

Dampak Perilaku Bullying Terhadap Kesehatan Mental Siswa (Studi Pada Sma 1 Krueng Barona Jaya Aceh Besar)

Najiati¹⁾, Wanty Khaira²⁾
^{1&2) Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh}

E-mail: 200213012@student.ar-raniry.ac.id

Abstrak

Fenomena bullying di lingkungan sekolah masih menjadi masalah yang serius karena dapat memengaruhi kondisi psikologis dan perkembangan mental siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bentuk-bentuk bullying, dampaknya terhadap kesehatan mental siswa, serta upaya penanganan yang dilakukan oleh pihak sekolah di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi, serta melibatkan guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, kepala sekolah, dan siswa yang menjadi korban bullying sebagai subjek penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk bullying yang paling sering terjadi adalah bullying verbal, seperti ejekan terhadap kondisi fisik dan kemampuan komunikasi siswa, yang sering dianggap sebagai hal biasa, padahal dapat menimbulkan dampak psikologis yang serius. Dampak yang dirasakan siswa antara lain perasaan tertekan, rendah diri, kecemasan, menurunnya rasa percaya diri, kesulitan dalam berinteraksi sosial, serta menurunnya motivasi belajar. Untuk mengatasi hal tersebut, pihak sekolah telah melakukan berbagai upaya, seperti membentuk tim pencegahan bullying, memberikan layanan konseling melalui guru BK, melakukan pembinaan karakter, serta pendekatan secara personal kepada siswa yang terlibat. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa bullying, meskipun terlihat ringan dan bersifat verbal, tetap memberikan dampak yang serius terhadap kesehatan mental siswa dan memerlukan penanganan yang terencana dan berkelanjutan di lingkungan sekolah

*Submitted:; Reviewed:; Accepted:
DOI.*

Keywords:

Bullying, kesehatan mental siswa, penanganan bullying

Pendahuluan

Permasalahan bullying di lingkungan sekolah telah menjadi isu global yang semakin mendesak dan kompleks. Tindakan agresi, intimidasi, atau kekerasan yang dilakukan secara berulang oleh individu atau kelompok terhadap individu lain yang dianggap lebih lemah ini telah mengakar dalam berbagai konteks sosial, termasuk di lingkungan pendidikan. Dampak dari bullying tidak hanya sebatas pada korban yang mengalami trauma psikologis mendalam, seperti penurunan harga diri, isolasi sosial, kecemasan, depresi, bahkan hingga pikiran untuk mengakhiri hidup, namun juga berimplikasi luas pada lingkungan sekolah secara keseluruhan. Salah satu bentuk perilaku negatif yang terjadi di kalangan remaja adalah bullying, kasus bullying terus meningkat pada masa hingga remaja. Konsep bullying diartikan sebagai suatu bentuk dari perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja untuk menjahati atau membuat individu merasa kecewa, terjadi berulang kali dari waktu

kei waktu dan beirlangsuing dalam suiatui huibuingan yang tidak teirdapat keiseimbangan kekuasaan maupun kekuatan.¹ (Rismayanti, 2022). Di Indonesia sendiri, kasus bullying di seikolah sudah meirajaleila. Baik di tingkat seikolah dasar, meineingah, sampai peirguiruan tinggi.

Peneelitian dari Fahmi Riza Aguinista, dengan judul peneelitian “Dinamika Psikologis Korban Bullying Di Pondok Pesantren”. Hasil peneelitian adalah dari ke empat subjek terkait permasalahan bullying yang teirjadi keipada korban teirseibuit teirdapat tiga suibeik yang meinjadi korban bullying veirbal dan satu subjek yang meinjadi korban bullying fisik

Fenomena bullying semakin kompleks dengan adanya perkembangan teknologi informasi. Cyberbullying, yaitu tindakan bullying yang dilakukan melalui media sosial dan platform digital lainnya, telah meinjadi bentuk bullying yang semakin marak dan sulit dideteksi. Cyberbullying meberikan dampak yang lebih luas karena sifatnya yang anonimda Pada tahuin 2023, kasus bullying di seikolah-seikolah di Indonesia meinjadi perhatian serius. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melaporan sekitar 3.800 kasus perundungan, dengan hampir setengahnya teirjadi di lembaga pendidikan, termasuk seikolah dan pondok pesantren. Kebanyakan insiden ditemukan di tingkat SMP , dan dampak dari perundungan ini sangat memprihatinkan karena dalam beberapa kasus memicu trauma berat dan bahkan tindakan fatal.

