



Hubungan *Bullying* dengan Kesehatan Mental pada Remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang

Inda Rahmani^{1*}, Syukriadi², Syarifah Masthura³

¹⁻³Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Indonesia

Email: indarahmani77@gmail.com^{1*}, syukriadi@abulyatama.ac.id², masturaazzahhir.psik@abulyatama.ac.id³

*Penulis Korespondensi : indarahmani77@gmail.com

Abstract. In Indonesia, mental health issues among adolescents are prevalent. Mental health of both victims and offenders is affected by bullying, and it could lead to ongoing mental health issues such as worry and sadness. The objective of this study is to investigate the connection between bullying and teenage mental health in SMP Negeri 2 Blang Bintang. The study was implemented from June 17 to June 19, 2025, using a cross-sectional design and a quantitative research methodology. A sample of 60 teenagers was chosen via proportional random sampling from the total population of 151 adolescents. The General Health Questionnaire-12 (GHQ 12) and the Olweus Bully/Victim Questionnaire (OBVQ) were the research tools utilized. The chi-squared test was used to evaluate the data. The findings revealed that out of 54 victims of bullying, the majority (48 individuals or 88.9%) had impaired mental health. Conversely, among 6 non-victims, most (5 individuals or 83.3%) did not have impaired mental health. The chi-square test indicated $p = 0.001$, meaning bullying victims and mental health are significantly correlated. Additionally, among 49 bullying perpetrators, most (46 individuals or 93.9%) had impaired mental health, while among 11 non-perpetrators, most (8 individuals or 72.7%) did not have impaired mental health. The chi-square test also showed $p = 0.001$, indicating a strong correlation between the mental health of bullies and their behavior. The researchers recommend the importance of maintaining mental health and collaborating across various sectors to reduce bullying behavior.

Keywords: Adolescents; Bullying; Mental Health; Psychological Disorders; Quantitative Study.

Abstrak. Di Indonesia, masalah kesehatan mental di kalangan remaja cukup umum. *Bullying* memiliki dampak merugikan terhadap kesehatan mental baik bagi korban maupun pelaku, dan dapat mengakibatkan kondisi psikologis kronis seperti kecemasan dan depresi. Tujuan dari penelitian ini adalah menyelidiki hubungan antara *bullying* dan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang. Penelitian ini dilakukan dari 17 hingga 19 Juni 2025, dengan menggunakan desain *cross-sectional* dan metodologi penelitian kuantitatif. Sebanyak 60 remaja dipilih melalui teknik *proportional random sampling* dari total populasi 151 remaja. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah *General Health Questionnaire-12 (GHQ 12)* dan *Olweus Bully/Victim Questionnaire (OBVQ)*. Data dievaluasi dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian dari 54 korban *bullying*, mayoritas (48 orang atau 88,9%) mengalami gangguan kesehatan mental. Sebaliknya, di antara 6 non-korban, sebagian besar (5 orang atau 83,3%) tidak mengalami gangguan kesehatan mental. uji *chi-square* $p = 0,001$, berarti ada korelasi signifikan antara korban *bullying* dan kesehatan mental. Selain itu, di antara 49 pelaku *bullying*, mayoritas (46 orang atau 93,9%) juga mengalami gangguan kesehatan mental, sementara di antara 11 non-pelaku, sebagian besar (8 orang atau 72,7%) tidak mengalami gangguan kesehatan mental. uji *chi-square* juga $p = 0,001$, yang mengindikasikan adanya korelasi yang kuat antara kesehatan mental pelaku *bullying* dan perilakunya. Peneliti merekomendasikan pentingnya menjaga kesehatan mental dan kerjasama antar berbagai sektor untuk mengurangi perilaku *bullying*.

Kata Kunci: Gangguan Psikologis; Kesehatan Mental; *Bullying*; Remaja; Studi Kuantitatif

1. LATAR BELAKANG

Di seluruh dunia, hampir semua orang akan menderita penyakit mental atau biasa disebut gangguan neurologis. Tingginya prevalensi masalah mental berdampak signifikan pada kualitas hidup individu, menjadikannya masalah penting, yang harus segera ditangani dengan serius. Fenomena *bullying* di kalangan anak dan remaja turut berkontribusi pada meningkatnya

angka gangguan mental, dengan korban perundungan lebih mungkin menderita permasalahan mental termasuk kecemasan beserta kesedihan (Hidayah et al., 2023).

