



Peran Mahasiswa KKN guna Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Mental dan Pencegahan Perundungan untuk Warga IOM Surabaya di Desa Sawotratap Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo

The Role of KKN Students in Increasing Mental Health Awareness and Preventing Bullying for IOM Surabaya Residents in Sawotratap Village, Gedangan District, Sidoarjo Regency

Aristawidyana Salsabila^{1*}, Seftia Aulia Putri², Petrasia Yao³, Ricky Alejandro Martin⁴

^{1,2,3,4} Fakultas Ilmu Sosial Ilmu Politik, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email: aristawidyana08@gmail.com¹, seftiaaulia2002@gmail.com², yaopetrasia29@gmail.com³, rickymartin@untag-sby.ac.id⁴

Article History:

Received: Mei 12, 2025;

Revised: Juni 19, 2025;

Accepted: August Juni 20, 2025;

Online Available: Juni 21, 2025;

Published: August Juni 21, 2025;

Keywords: KKN, Mental Health, Bullying, Stress Fighter, Community Service.

Abstract: *The Community Service Program (Kuliah Kerja Nyata/KKN) conducted by students of Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya at IOM Surabaya aimed to increase public awareness of the importance of mental health and bullying prevention. The program was designed using an educational and participatory approach, targeting children, adolescents, and parents living in the refugee area of IOM in Sawotratap Village, Gedangan District, Sidoarjo Regency. The activities included bullying awareness sessions, stress management education, individual counseling, relaxation training, group coloring, and bead bracelet-making as therapeutic tools. The findings showed that participants experienced an increase in their understanding of bullying behavior, early symptoms of stress, and practical strategies for emotional regulation. Children demonstrated a growing confidence in expressing their experiences with bullying, while parents gained new knowledge on how to manage stress within the household. Creative activities such as coloring and beading were effective in providing a safe space for self-expression, enhancing social interaction, and promoting psychological well-being. Overall, this program illustrates that simple, context-sensitive interventions can produce meaningful psychosocial impacts and serve as an entry point for sustainable community empowerment. It is recommended that similar approaches be adopted in other vulnerable communities to foster inclusive, mentally resilient environments.*

Abstrak

Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di IOM Surabaya bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental dan pencegahan bullying. Program ini dirancang dengan pendekatan edukatif dan partisipatif dengan sasaran anak-anak, remaja, dan orang tua yang tinggal di wilayah pengungsian IOM di Desa Sawotratap, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo. Kegiatan yang dilakukan antara lain sesi kesadaran bullying, edukasi manajemen stres, konseling individu, pelatihan relaksasi, mewarnai kelompok, dan pembuatan gelang manik-manik sebagai alat terapi. Temuan menunjukkan bahwa peserta mengalami peningkatan pemahaman tentang perilaku intimidasi, gejala awal stres, dan strategi praktis untuk pengaturan emosi. Anak-anak menunjukkan semakin percaya diri dalam mengungkapkan pengalaman mereka menghadapi penindasan, sementara orang tua memperoleh pengetahuan baru tentang cara mengelola stres dalam rumah tangga. Kegiatan kreatif seperti mewarnai dan membuat manik-manik efektif dalam memberikan ruang aman untuk ekspresi diri, meningkatkan interaksi sosial, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Secara keseluruhan, program ini menggambarkan bahwa intervensi sederhana dan peka konteks dapat menghasilkan dampak psikososial yang berarti dan menjadi pintu masuk pemberdayaan masyarakat yang berkelanjutan. Disarankan agar pendekatan serupa diterapkan pada komunitas rentan lainnya untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan berketahanan.

*Corresponding author, aristawidyana08@gmail.com

mental.

Kata Kunci: KKN, Kesehatan Mental, Bullying, Stressfighter, Pengabdian Masyarakat.

1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata atau yang biasa disebut KKN merupakan program yang wajib dilakukan oleh mahasiswa dalam pendidikannya di Universitas. Mahasiswa merupakan sebutan dari seseorang yang menempuh pendidikan di jenjang perguruan tinggi (Ir Sutami et al., 2023). Program ini merupakan program pengabdian terhadap masyarakat dengan menggunakan ilmu yang telah di dapat dari kampus (Sulistiyono et al., 2024). KKN ini dilaksanakan dalam waktu yang berbeda-beda di setiap kampus tergantung peraturan yang berlaku. Dalam Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya KKN ini dilaksanakan dalam kurun waktu 2 minggu. KKN Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dilaksanakan di Desa Sawotratap Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo IOM Surabaya. IOM adalah organisasi internasional yang dibuat khusus migrasi, IOM merupakan bagian dari Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) sebagai organisasi antar-pemerintah yang bertugas untuk mempromosikan migrasi, organisasi ini sudah ada sejak tahun 1979 di Indonesia (International for Migration, n.d.).

