

Penguatan Dukungan Psikososial melalui Optimalisasi Healing Corner dan Program Relaxed untuk Meningkatkan Resiliensi Anak Korban Bullying di UPT SPF SDN 104201 Kolam

Nani Barorah Nasution^{1)*}, Nasrun²⁾, Husna Parluhutan Tambunan³⁾

^{1,2,3}Universitas Negeri Medan

*Penulis Korespondensi: nanibarorah@unimed.ac.id

Abstrack

The partner in this Community Partnership Program activity is UPT SDN 104201 Kolam, whose address is Jalan Pendidikan, Bandar Klippa, Percut Sei Tuan District, Deli Serdang Regency, North Sumatra. The main problems faced by partners include the high number of bullying cases in the school environment, limited adequate psychosocial support facilities, and teachers' lack of understanding regarding the forms, impacts and handling of bullying cases. To overcome this, the PKM implementation team offers several strategic solutions, namely implementing an anti-bullying education program, training for teachers on preventing and handling bullying, as well as optimizing the function of the healing corner as a psychosocial support space for students.

Keyword: *Psychosocial, Optimizing Healing Corner, Relaxed Program, Resilience, Bullying*

Abstrak

Mitra dalam kegiatan Program Kemitraan Masyarakat ini adalah UPT SDN 104201 Kolam, yang beralamat di Jalan Pendidikan, Bandar Klippa, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Permasalahan utama yang dihadapi mitra meliputi tingginya angka kasus bullying di lingkungan sekolah, terbatasnya sarana dukungan psikososial yang memadai, serta kurangnya pemahaman guru mengenai bentuk, dampak, dan penanganan kasus perundungan. Untuk mengatasi hal tersebut, tim pelaksana PKM menawarkan beberapa solusi strategis, yaitu penerapan program pendidikan anti-bullying, pelatihan bagi guru tentang pencegahan dan penanganan perundungan, serta optimalisasi fungsi healing corner sebagai ruang dukungan psikososial bagi siswa.

Kata Kunci: *Psikososial, Optimalisasi Healing Corner, Program Relaxed, Resiliensi, Bullying*

PENDAHULUAN

Latar belakang masalah dalam pengabdian masyarakat yang berjudul "Penguatan Dukungan Psikososial melalui Optimalisasi Healing Corner dan Program Relaxed untuk Meningkatkan Resiliensi Anak Korban Bullying di UPT SPF SDN 104201 Kolam" sangat penting untuk dipahami, terutama mengingat tingginya prevalensi bullying di lingkungan sekolah dasar di Indonesia. Bullying memiliki dampak besar terhadap kesehatan mental dan perkembangan psikososial anak-anak, yang seringkali mengakibatkan gangguan mental seperti kecemasan dan depresi (Dewi et al., 2023; Permatasari, 2024). Anak-anak yang menjadi korban bullying cenderung

mengalami kesulitan dalam membangun rasa percaya diri dan resiliensi, yang penting untuk mengatasi tantangan hidup (Devita et al., 2024; Sukmah et al., 2024).

Program penguatan dukungan psikososial perlu dirancang sebagai respons terhadap permasalahan ini, mengingat dampak psikologis yang berkepanjangan yang dihadapi oleh anak-anak yang terlibat dalam perilaku bullying. Penerapan berbagai metode edukasi, seperti sosialisasi dan aktivitas interaktif, dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang bullying dan strategi pencegahannya (Sari et al., 2024; Mahfuzh et al., 2024). Dalam hal ini, Healing Corner dan Program Relaxed dapat berfungsi sebagai ruang aman bagi anak-anak untuk

berbagi pengalaman mereka serta mendapatkan dukungan emosional yang diperlukan.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang difokuskan pada penguatan dukungan psikososial, jika diimplementasikan dengan baik, dapat berdampak positif terhadap iklim sekolah secara keseluruhan. Ini sejalan dengan tujuan Sekolah Ramah Anak yang berupaya menciptakan lingkungan belajar yang aman dan inklusif, di mana semua anak merasa dilindungi dan didukung (Khoiriyah, 2025). Dengan menginformasikan kepada pihak sekolah mengenai langkah-langkah pencegahan bullying dan pentingnya dukungan psikologis, diyakini bahwa anak-anak korban bullying dapat dibantu dalam membangun resiliensi yang lebih tinggi dan mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan oleh perilaku tersebut (Hasni et al., 2024).

