Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu, Volume 14, Nomor 02, Oktober 2026; 233-243
P-ISSN : 2460-4550 / E-ISSN : 2720-958X
DOI : 10.36085/jkmb.v14i2.11198

JURNAL ILMIAH

EFEKTIVITAS *SHORT EDUCATION MOVIE* (*SEM*) SEBAGAI MEDIA EDUKASI *MENTAL HEALTH* TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN *BULLYING* PADA REMAJA

Indirwan Hasanuddin[1*], Utari Zulkaidah[2], Shabran Hadiq[3]
[1]Program Studi Profesi Ners, [2]Program Studi Diploma Tiga Kesehatan Gigi,
[3]Program Studi Sarjana Farmasi
Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

*Korespondensi: indirwan.hasanuddin02@gmail.com

ABSTRAK

Bullying merupakan perilaku berulang yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok kepada orang ataupun kelompok lain yang bertujuan untuk mengintimidasi, merendahkan, dan menyinggung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *Short Education Movie* (*SEM*) sebagai Media Edukasi *Mental Health* Terhadap Perilaku Pencegahan *Bullying* Pada Remaja. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi-eksperimen dengan desain *two group pre-test and post-test with control group*. dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik simple *random sampling*. Ada pengaruh yang signifikan antara *Short Education Movie (Sem)* dan Leaflet sebagai media edukasi *mental health* terhadap perilaku pencegahan bullying pada remaja. Hasil pretest dan posttest untuk kelompok perlakuan menghasilkan p = 0.000 dan kelompok kontrol menghasilkan p = 0,023 dengan hasil uji independent T-test p = 0,002. *Short Education Movie* (SEM) terbukti lebih unggul dari pada leaflet. Fenomena perundungan berkaitan erat dengan degradasi empati dan sikap individu. Melalui visualisasi alur cerita yang hidup, SEM mampu merangsang aspek afektif remaja dengan mengaktifkan kinerja *mirror neurons* saat mereka menyaksikan dampak psikologis yang dialami korban. Pendekatan emosional ini tidak didapatkan pada saat menggunakan leaflet yang bersifat pasif. Keunggulan ini diperkuat oleh kecenderungan psikografis remaja masa kini (Gen Z dan Gen Alpha) sebagai *audio-visual natives* yang lebih cepat merespons pesan lewat tayangan video pendek ketimbang narasi tulisan yang panjang.

Kata Kunci: *Short Education Movie, Mental Health*, Perilaku,Remaja

ABSTRACT

Bullying is a repetitive behavior enacted by an individual or group against another individual or group with the intent to intimidate, demean, or offend. This study aimed to determine the effectiveness of Short Education Movie (SEM) as a mental health education medium for influencing bullying prevention behaviors among adolescents. A quasi-experimental method was employed, utilizing a two-group pre-test and post-test design with a control group; participants were selected via simple random sampling. Results: A significant influence was observed regarding the use of SEM versus leaflets

as mental health education media on bullying prevention behaviors among adolescents. Pre-test and post-test results yielded p = 0.000 for the treatment group and p = 0.023 for the control group, with an independent t-test result of p = 0.002. Discussion: Short Education Movie (*SEM*) *proved superior to leaflets. The phenomenon of bullying is closely linked to a decline in empathy and individual attitudes. Through vivid storytelling and visualization, SEM stimulate the affective aspects of adolescents by activating mirror neurons as viewers witness the psychological impact experienced by victims. This emotional approach cannot be replicated by the passive nature of leaflets. This advantage is reinforced by the psychographic tendencies of modern adolescents (Gen Z and Gen Alpha)—who are "audio-visual natives"—to respond more rapidly to messages conveyed through short videos than to lengthy written narratives.*

Keywords: Short Education Movie, Mental Health, Behavior, Adolescents

PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah institusi dengan jumlah pelaku dan korban bullying paling tinggi di antara lingkungan sekolah, hal ini terjadi karena siswa dalam fase peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja. Akibatnya, anak yang mengalami bullying akan merasakan dampak yang signifikan, termasuk rasa cemas dan penurunan kondisi kesehatan. Fenomena ini mendapat perhatian besar karena insiden bullying paling sering terjadi di lingkungan ini (Kewaman, R., et. al, 2025).

Menurut data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), terdapat 119 kasus perundungan pada tahun 2020 . Di tahun 2021 , ada 53 kasus , tahun 2022 tercatat 226 kasus , dan di tahun 2023 ada 87 kasus (DPR RI, 2023). Penting untuk diingat, angka ini hanya yang dilaporkan . Banyak kejadian sebenarnya tidak dilaporkan ke publik .