Selain itu, Feideirasi Seirikat Guirui Indoneisia (FSGI) meincatat beberapa insidein yang meincolok, seipeirti kasus siswa yang teirlibat keikeirasan hingga beiruijuing keihilangan nyawa. Masalah ini meindorong seiruan bagi peimeirintah dan seikolah uintuik meimpeirkeitat peingawasan dan meberikan edukasi tentang pencegahan bullying.

Metode

Peneelitian ini adalah peneelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Jenis peneelitian kualitatif bertujuan mejelaskan variabel yang diteiliti dengan memaparkan, meggambarkan, dan meijeilaskan keseluruhan peristiwa yang diperoleh dari lokasi peneelitian serta meyediakan pemecahan masalah berdasarkan data yang ada. Adaupun pendekatan yang digunakan dalam peneelitian ini yatui pendekatan deskriptif. Metode yang digunakan adalah observasi, wawancara. dan dokumentasi.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan pada bab pendahuluan, maka lokasi peneelitian dalam peneelitian ini ditetapkan di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya. Penetapan lokasi tersebut didasarkan pada kesesuaian antara fokus peneelitian dengan kondisi yang terdapat di seikolah tersebut. Alasan pemilihan SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya sebagai lokasi peneelitian adalah karena di seikolah tersebut masih ditemukan fenomena perilaku bullying yang teirjadi di kalangan siswa. Fenomena tersebut dinilai relevan dengan tujuan peneelitian, khususnya dalam meengkaji dampak perilaku bullying terhadap kesehatan mental siswa. Selain itu, SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya juga dinilai memiliki akses yang memadai bagi peneeliti untuk melakukan observasi dan wawancara, sehingga proses pengumpulan data dapat beirjalan secara efektif dan sistematis.

Penentuan subjek penelitian dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Menurut Suharsimi Arikunto (2013), purposive sampling adalah teknik penentuan sampel yang dilakukan dengan memilih subjek yang dianggap paling mengetahui dan memahami permasalahan yang sedang diteliti, sehingga diharapkan dapat memberikan informasi yang sesuai dengan tujuan penelitian. Oleh karena itu, subjek penelitian dipilih berdasarkan keterlibatan langsung serta pengalaman mereka terhadap fenomena bullying di sekolah.

Subjek penelitian ini terdiri atas Kepala Sekolah, Guru Bimbingan dan Konseling (BK), Guru Wali Kelas, serta dua orang siswa yang pernah mengalami bullying. Pemilihan subjek tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa masing-masing memiliki peran, pengalaman, serta sudut pandang yang berbeda namun saling melengkapi dalam memberikan gambaran yang komprehensif mengenai dampak perilaku bullying terhadap kesehatan mental siswa.

Adapun kriteria subjek siswa korban bullying dalam penelitian ini meliputi:

1. Siswa yang cenderung sering berdiam diri di dalam kelas dan kurang aktif dalam kegiatan belajar mengajar.
2. Siswa yang jarang berbaur atau berinteraksi dengan teman-teman sekelasnya.
3. Siswa yang sering tidak hadir ke sekolah tanpa alasan yang jelas.
4. Siswa yang secara konsisten memperoleh nilai akademik yang rendah di kelasnya.

Adapun instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Metode analisis data kualitatif melingkupi tiga aktivitas alur pengolahan data, yaitu pengurangan data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya, peneliti menemukan bahwa fenomena perilaku *bullying* masih terjadi di lingkungan sekolah, khususnya dalam bentuk *bullying* verbal. Berdasarkan pengamatan langsung di beberapa ruang kelas dan lingkungan sekitar sekolah, terlihat adanya interaksi sosial antarsiswa yang memperlihatkan kecenderungan perilaku mengejek, merendahkan, serta memberikan panggilan tertentu yang mengandung unsur penghinaan terhadap kekurangan fisik teman sebayanya. Bentuk perilaku ini tampak sederhana dan sering kali dianggap sebagai candaan oleh pelaku maupun teman sekelas lainnya, namun secara psikologis berdampak cukup signifikan terhadap korban.

