



## Luka Batin Tak Terlihat: Dampak Bullying pada Kesehatan Psikologis Siswa

Bunga Dahlia<sup>1</sup>, Dania salsaibah Azzahra<sup>2</sup>, Aurora Risqika Azzahra<sup>3</sup>,  
Selfia Puspita Dewi<sup>4</sup>, Fayzalisha Asheela Gunawan<sup>5</sup>, Rijal Abdillah<sup>6</sup>

<sup>1-6</sup> Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

Alamat: Jl. Raya Perjuangan Bekasi Utara, Kota Bekasi, Jawa Barat 17121, Indonesia  
Korespondensi penulis: [bngadhlia09@gmail.com](mailto:bngadhlia09@gmail.com)

**Abstract.** *Bullying is a phenomenon that has a serious impact on students' psychological health. This study aims to examine the impact of bullying on students' mental well-being, including stress, anxiety, and depression. The research method used was quantitative with a descriptive and correlational survey design, involving 35 respondents from high school students. The results showed that 57.14% of respondents had experienced bullying, with verbal forms being the most dominant (75%). The findings also revealed that bullying has a significant impact on students' mental health, with 71.43% of respondents reporting major psychological disorders. The conclusion of this study emphasizes the need for comprehensive efforts to prevent bullying in schools, through educational programs, anti-bullying policies, and social support.*

**Keywords:** *Bullying, social support, mental health, students.*

**Abstrak.** Bullying merupakan fenomena yang berdampak serius terhadap kesehatan psikologis siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak bullying terhadap kesejahteraan mental siswa, termasuk stres, kecemasan, dan depresi. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain survei deskriptif dan korelasional, melibatkan 35 responden dari kalangan siswa sekolah menengah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 57,14% responden pernah mengalami bullying, dengan bentuk verbal paling mendominasi (75%). Temuan ini juga mengungkapkan bahwa bullying memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental siswa, dengan 71,43% responden melaporkan gangguan psikologis yang besar. Kesimpulan dari penelitian ini menekankan perlunya upaya komprehensif dalam mencegah bullying di sekolah, melalui program edukasi, kebijakan anti-bullying, dan dukungan sosial.

**Kata kunci:** Bullying, dukungan sosial, kesehatan mental, siswa.

### 1. LATAR BELAKANG

Bullying merupakan fenomena yang semakin banyak mendapatkan perhatian dalam konteks pendidikan, terutama terkait dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Dalam beberapa tahun terakhir, penelitian menunjukkan bahwa bullying tidak hanya berdampak pada kehidupan sosial dan akademik siswa, tetapi juga memiliki konsekuensi serius bagi kesehatan mental mereka. Berdasarkan penelitian, siswa yang menjadi korban bullying sering mengalami berbagai masalah psikologis, seperti stres, kecemasan, dan depresi (Nuryuliza et al., 2024). Dampak ini dapat mempengaruhi performa akademik mereka, menyebabkan penurunan motivasi belajar, serta kesulitan dalam berinteraksi sosial (Rohmani & Aini, 2024). Korban bullying juga cenderung merasa terisolasi dan memiliki harga diri yang rendah, yang dapat berlanjut hingga dewasa (Sartika & Bajirani, 2024).

Berdasarkan data Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI), sekolah menjadi lokasi utama terjadinya kasus bullying atau kekerasan. Ubaid menyebutkan bahwa 60% dari kasus yang dilaporkan terjadi di sekolah, 16% di madrasah, dan 20% di pesantren. Secara keseluruhan, JPPI mencatat 573 kasus kekerasan di sekolah sepanjang tahun 2024, yang menunjukkan peningkatan lebih dari 100% dibandingkan tahun 2023. Selain itu, JPPI juga menemukan bahwa guru menjadi pelaku kekerasan terbanyak di sekolah, mencapai 43,9% dari total pelaku. Menurut Ubaid Matraji, 39,8% pelaku lainnya terdiri dari kakak kelas, masyarakat, serta pihak dari luar lingkungan sekolah. Sementara itu, peserta didik yang menjadi pelaku kekerasan tercatat sebanyak 13% (Mashabi & Prastiwi, 2024)).