Bulliying di kalangan remaja didukung oleh survei yang dilakukan oleh lembaga International Center for Research on Woman (ICRW) serta Plan International di Indonesia. Survei itu menemukan bahwa kasus kekerasan paling banyak terjadi di jenjang SMP. Siswa SMP ini berusia remaja 12 hingga 14 tahun (Putri, AD, & Afriani. 2017).

Penelitian Chhabria dkk (2020) mengungkapkan bahwa 55,17% pelajar mengalami perundungan verbal, lebih banyak daripada perundungan fisik (40,46%) dan perundungan siber (15,86%). Data Pusat Asesmen Nasional 2022 dari Kemendikbudristek, mencatat 24,4% pelajar mengalami Perundungan di sekolah (CNN Indonesia, 2023).

Kesehatan mental di kalangan remaja kini perlu diberi perhatian serius. Berdasarkan kajian Survei Kesehatan Mental Remaja Nasional Indonesia (I-NAMHS) pada tahun 2022 , sebanyak 15 . 5 juta remaja atau 1 dalam 3 orang di Indonesia didapati mempunyai masalah kesihatan mental (Wahdi, AE, et. al. 2023).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan mental anak muda adalah situasi yang tidak mengenakkan , dan salah satu contohnya adalah perundungan . Studi menampilkan adanya kaitan yang penting antara perundungan dan kesehatan mental di kalangan anak muda (Yunitasari, P., dkk, 2021).

Bulliying telah menjadi isu yang mendunia dan sering dihadapi oleh banyak orang, khususnya di kalangan remaja. Perundungan merupakan tindakan agresif yang berulang kali dilakukan oleh satu orang atau sekelompok anak yang berakibat pada kerugian fisik atau mental

bagi orang lain (Noya A, dkk, 2024). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa remaja yang terlibat dalam *Bulliying* mengalami masalah kesehatan mental yang lebih serius dibandingkan dengan mereka yang tidak terlibat dalam *Bulliying* (Yulianti, Y, dkk, 2024). Selain itu, ditemukan bahwa korban *Bulliying* mempunyai risiko 2,39 kali lebih tinggi untuk mengalami Gangguan Stres Pasca Trauma dibandingkan individu yang tidak pernah mengalami perundungan (Moore, S. E, dkk, 2019). Urgensi: Selain efek pada korban, penting untuk memahami pola perilaku dari pelaku perundungan. Seringkali, pelaku perundungan adalah mantan korban. Hal ini menunjukkan adanya pola kekerasan yang rumit dan menyerupai "lingkaran setan" yang perlu dihentikan (Rahmawati, A., & Ungsianik, T. 2019).

Fenomena ini, yang dikenal sebagai "bullying terbalik" karena merupakan bentuk perlindungan diri akibat pengalaman traumatis di masa lalu yang masih tertinggal dalam diri individu yang terkena dampak (Zhu, Y., et al. (2022). Mengidentifikasi faktor risiko seperti pengalaman kekerasan dalam keluarga dan paparan media yang penuh dengan kekerasan yang berkontribusi pada pembentukan perilaku bullying, sehingga tak jarang korban bullying akan menjadi pelaku apabila ia tidak dapat menyelesaikan trauma dengan baik. Oleh karena itu, perlu upaya untuk memutus siklus tersebut (Sari, P., & Azwar, D. 2024).

Mengidentifikasi risiko seperti pengalaman kekerasan di rumah dan paparan media kekerasan yang dapat memicu perilaku bullying, hingga seringkali korban bullying akan beralih menjadi pelaku jika tidak dapat mengatasi trauma dengan efektif. Maka dari itu, diperlukan usaha untuk memutus rantai tersebut (Sari, P., & Azwar, D. 2024).

Tingginya jumlah kasus dan kurangnya kesadaran publik tersebut mendesak perlunya penerapan metode pendidikan yang lebih inovatif. Sehubungan dengan itu, peneliti menggunakan metode pendidikan yang lebih modern melalui pemanfaatan *Short Education Movie* (SEM) sebagai sarana edukasi kesehatan mental dalam rangka mencegah bullying. Pemberian edukasi tentang bullying ini dilakukan sebagai tindakan pencegahan terhadap kekerasan di lingkungan pendidikan.