Observasi menunjukkan bahwa bentuk *bullying* verbal yang dominan terjadi di sekolah ini berupa ejekan terhadap kondisi fisik siswa, seperti memanggil dengan sebutan “pendek”, “gigi jelek”, atau komentar negatif lainnya yang menyinggung penampilan. Dalam beberapa kasus, korban terlihat menahan diri untuk tidak membalas, memilih diam, atau

menunjukkan ekspresi tidak nyaman. Pola interaksi semacam ini menunjukkan bahwa pelaku bullying cenderung memiliki posisi sosial yang lebih dominan di kelompoknya, sedangkan korban cenderung pasif dan menarik diri dari pergaulan.

Selain itu, hasil observasi memperlihatkan bahwa korban *bullying* sering kali duduk menyendiri dan tidak aktif berpartisipasi dalam kegiatan belajar mengajar. Mereka tampak enggan berinteraksi atau berbicara di depan umum karena takut menjadi bahan ejekan. Guru BK dan wali kelas pun mengaku bahwa beberapa siswa menunjukkan perubahan perilaku seperti lebih sering diam, sulit berkonsentrasi, dan menunjukkan penurunan semangat belajar. Kondisi ini mengindikasikan adanya tekanan emosional dan penurunan kesehatan mental akibat pengalaman negatif yang dialami.

Secara umum, hasil observasi menunjukkan bahwa SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya telah memiliki sistem penanganan dan pencegahan *bullying* yang cukup baik, meskipun kasus *bullying* verbal masih ditemukan dalam skala ringan. Pihak sekolah melalui peran aktif guru BK terus berupaya menciptakan lingkungan belajar yang sehat, inklusif, dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis siswa. Dengan demikian, hasil observasi ini memperkuat temuan penelitian bahwa bentuk perilaku *bullying* yang paling dominan adalah *bullying* verbal, dan sekolah telah melakukan langkah-langkah preventif serta kuratif untuk mengatasinya.

2. Hasil Wawancara

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK), wali kelas, serta beberapa siswa di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya selama 12 hari. Dimulai dari tanggal 04 September 2025 sampai 16 September 2025, diperoleh berbagai informasi yang mendukung hasil observasi mengenai bentuk, dampak, serta upaya penanganan perilaku bullying di lingkungan sekolah.

a. Bentuk Perilaku *Bullying*

Dari hasil observasi dan wawancara, ditemukan bahwa bentuk perilaku *bullying* yang ada di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya yaitu *bullying* verbal saja. Berikut identitas responden yang di wawancarai:

Tabel 1 Identitas Responden

NO	Identitas Responden
1	Nama Wakil Kepala Sekolah: M NIP: 197002021998011003 Tanggal Wawancara: 19 September 2025 Pukul: 09.57 WIB Tempat: Ruang Waka Kesiswaan
2	Nama Guru BK: MS NIP: 199609052022212003 Tanggal Wawancara: 04 September 2025 Pukul: 11.00 WIB Tempat: Ruang BK
NO	Ideintitas Reispondein
1	Nama Wakil Keipala Seikolah: M NIP: 197002021998011003 Tanggal Wawancara: 19 Seipteimbeir 2025 Puikuil: 09.57 WIB Teimpat: Ruiang Waka Keisiswaan
2	Nama Guirui BK: MS NIP: 199609052022212003 Tanggal Wawancara: 04 Seipteimbeir 2025 Puikuil: 11.00 WIB Teimpat: Ruiang BK
3	Nama Guirui Wali Keilas: PN NIP: 199311302022212007 Tanggal Wawancara: 06 Seipteimbeir 2025 Puikuil: 06 Seipteimbeir 2025 Teimpat: Ruiang BK
4	Nama Siswa: AF Tanggal Wawancara: 09 Seipteimbeir 2025 Puikuil: 09.30 WIB Teimpat: Ruiang BK

1. *Bullying* Verbal

Berdasarkan hasil dari analisis bentuk *bullying* verbal yang ada di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya, yaitu:

