



Pengaruh Tindakan *Bullying* terhadap Kesehatann Mental pada Siswa SMP Katolik Pineleng, Kabupaten Minahasa

Ria Angelina Jessica Rotinsulu^{1*}, Sri Atikah²
^{1,2}Universitas Muhammadiyah Manado, Indonesia

*Korespondensi penulis: Riarotinsulu@gmail.com

Abstract. *Bullying is an action carried out by individuals or groups who feel stronger to hurt weaker victims, whether physically, verbally or emotionally, repeatedly without any resistance, with the aim of making the victim suffer. The research aims to determine the effect of bullying on the mental health of adolescents at St. Catholic Middle School. Fransiskus Xaverius Pineleng, as well as understanding the extent to which bullying impacts the psychological condition of students in the school environment. This type of research is quantitative using a cross sectional approach. The research was conducted at St. Catholic Middle School. Fransiskus Xaverius Pineleng in August 2024. The population in this study was all 47 junior high school students in grades 7, 8 and 9. Non probability sampling was taken using a purposive sampling approach of 30 respondents. The instruments used were the Olweus Bully/Victim Questionnaire-Revised and Self Questionnaire (SRQ). The dependent variable is bullying which has 30 questions and the independent variable is mental health which has 20 questions. The results showed that in the low bullying category, 20% of students experienced mental health problems and 26.7% were not disturbed. Meanwhile, in the high bullying category, 26.7% of students experienced mental health problems and another 26.7% were not disturbed. The chi square test produces a p-value of 0.980, which indicates there is no significant effect ($p > 0.05$).*

Keywords: *Bullying, mental health, teenagers.*

Abstrak. *Bullying adalah tindakan yang dilakukan oleh individu atau kelompok yang merasa lebih kuat untuk menyakiti korban yang lebih lemah, baik secara fisik, verbal, maupun emosional, secara berulang kali tanpa adanya perlawanan, dengan tujuan membuat korban menderita. penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh tindakan bullying terhadap kesehatan mental remaja di SMP Katholik St. Fransiskus Xaverius Pineleng, serta memahami sejauh mana bullying berdampak pada kondisi psikologis siswa di lingkungan sekolah tersebut. Jenis penelitian bersifat kuantitatif dengan melakukan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMP Katholik St. Fransiskus Xaverius Pineleng pada bulan Agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP kelas 7, 8 dan 9 sebanyak 47 siswa. Pengambilan sampel non probability sampling dengan pendekatan purposive sampling sebanyak 30 responden. Instrument yang digunakan adalah *Olweus Bully/Victim Questionnaire-Revised* dan *Self Questionnaire (SRQ)*. Variabel dependen adalah tindakan *bullying* memiliki 30 pertanyaan dan variabel independen adalah kesehatan mental memiliki 20 pertanyaan. Hasil penelitian menunjukkan Pada kategori bullying rendah, 20% siswa mengalami gangguan kesehatan mental dan 26,7% tidak terganggu. Sedangkan pada kategori *bullying* tinggi, 26,7% siswa mengalami gangguan kesehatan mental dan 26,7% lainnya tidak terganggu. Uji chi square menghasilkan p-value 0,980, yang menunjukkan tidak ada pengaruh signifikan ($p > 0,05$).*

Kata kunci: *Bullying, kesehatan mental, remaja.*

1. LATAR BELAKANG

Kehidupan sosial manusia terdiri atas beberapa fase dan tingkatan. Saat lahir, manusia sebagai individu tumbuh dan berkembang di lingkungan keluarga. Setiap hari ia melakukan kontak dan interaksi dengan keluarga terutama orang tua. Bertumbuh dewasa dan menjadi remaja, manusia sebagai individu mulai mengenal lingkungan yang lebih luas daripada keluarga. Sosialisasi yang dialami individu mulai bertambah luas. Individu mulai berinteraksi dengan teman sebayanya (Freska Windy, 2023).

Masa remaja disebut juga proses peralihan yang kompleks, atau disebut juga proses perkembangan dari ketidakdewasaan dan masih ketergantungan sosial yaitu masa kanak – kanak kepada kemandirian yaitu masa dewasa (Curtis dalam Windy dan Refnandes, 2023). Salah satu masalah yang paling sering dan umum dihadapi remaja di usia sekolah adalah perilaku bullying. Bullying disekolah menjadi masalah psikososial yang serius, efeknya merugikan fungsi dan penyesuaian remaja di sekolah, kesejahteraan remaja, dan fungsi sekolah (Arslan, Allen & Tahlan, dalam Windy & Refnandes, 2023).