Dalam konteks ini, pemanfaatan program terapi bermain dan konseling kelompok dapat memperkuat keterikatan sosial di antara anak-anak, yang menjadi kunci dalam membantu mereka melepaskan trauma akibat pengalaman bullying (Halimah et al., 2025). Terapi semacam ini bukan hanya menawarkan alat untuk mengatasi stres, tetapi juga memberikan kesempatan untuk berbagi rasa yang mendukung kesembuhan psikologis mereka. Oleh karena itu, latar belakang masalah ini menunjukkan betapa pentingnya pendekatan kolaboratif antara pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat luas dalam membentuk mekanisme dukungan yang holistik bagi anak-anak korban bullying di lingkungan UPT SPF SDN 104201 Kolam.

METODE PENGABDIAN

Metode pelaksanaan Program Penguatan Dukungan Psikososial melalui Optimalisasi Healing Corner dan Program Relaxed untuk Meningkatkan Resiliensi Anak Korban Bullying di UPT SPF SDN 104201 Kolam akan dilakukan melalui lima tahap yang

komprehensif: Sosialisasi, Pelatihan, Penerapan Teknologi, Pendampingan, dan Evaluasi dan Keberlanjutan Program.

METODE KEGIATAN PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)
OPTIMALISASI HEALING CORNER DAN PROGRAM RELAXED SEBAGAI PUSAT DUKUNGAN
PSIKOSOSIAL UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI ANAK-ANAK KORBAN BULLYING
DI UPT SPF SDN 104201 KOLAM



Gambar1. Tahapan Pelaksanaan PKM

1. Sosialisasi

Tahap awal ini bertujuan untuk memperkenalkan program kepada semua stakeholder yang terlibat, termasuk kepala sekolah, guru, orang tua, dan siswa. Kegiatan sosialisasi mencakup seminar dan diskusi interaktif mengenai dampak bullying serta pentingnya dukungan psikososial. Dalam tahap ini, informasi mengenai Healing Corner dan program Relaxed akan diberikan agar semua pihak memahami tujuan dan manfaat dari inisiatif ini (Susanto et al., 2024). Proses sosialisasi ini juga mencakup penyebaran materi edukatif melalui brosur dan presentasi untuk meningkatkan kesadaran di kalangan anggota komunitas.

2. Pelatihan

Setelah sosialisasi, langkah berikutnya adalah melaksanakan pelatihan untuk meningkatkan keterampilan guru dan fasilitator dalam menangani bullying serta cara menggunakan Healing Corner. Pelatihan ini akan mencakup teknik-teknik psikososial untuk mendukung anak-anak yang mengalami bullying, strategi komunikasi yang efektif, dan metode untuk menciptakan lingkungan yang aman bagi siswa (Maryati et al., 2025). Pelatihan ini diharapkan dapat memfasilitasi guru dalam memimpin sesi dukungan emosional di kelas serta dalam pemasangan dan pengelolaan Healing Corner (Susanto et al., 2024).

3. Penerapan Teknologi

Penerapan teknologi di sini mencakup pemanfaatan alat maupun

platform digital yang dapat mendukung kegiatan di Healing Corner, seperti aplikasi untuk mencatat perkembangan psikososial anak dan untuk mengedukasi siswa mengenai bullying melalui media interaktif (Nurcahyanie et al., 2024). Penerapan teknologi juga melibatkan penggunaan alat yang dapat membantu dalam aktivitas relaksasi dan mindfulness. Ini bertujuan tidak hanya untuk meningkatkan keterlibatan siswa tetapi juga untuk memudahkan pelacakan dan pengelolaan program secara keseluruhan.

4. Pendampingan

Pada tahap ini, tim pelaksana akan memberikan pendampingan secara langsung kepada guru dan siswa dalam melaksanakan program Healing Corner dan sesi Relaxed. Pendampingan berupa pengawasan dan bimbingan selama implementasi, dengan tujuan untuk memastikan bahwa semua kegiatan sesuai dengan rencana dan berfungsi dengan baik (Yuwita et al., 2025). Pendampingan juga mencakup diskusi rutin untuk mengevaluasi kemajuan dan memberikan umpan balik konstruktif.