Salah satu strategi pencegahan perundungan adalah melalui pemberian pendidikan. Dalam proses edukasi, berbagai media dapat dimanfaatkan untuk menyampaikan materi, termasuk video pendek. Film Edukasi Singkat (SEM) merupakan salah satu jenis media yang belum dimanfaatkan secara luas dalam ranah pendidikan. SEM berpotensi mengintegrasikan stimulus auditori dan visual, serta keterampilan, untuk memperkaya pengetahuan pada kalangan remaja. Media ini juga dinilai lebih efektif dalam merangsang indra pendengaran dan penglihatan, sehingga informasi yang disajikan lebih mudah diingat dalam memori dibandingkan dengan media yang kapasitas informasinya terbatas. (Putri, WK, Aris, A., & Majid, A. 2025)

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Metode penelitian yang digunakan adalah *Quasi-Eksperimen* dengan *desain two group pre-test and post-test* with control group. Responden penelitian ini adalah siswa SMP Muhammadiyah Pangsid yang terdiri dari 35 kelompok intervensi dan 35 kelompok kontrol dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling. Durasi intervensi sebagai berikut :* Pre-test (10 Menit) : Dilakukan tepat sebelum intervensi untuk mengukur tingkat perilaku pencegahan *bullying* awal. Intervensi

SEM selama 2 hari dimana setiap sesi (30 Menit): Pemutaran video edukasi durasi pendek serta dilanjutkan dengan diskusi singkat. Post-test hari ke 3 (10 menit): dilakukan untuk melihat ketahanan informasi dan perubahan perilaku. Jumlah item pernyataan dalam menilai perilkau bulliying sebanyak 29. Isi Pernyataan terkait *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying* relasional dan *cyberbulliying*.

Instrumen yang di gunakan pada penelitian tersebut yaitu kuisioner terkait perilaku pencegahan *bulliying* dengan mengunakan skala likert untuk mengukur tingkat perilaku responden sebelum dan sesudah di berikan intervensi. Bahan penelitian: konten edukasi Kesehatan mental terhadap perilaku pencegahan bullying berupa video dan dokumentasi data. Analisis univariat dilakukan dari setiap variabel dan hasil penelitian berupa distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel. Sedangkan data bivariat terlebih dahulu dilakukan uji paired sampel t test jika data terdistribusi normal, jika data tidak terdistribusi normal maka uji alternatifnya adalah uji Wilcoxon dengan taraf signifikan p<0,05.

Sebelum penelitian di laksanakan terlebih dahulu peneliti mengurus etik penelitian dan dinyatakan mendapatkan rekomendasi penelitian dengan nomor rekomendasi persetujuan etik Nomor: 238/INSTITUT-NH/KEPK/VII/2026.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Media Edukasi

Variabel	SEM (Intervensi)		Leaflet (Kontrol)	
	F	%	F	%
Jenis kelamin				
Laki – laki	19	27,1	17	24,3
Perempuan	16	22,9	18	25,7
Total	35	100	35	100

Tabel 2. Uji normalitas data pada Kelompok intervensi dan Kelompok kontrol.

		Kolmogorov-Smirnov		Shapiro-Wilk	
Uji normalitas	f	Statistic	Sig.	Statistic	Sig.
Pretest eksperimen	35	160	0,023	959	0,212
Posttest eksperimen	35	99	0,200	948	0,101
Pretest kontrol	35	132	0,130	967	0,360
Posttest kontrol	35	78	0,200	963	0,282

Merujuk pada Tabel 2, nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05, sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Uji Shapiro-Wilk dipilih dalam analisis ini mengingat ukuran sampel pada setiap variabel kurang dari 100 orang, yaitu 35 responden setiap variabel. Berdasarkan hasil pengujian normalitas seluruh kelompok data tersebut, pengolahan data tahap berikutnya dilanjutkan menggunakan analisis *Paired Sample t-Test*.

Tabel 3. *Hasil Pretest dan Posttest Perilaku Responden Berdasarkan media Edukasi*

Variabel	SEM (Intervensi)		Leaflet (Kontrol)	
	Mean±SD	P value	Mean±SD	P value
perilaku				
Pre-test	1.34±0.482	0,000	1.31±0.471	0,023
Post-test	1.91±0.284		1.60±0.497	
Selisih	0.763±0.380		0.530±0.042	

Berdasarkan Tabel 2. Pada variabel perilaku menunjukkan, nilai selisih mean±SD pada kelompok intervensi sebesar 0.763±0.380 dengan p-value

sebesar 0.000 (p<0.05), sedangkan kelompok kontrol nilai mean±SD sebesar 0.530±0.042 dengan p-value 0.023 (p<0.05). Hal ini menunjukkan bahwa, ada perbedaan pre-test dan post-test pada kelompok intervensi dan kontrol pada variabel perilaku.