- a) Memanggil nama panggilan dengan panggilan berupa kekurangan fisik

AF, merupakan salah satu siswi di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya mengatakan bahwa perilaku *bullying* yang sering terjadi secara verbal dapat berupa memanggil nama panggilan nya “pendek-pendek” dan “gigi jelek”. Sebutan itu merupakan kekurangan fisik nya, seperti hasil wawancara pada hari Sabtu, 06 September 2025 di ruang BK pada pukul 10.06 WIB di bawah ini:

“Di *bully* nya tuh karena tinggi badan. Saya kan pendek kak. Tinggi badan saya 144. Jadi kayak sering di *bully* pendek-pendek”. Korban juga pernah meminta izin untuk mengonsumsi obat-obatan yang dapat menambah tinggi badan kepada orang tuanya Akan tetapi orang tua nya melarang. Karena sudah takdirnya seperti itu. Keluarga korban juga sepisah itu. Permintaan itu dapat dilihat dari hasil wawancara di bawah ini:

“A Pernah meminta izin kepada orang tua untuk mengonsumsi obat-obatan peninggi badan tapi orang tua melarang udah takdir kamu begitu tidak bisa diubah lagi. Kekmana mau dibuat. Keluarga juga sepisah itu.

Rumusan masalah pertama yang berkaitan dengan bentuk-bentuk perilaku *bullying* di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya telah terjawab melalui pemaparan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, serta siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk perilaku *bullying* yang paling dominan terjadi di lingkungan sekolah adalah *bullying* verbal, berupa ejekan, pemberian julukan yang merendahkan, serta komentar negatif terhadap kondisi fisik dan kemampuan siswa. Perilaku tersebut sering kali dianggap sebagai candaan oleh pelaku, namun berdasarkan temuan di lapangan, tindakan tersebut berdampak negatif bagi korban dan terjadi secara berulang, sehingga dapat dikategorikan sebagai perilaku *bullying*.

2. Dampak Kesehatan Mental bagi Perilaku *Bullying*

Perilaku *bullying* yang sering terjadi di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya secara tidak langsung memiliki dampak yang serius bagi siswa sebagai korban terjadinya suatu perilaku *bullying*. Dampak yang dirasakan oleh korban adalah dia merasa tidak nyaman dan merasa terekan Ketika berada di sekolah. Hal itu dapat dilihat dari hasil wawancara sebagai berikut:

“cuman kalau misalkan kayak A menanyakan kawan-kawan bisa gak sih stop gak mengatakan A itu pendek, A juga punya perasaan gitu. Iya-iya kami tidak mengatakan lagi tapi mereka dibalik itu tetap mengatakan pendek...”

Selain itu, korban juga merasakan sakit hati karena teman-teman nya mengatakan hal yang menyakitkan. Perkataan tersebut sebagai berikut:

“...Dikataiin itu terus sakit kali pas di kataiin gigi kamu kurang rapi, ngapain disini. Ngomong aja berbelit-belit. A tidak bisa mengeluarkan pendapat sering di ejek karena gak bisa ngomong berbelit-belit...”

Kemudian juga korban merada tidak percaya diri di masa depan nya karena kekurangan fisik yang dia miliki. Dia memikirkan kalau ingin masuk bekerja biasanya banyak diminta minimal tinggi badan. Korban merasa minder apakah kedepannya dia bisa mendapatkan pekerjaan yang layak dengan kekurangan fisik yang dia miliki sekarang. Hal tersebut dapat ditemukan dalam wawancara

sebagai berikut:

“...Pasti nanti kalau mencari pekerjaan gak dapat-dapat apalagi kan terhalang tinggi badan. Boro-boro bekerja di kedinasan, di swalayan saja tidak diterima. Jadi merasa tidak nyaman dan cemas.”

Rumusan masalah kedua mengenai dampak perilaku *bullying* terhadap kesehatan mental siswa juga telah terjawab secara jelas dalam Bab IV. Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa korban *bullying* serta keterangan dari guru BK dan wali kelas, diketahui bahwa perilaku *bullying* memberikan dampak psikologis yang signifikan terhadap korban. Dampak tersebut antara lain munculnya perasaan tertekan, rendah diri, rasa takut saat berada di lingkungan sekolah, kecemasan berlebihan, penurunan kepercayaan diri, kesulitan bersosialisasi, serta menurunnya motivasi dan konsentrasi belajar. Temuan ini menunjukkan bahwa *bullying*, meskipun bersifat verbal dan tidak melibatkan kekerasan fisik, tetap memiliki konsekuensi serius terhadap kesehatan mental siswa.