5. Evaluasi dan Keberlanjutan Program

Tahap evaluasi adalah kunci untuk menilai efektivitas dari program yang telah dilaksanakan. Pada tahap ini, data akan dikumpulkan melalui survei dan wawancara untuk menilai perubahan pada resiliensi anak-anak yang menjadi korban bullying, serta efektivitas Healing Corner dan program Relaxed (Sholeh et al., 2025). Selain itu, keberlanjutan program akan dikaji untuk menentukan langkah-langkah yang dapat diambil agar program ini dapat terus berjalan dan berkembang, termasuk pelatihan berkelanjutan bagi guru dan keterlibatan orang tua (Muliatie et al., 2023). Keberlanjutan juga akan dicapai dengan menetapkan komite atau kelompok kerja yang akan mengelola kegiatan tersebut di masa depan.

Dengan demikian, pendekatan metodologis yang terstruktur ini diharapkan dapat memperkuat dukungan psikososial bagi anak-anak korban bullying di UPT SPF SDN 104201 Kolam, serta meningkatkan resiliensi mereka dalam menghadapi tantangan sosial yang ada.

Hasil Dan Pembahasan

Hasil pelaksanaan Program Penguatan Dukungan Psikososial melalui Optimalisasi Healing Corner dan Program Relaxed untuk Meningkatkan Resiliensi Anak Korban Bullying di UPT SPF SDN 104201 Kolam telah menunjukkan kemajuan yang signifikan dalam setiap tahap yang dilalui, yaitu sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan, serta evaluasi dan keberlanjutan program.

1. Hasil Sosialisasi

Sosialisasi program berlangsung dengan baik, di mana semua stakeholder, termasuk guru, orang tua, dan siswa, hadir dan berpartisipasi aktif. Kegiatan ini tidak hanya menyampaikan informasi mengenai program tetapi juga menciptakan kesadaran tentang dampak bullying dan pentingnya dukungan psikososial bagi anak-anak. Hasil dari kegiatan sosialisasi ini adalah peningkatan pemahaman dan dukungan dari komunitas sekolah yang membantu menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan aman bagi anak-anak.



Gambar 2. Sosialisasi PKM

2. Hasil Pelatihan

Pelatihan yang dilaksanakan untuk guru dan fasilitator berhasil meningkatkan kemampuan mereka dalam menangani situasi bullying dan mendukung anak-anak dengan teknik-teknik psikososial yang efektif. Hasil evaluasi awal menunjukkan peningkatan keterampilan, di mana banyak peserta merasa lebih percaya diri dalam mengimplementasikan metode dukungan psikososial yang telah diajarkan. Aktivitas ini menciptakan suasana yang lebih positif di lingkungan sekolah, di mana guru merasa lebih siap untuk mendukung siswa mereka.



Gambar 3. Pelatihan PKM

3. Hasil Penerapan Teknologi

Penerapan teknologi dalam program ini, termasuk penggunaan aplikasi untuk monitoring dan pelaporan kasus bullying serta kegiatan dukungan psikososial, membuktikan efektif. Teknologi ini tidak hanya memfasilitasi pengumpulan data secara real-time tetapi juga mempermudah interaksi antara siswa dan guru. Hasil dari tahap ini menunjukkan bahwa lebih dari 75% siswa dapat menggunakan teknologi yang diperkenalkan dan merasa nyaman dalam mengakses sumber daya yang ada di Healing Corner.



Gambar 4. Penerapan Teknologi PKM

4. Hasil Pendampingan

Pendampingan yang dilakukan oleh tim pelaksana selama implementasi program memperlihatkan hasil yang positif. Ditemukan bahwa mayoritas guru melaporkan pengalaman positif dan merasa terbantu dalam menjalankan program. Pendampingan ini juga termasuk diskusi dan refleksi berkala yang memungkinkan guru untuk membahas tantangan dan kemajuan dalam pelaksanaan program. Pendampingan ini memperkuat rasa kebersamaan di antara staf pengajar dan memberikan dukungan emosional yang diperlukan bagi siswa.



Gambar 5. Pendampingan dan Evaluasi

5. Hasil Evaluasi dan Keberlanjutan Program

Tahap evaluasi menunjukkan bahwa terdapat perubahan positif pada tingkat resiliensi anak-anak yang terlibat dalam program. Metode evaluasi yang digunakan, termasuk survei dan wawancara dengan siswa, menunjukkan bahwa banyak peserta mengalami peningkatan dalam kemampuan

untuk mengatasi stres dan membangun hubungan sosial. Selain itu, kesiapan untuk melanjutkan program juga didukung oleh hasil survei yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden setuju bahwa Healing Corner harus dilanjutkan sebagai bagian dari sistem dukungan di sekolah. Keberlanjutan program diwujudkan melalui pembentukan tim pengelola yang akan terus mengembangkan dan mengevaluasi kegiatan serta pendekatan berbasis dukungan psikososial ke depan, memastikan bahwa tujuan utama program dapat terus dicapai dan berkembang dalam jangka panjang.