Siswa yang mengalami bullying sering merasa terancam dalam lingkungan sekolah, yang mengarah pada peningkatan kadar hormon stres dan mengganggu keseimbangan mental mereka. Kecemasan yang berkepanjangan dapat mengganggu konsentrasi belajar dan interaksi sosial. Banyak korban bullying mengalami gejala depresi, termasuk perasaan tidak berharga dan kehilangan minat terhadap aktivitas yang sebelumnya mereka nikmati. Dalam kasus ekstrem, ini dapat berujung pada keinginan untuk bunuh diri (Setyanawati, 2016). Lingkungan sekolah memiliki peran penting dalam mencegah dan menangani tindakan bullying. Sekolah perlu menerapkan pendekatan holistik untuk menciptakan suasana yang aman dan mendukung bagi semua siswa. Ini termasuk pelatihan bagi guru tentang cara mengenali tanda-tanda bullying dan memberikan dukungan kepada korban.

Penelitian tentang dampak bullying telah memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman kita. seperti yang diteliti oleh (Risyda et al., 2024) risy yang membahas tentang pemahaman mendalam tentang dampak psikologis, penelitiannya memberikan kita wawasan yang lebih dalam mengenai dampak negatif bullying, seperti peningkatan risiko stres, kecemasan dan depresi pada siswa. Pada hasil penelitian yang menunjukkan jika korban bullying sering kali mengalami gangguan psikologis yang dapat mempengaruhi performa akademik dan hubungan sosial. Pastinya bullying ada berbagai macam jenis nya, maka dari itu (Lotulung & Kasingku, 2022) membahas tentang identifikasi jenis bullying yang dibagi menjadi beberapa jenis, seperti bentuk bullying fisik, verbal, maupun emosional dan bagaimana masing-masing jenis dapat mempengaruhi kesehatan mental siswa secara berbeda (Widiawati et al., 2024). Karena hal ini tentunya penting untuk merancang intervensi yang lebih efektif. kita bisa melakukan intervensi dimana saja. Namun sekolah adalah lingkungan dimana anak-anak menghabiskan waktunya sehari-hari. menurut data KPAI dan FSGI dalam (“Kasus Bullying Pada Anak Di Sekolah Tinggi, Homeschooling Bisa Jadi Pilihan Terbaik,” 2024) kasus bullying telah menjadi masalah serius di lingkungan sekolah.

Tercatat sebanyak 1.478 kasus bullying telah dilaporkan. Dengan data ini, sekolah memiliki tanggung jawab besar untuk mencegah dan mengatasi bullying serta menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung bagi seluruh siswa (Choiriyah et al., 2019).

Dampak bullying terhadap kesejahteraan psikologis siswa adalah isu yang kompleks dan memerlukan perhatian serius dari semua pihak terkait. Dengan memahami dampak tersebut, diharapkan dapat diciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif dan mendukung pertumbuhan psikologis siswa. Adapun tujuan penelitian lebih lanjut ini diperlukan untuk mengeksplorasi strategi efektif dalam mencegah bullying serta mendukung kesehatan mental siswa di sekolah.

Meskipun sudah banyak penelitian yang membahas terkait dampak bullying, masih ada beberapa area atau hal yang perlu diteliti lebih lanjut. Adapun beberapa hal yang belum ada dari penelitian sebelumnya yang potensial. Seperti kurangnya penelitian jangka panjang, karena kebanyakan penelitian lebih fokus pada dampak langsung bullying dan jarang sekali meneliti apa saja efek jangka panjangnya pada kesehatan mental si korban, apakah dampak tersebut berkelanjutan hingga si korban beranjak dewasa (Ni'mah, 2023). Selain kurangnya penelitian jangka panjang, faktor sosial dan budaya juga menjadi hal yang perlu diteliti lebih lanjut, karena peneliti sering sekali tidak mempertimbangkan pengaruh faktor sosial dan budaya dalam pengalaman bullying (Sufriani & Sari, 2017). Misalnya, bagaimana gender, etnisitas hingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengalaman dan dampak bullying (Trimardhani et al., 2021).

(Dwi Prastiwi et al., 2021) berpendapat bahwa meskipun ada beberapa studi tentang intervensi untuk mengatasi bullying, masih sedikit penelitian yang mengevaluasi efektivitas berbagai program pencegahan di sekolah, termasuk peran orang tua dan komunitas dalam mendukung siswa. Banyak penelitian yang mengatakan bullying berdampak pada kesehatan mental si korban, tapi jarang sekali ditemukan penelitian yang mendalam untuk membahas keterkaitan dampak psikologis dengan kesehatan fisik (Farida et al., 2024).