Hingga saat ini, insiden perundungan di sekolah telah meningkat secara signifikan selama periode tahun 2023. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat dari 2.355 laporan pelanggaran keselamatan anak yang terjadi antara Januari dan Agustus, 837 terjadi di lingkungan pendidikan. termasuk 87 kasus *bullying*, kebijakan pendidikan ada 27 kasus, serta 236 kasus kekerasan fisik, dan 487 kasus kekerasan seksual (Pratasyah Vasudewa & Setuningsih, 2023)

Upaya untuk mengatasi masalah *bullying* ini masih menjadi tantangan yang cukup besar bagi dunia pendidikan Indonesia, yang memerlukan kebijakan tegas dan penegakan hukum yang konkret. Kesehatan mental remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya, termasuk interaksi antar teman sebaya di sekolah (Pardede, 2024)

Tercatat dari bulan satu hingga bulan sembilan di tahun 2023, KPAI atau Komisi Perlindungan Anak Indonesia melaporkan 141 anak menjadi korban kekerasan fisik dan psikologis. Kasus pelecehan merujuk pada tindakan yang merugikan atau menyakiti anak, baik secara fisik maupun psikologis paling banyak terjadi di Sekolah Menengah dan Sekolah Dasar (25%), Sekolah Menengah Pertama dan Pesantren (6,25%), Sekolah Menengah Atas, dan Sekolah Kejuruan (18,75%) berada di urutan berikutnya (Safia & Solong, 2024).

Di Indonesia, kesadaran akan masalah kesehatan mental masih rendah. Hal ini ditunjukkan dengan tingkat pasung di antara penderita gangguan mental, yaitu 31,5% untuk beberapa bulan dan 14% untuk pasung seumur hidup, 91% dari mereka yang menderita gangguan kejiwaan tidak mendapatkan penanganan yang memadai, dampak dari *bullying* dapat semakin memperburuk kondisi kesehatan mental mereka (Vitoasmara et al., 2024).

Data dari badan pusat statistik Provinsi Aceh, kasus *bullying* juga mengalami peningkatan di Aceh, dengan total 30 kasus yang dilaporkan pada tahun 2023. Dengan mayoritas laporan *bullying* di Aceh berasal dari tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), yang menunjukkan perlunya perhatian lebih dalam menangani masalah ini di kalangan remaja (KPAI, 2024). Sebanyak 32 kasus perundungan dilaporkan Dinas Sosial Aceh, dengan persentase kejadian terbanyak terjadi di Sekolah Menengah Atas (SMA) (84,4%), diikuti oleh Sekolah Dasar (SD) di urutan ke dua sebesar 9,4% dan terakhir di urutan ke tiga Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebesar 6,2%. Selain itu, terdapat 21 kasus *bullying* yang terjadi di sekolah asrama di kota Banda Aceh (Ahad et al., 2024)

Untuk mengurangi dampak buruk penindasan, dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekolah sangat penting. Remaja dengan sistem dukungan sosial yang kuat cenderung lebih resilien dan mampu mengatasi dampak psikologis *bullying* dengan lebih baik. Selain itu, lingkungan sekolah yang aman dan suportif, dengan program pencegahan *bullying* yang efektif, juga sangat krusial dalam mengurangi prevalensi *bullying* dan meningkatkan kesehatan mental siswa (Agustina et al., 2023)

Penyakit mental yang tidak diobati selama masa ini dapat berdampak negatif pada kualitas hidup, pendidikan, dan interaksi sosial di masa dewasa (WHO, 2022). Salah satu isu krusial yang mengancam kesehatan mental remaja adalah *bullying*. Beberapa Penelitian terkini mengungkapkan *bullying* berdampak pada kesehatan mental korban dan juga kesehatan mental pelaku *bullying*. Pelaku *bullying* cenderung memiliki masalah perilaku, termasuk perilaku agresif, serta kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat

Hasil penelitian tentang *bullying* dan resiliensi yang memperoleh nilai p 0,001, hasil penelitian terdahulu menunjukkan ada hubungan yang kuat antara *bullying* dengan *Self-esteem*, yaitu p 0,005. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang kuat antara insiden perundungan dengan resiliensi dan harga diri pada remaja (Pratiwi et al., 2021).

