhan Melakukan evaluasi dan post-test untuk mengetahui apakah tujuan pelatihan sudah dapat dipahami dan siap untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari	1. Trainer mengucapkan terimakasih karena sudah mengikuti sesi hari ini hingga akhir. Penyerahan plakat ke kepala sekolah. 2. Trainer meminta peserta melakukan refleksi terkait dengan perasaan setelah mengikuti sesi, hal paling berkesan apa yang didapat, langkah atau niat baru apa yang ditemukan 3. Meminta peserta menerapkan hal baik selama satu minggu, kemudian menginformasikan followup satu minggu kedepan 4. Pengerjaan posttest pengetahuan, perilaku, dan evaluasi reaksi Kesimpulan dari trainer dan peserta	30 menit

3. Tahap evaluasi (September 2026)

Pelaksanaan program akan dinilai secara kognitif, reaksi, dan perilaku. Untuk mengukur perubahan pengetahuan/kognitif peserta akan mengisi *pretest* sebelum sesi dimulai dan *posttest* setelah sesi. Hasilnya 86% siswa mengalami peningkatan pengetahuan (Gambar 1).



Gambar 1. Pie Chart Hasil Pretest - Posttest

Lebih jelas lagi, terdapat perbedaan yang cukup signifikan dengan nilai rata rata *pretest* yaitu 52,57 menjadi 70,76 saat *posttest.* Didukung dengan uji perbedaan *Wilcoxon Signed Rank Test* sig ($p<0,001$) , perhitungan menggunakan perangkat lunak SPSS.

Parameter	Pre-test	Post-test
Rata-rata	52,57	70,76
Median	53	73
Manimum – Maksimum	20 - 80	27 - 100
Uji normalitas Shapiro Wilk	0,039	0,040
Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*	Z= -5,149 dengan p<0,001	

Selanjutnya untuk mengukur sikap/reaksi terhadap pelatihan, peserta mengisi lembar reaksi. Hasilnya 82% siswa merasa kegiatan sudah tergonisir dengan sangat baik. Secara penyampaian materi, alokasi waktu, dan fasilitas yang diberikan sudah sesuai dengan peserta. Selanjutnya 84% peserta merasa sangat puas dengan kegiatan, 8% merasa puas, dan 8% merasa netral.

Pengukuran *skill*/perilaku dilihat dari observasi, *worksheet*, dan refleksi setelah pelatihan dilaksanakan. Hasilnya Secara perilaku 100% siswa mau menulis surat untuk teman yang pernah menyakitinya dengan jujur, lugas, dan positif. Selanjutnya dilakukan *follow up* ke sekolah setelah dua minggu kegiatan. Didapati perubahan perilaku siswa yang awalnya dia hanya diam saja saat mendapat perundungan, setelah pelatihan ia mulai berani untuk membela diri dan

menegur pelaku dengan bahasa yang asertif. Hasil evaluasi ini menunjukan tujuan kegiatan terpebuhi, sejalan dengan Penelitian sebelumnya juga mendapati hasil yang serupa bahwa, menangani perundungan dengan membangun empati pada siswa efektif jika menggunakan pelatihan asertif (Ainiyah & Cahyanti, 2020; Fatmawati & Pratiwi, 2020; Machdan, 2019; Suryani, 2022; Wardah & Farial, 2019).

BAB IV. LUARAN YANG DICAPAI (OUTPUT)

Pelaksana wajib menguraikan seluruh Output atau hasil langsung yang telah dicapai melalui program pengabdian. Output ini mencakup luaran wajib dan tambahan yang bersifat fisik maupun non-fisik, seperti artikel ilmiah, publikasi media, video kegiatan, produk/alat yang diserahkan, dokumen profil mitra, hingga modul pelatihan. Setiap output harus dijelaskan secara spesifik disertai bukti pencapaian yang nyata dan terukur. Pelaksana juga harus memaparkan bagaimana output tersebut secara teknis menjadi solusi bagi permasalahan mitra serta menunjukkan keterkaitannya dengan upaya pencapaian poin SDGs dan visi Asta Cita pemerintah yang telah ditargetkan sebelumnya.