Untuk menghasilkan penelitian yang inovatif dan berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, beberapa aspek novelty yang dapat dipertimbangkan dengan pendekatan holistik, dan keterlibatan orang tua dan komunitas. Dalam (Karisma et al., 2024) menjelaskan jika penelitian ini menggunakan pendekatan holistik yang mempertimbangkan faktor sosial, budaya, serta lingkungan dalam memahami bullying. Penelitian ini melihat konteks yang lebih luas, penelitian ini pula memberikan gambaran lebih lengkap tentang bagaimana bullying mempengaruhi kesehatan mental siswa. Namun lingkungan yang dimaksud bukan hanya sekolah, melainkan lingkungan keluarga dan lainnya. Pencegahan

bullying harus pula ditekan dari keterlibatan orang tua maupun komunitas tertentu (Risyda et al., 2024). Para orang tua harus mengajari maupun memberi pemahaman tentang bullying terhadap anak-anak mereka sedini mungkin, karena saat ini anak-anak sepertinya saling membully namun mereka tidak paham apa yang sedang mereka lakukan.

Penelitian mengenai dampak bullying terhadap kesehatan psikologis siswa telah menunjukkan bahwa perilaku ini dapat menyebabkan berbagai masalah mental, termasuk trauma, kecemasan, depresi, penurunan kepercayaan diri, dan bahkan pemikiran bunuh diri (Nuryuliza et al., 2024). Sebuah survei terhadap 95.545 siswa di Tiongkok menemukan bahwa 71,5% peserta mengalami bullying di sekolah dengan berbagai tingkat keparahan. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa siswa yang mengalami bullying ringan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami masalah emosional dan perilaku, gejala awal penyakit mental, kecemasan, PTSD, kualitas tidur yang buruk, kecanduan internet, kesehatan mental yang buruk, dan depresi dibandingkan dengan siswa yang tidak mengalami bullying. Risiko ini meningkat secara signifikan pada siswa yang mengalami bullying berat (Zhao et al., 2024).

Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa bullying dapat menyebabkan stres, depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku pada remaja. Korban bullying sering merasa cemas, takut, dan waspada dalam berbagai situasi, terutama di sekolah, yang dapat mengganggu konsentrasi mereka dalam belajar dan berinteraksi dengan orang lain (Pramudita et al., 2022). Bullying tidak hanya memberikan dampak negatif pada korban, tetapi juga memengaruhi pelaku dan saksi. Pelaku bullying sering menunjukkan kurangnya empati dan kemampuan berinteraksi sosial, serta berisiko mengalami gangguan kesehatan mental, seperti kesulitan mengendalikan emosi. Di sisi lain, saksi bullying dapat merasa bersalah karena tidak mampu membantu korban, merasakan empati mendalam terhadap penderitaan korban, dan bahkan takut menjadi target bullying di masa depan (Lusiana & Siful Arifin, 2022).

Secara keseluruhan, penelitian-penelitian ini menegaskan bahwa bullying memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental dan perkembangan sosial anak, sehingga perlu adanya upaya pencegahan dan penanganan yang efektif untuk mengatasi masalah ini. Penelitian tentang Dampak Bullying pada Kesehatan Psikologis Siswa bertujuan untuk memahami dampak negatif bullying terhadap kesejahteraan mental siswa, seperti stres, kecemasan, dan depresi. Penelitian ini penting karena tingginya kasus bullying di sekolah, kurangnya kesadaran akan dampaknya, serta perlunya solusi untuk mencegah dan menangani masalah ini. Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan kesadaran,

mendukung kesehatan mental siswa, dan membantu menciptakan lingkungan pendidikan yang aman dan kondusif.

## 2. KAJIAN TEORITIS

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang terhadap individu yang dianggap lebih lemah atau tidak mampu membela diri (Kurniawan & Pranowo, 2018). Perilaku ini bisa dilakukan oleh individu maupun kelompok terhadap siswa lain, dan seringkali bertujuan untuk menyakiti, mengintimidasi, atau merendahkan korbannya, dapat memiliki dampak psikologis yang signifikan dan berjangka panjang. Bullying didefinisikan sebagai tindakan intimidasi yang berulang, baik secara fisik, verbal, maupun sosial, yang ditujukan untuk merendahkan atau menyakiti korban. Menurut Duncan, korban bullying cenderung memiliki self-esteem yang rendah, mengalami kecemasan, dan merasa terisolasi dari teman-teman mereka (Susilawati et al., 2023). Tindakan ini tidak hanya merugikan korban tetapi juga dapat berdampak negatif pada pelaku bullying, yang sering kali menunjukkan kesulitan dalam mengelola emosi dan hubungan interpersonal (Nuryuliza et al., 2024).