Tabel 4 .Hasil Independent T-Test

Media Edukasi	Posttest Mean	p-value
SEM	1.91	0,002
Leaflet	1.60	

Data pada Tabel 4 memperlihatkan perkembangan perilaku remaja setelah memperoleh edukasi kesehatan melalui media SEM dan leaflet. Rata-rata nilai (mean) mengindikasikan bahwa media SEM memberikan dampak perubahan perilaku pencegahan bullying yang lebih tinggi dibandingkan media leaflet. Hasil uji statistik menghasilkan nilai p-value sebesar 0,002 (sig < 0,05), sehingga hipotesis alternatif (Ha) diterima. Hal ini menandakan bahwa penyampaian edukasi kesehatan, baik menggunakan SEM maupun leaflet, secara signifikan mampu meningkatkan perilaku remaja dalam mencegah tindakan bullying.

PEMBAHASAN

Menurut (Amalia Nur Lativiani, A, 2023), penggunaan media *Short Education Movie* (SEM) menjadi metode edukasi kesehatan yang efektif bagi remaja usia sekolah. Karakteristik remaja yang menyukai hal-hal baru dan konkret membuat media ini mampu mendongkrak antusiasme belajar mereka. Selain meningkatkan daya tarik, SEM mendorong pola pikir kritis peserta didik dalam memecahkan masalah, mengasah kemampuan bernalar, serta memfasilitasi mereka dalam mengekspresikan emosi. Kesan positif yang dihadirkan lewat alur cerita film memudahkan remaja menyerap dan mengingat informasi dalam jangka panjang, terlebih media ini memiliki fleksibilitas untuk diputar kembali secara

Dampak jangka panjang *bullying* menuntut hadirnya langkah pencegahan dan intervensi yang menyeluruh bagi remaja. Pemberian edukasi tidak sekadar berfokus menekan angka kejadian, tetapi juga menjadi strategi proaktif dalam menjaga kesehatan jiwa mereka (Lativiani, 2023). Salah satu sarana pendidikan kesehatan yang berpotensi meningkatkan daya tarik pembelajaran adalah *Short Education Movie* (SEM). Pemanfaatan media ini mampu mengoptimalkan pemahaman, mengasah empati, serta melatih regulasi emosi remaja terkait dampak *bullying*. Pada akhirnya, penguatan literasi kesehatan mental tersebut menjadi fondasi utama dalam membangun perilaku pencegahan perundungan secara berkelanjutan

Sebagai respons atas dampak serius perundungan, pemanfaatan film pendek dipilih oleh para siswa SMP Model Sukabumi untuk menyampaikan pesan anti-*bullying*. Format film dianggap sebagai media pembelajaran yang interaktif dan berdaya pikat tinggi, sebab kekuatan narasi dan sajian visualnya mampu mengubah cara pandang penonton. Secara khusus, film pendek "Satu Kata Berarti" terbukti efektif dalam memicu kesadaran serta tindakan nyata siswa untuk melawan perundungan. Dibandingkan ceramah atau sosialisasi biasa, media ini lebih optimal dalam memperkuat pemahaman dan membentuk sikap positif siswa (Darmayanti, 2024).

Keunggulan SEM sebagai sarana audiovisual terletak pada tingkat efektivitasnya yang mencapai 70% lebih besar dalam menarik minat audiens saat edukasi kesehatan berlangsung. Di samping menyajikan alur narasi dan penokohan yang kuat, film ini juga mampu memuat muatan kearifan lokal serta konteks budaya. Pengalaman menonton bersama ini turut memberikan dampak sosial positif, sebab anak-anak terdorong untuk berinteraksi dan bertukar pandangan

ketika mencermati adegan yang menggambarkan realitas kehidupan mereka (Lativiani, 2023).

Mekanisme dampak *bullying* terhadap kondisi psikologis dijelaskan oleh Sukmawati et al. (2021), di mana aksi agresif dan intimidasi memicu beban mental yang berat bagi korban. Tekanan tersebut tidak cuma dirasakan seketika, melainkan berdampak kumulatif yang berisiko mengganggu tumbuh kembang emosi serta fungsi kognitif remaja dalam jangka panjang. Oleh karena itu, praktik perundungan memiliki keterkaitan erat dengan timbulnya gangguan kesehatan mental pada usia remaja.

Edukasi pencegahan *bullying* tidak hanya berfokus pada penurunan insiden perundungan, tetapi juga berfungsi sebagai proteksi dini bagi kesehatan emosional remaja. Langkah ini sekaligus memfasilitasi lingkungan tumbuh kembang yang aman serta kondusif bagi masa depan mereka (Setiawan, 2024).