Tindakan bullying sudah menjadi masalah global yang kerap dijumpai dan dihadapi banyak orang khususnya remaja termasuk remaja di sekolah menengah pertama (SMP) dan di sekolah menengah atas (SMA). Bullying yakni perilaku yang agresif dan terjadi berulang kali dengan cara menyakiti fisik ataupun mental yang dilakukan oleh seorang maupun sekelompok anak kepada anak yang lain (Sufriani & Sari, 2017).

Bullying adalah suatu tindakan atau perilaku yang dilakukan dengan cara melukai secara fisik, verbal atau emosional/ psikologis oleh seseorang atau kelompok yang merasa lebih kuat kepada korban yang secara fisik atau mental lemah berulang kali tanpa perlawanan untuk membuat korban menderita (Christofora, 2023). Bullying yang terjadi sangat beragam, seperti bullying fisik, yaitu dengan memukul, memalak, menyudut rokok, bahkan parahnya ada yang melakukan kekerasan seksual. Bullying verbal juga acap kali dilakukan dengan memaki, mengancam, memfitnah, dan lain sebagainya. Mempermalukan di depan umum, mengucilkan, memandang dengan sinis, merupakan tindakan bullying mental yang cukup membahayakan karena tidak tertangkap mata dan telinga (Freska Windy, 2023).

2. KAJIAN TEORITIS

Berdasarkan *United Nations Childrens Fund* mencatat lebih dari tiga siswa berusia 13 – 15 tahun mengalami bullying, dengan tingkat populasi siswa yang sama pun bermunculan. Tiga dari sepuluh siswa – siswi dari 39 negara maju mengaku mengalami *bullying* (Manalu, Patimah & Haryanto dalam Windy & Refnandes, 2023). Prevalensi peristiwa bullying di

Indonesia saat ini semakin meningkat (Nurhamzah, Mureen & Wiguna dalam Windy & Refnandes, 2023). KPAI mencatat dalam kurun waktu 9 tahun, dari 2011 sampai 2019 terdapat 37.381 pengaduan bullying pada anak baik di pendidikan maupun social media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat (KPAI, 2020). Berdasarkan kementerian Sosial (Kemensos) sebanyak 85% anak usia 12 tahun sampai 17 tahun pernah menjadi korban perundungan (Windy & Refnandes, 2023).

Di dunia terdapat 54% kejadian *bullying* ataupun kekerasan fisik yang terjadi, terdapat 64% kejadian bullying di wilayah Asia, dan berdasarkan laporan UNICEF tahun 2015 mengungkapkan kekerasan yang terjadi pada anak ataupun remaja di Indonesia semakin meningkat yaitu 40% kejadian secara fisik, 26% kejadian mendapatkan hukuman fisik baik dari orangtua maupun pengasuh yang berada dirumah, dan 50% kejadian bully di sekolah (Pusdatin Kemenkes RI dalam Saranga, et al, 2021).

Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) menyatakan di sepanjang tahun 2023 terjadi 30 kasus bullying yang sudah dilaporkan di proses pihak berwenang. Nilai ini meningkat dari tahun sebelumnya yaitu sebanyak 21 kasus bullying. Kejadian terbanyak terjadi di tingkat SMP yaitu sebanyak 50% kasus (Rosa dalam Sukma et al, 2023). Menurut data KPAI terdapat 329 pengaduan kasus selama tahun 2023 dengan aduan terbanyak yaitu anak korban bullying di satuan pendidikan. Sebanyak 20 kasus diantaranya berakibat fatal dan menjadi penyebab kematian, luka fisik dan juga luka mental (KPAI dalam Sukma et al, 2023).

Berdasarkan penelitian oleh Nakamoto & Schwartz dalam Menesini & Salmivalli dikutip Windy & Refnandes, 2023) bahwa remaja yang dibully, bolos lebih banyak dan menunjukkan tanda – tanda prestasi sekolah yang buruk. Bullying dapat menimbulkan cedera atau tekanan pada remaja yang menjadi sasaran bullying termasuk cedera fisik psikologis, social dan pendidikan (Hamburger & Lumpkin dalam Windy & Refnandes, 2023). Remaja korban bullying dapat menyebabkan dampak negative yang nyata pada kesehatan fisik dan psikologis seperti sakit kepala, mual, kelelahan, masalah tidur, perilaku yang merugikan diri sendiri dan kesepian (Zhou, Liu, Niu, Sun & Fan dalam Windy & Refnandes, 2023).