Terdapat beberapa teori-teori psikologis terkait bullying yang dapat digunakan untuk memahami dampak bullying terhadap kesehatan psikologis siswa, di antaranya:

- **Teori Stres (Lazarus & Folkman, 1984):** Menjelaskan bahwa bullying dapat menjadi sumber stres yang signifikan bagi korban. Ketidakmampuan menghadapi tekanan tersebut dapat memicu berbagai masalah kesehatan mental, termasuk kecemasan, depresi, dan gangguan stres pasca-trauma (Christiana & Kusumiati, 2024).
- **Teori Belajar Sosial (Bandura, 1977):** Mengemukakan bahwa perilaku bullying dapat dipelajari melalui pengamatan terhadap orang lain, khususnya jika pelaku mendapat penguatan positif (Wulandari et al., 2024).
- **Teori Harga Diri (Rosenberg, 1965):** Menyatakan bahwa pengalaman negatif seperti bullying dapat merusak harga diri korban, yang kemudian berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka (Andriati Reny H, 2020).

Dampak psikologis bullying sangat beragam dan signifikan. Penelitian mengungkapkan bahwa siswa yang menjadi korban bullying sering menghadapi:

- Stres Emosional: Korban bullying sering merasa terancam dan tidak aman di lingkungan sekolah, yang dapat menyebabkan peningkatan kadar hormon stres (Aqiel, 2021).
- Kecemasan dan Depresi: Banyak siswa mengalami gejala kecemasan yang berkepanjangan dan depresi akibat perlakuan bullying (Muauwanah et al., 2024). Mereka mungkin kehilangan minat pada aktivitas sehari-hari dan mengalami perubahan perilaku yang signifikan (Zakiyah & Khusumadewi, 2024).
- Rendahnya Kepercayaan Diri: Pengalaman bullying dapat menghancurkan kepercayaan diri siswa, membuat mereka merasa tidak berharga, dan mendorong mereka untuk menarik diri dari interaksi sosial.

Mekanisme pengaruh bullying terhadap kesehatan mental psikologis pada siswa dapat dipahami melalui beberapa mekanisme seperti, bullying menciptakan lingkungan stres bagi korban, yang mengganggu keseimbangan emosional mereka dan memicu berbagai gangguan mental seperti kecemasan dan depresi (Nuryanti et al., 2022), Korban bullying sering kali mengalami isolasi dari teman sebaya, yang memperburuk perasaan kesepian dan ketidakberdayaan mereka (Astifionita, 2024), berdampak jangka panjang jika tidak ditangani, efek dari bullying dapat berlanjut hingga dewasa, memengaruhi kualitas hidup individu secara keseluruhan (Agustini et al., 2016).

Lingkungan pendidikan memainkan peran krusial dalam mencegah dan menangani bullying. Sekolah harus mengadopsi pendekatan holistik untuk menciptakan suasana belajar yang aman dan mendukung hal ini termasuk:

- Program Anti-Bullying: Implementasi program edukasi tentang bullying untuk meningkatkan kesadaran di kalangan siswa dan staf sekolah.
- Pendekatan Sosial-Emosional: Mengintegrasikan kurikulum yang mempromosikan keterampilan sosial dan emosional, sehingga siswa dapat belajar cara berinteraksi secara positif (Widiastuti, 2022).
- Dukungan Psikologis: Menyediakan layanan konseling bagi siswa yang mengalami bullying untuk membantu mereka mengatasi dampak psikologisnya (Syamsul et al., 2024).

Dampak bullying terhadap kesehatan psikologis siswa sangat signifikan dan kompleks. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan intervensi dini sangat penting untuk melindungi kesehatan mental siswa serta mencegah dampak jangka panjang dari pengalaman bullying. Kerjasama antara komunitas sekolah, guru, dan orang tua sangat

penting untuk mengatasi masalah bullying. Dalam konteks penelitian tentang dampak bullying terhadap kesejahteraan psikologis siswa, berikut adalah hipotesis nol ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang relevan:

- **$H_0$  (Hipotesis Nol):** Bullying tidak memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa.
- **$H_a$  (Hipotesis Alternatif):** Bullying memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa.