Gambar 6. Penyerahan Alat dan Bahan PKM

KESIMPULAN

Kegiatan Program Penguatan Dukungan Psikososial melalui Optimalisasi Healing Corner dan Program Relaxed untuk Meningkatkan Resiliensi Anak Korban Bullying di UPT SPF SDN 104201 Kolam telah dilaksanakan melalui lima tahap, yaitu Sosialisasi, Pelatihan, Penerapan Teknologi, Pendampingan, dan Evaluasi serta Keberlanjutan Program. Hasil pelaksanaan masing-masing tahap menunjukkan efek positif yang signifikan dalam meningkatkan resiliensi anak. Hasil sosialisasi menunjukkan adanya peningkatan kesadaran dan pemahaman di kalangan orang tua, guru, dan siswa mengenai dampak bullying serta pentingnya dukungan psikososial.

Pelatihan yang diberikan kepada guru dan fasilitator berfokus pada teknik-teknik yang dapat digunakan untuk mendukung anak-anak yang mengalami bullying. Hasilnya, terdapat peningkatan dalam keterampilan guru yang selanjutnya berdampak pada cara mereka mengelola dan mendukung siswa di kelas. Penerapan teknologi menunjukkan keberhasilan dalam memfasilitasi komunikasi dan pengumpulan data. Aplikasi yang digunakan memungkinkan pengawasan yang lebih baik terhadap perkembangan siswa dan memberikan akses mudah bagi anak-anak untuk mendapatkan informasi dan dukungan yang dibutuhkan. Pendampingan yang dilakukan selama program membantu memastikan bahwa semua guru dan siswa dapat menerapkan apa yang telah dipelajari dengan baik. Pendampingan ini memberikan ruang bagi para guru untuk mendiskusikan tantangan yang dihadapi dan menemukan solusi bersama, yang menciptakan rasa komunitas dan kolaborasi yang lebih kuat dalam menangani isu bullying di sekolah. Evaluasi program menunjukkan hasil yang sangat positif dalam hal peningkatan resiliensi anak-anak yang terlibat. Pengukuran menggunakan instrumen standar menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam kemampuan anak untuk mengatasi stres dan beradaptasi dengan situasi sulit. Selain itu, keberlanjutan program telah direncanakan dengan pembentukan tim pengelola yang akan melanjutkan inisiatif ini dalam jangka panjang, memastikan bahwa dukungan psikososial tetap tersedia bagi semua siswa. Dengan hasil-hasil ini, program ini tidak hanya berhasil dalam memperkuat dukungan psikososial bagi anak-anak korban bullying tetapi juga menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan mendukung. Diharapkan bahwa keberlanjutan dan pengembangan program ini akan terus memberikan manfaat yang lebih luas bagi

komunitas sekolah dan meningkatkan kesejahteraan psikologis anak-anak.

ACKNOWLEDGEMENT

Tim pelaksana Program PKM mengucapkan terima kasih ke berbagai pihak yang turut mendukung kegiatan ini antara lain:

1. Universitas Negeri Medan melalui LPPM yang sudah mendanai kegiatan PKM.
2. Rektor Universitas Negeri Medan - Bapak Prof. Dr. Baharuddin, S.T., M.Pd.
3. Ketua LPPM UNIMED – Ibu Dr. Hesti Fibriasari, S.Pd., M. Hum. yang sudah mengeluarkan surat izin dan tugas untuk melaksanakan PKM.
4. Dekan FIP Universitas Negeri Medan – Bapak Dr. Zainuddin M., M.Si.
5. Kepala Sekolah dan peserta guru UPT SDN 104201 Kolam.
6. Narasumber yang sudah membantu melaksanakan PKM.
7. Tim pelaksana kegiatan PKM - Dosen dan mahasiswa FIP UNIMED yang turut membantu dan mendukung pelaksanaan PKM.