Perilaku bullying yang terjadi di sekolah sebenarnya dapat di cegah dengan mengadakan pengarahan atau pembinaan yang dilakukan oleh seorang guru, karena guru tidak hanya berperan sebagai pengajar bagi peserta didik yang diajarnya, melainkan juga mencakup sebagai pembina akhlak dan perilaku peserta didiknya (Firmansyah dalam Sari et al, 2024).

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian bersifat kuantitatif dengan melakukan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMP Katholik St. Fransiskus Xaverius Pineleng pada bulan Agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP kelas 7, 8 dan 9 sebanyak 47 siswa. Pengambilan sampel non probability sampling dengan pendekatan purposive sampling sebanyak 30 responden. Instrument yang digunakan adalah *Olweus Bully/Victim Questionnaire-Revised* dan *Self Questionnaire (SRQ)*. Variabel dependen adalah tindakan bullying memiliki 30 pertanyaan dan variabel independen adalah kesehatan mental memiliki 20 pertanyaan.

Pengolahan data dilakukan melalui editing, coding, processing dan entry kemudian dilanjutkan dengan menggunakan SPSS versi 29.0. Analisis data secara univariat dan bivariate. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi pada masing – masing variabel dan analisis bivariate menggunakan uji *Chi-square* dibaca dengan *Continuity Correction* tingkat kemaknaan 0,05.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa SMP Katholik St. Fransiskus Xaverius Pineleng, Kabupaten Minahasa Tahun 2024

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1	Laki – laki	15	50
2	Perempuan	15	50
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan responden laki – laki sebanyak 15 orang (50%) dan responden perempuan sebanyak 15 % (50%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkatan Kelas pada Siswa SMP Katholik St. Fransiskus Xaverius Pineleng, Kabupaten Minahasa Tahun 2024

No	Tingkatan Kelas	Jumlah	Persentase (%)
1	Kelas 7 SMP	14	46,7
2	Kelas 8 SMP	9	30,0
3	Kelas 9 SMP	7	23,3
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan responden kelas 7 SMP sebanyak 14 orang (46,7%), kelas 8 SMP sebanyak 9 orang (30%), dan kelas 9 SMP sebanyak 7 orang (23,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tindakan Bullying pada Siswa SMP Katholik St. Fransiskus Xaverius Pineleng, Kabupaten Minahasa Tahun 2024

No	Tindakan Bullying	Jumlah	Persentase (%)
1	Rendah	14	46,7
2	Tinggi	16	53,3
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan tindakan *bullying* pada responden kategori rendah sebanyak 14 orang (46,7%) dan kategori tinggi sebanyak 16 orang (53,3%)

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Mental pada Siswa SMP Katholik St. Fransiskus Xaverius Pineleng, Kabupaten Minahasa Tahun 2024

No	Kesehatan Mental	Jumlah	Persentase (%)
1	Terganggu	14	46,7
2	Tidak Terganggu	16	53,3
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa kesehatan mental terganggu sebanyak 14 orang (46,7) dan tidak terganggu sebanyak 16 orang (53,3%)

Tabel 5. Pengaruh Tindakan *Bullying* Terhadap Kesehatan Mental pada Siswa SMP Katholik St. Fransiskus Xaverius Pineleng, Kabupaten Minahasa Tahun 2024

Tindakan bullying	Kesehatan Mental						P
	Terganggu		Tidak Terganggu		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	6	20	8	26,7	14	46,7	0,980
Tinggi	8	26,7	8	26,7	16	53,3	
Jumlah	14	46,7	16	53,3	30	100	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa tindakan bullying kategori rendah rendah pada responden yang berpengaruh pada kesehatan mental terganggu sebanyak 6 orang (20%) dan tidak terganggu sebanyak 8 orang (26,7%), sedangkan tindakan *bullying* kategori tinggi yang berpengaruh kesehatan mental terganggu sebanyak 8 orang (26,7%) dan tidak terganggu sebanyak 8 orang (26,7%). Dilihat pada P value bahwa tingkat kemaknaan $p < 0,05$ dengan hasil yang didapatkan melalui uji chi square $p > 0,05$ yaitu 0,980 yaitu tidak ada pengaruh tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental pada siswa SMP Katholik St. Fransiskus Pineleng, Kab. Minahasa.