Indonesia sebagai negara yang tidak meratifikasi Konvensi PBB Tahun 1951 tentang Status Pengungsi dan Protokol 1967, menerbitkan Peraturan Presiden No.125/2016 tentang Penanganan Pengungsi dari Luar Negeri dalam menangani permasalahan orang asing yang bertujuan untuk mengungsi dan singgah di Indonesia sebelum menuju negara ketiga, umumnya menuju ke Australia (Wiraputra, 2018). Para pengungsi yang menetap di sini berasal dari berbagai macam negara, seperti Somalia, Afganistain, dan Myanmar dan berjumlah 80 orang. Dalam melaksanakan pengabdian terhadap masyarakat mahasiswa melakukan beberapa program untuk memberikan solusi dari permasalahan yang terdapat di desa yang dipilih sebagai tempat pelaksanaan kegiatan KKN. Program pengabdian ini dilakukan berdasarkan observasi yang telah dilakukan di desa. Pengaruh kondisi sosial dan ekonomi imigran tentunya bisa berakibat baik secara langsung maupun secara tidak langsung bagi Indonesia (Sinaga, 2022). Dalam melaksanakan program pengabdian, mahasiswa menerapkan ilmu dari jurusan yang ditempuh mahasiswa di kampus, tujuannya adalah agar dalam melaksanakan program dapat berjalan dengan sempurna (Nurfadilah et al., 2023).

Dari hasil observasi yang telah dilakukan didapatkan 2 program yang dapat dilaksanakan di IOM Surabaya. Diantaranya adalah Sosialisasi Kegiatan Bullying dan Sosialisasi Stress Fighter.

Permasalahan kesehatan mental serta bullying sudah menjadi fenomena global yang mengakibatkan dampak buruk bagi kualitas hidup seorang individu. Korban perundungan kerap kali terjadi terhadap anak-anak yang seharusnya anak-anak merupakan seseorang yang harus dilindungi dan harus merasa aman (Irfan Oktavianus, 2024). Selanjutnya yang terjadi terhadap orang tua serta remaja adalah stress. Stress sering kali dianggap hal yang sepele dan diremehkan. Padahal hal ini dapat memberikan dampak negatif dalam kehidupan sehari-hari jika dibiarkan begitu saja. Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya merupakan bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, maka mahasiswa dituntut untuk dapat terlibat secara aktif dalam kegiatan pengabdian masyarakat untuk memberikan solusi terhadap isu-isu yang terjadi (Putriani et al., 2025). Dengan menggunakan pendekatan secara edukatif, sosialisasi ini diharapkan dapat memberikan pemahaman sekaligus solusi sederhana untuk masyarakat.

Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada penyampaian materi satu arah, namun juga dirancang agar warga IOM Surabaya ikut terlibat secara aktif dalam kegiatan ini sebagai peserta. Dengan melakukan aktivitas yang interaktif seperti diskusi kelompok, sesi tanya jawab, dan simulasi sederhana, diharapkan warga dapat memahami materi yang disampaikan serta dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-harinya. Selanjutnya program ini juga dilengkapi dengan adanya kegiatan lanjutan seperti konsultasi bagi para korban perundungan, dan pelatihan keterampilan sebagai bentuk terapi stres, seperti pelatihan meronce gelang dan relaksasi pijat sederhana. Dengan demikian, terjadi interaksi yang sinergis antara mahasiswa dengan masyarakat, saling menerima dan memberi, saling mengasah, kasih sayang dan kepedulian (Husni Fauzi et al., 2023).