Luaran dari analisis permasalahan ini adalah kegiatan pelatihan asertivitas untuk mengurangi perilaku *bullying* pada siswa SMP. Pelatihan ini menjadi solusi konkrit dari memperkuat pembangunan sumber daya manusia (SDM), sains, teknologi, pendidikan, kesehatan, prestasi olahraga, kesetaraan gender, serta penguatan peran perempuan, muda, dan penyandang disabilitas. Pemahaman dan perubahan perilaku peserta akan diukur melalui *pretest* dan *posttest* saat sesi, serta refleksi dengan menulis surat terkait perasaannya pada orang lain yang pernah melakukan perundungan kepadanya. Selain itu survey dan wawancara untuk melihat apakah ada perubahan sikap saat menghadpai perundungan. Hasil abdimas diinformasikan Luaran lainnya adalah modul pelatihan asertif, poster abdimas, konten di sosial media, dan publikasi jurnal.

Modul pelatihan yang dibuat dapat digunakan kembali jika ada siswa baru diperiode depan. Hal ini membantu sekolah untuk mandiri dalam melanjutkan program anti perundungan dan melakukan implikasi terhadap SDGs 3 (*Good Health and Well-being*). Selain iut modul yang dibuat dapat pula dipraktikan oleh sekolah sekolah lain agar terciptanya lingkungan sekolah yang kondusif. Poster abdimas nantikan akan menjadi desiminasi kepada masyarakat dan khalayak ramai untuk mengetahui proses dan perubahan yang telah terjadi pada abdimas ini. Konten sosial di sosial media menunjukan bahwa cuplikan kegiatan yang telah terselenggara, dokumentasi, dan salah satu media promosi bagi kedua belah pihak. Terakhir jurnal publikasi membantu penguatan informasi untuk membangun sumber daya manusia (SDM) terutama untuk keberlanjutan pengetahuan dimasa depan.

BAB V. MANFAAT YANG DIPEROLEH (OUTCOME)

Pada bagian ini, pelaksana wajib menguraikan dampak jangka menengah atau perubahan nyata yang dirasakan oleh mitra setelah implementasi program. Penjelasan disusun dalam kalimat mengalir yang mencakup:

1. Perubahan Kondisi Mitra: Jelaskan manfaat konkret pasca-intervensi, baik berupa peningkatan kapasitas ekonomi, perbaikan kualitas kesehatan, maupun optimalisasi teknologi tepat guna yang menjawab langsung hasil belanja masalah.
2. Keberlanjutan Program: Uraikan bagaimana manfaat tersebut tetap terjaga melalui partisipasi aktif mitra dan kemampuan mereka dalam mengelola hasil pengabdian secara mandiri.
3. Kontribusi Strategis: Paparkan bagaimana manfaat yang timbul secara nyata berkontribusi terhadap pencapaian poin SDGs yang relevan dan penguatan visi Asta Cita pemerintah di tingkat lokal.

Manfaat yang langsung dirasakan oleh siswa adalah kesadaran bahwa perundungan tidak dapat dinormalisasi. Siswa dengan jujur mengakui pernah melakukan perundungan dan akan berudaha untuk lebih mengerti kondisi korban sehingga tidka lagi merundung temannya. Siswa dengan jujur mengakui bahwa sering melihat perundungan di sekolah, muncul pengetahuan dan kesedaran untuk membela korban. Bagi siswa yang menjadi korban setelah mengetahui salah satu cara untuk menghadapi perundungan, sudah berani memilih untuk mengungkapkan pendapatnya dan tidak lagi diam ada teman lain yang berusaha menjatuhkannya. Paling penting saat ini, guru dengan kesediaannya berusaha untuk mengawasi siswa dan tidak menormalisasi perundungan. Pengetahuan, keberanian, dan kesadaran yang muncul menjadi pendukung memperbaiki kualitas kesejahteraan sekolah. Hal ini pula mendorong optimalisasi potensi siswa dan prestasinya.