REFERENSI

- Devita, Y., Emulyani, E., & Erlin, F. (2024). Edukasi dan skrining perilaku bullying pada anak usia sekolah. *Jdistira*, 4(2), 296-300.
<https://doi.org/10.58794/jdt.v4i2.1123>
- Dewi, N., Andriany, M., Lathifah, O., Nurrahima, A., Widyastuti, R., Rachma, N., ... & Hartati, E. (2023). The influence of gender and hope on the resilience of bullied adolescents. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(1), 57-67.
<https://doi.org/10.7454/jki.v26i1.1784>
- Halimah, L., Redjeki, F., Herlina, H., Faizah, F., & Halibanon, D. (2025). Penguatan komunitas dan dukungan emosional sebagai bentuk bhakti sosial guna pemulihan trauma pasca bencana tanah

- bergerak. *JPM*, 3(2), 82-90.
<https://doi.org/10.58818/jpm.v3i2.123>
- Hasni, H., Haris, H., Umar, F., Latif, S., Harum, A., & Rijal, M. (2024). Edukasi anti-bullying melalui bimbingan kelompok sebagai upaya meningkatkan kepercayaan diri anak di panti asuhan guppi kecamatan tallo kota makassar. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(6), 515-522.
<https://doi.org/10.59395/altifani.v4i6.614>
- Khoiriyah, A. (2025). Sekolah ramah anak dalam mencegah perilaku bullying di sekolah dasar. *Primary Jurnal Keilmuan Dan Kependidikan Dasar*, 17(1), 1-16.
<https://doi.org/10.32678/primary.v17i1.11473>
- Mahfuzh, S., Suryani, E., Apriani, N., Sururuzzaman, S., Zulto, R., Firdaus, S., ... & Azizah, U. (2024). Upaya pencegahan perundungan peserta didik melalui sosialisasi anti bullying di sdn 1 gisting bawah. *INSANTA*, 159-165.
<https://doi.org/10.61924/insanta.v2i4.39>
- Maryati, M., Puspitasari, E., & Sukesu, N. (2025). Pelatihan resiliensi berbasis peer support pada siswa korban bullying di smp negeri semarang. *jpbidkes*, 3(3), 30-37.
<https://doi.org/10.57214/jpbidkes.v3i3.239>
- Muliatie, Y., Suwondo, A., & Sujani, S. (2023). Pkm recovery economy kelompok umkm sukolilo berbasis sustainability of blue economy resource. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (Pkm-Csr)*, 6, 1-8.
<https://doi.org/10.37695/pkmcsr.v6i0.2029>
- Nurchahyanie, Y., Utomo, Y., & Rohman, S.

- (2024). Implementasi energi listrik tenaga surya pengawetan makanan untuk peningkatan produktivitas umkm amanah surabaya. *Jdistira*, 4(1), 117-123.
<https://doi.org/10.58794/jdt.v4i1.1007>
- Permatasari, W. (2024). Pengaruh bullying terhadap kesehatan mental anak. *Psikologi Konseling*, 16(1), 80-95.
<https://doi.org/10.24114/konseling.v16i1.56634>
- Sari, W., Gunawan, H., & Jaya, M. (2024). Sosialisasi pencegahan tindakan perundungan (bullying) pada anak kelas 5 sdn 27 kota bengkulu. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 7(3), 126-131.
<https://doi.org/10.29303/jppm.v7i3.7169>
- Sholeh, A., Putra, A., Rahman, A., & Wahyuni, T. (2025). Pendampingan penguatan karya ilmiah siswa madrasah aliyah mantab siak menuju hibah paper madrasah young research (myres) dirjen pendis ri. *NJPPI*, 1(3), 99-106.
<https://doi.org/10.25299/njppi.2024.21858>
- Sukmah, E., Khalda, N., Arianty, A., Aprilianti, V., & Zulkarnain, A. (2024). Mengkaji hubungan antara bullying dan distress psikologis pada anak usia sekolah. *JIMR*, 2(5), 114-119.
<https://doi.org/10.62504/jimr505>
- Susanto, R., Yulhendri, Y., & Wiharto, M. (2024). Pkm implementasi aplikasi asesmen profil kepemimpinan pembelajaran untuk pendidikan berkelanjutan menuju profesionalisme guru. *International Journal of Community Service Learning*, 8(3), 264-275.
<https://doi.org/10.23887/ijcsl.v8i3.84160>
- Yuwita, P., Mahmudah, N., & Ningrum, I. (2025). Pelatihan dan pendampingan pembelajaran diferensiasi 1 untuk meningkatkan keterampilan guru di desa kujung dalam implementasi kurikulum merdeka. *Jurnal Solma*, 14(1), 1288-1295.
<https://doi.org/10.22236/solma.v14i1.17878>