Sebagai pengungsi, warga IOM Surabaya memiliki keterbatasan layanan psikologis. Kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting bagi manusia sama halnya seperti kesehatan fisik pada umumnya (Putri et al., 2015). Maka dengan adanya kegiatan ini dapat membantu mereka dalam mendapatkan layanan tersebut. Mereka belum menganggap bahwa kesehatan mental adalah suatu hal yang penting (Indari et al., 2023). Mayoritas pengungsi kerap mengalami tekanan mental yang diakibatkan dari kondisi kehidupan yang mereka alami, keterasingan dari tanah kelahiran mereka, hingga masalah adaptasi dengan budaya negara yang mereka singgahi. Sebagai mahasiswa sudah seharusnya hadir untuk mengatasi permasalahan ini, memberikan perhatian, serta turut menciptakan lingkungan sosial yang sehat dan suportif. Adanya kegiatan pengabdian terhadap masyarakat ini diharapkan tidak hanya sebagai pemenuhan kewajiban akademik mahasiswa,

namun juga dapat memberikan dampak positif dan manfaat jangka panjang bagi warga IOM Surabaya. Oleh karena penting di setiap

negara memiliki upaya penanggulangan akibat dari gangguan kesehatan mental (Ayuningtyas et al., 2018).

2. METODE

Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan oleh Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di IOM Surabaya dengan menggunakan metode pelaksanaan partisipasi dan edukatif. Metode ini dirancang untuk melibatkan warga secara aktif dalam proses pemberian materi, mereka akan diminta mengisi *Pre-Test* dan *Post-Test* tentang materi yang akan disampaikan. Sosialisasi ini dilaksanakan dengan melibatkan langsung warga IOM Surabaya di setiap rancangan acara. Tahapan kegiatan yang dilakukan sebagai berikut :

1) Sosialisasi *Bullying* (Perudungan)

Bullying berasal dari kata *bully* yang artinya penggertak, orang yang mengganggu orang yang lemah (Restyadiana Agni & Febriana Poppy, 2024). *Bullying* sosial merupakan jenis *bullying* berupa pelemahan harga diri korban secara sistematis melalui pengabaian, pengucilan, dan penghindaran (Zulpikar, 2019). Sosialisasi ini dilaksanakan di lingkungan IOM Surabaya dengan sasaran utama anak-anak dan remaja. Dalam pelaksanaan kegiatan ini pemateri menyampaikan materi mengenai definis bullying, jenis-jenis bullying, dampak dari bullying, dan strategi dalam menghadapi bullying. Perudungan dapat berupa seorang pemain basket senior berpengalaman mengintimidasi pemain baru di depan wasit, anak-anak yang terus-menerus menstigmatisasi teman kelas imigran karena perbedaan budaya, atau siswi sekolah menengah yang tiba-tiba dihina dan dikucilkan dari kelompok temannya (Divecha, 2021). Sosialisasi ini dilakukan secara interaktif dengan bantuan visual dan simulasi peran (*roleplay*).

2) Sosialisasi *Stress Fighter*

Sosialisasi ini ditujukan untuk para orang tua dan remaja. Materi yang disampaikan tentang pengenalan stress, jenis stress, tingkatan stress, solusi dalam menghadapi stress, tahapan stress, relaksasi dalam mengatasi stress.

3) Kegiatan Lanjutan

a) Mewarnai Bersama

Mewarnai bersama ini dilakukan setelah kegiatan sosialisasi perundungan, tujuan dari kegiatan ini adalah sebagai media relaksasi serta ekspresi dari anak-anak agar memperkuat pemahaman mereka melalui aktivitas menyenangkan.

b) Sesi Konsultasi Korban Perundungan

Konsultasi ini dilakukan secara *private* terhadap 2 anak korban *bullying* (inisial M & A) yang ada di IOM Surabaya. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan mereka dukungan awal dan menjembatani mereka jika memerlukan tindakan lanjutan.

c) Pelatihan Relaksasi Pijat

Pelatihan ini diberikan kepada orang tua dan remaja sebagai teknik sederhana yang dapat digunakan sebagai solusi meredakan ketegangan fisik akibat stress.

d) Meronce Gelang

Aktivitas ini bertujuan sebagai media terapi motorik halus selain itu aktivitas ini juga bertujuan untuk menumbuhkan kebersamaan serta empati yang dibangun dengan interaksi sesama warga.