Tingkat pemahaman yang memadai membantu peserta didik mengasah keterampilan diri sekaligus menekan perilaku menyimpang, khususnya *bullying*. Di samping itu, sikap yang positif turut memperkuat mekanisme koping siswa, di mana daya tahan psikologis yang baik ini berperan penting dalam mencegah terjadinya tindakan perundungan (Suryagustina et al., 2017).

Penelitian oleh Anita (2022) menunjukkan efektivitas SEM sebagai media edukasi publik, misalnya dalam materi Bantuan Hidup Dasar. Karakteristik media ini dinilai selaras dengan tren digital di kalangan generasi muda (Suhailah et al., 2019). Pemanfaatan sarana audiovisual berupa *Short Education Movie* (SEM) menjadi opsi interaktif dalam pendidikan kesehatan karena mampu memperluas ruang imajinasi, memperkuat daya pikir, serta memicu motivasi belajar siswa saat menerima informasi. Lebih jauh, penggunaan SEM juga terbukti memberikan kebaruan strategi dalam mengoptimalkan kemandirian siswa retardasi mental di sekolah luar biasa (Sari, 2021). Dorongan terhadap *self-efficacy* ini timbul seiring keberhasilan audiens dalam menginternalisasi nilai-nilai positif dari tayangan tersebut (Dasilva et al., 2019).

Temuan evaluasi mencatat bahwa 92% siswa merasakan manfaat nyata dari sosialisasi pendidikan karakter anti-*bullying* berbasis film pendek. Program ini efektif membantu siswa mengenali berbagai bentuk perundungan, memahami konsekuensi negatifnya, hingga menerapkan langkah pencegahan di sekolah. Setelah menyaksikan film "Memanusiakan Aku", para siswa merasa lebih berani untuk menolak dan melaporkan aksi *bullying*. Di samping itu, sajian visual dan penggalan cerita film memudahkan mereka menyelami perasaan korban. Hal ini sejalan dengan pernyataan 93% siswa yang merasa tersentuh dan mengalami peningkatan empati, sehingga terdorong untuk menjalin interaksi yang lebih positif dengan teman sebaya (Armianti, 2025).

Hasil penelitian (Putri, WK, Aris, A., & Majid, A. 2025) Hasil analisis yang diperoleh melalui uji Wilcoxon signed-rank pada pre-test dan post-test pada variabel pengetahuan adalah p=0,000 dengan standar signifikansi p<0,05, yang berarti terdapat pengaruh Film Edukasi Pendek (SEM) terhadap tingkat pengetahuan remaja dalam mencegah perundungan.

Pemanfaatan media video dalam edukasi *bullying* terbukti mampu mengoptimalkan pemahaman siswa mengenai dampak buruk perundungan dan membantu mereka bersikap tepat saat menghadapinya. Penyelenggaraan kegiatan ini ditujukan agar peserta didik dapat berperan sebagai contoh positif (*role model*) yang berani mengedukasi serta menegur teman sebaya jika terjadi aksi perundungan di lingkungan mereka (Kurniawan et al., 2025).

Pemanfaatan media film merupakan strategi efektif untuk menarik perhatian serta meningkatkan kepedulian siswa terhadap pentingnya pencegahan bullying di sekolah. Tayangan yang mengangkat isu perundungan terbukti mampu mengubah cara pandang peserta didik secara signifikan (Burger et al., 2022). Aktivitas menonton film sangat diminati oleh kalangan pelajar; melalu penyajian narasi yang relevan dan menggugah, media ini dapat membangkitkan kesadaran audiens mengenai dampak buruk perundungan sekaligus mendorong mereka untuk aktif menciptakan lingkungan sekolah yang aman dari kekerasan (Sari et al., 2024).

Oleh sebab itu, pemanfaatan media film menjadi strategi yang tepat untuk memikat perhatian siswa agar lebih peka terhadap pentingnya pencegahan *bullying* di lingkungan sekolah. Tayangan bertema perundungan terbukti ampuh dalam menggeser pandangan siswa terkait tindakan tersebut. Melalui sajian narasi yang dekat dengan realitas mereka, film mampu menyadarkan penonton akan bahaya perundungan sekaligus menggerakkan siswa untuk berkontribusi aktif dalam mewujudkan suasana belajar yang bebas dari kekerasan (Ghinadi et al., 2025).