Penelitian ini sejalan dengan Sukma dkk (2023), yaitu fenomena *bullying* dan gangguan kesehatan mental pada siswa SMP dan SMA di kota Bukit tinggi dengan sampel penelitian

sebanyak 118 responden menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara bullying dan kesehatan mental dengan p value $> 0,05$ yaitu 0,670.

Penelitian mengungkapkan bahwa *bullying* merupakan peristiwa yang menyakitkan karena dapat berdampak pada kesejahteraan individu (De Wall, 2009). *Bullying* juga berdampak pada fungsi sosial, akademik, pekerjaan, bahkan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis korban. Dampak dari paparan bullying dapat digolongkan serius terhadap kesehatan mental seorang korban *bullying*, karena selama seseorang masih terpapar *bullying* dari lingkungannya maka gejala – gejala yang mengarah pada gangguan mental akan berkembang (Jimerson dkk, 2009).

Bullying bertujuan untuk mengganggu seseorang sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman pada korban, sementara perilaku agresi tidak selalu dilakukan pada seseorang. Perilaku agresi bisa dilakukan pada objek mati disekitar pelaku perilaku agresi tersebut. Perilaku akan dikatakan *bullying* jika korban merasa cemas, menjadikannya memiliki harga diri yang rendah, dan diselimuti rasa takut dalam beraktivitas sehari – hari. *Bullying* akan berpengaruh pada aspek psikologis korban, sementara perilaku agresi tidak selalu menimbulkan dampak pada korban terutama jika target perilaku agresi adalah objek disekitarnya (Pelper & Craig, 1995). Faktor pergaulan merupakan faktor yang dilihat dari teman sebaya di sekitar korban *bullying*. *Bullying* yang terjadi dalam lingkungan sebaya akan semakin kuat jika dalam lingkungan sebaya biasa melakukan perilaku – perilaku kekerasan dan tidak menutup kemungkinan korban akan semakin dirundung oleh teman sebaya lainnya. Korban *bullying* kemungkinan besar akan melakukan *bullying* juga dan akan mencari sosok atau seseorang yang lebih lemah daripada dirinya secara fisik kekuatan, dominasi dan semacamnya (Priyatna, 2010).

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan Anggraini, Azizah Heru et al., (2020), mengungkapkan bahwa ketika seorang remaja akan mengalami perilaku *bullying* akan mendapatkan dampak *negative* dimana remaja akan mengalami gangguan psikologis, tertekan, merasa rendah diri dan tidak berharga serta hilangnya atau rendahnya kepercayaan terhadap diri sendiri dalam menangani masalah atau persoalan yang sedang dialaminya. Penelitian yang dilakukan oleh Thomas, Chan, Scott, Konor, Kelly dan William (2015), menunjukkan bahwa setiap bentuk *viktimisasi bullying* berkaitan dengan kesehatan mental yang buruk.

Beberapa penelitian membuktikan bahwa tindakan *bullying* berpengaruh terhadap kesehatan mental, di mana remaja yang menjadi korban *bullying* cenderung mengalami perasaan cemas, kesepian, dan merasa emosional yang rentan. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan risiko depresi tetapi juga dapat memicu gangguan kesehatan mental dan fisik. Akibat dari pengalaman bullying ini, semangat mereka untuk menjalani aktivitas sehari-hari

seringkali berkurang, performa akademis menurun, dan mereka mungkin merasa takut atau enggan untuk bersosialisasi dengan orang lain. Dampak psikologis ini dapat memperburuk kualitas hidup remaja, memengaruhi perkembangan pribadi mereka, dan menimbulkan masalah jangka panjang jika tidak segera ditangani. (Eka Trisna Wahani dkk, 2022).

Asumsi peneliti menyatakan bahwa kesehatan mental remaja tidak hanya dipengaruhi secara langsung oleh tindakan *bullying*, tetapi juga oleh faktor-faktor lain. Penelitian yang dilakukan oleh Claretta dkk. (2022) menunjukkan bahwa salah satu penyebab utama gangguan kesehatan mental pada remaja adalah pola komunikasi yang kurang baik dalam keluarga. Ketika remaja merasa pendapat mereka tidak dihargai atau tidak dapat mengekspresikan perasaan mereka, hal ini dapat menyebabkan perasaan depresi yang mendalam.