3. HASIL

Kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata) yang dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya menghasilkan beberapa temuan penting mengenai peningkatan kesadaran masyarakat akan kesehatan mental serta aktivitas perundungan. Temuan-temuan ini didapatkan melalui kegiatan observasi secara langsung, diskusi kelompok, sesi konsultasi secara terbuka, serta keterlibatan langsung warga IOM Surabaya baik anak-anak, remaja, hingga orang tua. Berikut adalah temuan yang telah didapatkan :

Anak dan Remaja Mulai Mengenali serta Mengungkap Pengalaman Perundungan

Sebelum dilakukannya sosialisasi, sebagian besar dari anak-anak di IOM Surabaya tidak mengetahui, bahwa tindakan ejekan, pengucilan, atau intimidasi yang mereka alami dapat dikategorikan sebagai perundungan. Setelah adanya penyuluhan interaktif yang disampaikan dengan metode audio-visual peserta anak-anak menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap berbagai jenis perundungan, baik verbal, fisik, maupun sosial. Pada sesi konsultasi lanjutan, dua orang anak berani menceritakan pengalaman pribadi mereka sebagai korban ejekan dari teman

sebayanya. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang dilakukan mampu menciptakan rasa aman dan ruang komunikasi terbuka. Keberanian anak untuk bercerita menandai awal terbentuknya kesadaran bahwa mereka berhak atas rasa aman dan perlindungan dari tindakan tidak menyenangkan di lingkungan sekitar. Dapat dikatakan bahwa program edukasi berbasis partisipatif efektif dalam membangun kesadaran anak terhadap kekerasan psikis.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Perundungan

Gambar 1 menunjukkan kegiatan sosialisasi perundungan dipimpin oleh mentor bernama Rizky Dwi Bakhtiar Surin yang menjabat sebagai dosen psikologis Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Lalu dilanjutkan dengan sesi konsultasi dengan 2 anak dari warga IOM Surabaya inisial M&A.

Wawasan Orang Tua tentang Deteksi Dini dan Penanganan Stres di Rumah

Kelompok orang tua, terutama ibu rumah tangga, mengaku baru pertama kali mengikuti penyuluhan mengenai kesehatan mental. Sebagian dari mereka sebelumnya menganggap stres hanyalah kelelahan biasa akibat rutinitas. Metode penyampaian menggunakan bahasa sederhana dan contoh situasi sehari-hari membuat materi mudah dipahami. Mereka juga diajarkan teknik relaksasi ringan yang bisa dilakukan sendiri di rumah, seperti latihan pernapasan dan peregangan ringan. Respon dari para orang tua menunjukkan bahwa penyuluhan dengan pendekatan praktis meningkatkan pengetahuan keluarga dalam menangani stres secara mandiri.



Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi *Stress Fighter*

Gambar 2 menunjukkan kegiatan Sosialisasi dari *Stress Fighter* yang dilakukan oleh Bu Inka Sukma Melati S.Psi., M.Psi. selaku dosen Psikologi dari Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Pelatihan Meronce dan Relaksasi: Meningkatkan Motorik dan Mental Anak

Kegiatan meronce manik-manik yang diperkenalkan sebagai bagian dari program *stress fighter* memiliki dampak ganda, yakni sebagai sarana terapi aktivitas untuk menurunkan tingkat stres dan sebagai media pengembangan keterampilan motorik halus. Efek positif dari kegiatan semacam ini diperkuat oleh penelitian dari Lestari (2021), yang menunjukkan bahwa terapi aktivitas kreatif seperti kerajinan tangan berkontribusi terhadap penurunan stres dan kecemasan pada individu dewasa, sekaligus meningkatkan keterlibatan sosial dalam komunitas.



Gambar 3. Kegiatan Meronce Gelang

Mewarnai sebagai Sarana Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak

Kegiatan mewarnai yang diberikan kepada anak-anak dilakukan bukan hanya sebagai bentuk hiburan, tetapi juga sebagai sarana menyalurkan emosi dan mengembangkan kepercayaan diri. Mereka diberi kebebasan memilih warna dan gaya gambar. Hasil karya mereka menunjukkan berbagai ekspresi emosional ada yang menggambar keluarganya sedang tersenyum, rumah dengan warna cerah, hingga cita-cita mereka kelak.

Dalam sesi penjelasan gambar, anak-anak berani mempresentasikan hasil karya mereka di depan teman-teman, yang menunjukkan peningkatan rasa percaya diri. Kegiatan ini juga membangun empati antar anak-anak ketika mereka saling memberikan apresiasi. Berdasarkan evaluasi, kegiatan ini berhasil menciptakan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan diri, yang sebelumnya sangat jarang mereka dapatkan. Ini sejalan dengan pendapat Pramudita (2020) bahwa aktivitas seni dapat menjadi media katarsis emosional bagi anak-anak dan membentuk identitas positif.