Setelah kegiatan edukasi dan pemutaran film, terjadi perubahan perilaku yang positif pada sebagian besar peserta didik . Beberapa indikator yang muncul adalah keberanian siswa dalam menolak dan melaporkan tindakan bullying yang terjadi di lingkungan sekolah. Kegiatan post-test memperkuat data bahwa film mampu mengubah persepsi siswa terhadap bullying dari sesuatu yang “sepele” menjadi isu serius yang memerlukan sikap tegas untuk ditolak. (Badriyah, NA, et. al, 2025).

Meskipun memiliki keunggulan tersendiri, media cetak seperti leaflet dan booklet menyimpan sejumlah keterbatasan dalam edukasi kesehatan. Poin kelemahannya mencakup jangkauan distribusi yang terbatas, ketiadaan unsur audio serta visual bergerak, hingga sifat fisiknya yang rentan rusak atau terlipat (Nurmala et al., 2018). keterbatasan tersebut meliputi daya sebar yang tidak merata, ketidakmampuan menyajikan efek suara dan gerakan, serta fisik kertas yang mudah robek. Di sisi lain, Jatmika et al. (2019) mengemukakan bahwa video menjadi instrumen edukasi yang jauh lebih efektif karena mampu memvisualisasikan materi secara interaktif. Penggabungan elemen audio dan visual bergerak ini menstimulasi pendengaran serta penglihatan penerima pesan, sehingga proses pemahaman informasi berjalan lebih optimal. Kelebihan ini diperkuat oleh Susilowati (2016) yang mencatat bahwa media video lebih diminati, tahan lama, mudah dikendalikan, dan memiliki jangkauan penyampaian yang jauh lebih luas.

Efektivitas edukasi kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor, meliputi karakteristik individu, format penyajian materi—seperti penggunaan video dan *booklet*—kesesuaian pilihan kata, serta kualitas audio dan visualisasi media. Faktor individu berkaitan dengan daya tangkap dan preferensi belajar yang beragam. Sebagian orang lebih mudah menyerap informasi melalui visual gambar, tulisan, atau kombinasi audio-

visual. Di samping itu, pemilihan kosakata yang terlalu rumit dapat menyulitkan awam dalam memahami isi pesan. Penggunaan elemen audio dan visual yang kurang tepat juga berisiko menimbulkan kebosanan, sehingga tujuan edukasi tidak tercapai secara optimal (Monica et al., 2024).

Pengaruh pemberian edukasi online terhadap pengetahuan dan perilaku masyarakat, penelitian sejalan dengan penelitian tersebut. Kedua penelitian tersebut memiliki keterkaitan yang erat melalui penekanan pada intervensi edukasi berbasis teknologi untuk memengaruhi dan meningkatkan pengetahuan serta perubahan perilaku positif masyarakat dengan hasil terdapat pengaruh yang signifikan. (Hasanuddin, I., & AL, J. P. 2022).

Pemanfaatan video animasi disarankan sebagai pendekatan preventif yang ampuh untuk menekan kasus *bullying* di sekolah dasar. Penerapannya dapat diintegrasikan secara rutin ke dalam kegiatan pendidikan karakter dan program promosi kesehatan sekolah guna memupuk sikap serta perilaku prososial peserta didik (Rahman et al., 2025).

Menurut asumsi peneliti Edukasi kesehatan mental untuk mencegah *bullying* memerlukan media yang mampu mengubah perilaku, bukan sekadar membagikan informasi. Di sinilah *Short Education Movie* (SEM) terbukti lebih unggul dari pada leaflet.

Fenomena perundungan berkaitan erat dengan degradasi empati dan sikap individu. Melalui visualisasi alur cerita yang hidup, SEM mampu merangsang aspek afektif remaja dengan mengaktifkan kinerja *mirror neurons* saat mereka menyaksikan dampak psikologis yang dialami korban. Pendekatan emosional ini tidak didapatkan pada saat menggunakan leaflet yang bersifat pasif. Keunggulan ini diperkuat oleh kecenderungan psikografis remaja masa kini (Gen Z dan Gen Alpha) sebagai *audio-visual natives* yang lebih cepat merespons pesan lewat tayangan video pendek ketimbang narasi tulisan yang panjang. Short Education Movie (SEM) jauh lebih efektif sebagai media edukasi kesehatan mental untuk pencegahan *bullying* pada remaja karena mampu menyentuh aspek afektif dan psikomotorik melalui visualisasi konflik dan penyelesaiannya secara langsung. Sementara itu, leaflet lebih cocok digunakan sebagai media pendamping setelah menonton film untuk memperkuat ingatan remaja mengenai poin-poin penting atau kontak bantuan yang bisa dihubungi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil data penelitian pretest dan posttest, kelompok media SEM memperoleh nilai p = 0,000, sedangkan kelompok media leaflet mencatatkan nilai p = 0,023. Uji Independent T-Test di antara kedua kelompok menunjukkan angka signifikan p = 0,002. Hal ini membuktikan bahwa baik SEM maupun leaflet efektif digunakan sebagai instrumen edukasi kesehatan mental untuk meminimalisasi bullying pada remaja. Meskipun masing-masing media memiliki keunggulan dan kendala tersendiri, keduanya terbukti memfasilitasi penerimaan informasi secara optimal. Capaian kegiatan ini berpotensi menjadi acuan model pembelajaran berbasis media visual bagi institusi pendidikan lainnya demi mencetak generasi yang empati, santun, dan menolak kekerasan.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia Nur Lativiani, A. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *short education movie* (sem) terhadap self efficacy remaja dalam pencegahan bullying di smp negeri 25 surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).