### 3. METODE PENELITIAN

Dalam jurnal ini, kami menggunakan metode penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji adanya hubungan dan pengaruh antara variabel-variabel yang telah ditentukan. pendekatan kuantitatif kami pilih karena memungkinkan peneliti untuk menganalisis data numerik secara sistematis dan memperoleh kesimpulan yang objektif. Desain penelitian ini menggunakan survei deskriptif dan korelasional. survey deskriptif digunakan untuk menggambarkan fenomena bullying, sementara pendekatan kolerasional ditujukan untuk mengeksplorasi hubungan antara intensitas bullying dengan dampaknya kepada kesehatan psikologis siswa. Instrumen utama yang digunakan adalah kuesioner tertutup. kuesioner dirancang untuk mengukur frekuensi bullying, jenis bullying, dan dampak psikologis yang dialami siswa seperti tingkat kecemasan, stres dan depresi. Analisis data dilakukan dengan perangkat lunak statistik, SPSS.

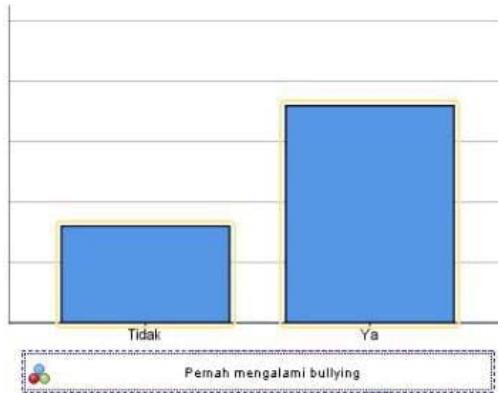
#### A. Populasi dan sampel

Populasi merupakan elemen dalam penelitian yang meliputi objek dan subjek dengan karakteristik yang telah ditentukan (Asrulla et al., 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa menengah atas yang telah mengalami bullying di lingkungan sekolah sebanyak 35 siswa/i. Sampel adalah bagian dari populasi yang digunakan untuk merepresentasikan keseluruhan populasi. Sampel diambil menggunakan teknik stratified random sampling untuk memastikan keterwakilan dampak bullying pada kesehatan mental.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah subjek tepatnya di angka 57,14% melaporkan pernah mengalami bullying, dengan frekuensi kejadian yang beragam. Sebanyak 11,43% dari korban bullying mengalami bullying beberapa kali

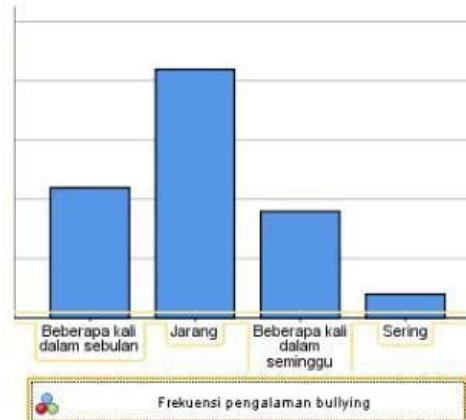
dalam seminggu, 20% beberapa kali dalam sebulan, 62,86% lainnya jarang sekali, dan yang melaporkan jika sering mengalami bullying sebesar 5,71%.



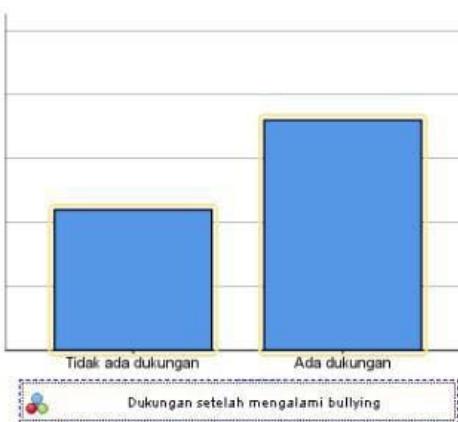
Hasil data statistik diatas merupakan data jika hampir setengah responden yang peneliti miliki pernah mengalami bullying. laki laki yang memberikan laporan terkait bullying ada sekitar 18 orang (51,43%) sementara perempuan yang mengisi adalah 17 orang (48,57%). Namun, hal tersebut tidak bisa menjadi kesimpulan jika laki laki lebih banyak mengalami bullying dan perempuan tidak mengalami bullying. Karena sebenarnya orang orang yang melaporkan pernah mengalami bullying adalah sebesar 57,14%atau sebanyak 20 orang.