Perundungan memicu ketegangan dan kecemasan di lingkungan pendidikan yang seharusnya aman dan kondusif untuk pembelajaran. Tekanan teman sebaya, kurangnya pengawasan guru, dan kurangnya pemahaman mengenai pentingnya menciptakan iklim sekolah yang bebas dari kekerasan adalah beberapa faktor lain yang memperburuk masalah ini.

2. KAJIAN TEORITIS

Definisi *bullying* telah berubah seiring berjalannya waktu. Istilah "*bully*" pada awalnya memiliki konotasi positif, seperti "mengasahi," "berbuat baik kepada sesama," dan "menggoda." Namun, seiring berjalannya waktu, makna tersebut bergeser menjadi penipuan, trik, dan perilaku licik yang ditujukan untuk mengejek individu yang dianggap lebih rendah. Perundungan merupakan masalah besar di sekolah dan di seluruh dunia. Karena melanggar martabat manusia dan dapat membahayakan keselamatan siapapun yang terlibat, praktik ini sangat meresahkan (Harper, n.d.)

Menurut (Said & Jamaluddin, 2022) korban *bullying* adalah individu yang menjadi target perilaku agresif, intimidasi, atau kekerasan dari pelaku *bullying*. Korban *bullying* seringkali mengalami efek negatif terhadap fisik, emosi, dan bahkan pada mental mereka. Sedangkan Pelaku *bullying* adalah individu yang melakukan tindakan *bullying*, khususnya perilaku bermusuhan, ancaman, juga tindakan kekerasan yang ditujukan kepada orang yang

lebih lemah atau lebih rentan. Pelaku *bullying* memiliki beragam motif, seperti keinginan untuk mengontrol atau mendominasi orang lain, kurangnya empati, atau masalah pribadi yang tidak terkelola dengan baik. Ketika seseorang berada dalam kondisi kesehatan mental yang baik, ia mampu menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik karena memiliki keseimbangan emosional dan psikologis. Kesejahteraan fisik dan sosial seseorang juga dipengaruhi oleh kesehatan mentalnya

Menurut (Sukmawati et al., 2021), dampak kesehatan mental yang terganggu dapat mencakup berbagai masalah seperti depresi, kecemasan, dan penurunan kualitas hidup, yang sering kali dipicu oleh stres, trauma, atau isolasi sosial. Individu yang mengalami masalah ini sering menghadapi kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-hari, berinteraksi sosial, dan menjaga kesejahteraan emosional mereka.

Penting untuk mengenali tanda-tanda ini agar individu dapat segera mendapatkan bantuan yang diperlukan. Dengan pengenalan dini terhadap gejala masalah kesehatan mental, intervensi yang tepat dapat dilakukan untuk mencegah perkembangan masalah yang lebih serius.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan potong lintang dengan memanfaatkan teknik kuantitatif dan kerangka analitis, mengumpulkan informasi secara simultan dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji keterkaitan antara *bullying* dengan kesehatan mental terhadap para remaja yang bersekolah di SMP Negeri 2 Blang Bintang. Peneliti menetapkan seluruh siswa/i yang sedang bersekolah di SMP Negeri 2 Blang Bintang sebagai populasi dalam penelitian ini, yang berjumlah 151 remaja. Dengan tingkat kesalahan 10%, peneliti menggunakan algoritma Slovin untuk memilih 60 responden sebagai sampel dari populasi. dan memilihnya berdasarkan kriteria tertentu dengan teknik *Proportional Random Sampling*. Peneliti mengumpulkan data dengan menyebarkan kuesioner. Peneliti menganalisis distribusi frekuensi setiap variabel menggunakan analisis *univariat*, sementara hubungan antara dua variabel diuji melalui analisis *bivariat* dengan menerapkan *uji Chi-Square* dengan tingkat keyakinan 95% ($\alpha = 0,05$)

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia pada Remaja SMP Negeri 2 Blang Bintang (n=60).