Anita, A. (2022). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Bantuan Hidup Dasar (BHD) Berbasis Media SEM Terhadap Pengetahuan Masyarakat di Kelurahan Takkalasi, Kecamatan Balusu, 11 Kabupaten Barru. Makassar: UIN Alaudin.

Armianti, R. (2025). Sosialisasi pendidikan karakter anti bullying mellui media film pendek bagi siswa kelas vi sdn 056425 damar seratus. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat , 6 (2), 22-30.

Badriyah, NA, Faraniza, D., Rokhim, AT, Andriani, R., Saffanah, WM, & Bashofi, F. (2025). Edukasi Anti Bullying Melalui Media Film Pada Siswa MTs Miftahul Ulum Pujon Kabupaten Malang. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat* (Vol. 4, No. 1, pp. 43-57).

Burger,C., Strohmeier,D., &Kollerová,L.(2022).TeachersCanMakeaDifferenceinBullying:Effects of Teacher Interventions on Students' Adoption of Bully, Victim, Bully-Victim or Defender Roles across Time. Journal of Youth and Adolescence, 51(12), 2312–2327.

Chhabria, M. S., Rao, A., Rao, C., & Somashekar AR, S. (2020). Prevalence and Forms of Bullying Perpetration and Victimization in Indian Adolescents. International Journal of Medicine and Public Health,10(4),

CNN Indonesia. (2023). Kemendikbud: 24,4 Persen Siswa Berpotensi Alami Perundungan di Sekolah.19 Agustus 2026.https://www.cnnindonesia.com/nasional/20230824191938-20-990167/kemendikbud-244-persen-siswa-berpotensi-alami-perundungan-di-sekolah

Darmayanti, s. (2024). Perancangan film pendek sebagai upaya mengurangi perilaku bullying pada siswa di smp negeri model sukabumi (Disertasi Doktor, Universitas Nusa Putra).

Dasilva, D., Suwarni, L., Selviana, S., & Mawardi, M. (2019). Pendidikan Kesehatan melalui Media Film dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan, Sikap, Self Efficacy Pencegahan Seks Pranikah Remaja. Jurnal Berkala Kesehatan, 5(2), 40.

DPR RI. 2023. Pemerintah Harus Petakan Faktor Penyebab Bullying Anak. Diakses melalui https://dpr.nusantaratv.com/senayan/pemerintah-harus-petakan-faktor-penyebab-bullying-anak. Diakses 20 Agutus 2026

Ghinadi, A et al. (2025). Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi Anti Bullying melalui Mini Bisokop pada Siswa Sekolah Dasar di SD Negeri Simaja. Journal on Education, 7(2), 2655-1365.

Hasanuddin, I., & AL, J. P. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Online Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Masyarakat dalam Pencegahan Penularan Covid-19 di Masa New Normal. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, *13*(1), 64-68.

Jatmika, S. E. D., Maulana, M., Kuntoro, & Hastuti, S. K. (2019). *Buku ajar pengembangan*

media promosi kesehatan. K-Media.

Kewaman, R., Rusdin, M. R., Supi, J. A., Laboba, J. L., Rachman, F., Opada, E.,& Anggraeni, S. F. (2025). Bullying Oleh Anak Sekolah Smp Negeri 11 Jayapura. Jurnal Pengabdian Sosial, 2(3), 3250-3254.