2. Upaya Penanganan Perilaku *Bullying* di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya

Penanganan terhadap perilaku *bullying* merupakan langkah penting yang harus dilakukan oleh pihak sekolah sebagai bentuk tanggung jawab dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang aman, nyaman, dan kondusif bagi seluruh peserta didik. Upaya penanganan ini tidak hanya bertujuan untuk mengurangi perilaku *bullying* yang telah terjadi, tetapi juga untuk mencegah timbulnya kembali tindakan serupa di masamendatang. Penanganan yang tepat akan membantu siswa memahami dampak negatif dari perilaku *bullying*, baik bagi korban maupun pelaku, serta menumbuhkan kesadaran tentang pentingnya menghormati dan menghargai sesama.

SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya sebagai salah satu lembaga pendidikan yang berlokasi di kawasan padat penduduk memiliki kerentanan tersendiri terhadap munculnya berbagai permasalahan sosial di kalangan remaja, termasuk perilaku *bullying*. Kondisi lingkungan yang heterogen dan interaksi sosial yang kompleks membuat sekolah perlu memiliki sistem penanganan yang terencana, terstruktur, dan berkelanjutan. Oleh karena itu, upaya penanganan *bullying* di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya dilakukan secara kolaboratif dengan melibatkan berbagai pihak, baik dari unsur guru, wali kelas, guru BK, maupun pihak sekolah secara keseluruhan.

Melalui dukungan yang kuat dari seluruh unsur sekolah, diharapkan setiap permasalahan yang muncul dapat diatasi secara cepat, tepat, dan menyeluruh tanpa menimbulkan dampak psikologis yang lebih dalam bagi korban. Penanganan yang komprehensif ini juga menjadi bagian dari tanggung jawab moral sekolah dalam membentuk karakter peserta didik yang berempati, bertanggung jawab, dan memiliki kesadaran sosial yang tinggi. Berdasarkan pemaparan mengenai penanganan perilaku *bullying* di atas, dapat dijelaskan bahwa terdapat beberapa strategi utama yang diterapkan oleh SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya dalam menangani kasus *bullying*, antara lain melalui pembinaan langsung oleh guru BK, pembentukan tim pencegahan *bullying*, pendekatan personal kepada siswa, serta pelaksanaan kegiatan konseling dan edukasi karakter di lingkungan sekolah. Strategi-strategi tersebut dijelaskan secara lebih rinci pada uraian berikut ini.

a. Membuat Tim *Bully* (Tim Pencegahan Pembullying di sekolah)

Salah satu upaya strategis yang dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya dalam mencegah terjadinya perilaku *bullying* adalah dengan membentuk Tim Khusus Pencegahan *Bullying* di lingkungan sekolah. Tim ini dibentuk sebagai wujud komitmen sekolah dalam menciptakan suasana belajar yang aman, nyaman, dan bebas dari segala bentuk kekerasan verbal maupun nonverbal.

Dalam pelaksanaannya, tim tersebut terdiri dari beberapa unsur penting, yakni guru BK sebagai koordinator utama, wali kelas, serta sejumlah guru mata pelajaran yang memiliki keterlibatan langsung dengan siswa di kelas. Setiap anggota tim memiliki peran dan tanggung jawab masing-masing, baik dalam mendeteksi dini potensi terjadinya *bullying*, memberikan edukasi mengenai dampak negatifnya, maupun melakukan tindak lanjut terhadap laporan atau temuan kasus yang terjadi di sekolah.

Guru BK berperan sebagai pelaksana utama dalam kegiatan pencegahan ini. Ia memiliki jam khusus yang digunakan untuk memberikan pembelajaran dan penyuluhan terkait materi *bullying* kepada seluruh siswa. Kegiatan ini dapat dilaksanakan meskipun sedang berlangsung pelajaran lain, dengan koordinasi terlebih dahulu bersama guru mata pelajaran yang bersangkutan. Dalam sesi khusus tersebut, guru BK menyampaikan berbagai materi penting yang meliputi pengertian *bullying*, bentuk-bentuk perilaku *bullying*, dampak psikologis yang ditimbulkan, serta cara-cara yang dapat dilakukan siswa untuk mencegah dan menolak tindakan *bullying* di lingkungan sekolah.