Pengaruh bullying terhadap kesehatan mental juga menjadi perhatian utama; lebih dari setengah responden (71,43%) mengaku bahwa pengalaman tersebut berdampak besar pada kesehatan mental mereka. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih komprehensif dalam menangani kasus bullying di sekolah.



Baik berdampak maupun tidak bagi kesehatan mental, bullying adalah hal sangat tidak baik. Subjek di penelitian ini mengungkap setidaknya ada 5,71% atau 2 orang yang sering mengalami bullying. Ada pula yang mengalami bullying beberapa kali dalam seminggu sebanyak 4 orang, dan yang beberapa kali dalam sebulan sebanyak 7 orang. Pada subjek kami untungnya masih banyak orang yang jarang mengalami bullying, bahkan angkanya mencapai 22 orang. Namun tetap saja, sejarang - jarangnya orang mengalami bullying, hal tersebut tetap saja mempengaruhi kesehatan mentalnya. 20 dari 35 subjek yang diteliti pernah mengalami bullying, faktanya ada 22 orang yang memiliki dukungan.



Bullying adalah perilaku agresif yang berulang-ulang, baik secara fisik, verbal, maupun sosial, yang ditujukan untuk merendahkan atau menyakiti korban. Konsep dasar ini sesuai dengan definisi bullying yang umum digunakan dalam penelitian psikologi (Sari & Azwar, 2018). Hasil penelitian menunjukkan bahwa bullying memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa, termasuk stres, kecemasan, depresi, dan penurunan kepercayaan diri (Barsah, 2024).

Hipotesis alternatif (Ha) yang digunakan dalam penelitian ini adalah bahwa bullying memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Hasil penelitian mendukung hipotesis ini, di mana semakin tinggi tingkat bullying yang dialami siswa, semakin rendah kesejahteraan psikologis mereka. Contohnya, penelitian (Nuryuliza et al., 2024) menunjukkan bahwa korban bullying sering mengalami stres, kecemasan, dan depresi yang dapat mempengaruhi performa akademik mereka.

Sebagian besar hasil penelitian sebelumnya menunjukkan kesesuaian dengan temuan ini. Misalnya, penelitian (Sartika & Bajirani, 2024) menemukan bahwa korban bullying mengalami depresi, stres, tidak nyaman menjalani aktivitas sehari-hari, dan penurunan kemampuan sosial dan akademik. Penelitian Seminar Nasional (Sukmawati et al., 2021) juga menunjukkan hubungan negatif antara bullying dan kesehatan mental, termasuk depresi, kecemasan, dan rendahnya kesejahteraan psikologis.

Meskipun mayoritas hasil penelitian sebelumnya mendukung temuan ini, ada beberapa penelitian yang menampilkan sudut pandang yang lebih spesifik. Misalnya, penelitian “Pendidikan Anti Bullying” menekankan faktor-faktor internal seperti peran keluarga dalam memunculkan perilaku bullying (Santoso, 2018). Namun, secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa bullying memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa.

Teoritik implikasi ini menambah pemahaman kita tentang hubungan antara bullying dan kesejahteraan psikologis siswa. Dampak negatif bullying tidak hanya terbatas pada korban tetapi juga pada pelaku, yang sering mengalami masalah emosi seperti kurangnya empati dan kesulitan mengelola konflik (Ritonga et al., 2024). Ini menekankan perlunya perhatian yang lebih besar terhadap perlindungan psikologis siswa dari dampak negatif bullying.

Dari segi praktikal implikasi, hasil penelitian ini mendorong sekolah untuk mengembangkan kebijakan anti-bullying yang lebih efektif serta menyediakan layanan konseling bagi siswa yang mengalami bullying. Pendekatan holistik diperlukan untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung bagi semua siswa, serta mempromosikan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di kalangan siswa (Ikarani, 2024).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bullying memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Kesesuaian dengan hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa temuan ini solid dan mendukung teori-psikologi yang ada.