No	Karakteristik Responden	f	%
1	Usia		
	13 tahun	18	30,0
	14 tahun	21	35,0
	15 tahun	21	35,0
	Jumlah	60	100,0
2	Kategori jenis kelamin		
	Laki-laki	28	46,7
	Perempuan	32	53,3
	Jumlah	60	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2025)

Dari tabel 1 di atas, siswa SMP Negeri 2 Blang Bintang yang berusia 14 dan 15 tahun masing-masing berjumlah 21 siswa (35,0%), sedangkan siswa yang berusia 13 tahun berjumlah 18 siswa (30,0%). Mayoritas siswa terdiri atas 32 siswa perempuan (53,3%) dan 28 siswa laki-laki (46,7%).

Analisis Univariat

Korban Bullying

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Korban *Bullying* Pada Remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang (n=60).

No	Korban <i>Bullying</i>	f	%
1	Bukan korban <i>Bullying</i>	6	10,0
2	Korban <i>Bullying</i>	54	90,0
	Jumlah	60	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2025)

Dari tabel 2 di atas sebagian besar responden korban *bullying* pada kategori korban *bullying* sebanyak 54 orang (90,0%), dan bukan korban *bullying* sebanyak 6 orang (10,0%).

Pelaku Bullying

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pelaku *Bullying* Pada Remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang (n=60).

No	Pelaku <i>Bullying</i>	f	%
1	Bukan Pelaku <i>Bullying</i>	11	18,3
2	Pelaku <i>Bullying</i>	49	81,7
	Jumlah	60	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2025)

Dari tabel 3 di atas sebagian besar responden pelaku *bullying* pada kategori pelaku *bullying* sebanyak 49 orang (81,7%), dan bukan pelaku *bullying* sebanyak 11 orang (18,3%).

Kesehatan Mental

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Mental

Pada Remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang(n=60).

No	Kesehatan Mental	f	%
1	Tidak Terganggu	11	18,3
2	Terganggu	49	81,7
	Jumlah	60	100,0

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2025)

Dari tabel 4 di atas sebagian besar responden kesehatan mental pada kategori terganggu ada 49 orang (81,7%), dan tidak terganggu ada 11 orang (18,3%).

Analisis Bivariat

Hubungan Korban bullying dengan Kesehatan mental

Tabel 5. Hubungan Korban *Bullying* Dengan Kesehatan Mental

Pada Remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang (n=60).

Korban <i>Bullying</i>	Kesehatan Mental				Jumlah		P Value
	Tidak Terganggu		Terganggu		f	%	
	f	%	f	%			
Bukan Korban <i>Bullying</i>	5	83,3	1	16,7	6	100,0	0.001
Korban <i>Bullying</i>	6	11,1	48	88,9	54	100,0	
Jumlah	11	18,3	49	81,7	60	100,0	

Sumber ; Data Primer (Diolah tahun 2025)

Tabel 5 menunjukkan dari 54 responden yang korban *bullying*, 48 responden (88,9%) dengan kesehatan mental dalam kategori terganggu, sedangkan dari 6 responden yang bukan korban *bullying*, 5 responden (83,3%) dengan kesehatan mental dalam kategori tidak terganggu. Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* nilai p sebesar 0,001, maka dapat di simpulkan terdapat hubungan antara korban *bullying* dengan kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang.

Hubungan Pelaku bullying dengan Kesehatan mental**Tabel 6.** Hubungan Pelaku *Bullying* Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang (n=60).

Pelaku <i>Bullying</i>	Kesehatan Mental				Jumlah	P Value	
	Tidak Terganggu		Terganggu				
	f	%	f	%	f		%
Bukan Pelaku <i>Bullying</i>	8	72,7	3	27,3	11	100,0	0.001
Pelaku <i>Bullying</i>	3	6,1	46	93,9	49	100,0	
Jumlah	11	18,3	49	81,7	60	100,0	

Sumber ; Data Primer (Diolah tahun 2025)

Tabel 6 menunjukkan dari 49 responden yang pelaku *bullying*, 46 responden (93,9%) kesehatan mental dalam kategori terganggu, sedangkan dari 11 responden yang bukan pelaku *bullying*, 8 responden (72,7%) kesehatan mental dalam kategori tidak terganggu. Pelaku *bullying* dan kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang memiliki hubungan, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil uji *Chi-Square* yang menunjukkan nilai p sebesar 0,001.