Selain memberikan penyuluhan, tim ini juga aktif melakukan koordinasi dengan wali kelas dan guru-guru lain untuk mengamati perilaku siswa selama proses pembelajaran di kelas maupun di luar kelas. Apabila ditemukan indikasi adanya tindakan *bullying* atau siswa yang berpotensi menjadi korban maupun pelaku, maka guru BK segera mengambil langkah penanganan. Biasanya siswa yang terlibat akan dipanggil ke ruang BK untuk dilakukan pembinaan, konseling, serta mediasi agar masalah tersebut tidak berlarut-larut dan segera terselesaikan dengan baik.

Kegiatan pembinaan yang dilakukan di ruang BK bertujuan untuk menanamkan kesadaran kepada pelaku mengenai dampak buruk dari perbuatannya, sekaligus memberikan dukungan emosional kepada korban agar dapat kembali merasa aman dan percaya diri di lingkungan sekolah. Guru BK memastikan bahwa setiap kasus ditangani secara profesional, rahasia, dan tidak menimbulkan stigma bagi siswa yang terlibat.

Pernyataan mengenai pembentukan tim ini diperkuat oleh hasil wawancara langsung dengan guru BK yang menyebutkan bahwa keberadaan Tim Pencegahan *Bullying* telah membantu sekolah dalam mengurangi intensitas kasus *bullying* dan meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya saling menghargai dan menjaga hubungan sosial yang harmonis di lingkungan sekolah: "Cara kerja samanya di sekolah ada tim bully (Tim pencegahan pembullying di sekolah) ada guru khusus, tentu kalau untuk guru BK ada jam BK dan meminta izin untuk mengajar di kelas sebentar

di jam tertentu untuk menyampaikan materi BK salah satunya tentang bullying dan berkerja sama dengan wali kelas dan guru- guru apakah di kelas tersebut mempunyai siswa yang teridentifikasi pembullying nanti boleh melapor/memanggil siswa tersebut nah jadi ada kerja sama dengan wali kelas kemudian guru BK juga konsultasi juga bersama kepada tim bullying nya dan setelah itu ibu-ibu di konselingkan.

b. Sering Melakukan Survey Secara Langsung Ke Kelas Oleh Guru BK

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya memiliki peran aktif dalam melakukan pemantauan terhadap kondisi sosial dan emosional siswa di setiap kelas. Pemantauan ini dilakukan secara berkala untuk mengidentifikasi siswa yang menunjukkan perubahan perilaku, terutama siswa yang terlihat lebih pendiam, menyendiri, atau jarang berinteraksi dengan teman-teman sekelasnya. Guru BK secara cermat memperhatikan dinamika kelas, termasuk interaksi antar siswa, suasana belajar, serta pola komunikasi yang terjadi di dalam kelompok.

Selain melakukan pengamatan langsung, guru BK juga berupaya menggali informasi tambahan melalui wawancara tidak formal dengan teman-teman sekelas siswa tersebut. Langkah ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat masalah sosial, konflik antar teman, atau faktor psikologis lain yang menyebabkan siswa menjadi tertutup dan kurang berpartisipasi dalam kegiatan kelas. Informasi dari teman sekelas sering kali menjadi sumber awal untuk memahami latar belakang permasalahan yang dialami oleh siswa tersebut.

Selanjutnya, guru BK akan melakukan pendekatan personal dengan cara menanyakan secara langsung kepada siswa yang bersangkutan mengenai kondisi yang sedang dialaminya. Pendekatan ini dilakukan dengan hati-hati, penuh empati, dan menjaga kerahasiaan agar siswa merasa aman serta tidak tertekan saat menyampaikan perasaannya. Guru BK memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkonsultasi secara pribadi di ruang BK dengan suasana yang tenang, nyaman, dan bebas dari penilaian. Dalam sesi konseling tersebut, guru BK membantu siswa untuk mengungkapkan permasalahan yang dialami, baik yang bersifat pribadi maupun yang berkaitan dengan hubungan sosial di sekolah.