Implikasi hasil penelitian ini penting untuk meningkatkan kesadaran dan perhatian terhadap perlindungan psikologis siswa dari dampak negatif bullying.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa bullying adalah masalah serius yang berdampak pada kesehatan psikologis siswa, termasuk stres, kecemasan, dan depresi. Bentuk bullying yang paling umum adalah verbal, dalam kasus ini, bullying verbal seringkali diremehkan padahal memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan siswa. Dukungan sosial terbukti memiliki peran penting dalam pemulihan korban, namun sebagian besar korban melaporkan bahwa kekurangan dukungan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah strategis, termasuk pelibatan sekolah, keluarga, dan komunitas untuk menciptakan ruang belajar yang aman dan mendukung.

Rekomendasi untuk mengatasi masalah ini mencakup peningkatan program edukasi tentang dampak bullying dan penguatan kebijakan anti-bullying di sekolah. Selain itu, penting untuk menciptakan lingkungan di mana siswa merasa aman untuk melaporkan kasus bullying tanpa takut akan stigma atau pembalasan. Dengan demikian, intervensi ini menyoroti urgensi tindakan kolektif untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan mendukung bagi semua siswa.

## DAFTAR REFERENSI

- Agustini, D., Nuriana, M. A., Nadiroh, & Ridho, M. R. (2016). Peran orang tua dalam penanganan anak korban bullying. 5(c), 1–23.
- Andriati Reny H, A. D. N. A. (2020). Hubungan harga diri dan pengetahuan tentang bullying dengan perilaku bullying pada remaja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik*, 3(2), 28–37. <https://doi.org/10.48079/vol3.iss2.57>
- Artikel Prosiding
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Astifionita, R. V. (2024). Memahami dampak bullying pada siswa sekolah menengah: Dampak emosional, psikologis, dan akademis, serta implikasi untuk kebijakan dan praktik sekolah. 18(1).
- Barsah, Z. (2024). Fenomena bullying terhadap kenyamanan belajar di lingkungan sekolah. 3(3), 92–98. <https://doi.org/10.31960/dikdasmen-v3i3-2416>

- Choiriyah, S., Masruroh, S., Imamah, N., Laili, A., & Kunaifi, H. (2019). Peran guru dalam pencegahan bullying di PAUD. *Motoric*, 2(1), 34–43. <https://doi.org/10.31090/paudmotoric.v2i1.739>
- Christiana, & Kusumiati, R. Y. E. (2024). Strategi coping stress pada korban bullying di sekolah menengah atas. 13(1), 73–82. <http://stp-mataram.e-journal.id/JIH>
- Dwi Prastiwi, A., Budiono, A. N., & Karamoy, Y. K. (2021). Bullying dan kondisi psikososial siswa kelas XI IPA SMA Negeri 3 Jember. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(1), 20–29. <https://doi.org/10.36835/jcbkp.v4i1.953>
- Farida, E. N., Prasetyo, T., Laeli, S., Studi, P., Guru, P., Dasar, S., & Djuanda, U. (2024). Progressive of cognitive and ability dampak bullying dan strategi intervensi pada siswa sekolah dasar. *Progressive of Cognitive and Ability*, 3(1), 9–22. <https://doi.org/10.56855/jpr.v3i1.884>
- Ikarani, A. (2024). Kesehatan mental dan lingkungan sekolah menciptakan sekolah yang aman dan mendukung. *Psikologi*, 1(4), 1–15.
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2024). Kesehatan mental remaja dan tren bunuh diri: Peran masyarakat mengatasi kasus bullying di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03), 560–567. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>
- Kurniawan, D. E., & Pranowo, T. A. (2018). *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 01(02), 86–102. <https://ojs.unpatti.ac.id/index.php/bkt/article/view/234/158>
- Lotulung, M. S. D., & Kasingku, J. D. (2022). Dampak tindakan perundungan terhadap perkembangan mental siswa serta pencegahannya. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 27(2), 58–66. [https://doi.org/10.13040/IJPSR.0975-8232.12\(10\).5595-03](https://doi.org/10.13040/IJPSR.0975-8232.12(10).5595-03)
- Lusiana, S. N. E. L., & Siful Arifin. (2022). Dampak bullying terhadap kepribadian dan pendidikan seorang anak. *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman*, 10(2), 337–350. <https://doi.org/10.52185/kariman.v10i2.252>
- Muauwanah, K., Septikasari, R., & Ni'am, A. U. (2024). Analisis dampak perilaku bullying terhadap perilaku siswa di Madrasah Ibtidaiyah. *FingeR: Journal of Elementary School*, 3(1), 22–31. <https://jsr.unuha.ac.id/index.php/FingeR>
- Ni'mah, S. A. (2023). Pengaruh cyberbullying pada kesehatan mental remaja. \*Prosiding Seminar
- Nuryanti, T., Kep, S., Kep, M., & Pendahuluan, A. (2022). BAB V kesehatan jiwa psikososial pada remaja. 57–65.
- Nuryuliza, Iva, Ula, D. M., & Novariyanto Agung, R. (2024). Dampak bullying terhadap kesejahteraan psikologis siswa. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 41–50. <https://doi.org/10.3287/ljpbk.v1i1.325>