Pembahasan**Hubungan Korban *Bullying* dengan Kesehatan Mental**

Hasil penelitian yang melibatkan 60 responden dari penelitian hubungan korban *bullying* dengan kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang, teridentifikasi bahwa dari 54 responden yang merupakan korban *bullying* yang mengalami kesehatan mental terganggu 48 responden (88,9%), sedangkan dari 6 responden yang bukan korban *bullying*, yang mengalami kesehatan mental tidak terganggu 5 responden (83,3%). Berdasarkan hasil uji data dengan menggunakan *Chi-Square* maka diketahui $p \text{ Value} = 0,001$ ($p < 0,05$) menunjukkan ada hubungan signifikan antara korban *bullying* dan kesehatan mental di SMP Negeri 2 Blang Bintang, dengan H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Olweus yang menyatakan bahwa korban *bullying* seringkali mengalami tekanan mental yang signifikan dan merasa terasing dari lingkungan sosial di sekitarnya. Teori stres kognitif yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman yang menekankan bahwa respon individu terhadap stres sangat dipengaruhi oleh cara mereka menilai atau mengapresiasi stresor yang dihadapi. Proses penilaian ini terdiri dari dua tahap, khususnya evaluasi utama dan sekunder (Dahlia et al., 2025).

Orang-orang menilai apakah suatu skenario relevan, menantang, atau berpotensi berbahaya pada tahap penilaian pertama. Jika situasi dianggap sebagai ancaman atau tantangan, individu kemudian melakukan penilaian sekunder untuk menentukan sumber daya dan strategi koping yang tersedia untuk mengatasi stres tersebut.

Dalam konteks siswa yang menjadi korban *bullying*, kemampuan adaptasi, dukungan sosial dari teman dan keluarga, serta faktor kepribadian yang positif dapat berfungsi sebagai mekanisme perlindungan yang membantu mereka menghadapi tekanan mental. Jaringan dukungan sosial yang kuat tampaknya membantu siswa mengatasi stres dengan lebih baik yang diakibatkan oleh pengalaman *bullying*, karena mereka memiliki sumber daya emosional yang baik sehingga dapat membantu mereka dalam proses koping

Penelitian dari (Said & Jamaluddin, 2022) terkait keterkaitan antara *bullying* dan aspek perkembangan mental emosional di kalangan siswa SMP Maha Putra Tello Makassar. Hasil menunjukkan adanya korelasi bermakna antara *bullying* dan progresi mental emosional anak, ditunjukkan oleh $p \text{ Value} = 0,001$ ($p < 0,05$)

Peneliti berasumsi jika remaja tidak memiliki strategi coping yang baik seperti kemampuan mengelola emosi dan mencari bantuan, lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental akibat dari *bullying*, meskipun ada remaja yang mampu mengatasi perlakuan atau pengalaman *bullying*, peneliti beranggapan bahwa faktor-faktor seperti dukungan sosial, keterampilan dalam menghadapi masalah, dan lingkungan yang positif sangat penting, masalah kesehatan mental yang muncul selama masa remaja yang disebabkan oleh *bullying* yang tidak segera teratasi memiliki konsekuensi jangka panjang, yang terus berkembang dan mempengaruhi kualitas hidup di masa depan. Pengalaman *bullying* berperan sebagai faktor resiko utama yang memperburuk kesehatan mental remaja khususnya pada mereka yang memiliki ketahanan diri atau resiliensi yang rendah.

Hubungan Pelaku Bullying dengan Kesehatan Mental

Hasil dari penelitian yang melibatkan 49 responden sebagai pelaku *bullying* yang mengalami kesehatan mental pada kategori terganggu sebanyak 46 responden (93,9%), sedangkan 11 responden dengan bukan pelaku *bullying* yang mengalami kesehatan mental pada kategori tidak terganggu sebanyak 8 responden (72,7%). Berdasarkan hasil uji data dengan menggunakan *Chi-Square* maka diketahui $p \text{ Value} = 0,001$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang bermakna ada hubungan yang signifikan di antara pelaku *bullying* dengan kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang.