Gambar 4. Hasil Mewarnai Anak-Anak

Secara keseluruhan pendekatan yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa KKN Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya bersifat menyeluruh dikarenakan pendekatan yang dilakukan mencakup seluruh aspek yaitu edukatif, psikolog, dan sosial. Kegiatan ini juga berfungsi untuk memberikan masyarakat sebagai ruang berbicara dan berdiskusi mengenai hal-hal yang dianggap lumrah, tabu, sepele. Dengan melibatkan mahasiswa secara langsung dan pendekatan berdasarkan komunitas, kegiatan yang telah dilakukan berhasil menciptakan dampak sosial yang positif.

4. DISKUSI

Melalui serangkaian kegiatan interaktif ini, anak-anak dan remaja warga imigran kini lebih mengenali berbagai bentuk perundungan dan berani berbagi pengalaman pribadi mereka. Edukasi yang diberikan terbukti mampu menciptakan rasa aman dan membuka ruang komunikasi, suatu langkah awal yang krusial dalam membentuk kesadaran akan kekerasan pada psikis. Selain itu, para orang tua khususnya ibu rumah tangga, kini mendapatkan wawasan baru mengenai pentingnya mengenali stres sejak dini dan bagaimana menanganinya dengan sederhana di rumah. Ini adalah pemahaman sederhana yang sebelumnya jarang mereka dapatkan, serta memberika mereka alat praktis unntuk menjaga kesehatan mental keluarga.

5. KESIMPULAN

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya di Desa Sawotratap, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo khususnya di kawasan IOM Surabaya berhasil memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan kesadaran masyarakat terhadap isu kesehatan mental dan perundungan. Pendekatan edukatif melalui kegiatan sosialisasi, pelatihan, dan aktivitas kreatif terbukti efektif dalam menjangkau berbagai kelompok sasaran, mulai dari anak-anak hingga orang tua. Salah satu capaian penting dari program ini adalah munculnya keberanian dari anak-anak untuk berbicara mengenai pengalaman mereka terkait perundungan, serta meningkatnya pengetahuan orang tua tentang cara mengatasi stres secara mandiri. Aktivitas kreatif seperti mewarnai dan meronce juga terbukti mampu menciptakan ruang aman bagi peserta untuk mengekspresikan diri dan membangun hubungan sosial yang positif di lingkungan mereka.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Secara keseluruhan, kegiatan KKN ini menunjukkan bahwa program pengabdian masyarakat yang dirancang berdasarkan observasi langsung dan pendekatan kontekstual mampu memberikan dampak positif. Inovasi sederhana, seperti pelatihan relaksasi dan kerajinan tangan, bukan hanya meningkatkan kesejahteraan psikologis, tetapi juga membuka peluang pemberdayaan ekonomi.

Dengan demikian, pelaksanaan KKN di IOM Surabaya bukan hanya menjadi wadah mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan, tetapi juga berperan sebagai agen perubahan sosial yang turut membangun ketahanan masyarakat. Diharapkan, kegiatan ini dapat berlanjut secara berkelanjutan dengan dukungan dari lembaga atau mitra terkait.

DAFTAR REFERENSI

- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>
- Divecha, D. (2021). Apa Cara-Cara Terbaik Mencegah Perundungan Di Sekolah. *Jurnal Lazuardi*, 4(2), 94–98. <https://doi.org/10.53441/jl.vol4.iss2.63>
- Husni Fauzi, Yayan Hendayana, Nurul Rahmah, Berliana Febrianti, Adela Rizkha, Diana Noviyanti, Evi Permatasari, Arya Bayu Sayeti, Muhamad Ramdan, Maiyona Dannisya, & Alfia Dwi Cahyani. (2023). Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Kuliah Kerja Nyata (Kkn) Di Desa Srimukti Kabupaten Bekasi. *SAFARI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(3), 155–166. <https://doi.org/10.56910/safari.v3i3.722>
- International Organization for Migration (IOM). (n.d.). *Karir*. IOM Indonesia. <https://indonesia.iom.int/id/karir>
- Indari, I., Yuni Asri, Aminah, T., & Rizzal, A. F. (2023). Peer Education: Kesehatan Mental Remaja Untuk Pencegahan Gangguan Mental Remaja di Desa Ngadas. *Journal of*