- Pramudita, T., Kholifah, R., & Sancaya, S. A. (2022). Dampak bullying terhadap kesehatan mental siswa. 1, 349–355.
- Risyda, M. W., Bintang, Z., Kara, B., Anwar, M. A., Shobabiya, M., Pendidikan, P., & Islam, A. (2024). Pengaruh psikologis bullying relasional terhadap siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(3), 122–128. <https://doi.org/10.62017/merdeka>
- Ritonga, N., Sekar, E., Simangunsong, T., Dwi, K., Pasaribu, A., Septia, A., Siagian, B., Tarila, K., Sitepu, R. B., Sitorus, J. B., Medan, U. N., Serdang, K. D., & Utara, S. (2024). Peran guru bahasa Indonesia, dalam mencegah perundungan melalui penanaman nilai-nilai Kristiani di sekolah SMA Swasta Marisi Medan. 2.
- Rohmani, A. H., & Aini, N. (2024). The impact of bullying on children's education and mental health at UPT SDN 325 Gresik. *Al-Iltizam: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 9(1), 174–193. <https://doi.org/10.33477/alt.v9i1.7328>
- Santoso, A. (2018). Pendidikan anti bullying. *Majalah Ilmiah "Pelita Ilmu,"* 1(2), 49–57. <http://jurnal.stiapembangunanjember.ac.id/index.php/pelitailmu/article>
- Sari, Y. P., & Azwar, W. (2018). Fenomena bullying siswa: Studi tentang motif perilaku bullying siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Ijtimaiyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 10(2), 333–367. <https://doi.org/10.24042/ijpmi.v10i2.2366>
- Sartika, N. N. D. T., & Bajirani, M. P. D. (2024). Dampak psikologis pada remaja korban bullying: Sebuah kajian literatur. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(2), 5056–5064. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>
- Setyanawati, T. (2016). Perilaku bullying di sekolah menengah atas. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 01(5), 1–23.
- Sufriani, & Sari, E. P. (2017). Faktor yang mempengaruhi bullying pada anak usia sekolah di sekolah dasar Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*, 8(3). <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i7.1929>
- Syamsul, T. D., Lala, L., Karim, K., & Safidni, E. (2024). Hubungan antara bullying dengan kejadian bunuh diri di kalangan remaja: Kajian literatur review. *Jurnal Omicron ADPERTISI*, 3(2), 24–29.
- Trimardhani, V., Rachmawati, D., & Yulma, Y. (2021). Strategi komunikasi persuasi untuk pencegahan aksi bullying di SMP Negeri 85 Jakarta. *Warta ISKI*, 4(1), 60–71. <https://doi.org/10.25008/wartaski.v4i1.102>
- Widiastuti, S. (2022). Pembelajaran sosial emosional dalam domain pendidikan: Implementasi dan asesmen. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(4), 964–972. <https://doi.org/10.58258/jupe.v7i4.4427>
- Widiawati, S., Indah Susanti, N., Chairuddin, I., & Author, C. (2024). Bullying awareness: Memahami dan mengidentifikasi tanda-tanda bullying pada siswa SMAN 21 Jakarta. 2(1), 1–5. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

- Wulandari, F., Rokhmawan, T., Fitriyah, L., Zahro, F., & Dinda, R. (2024). Sosialisasi anti bullying gambar tangan sahabat peduli bagi siswa SDN Gentong Kota Pasuruan. 1(11), 1884–1896.
- Zakiyah, N. L., & Khusumadewi, A. (2024). Kesejahteraan psikologis pada korban bullying di Pondok Pesantren Al-Bishri Denanyar Jombang. Jurnal BK UNESA, 14(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/59619>
- Zhao, N., Yang, S., Zhang, Q., Wang, J., Xie, W., Tan, Y., & Zhou, T. (2024). School bullying results in poor psychological conditions: Evidence from a survey of 95,545 subjects. *Frontiers in Psychology*, 15, 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1279872>