Manfaat yang diperoleh dalam jangka menengah dan dirasakan oleh pihak mitra pertama-tama adalah terbangunnya kerjasama antara SMPK Indriyasana VII dengan Fakultas Psikologi UKWMS. Kerjasama dapat dimanfaatkan oleh kedua belah pihak, Fakultas Psikologi diperkenankan untuk menjadikan sekolah sebagai salah satu laboratorium berjalan atau tempat mahasiswa mengabil data maupun praktik matakuliha tertentu. Keterbukaan koneksi ini menjadi peluang bagi mahasiswa, salah satu contohnya pada matakuliah Psikologi Pendidikan mahasiswa psikologi menjadikan sekolah sebagai tempat belajar langsung (*experiential learning*). Hal ini juga menjadi salah satu keberlanjutan program, sekolah dengan terbukaannya dapat mengembangkan para siswa dan mahasiswa.

Kegiatan ini telah mengimplementasi SDGs tentang *good health* dan *well-being* di sekolah. Jika perundungan tidak lagi terjadi, secara psikologis dan fisik siswa akan sehat. Siswa merasa aman dan nyaman di sekolah karena suasana yang positif akan memunculkan kemauan berprestasi, sehingga terciptanya pendidikan berkualitas dan berkarakter. Solusi ini sesuai untuk mendukung terwujudnya Asta Cita menuju Indonesia Emas dengan memperkuat pembangunan sumber daya manusia (SDM), sains, teknologi, pendidikan, kesehatan, prestasi olahraga, kesetaraan gender, serta penguatan peran perempuan, muda, dan penyandang disabilitas.

Bagian ini menutup laporan dengan menyajikan intisari hasil kegiatan serta rekomendasi untuk pengembangan ke depan:
Kesimpulan: Sajikan pernyataan ringkas mengenai keberhasilan program dalam mengatasi permasalahan prioritas mitra yang telah diidentifikasi sejak tahap belanja masalah. Simpulan harus merefleksikan sejauh mana implementasi Ipteks yang diberikan mampu memberikan dampak (outcome) nyata bagi mitra, serta menegaskan kontribusinya terhadap pencapaian target SDGs dan visi Asta Cita secara efektif.
Saran: Uraikan rekomendasi strategis bagi mitra untuk menjaga keberlanjutan manfaat program secara mandiri. Bagian ini juga harus memuat masukan bagi pengusul atau institusi terkait perbaikan teknis pelaksanaan di masa depan, agar kegiatan pengabdian berikutnya dapat memberikan daya jangkau dan manfaat yang lebih luas bagi masyarakat.

BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Hasil pengabdian masyarakat ini menciptakan perilaku asertif untuk mengurangi perundungan di sekolah SMPK Indriyasana VII yang dibuktikan dari adanya peningkatan pengetahuan mengenai perundungan, dampak negatifnya, dan bagaimana mengurangi perundungan. Secara *skill*, siswa dapat mempraktikkan perilaku asertif salah satunya berkaitan dengan kata dan kalimat yang disampaikan pada orang lain. Siswa mampu secara terbuka menyadari perasaannya dan mengungkapkan secara lugas, sopan, dan objektif. Hal dapat dilihat dari hasil tulisan pada lembar worksheet. Selanjutnya secara perilaku disekolah, siswa sudah mulai mengingatkan jika ada temannya yang menjadi pelaku dan membela temannya yang menjadi korban.

Implementasi SDGs tentang *good health* dan *well-being* di sekolah dengan mewujudkan sekolah yang anti perundungan, supaya siswa sehat secara psikologis dan fisik. Siswa merasa aman dan nyaman di sekolah karena suasana yang positif akan memunculkan kemauan berprestasi, sehingga terciptanya pendidikan berkualitas dan berkarakter. Solusi ini sesuai untuk mendukung terwujudnya Asta Cita menuju Indonesia Emas dengan memperkuat pembangunan sumber daya manusia (SDM), sains, teknologi, pendidikan, kesehatan, prestasi olahraga, kesetaraan gender, serta penguatan peran perempuan, muda, dan penyandang disabilitas

6.2 Saran

Rekomendasi untuk sekolah agar dapat memberikan penguatan bertahap pada siswa berkaitan dengan perilaku asertif dan menindaklanjuti secara sistem agar perundungan tidak lagi dinormalisasi oleh siswa/guru. Selain itu dapat berdiskusi dengan pihak yayasan untuk mengembangkan sistem baik.