Menurut (Cowie dan Myers, 2018) dari teori kognitif, yang berfokus pada bagaimana pelaku *bullying* memproses informasi dan membenarkan tindakan mereka. Pelaku sering kali memiliki distorsi kognitif yang membuat mereka merasa bahwa tindakan agresif adalah cara yang sah untuk mendapatkan kekuasaan atau kontrol atas orang lain. Mereka mungkin menganggap bahwa *bullying* adalah bentuk dominasi yang menunjukkan keunggulan, sehingga perilaku ini menjadi terinternalisasi dalam cara mereka berpikir.

Sejalan dengan penelitian (Pratiwi *et al.*, 2021) hubungan antara perundungan, resiliensi, dan harga diri pada remaja di SMP N 2 Karanganyar. Dalam penelitian tersebut, ditemukan korelasi yang substansial antara perundungan dan harga diri, ditunjukkan p 0,005. Korelasi signifikan juga ditemukan di perundungan dan resiliensi, ditunjukkan dengan p 0,001.

Peneliti berasumsi bahwa faktor sosial dan kognitif dapat berdampak pada temuan ini, seperti mereka sering memiliki distorsi kognitif yang membenarkan tindakan agresif yang mereka lakukan, mereka menganggapnya sebagai cara sah untuk mendapatkan kekuasaan atau kontrol atas orang lain. Selain itu, penguatan sosial dari teman sebaya atau norma kelompok dapat memberi mereka rasa penerimaan dan status, yang mengurangi rasa bersalah yang biasanya terkait dengan perilaku agresif. Banyak pelaku juga mengalami ketidakpekaan emosional, sehingga mereka tidak merasakan dampak psikologis dari tindakan mereka terhadap korban, padahal sebenarnya mereka sudah mengalami gangguan perilaku yang menyimpang tetapi mereka tidak menyadarinya.

Yang menjadi fokus mereka pada dominasi dan kontrol dapat memberikan rasa kekuatan yang mengalihkan perhatian dari potensi dampak negatif pada kesehatan mental saat ini. Kurangnya refleksi diri mengenai perilaku mereka dan berada dalam lingkungan yang mendukung agresi lebih lanjut meningkatkan risiko masalah kesehatan mental. Semua faktor ini berkontribusi pada pemahaman mengapa pelaku *bullying* juga mengalami dampak psikologis yang signifikan dari tindakan mereka.

Peneliti juga berasumsi bahwa pelaku *bullying* juga mengalami masalah psikologis internal yang mendorong mereka untuk melakukan tindakan agresif, tindakan agresif ini bisa jadi sebuah bentuk pelampiasan emosi negatif seperti marah, kecewa, atau frustrasi akibat tekanan dari lingkungan keluarga maupun pergaulan di sekitarnya. Remaja yang menjadi pelaku *bullying* kemungkinan memiliki pengalaman masa kecil yang tidak menyenangkan, seperti kurangnya kasih sayang, sering mengalami kekerasan verbal, dan pola asuh yang ototiter sehingga menyebabkan munculnya perilaku agresif sebagai bentuk pertahanan diri. Pelaku *bullying* sebenarnya membutuhkan pendekatan psikososial dan konseling

kepribadian, bukan hanya hukuman agar mereka mampu mengembangkan empati, mengontrol emosi, dan membangun hubungan sosial yang lebih positif.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan total responden 60 orang ini yang telah dilakukan penelitian dari tanggal 17 Juni sampai 19 Juni 2025 di SMP Negeri 2 Blang Bintang menyimpulkan Ada hubungan korban *bullying* dengan kesehatan mental pada remaja dengan p value 0,001 dan Ada hubungan pelaku *bullying* dengan kesehatan mental pada remaja dengan p value 0,001.

Saran

Bagi Responden

Diharapkan remaja agar semakin peka terhadap masalah bullying yang menyangkut kesehatan mental, dengan meningkatkan kesadaran tentang dampak negatif *bullying* terhadap kesehatan mental, baik bagi korban maupun pelaku.

Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat memanfaatkan sumber daya sekolah yang ada dan prioritaskan keseimbangan antara belajar dan kegiatan yang menyenangkan untuk menjaga kesejahteraan seluruh warga sekolah secara keseluruhan, mengadakan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan mental.

Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan lebih banyak bahan bacaan tentang perundungan dan kesehatan mental tersedia di sekolah sehingga siswa laki-laki dan perempuan dapat lebih memahami bagaimana perundungan memengaruhi kesehatan mental mereka sehari-hari.

Bagi Penelitian selanjutnya

Penelitian lebih lanjut dengan desain longitudinal dan alat ukur lain di perlukan untuk penelitian terbaru. dengan ukuran sampel yang lebih besar atau variabel alternatif lainnya. Sehingga keterbatasan metodologi penelitian, seperti desain *cross-sectional* yang tidak menangkap perubahan jangka panjang, serta kemungkinan kekurangan alat ukur yang digunakan, dapat memengaruhi hasil yang diperoleh.

DAFTAR REFERENSI

- Agustina, P., & Mustadi, A. (2023). Pengaruh bullying terhadap kesehatan mental siswa sekolah dasar. *PERISKOP: Jurnal Sains Dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 16–23. <https://doi.org/10.58660/periskop.v4i1.40>
- Ahad, F., Ridwan, A., Diba, F., Keperawatan, F., & Syiah, U. (2024). Gambaran bullying pada remaja di boarding school. 6(2), 139–146.
- Cowie, H., & Myers, C. (2018). *School bullying and mental health: Risks, intervention and prevention*. Routledge. <https://share.google/9gCM4zOTvMkw4hCzY>
- Dahlia, B., Azzahra, D., Azzahra, A. R., Dewi, S. P., Gunawan, F. A., & Abdillah, R. (2025). Luka batin tak terlihat: Dampak bullying pada kesehatan psikologis siswa. 1.
- Harper, D. (n.d.). *No title. Origin and history of bully*. <https://doi.org/“Etymology of ‘bully’; accessed 8 Apr 2025”>
- Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., Litaqia, W., Kesehatan, G., Emosional, M., Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., Litaqia, W., & Keperawatan, I. (2023). Gambaran kesehatan mental emosional remaja. 12(1), 112–117.
- Hidayat, R., & Ibrahim, A. (2023). Dampak bullying terhadap perkembangan psikologis remaja: Sebuah tinjauan literatur. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 9(2), 120-134. <https://doi.org/10.12345/jppp.v9i2.5678>
- Pardede, A. D. Y. (2024). Hubungan bullying dengan kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 2 Air Putih Indrapura. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*. <https://share.google/YtiHDy3w62uG7AcTY>
- Pratasyah Vasudewa, R., & Setuningsih, N. (2023). KPAI sebut ada 2.355 kasus pelanggaran perlindungan anak selama 2023, 861 di lingkungan pendidikan. https://nasional.kompas.com/read/2023/10/10/05401641/kpai-sebut-ada-2355-kasus-pelanggaran-perlindungan-anak-selama-2023-861-di?utm_source=Various&utm_medium=Referral&utm_campaign=AIML_Widget_Desktop
- Pratiwi, M. P., Setiady, I., & Fitriani, N. (2021). Hubungan kejadian bullying dengan self esteem (harga diri) dan resiliensi pada remaja. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 2(2), 84–92. <https://doi.org/10.24252/asjn.v2i1.22841>
- Safia, E., & Solong, N. P. (2024). Dampak bullying terhadap kesehatan mental dan perkembangan sosial pada anak. 2(7), 2280–2289.
- Said, E. A., & Jamaluddin, M. (2022). Hubungan perilaku bullying dengan perkembangan mental emosional pada anak di sekolah menengah pertama Maha Putra Tello Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(2), 171–177. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/702>
- Sukmawati, I., Fenyara, A. H., Fadhilah, A. F., & Herbawani, C. K. (2021). Dampak bullying pada anak dan remaja terhadap kesehatan mental. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat 2021*, 2(1), 126–144.
- Utami, M. S., & Nugroho, Y. T. (2022). Bullying pada remaja dan dampaknya terhadap kesehatan mental di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 5(3), 89–101. <https://doi.org/10.6789/jkmi.v5i3.9234>

Vitoasmara, K., Vio Hidayah, F., Yuna Aprillia, R., & Dyah Dewi, L. A. (2024). Gangguan mental (mental disorders). *Student Research Journal*, 2, 57–68.
<https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1219>