Selain itu, penelitian lain juga mendukung temuan ini. Studi oleh Smith et al. (2020) menyoroti bahwa hubungan keluarga yang tidak harmonis dan komunikasi yang buruk berkontribusi signifikan terhadap perkembangan gangguan mental pada remaja. Ketidakmampuan untuk berbicara tentang masalah pribadi atau kurangnya dukungan emosional dari keluarga dapat memperburuk stres dan kecemasan yang dirasakan remaja. Penelitian ini menegaskan bahwa, meskipun *bullying* memiliki dampak yang jelas pada kesehatan mental remaja, faktor-faktor seperti lingkungan keluarga dan kualitas komunikasi dalam keluarga juga memainkan peran penting dalam menentukan kesejahteraan psikologis mereka.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara tindakan *bullying* dan kesehatan mental pada siswa SMP Katholik St. Fransiskus Pineleng, Kab. Minahasa, sebagaimana ditunjukkan oleh p-value yang lebih besar dari 0,05. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sukma dkk. (2023) yang juga menemukan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara *bullying* dan kesehatan mental pada siswa SMP dan SMA di Bukittinggi. Namun, beberapa penelitian lain menunjukkan bahwa *bullying* dapat memberikan dampak serius pada kesehatan mental, terutama jika disertai oleh faktor-faktor lain seperti komunikasi yang buruk dalam keluarga. Oleh karena itu, perlu dipahami bahwa kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks yang saling berkaitan.

Meskipun penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan antara *bullying* dan kesehatan mental, penting bagi pihak sekolah, keluarga, dan masyarakat untuk tetap waspada terhadap dampak *bullying*, terutama dalam konteks yang lebih luas. Sekolah perlu

terus melakukan upaya preventif melalui pendidikan *anti-bullying* dan menciptakan lingkungan yang aman dan suportif bagi siswa. Selain itu, komunikasi yang baik dalam keluarga harus ditingkatkan untuk membantu remaja merasa didukung secara emosional dan dapat mengekspresikan perasaan mereka dengan bebas. Dengan cara ini, remaja akan memiliki perlindungan yang lebih baik terhadap berbagai faktor risiko yang dapat memengaruhi kesehatan mental mereka.

Penelitian lebih lanjut perlu dilakukan dengan memperhitungkan berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja, seperti kondisi lingkungan keluarga, dukungan sosial, dan faktor individu lainnya. Selain itu, perlu adanya kajian yang lebih mendalam mengenai bagaimana kombinasi dari *bullying* dan faktor-faktor lain dapat memengaruhi kesehatan mental secara kumulatif. Penelitian yang lebih komprehensif akan membantu dalam merancang intervensi yang lebih efektif untuk mencegah dan mengatasi gangguan kesehatan mental pada remaja, khususnya dalam konteks pendidikan dan perkembangan sosial mereka.

DAFTAR REFERENSI

- Ambarini, et al. (2023). Mengenal kondisi mental dengan risiko gangguan psikosis. Airlangga University Press.
- Anggraini, A., Azizah Heru, A., et al. (2020). Efektivitas self efficacy menghadapi bullying di sekolah. *Jurnal Kesehatan*, 14(2), 74–84. <https://doi.org/10.36082/qjk.v14i2.108>
- Christofora. (2023). Mengenal jenis-jenis bullying dan bagaimana mencegahnya. Cahaya Harapan.
- Freska Windy. (2023). Bullying dan kesehatan mental remaja. CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Hastuti, et al. (2020). Remaja sejahtera remaja nasionalis. ANDI.
- Pelper, J., & Craig, W. (1995). A peek behind the fence: Naturalistic observation of aggressive children with remote audiovisual recording. *Developmental Psychology*, 31(4), 548–553.
- Priyatna, I. (2010). Let's end bullying: Memahami, mencegah dan mengatasi bullying. PT. Elex Media Komputindo.
- Saranga, et al. (2021). Hubungan antara perilaku bullying dengan efikasi diri pada remaja. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale (JKFN)*, 4(2), 83–88. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i2.69>
- Sufriani, & Sari, R. (2017). Faktor yang mempengaruhi bullying pada anak usia sekolah di sekolah dasar Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh, 8(3).

Sukma, et al. (2023). Fenomena bullying dan gangguan kesehatan mental pada siswa sekolah menengah pertama dan atas di Kota Bukittinggi tahun 2023. *Human Care Journal*, 9(1), 108–114. <https://doi.org/10.1234/hcj.v9i1.4567>

Windy, F., & Refnandes, A. (2023). *Resiliensi korban bullying remaja*. CV. Mitra Edukasi Negeri.