Kurniawan, K., Wafa, Z., Sulistiyaningsih, EF, Kusumaningtyas, ED, Setyowati, W., Khamdanah, A., & Aprilina, DE (2025). Pemanfaatan media edukasi video untuk mengurangi tingkat bullying yang ada di ma sunniyyah selo. *JUAN: Jurnal Pengabdian Nusantara* , *2* (1), 120-125.

Monica, A., Budi, L. T., & Hary, S. W. (2024). Perbedaan media edukasi video dan booklet terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang long covid syndrome di Sumbermulyo Yogyakarta. *Carolus Journal of Nursing*, *6*(1).

Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., Thomas, H. J., Sly, P. D., & Scott, J. G. (2019). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. World Journal of Psychiatry, 7(1), 60-76.

Noya A, Taihuttu J, Kiriwenno E, Kiriwenno Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Bullying Pada Remaja E. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Bullying Pada Remaja Sitasi. Humanlight J Psychol Juni [Internet]. 2024;5(1):1–16. Available from: http://ejournal iakn-manado.ac.id/index.php/humanlight

Nurmala, I., Rahman, F., Nugroho, A., Erlyani, N., Laily, N., & Anhar, V. Y. (2018). *Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press.

Putri, A. D., & Afriani. (2017). Kualitas Pertemanan dan Bullying Victimization Pada Remaja SMP di Kota Banda Aceh. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan , 5(2), 176-185.

Putri, WK, Aris, A., & Majid, A. (2025). Pengaruh Film Edukasi Pendek (SEM) terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja dalam Mencegah Perundungan. *Jurnal Ilmu Kesehatan* , *18* (02), 128-134.

Rahman, A., et al. (2026). Efektivitas edukasi video animasi dibandingkan pembelajaran konvensional dalam menurunkan tindakan dan sikap bullying pada anak usia sekolah: Studi kuasi-eksperimental. Jurnal Ners Volume 10 Nomor 2 Tahun 2026 Halaman 3082 – 3089

Rahmawati, A., & Ungsianik, T. (2019). Bully victim: Sebuah studi retrospektif pada remaja. Jurnal Keperawatan Indonesia, 22(1), 43-52.

Sari, N., Heryanto.,Paraninganin, L & Holomoan, R. (2024). Edukasi Pencegahan Perilaku Bullying Melalui Video Pendek pada Siswa SMP Khairul Imam Medan. Jurnal Pengabdian dan Kegiatan Masyarakat,2(4),44-55.

Sari, ND & Ahmad, Mubarak. (2021). Pegembangan Media Pembelajaran Flipbook Digital Di Sekolah Dasar. Jurnal Ilmu Pendidikan 3(5) 28192826.

Sari, P., & Azwar, D. (2024). Efektivitas Program Edukasi Anti-Bullying dalam Meningkatkan Kesadaran Siswa SMP. Jurnal Psikologi Pendidikan, 12(1), 45-58

Setiawan, A. I. B. (2024). Edukasi pencegahan perilaku bullying sebagai upaya menjaga kesehatan mental remaja. *Bida: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, *1*(2), 61-69.

Suhailah, Z., Kusumaningrum, T., & Nastiti, A. A. (2019). Pendidikan Kesehatan Media Short Education Movie (SEM) Pengetahuan Dan Terhadap Sikap Remaja Tentang Seks Bebas. Pediomaternal Nursing Journal, 5(1), 145. https://doi.org/10.20473/pmnj.v5i1.13057

Sukmawati, Indah et al. (2021). Dampak Bullying pada Anak dan Remaja Terhadap Kesehatan Mental. Prosiding Seminar Nasional : Kesehatan Masyarakat UPN "Veteran" Jakarta. 2(1), 126-144

Susilowati, D. (2016). *Promosi Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Wahdi, A. E., Wilopo, S. A., & Erskine, H. E. (2023). 122. The Prevalence of Adolescent Mental Disorders in Indonesia: An Analysis of Indonesia – National Mental Health Survey (I-NAMHS). Journal of Adolescent Health, 72(3). https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.11.143

Yulianti, Y., Pakpahan, I., Angraini, D., Ayunabilla, R., Aura Febia, A., & Iham Habibi, M. (2024). Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Mental. Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia, 10(1), 153. https://doi.org/10.31602/jmbkan.v10i1.13212.

Yunitasari, P., Isnugroho, H., & Sulistyowati, E. T. (2021). Dampak Bulliying di Sekolah Terhadap Kesehatan Mental Remaja. Jurnal Keperawatan, 13(1).

Zhu, Y., Chan, K. L., & Chen, J. (2022). Bullying victimization among Chinese middle school students: The role of family violence. Journal of Interpersonal Violence, 37(3-4), NP2098-NP2121.