Daftar pustaka disusun dan ditulis berdasarkan sistem nomor sesuai dengan urutan pengutipan. Hanya pustaka yang disitasi pada usulan penelitian yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka. Mohon menggunakan 'reference manager' untuk sitasi dengan format APA atau Vancouver.

DAFTAR PUSTAKA

Agasrya, fajar. (2025, July 22). Perundungan di SMPN 3 Doko Blitar, Keluarga Korban Tuntut Pelaku Dibina Babinsa. *MetroTV*. https://www.metrotvnews.com/read/kewCMZLj-perundungan-di-smpn-3-doko-blitar-keluarga-korban-tuntut-pelaku-dibina-babinsa

Ainiyah, H. R., & Cahyanti, I. Y. (2020). Efektivitas pelatihan asertif sebagai upaya mengatasi perilaku "bullying" di SMPN A Surabaya. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, *9*(2), 105–113.

Avşar, F., & Ayaz Alkaya, S. (2017). The effectiveness of assertiveness training for school-aged children on bullying and assertiveness level. *Journal of Pediatric Nursing*, *36*, 186–190. https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.06.020

Baihaqi, A. (2026, February 1). Viral Siswi SMP di Surabaya Di-bully 7 Remaja, Diduga Dipicu Urusan Cowok . *DetikNews*. https://news.detik.com/berita/d-8335200/viral-siswi-smp-di-surabaya-di-bully-7-remaja-diduga-dipicu-urusan-cowok

Coloroso, B. (2015). *The Bully, the Bullied, and the Not-So-Innocent Bystander: From Preschool to High School and Beyond: Breaking the Cycle of Violence and Creating More Deeply Caring Communities*. HarperCollins Publisher.

Fatmawati, D. S., & Pratiwi, T. I. (2020). Penerapan konseling kelompok latihan asertif pada siswa korban bullying di SMPN 34 Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, *11*(4), 476–483.

Machdan, D. M. (2019). *Efektivitas pelatihan asertif untuk meningkatkan self esteem pada remaja korban bullying di panti asuhan*. Universitas Airlangga.

Munawaroh, M., & Muhaimin, A. (2023). Pendidikan Karakter sebagai Pilar Utama Peningkatan Kualitas Pendidikan di Sekolah Menengah Pertama (SMP Baburrohmah Mojosari). *Al-Muttaqin Jurnal Studi, Sosial,Dan Ekonomi*, *4*(2), 140–146.

Olweus, D. (2010). Bullying in schools: Facts and intervention. *Kriminalistik*, *64*(6), 351–361.

Rafni, I. A., & Huda, L. (2025, November 17). Nasib Pilu Siswa SMPN Tangsel yang Diduga Dibully hingga Meninggal . *Kompas.Com*.

Rohman, M. A. A. (2019). Pendidikan karakter di sekolah menengah pertama (SMP): Teori, metodologi, dan implementasi. *Qalamuna*, *11*(2), 125–146.

Saleh, M. N. I., Hanum, F., & Rukiyati. (2025). Stakeholders' perspectives on whole-school approaches to prevent and address bullying and cyberbullying in Indonesian high schools. *Social Sciences & Humanities Open*, *12*, 102336. https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2025.102336

Santrock, J. (2013). *Life-span development* (Fourteenth). McGraw-Hill.

Santrock, J. W. (2011). *Educational psychology* (F I F T H). McGraw-Hill.

Saputri, N. M. I., Amri, K., Pulungan, H. R., & Pratiwi, P. (2025). promoting safe education environments: effectiveness of assertiveness-based BST interventions against bullying. *EDUCATIONE*, (2), 323–332. https://doi.org/10.59397/edu.v3i2.100

Sari, L., & Widyatmoko, W. (2025). Peningkatan Perilaku Asertif Pada Siswa Korban Bullying Di SMP Negeri 27 Kota Samarinda. *Conseils: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* , *5*(1), 65–74.

Suryani, O. E. (2022). *Hubungan perilaku asertif dengan bullying pada siswa korban bullying di SMPN 16 Pekanbaru*. UIN Sultan Syarif Kasim.

Wardah, A., & Farial. (2019). Pelatihan asertivitas untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik SMP korban bullying. *Jurnal Pengabdian Siliwangi*, *5*(1), 44–48.