Upaya ini bertujuan untuk mendeteksi secara dini adanya potensi tekanan emosional, konflik sosial, atau gejala awal dari perilaku bullying yang mungkin belum terungkap. Dengan cara tersebut, guru BK dapat memberikan intervensi dan bimbingan yang tepat sebelum permasalahan berkembang lebih jauh dan berdampak negatif terhadap kesehatan mental siswa.

Hal ini diperkuat oleh hasil observasi dan wawancara langsung dengan guru BK yang menyatakan bahwa kegiatan pemantauan rutin dan pendekatan personal terhadap siswa menjadi salah satu strategi utama dalam mencegah munculnya kasus bullying di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya. Melalui langkah-langkah tersebut, guru BK berperan tidak hanya sebagai pembimbing akademik, tetapi juga sebagai pendamping psikologis yang membantu menjaga kesejahteraan mental dan sosial peserta didik di lingkungan sekolah:

“Hal pertama yang dilakukan oleh guru BK di sekolah tersebut adalah bertanya kepada guru-guru lain siapa di kelas yang sering diam dan tidak ngomong dan juga guru BK tersebut bertanya juga kepada teman-teman yang lain di dalam kelasnya. Kemudian guru BK memanggil siswa tersebut dan bertanya mengapa berdiam diri dan menutup diri dari lingkungan sosial, kenapa tidak mau berkawan dengan teman-teman dan berbicara.”

c. Sering Memberikan Materi Pelajaran Tentang *bullying*

Seorang Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya memiliki jadwal khusus yang diperuntukkan bagi kegiatan layanan BK. Pada jam tersebut, guru BK secara rutin memberikan materi dan bimbingan yang berkaitan dengan berbagai permasalahan yang mungkin dihadapi oleh siswa, salah satunya mengenai perilaku *bullying* di lingkungan sekolah. Dalam penyampaian materi tersebut, guru BK menekankan pentingnya menciptakan suasana belajar yang aman, nyaman, dan kondusif bagi seluruh peserta didik. Guru BK juga menegaskan bahwa sekolah berkomitmen untuk menjadi lingkungan yang bebas dari segala bentuk kekerasan verbal maupun nonverbal sehingga setiap siswa dapat merasa tenang dan terlindungi selama proses pembelajaran berlangsung.

Apabila terdapat siswa atau siswi yang merasa tidak nyaman, tidak aman, atau mengalami perlakuan yang membuat mereka merasa tersinggung dan tidak senang, maka guru BK mendorong mereka untuk segera melapor. Laporan dapat disampaikan secara langsung kepada guru BK, guru mata pelajaran, wali kelas, atau pihak sekolah lainnya. Bagi siswa yang merasa ragu atau takut untuk melapor secara pribadi, guru BK juga memberikan kesempatan untuk meminta bantuan teman dekat agar menyampaikan laporan tersebut ke ruang BK. Langkah ini dilakukan sebagai bentuk pencegahan dini untuk meminimalisir kemungkinan terjadinya tindakan *bullying* di lingkungan sekolah, sekaligus menciptakan sistem komunikasi terbuka antara siswa dan guru.

Ketika terjadi kasus *bullying* di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya, pihak sekolah dengan sigap melakukan penanganan segera pada hari yang sama. Proses penyelesaian dilakukan dengan menghadirkan pelaku dan korban ke ruang Bimbingan dan Konseling untuk diberikan pembinaan serta dilakukan mediasi secara langsung. Melalui langkah ini, guru BK berupaya memastikan bahwa permasalahan dapat diselesaikan secara damai dan tuntas pada hari itu juga, sehingga tidak menimbulkan efek psikologis berkelanjutan terhadap korban.

Setelah proses pembinaan selesai, guru BK tidak berhenti sampai di situ. Tindak lanjut dilakukan melalui pemantauan dan cross check secara berkala terhadap kondisi korban untuk memastikan tidak terjadi pengulangan perilaku serupa di kemudian hari. Pemantauan ini juga bertujuan untuk menilai efektivitas pembinaan yang telah dilakukan serta memastikan bahwa korban dapat kembali merasa aman, nyaman, dan diterima di lingkungan sekolah.

Temuan ini diperkuat oleh hasil observasi langsung dan wawancara dengan guru BK yang menjelaskan bahwa sistem penanganan dan pengawasan pascakejadian telah menjadi bagian penting dari strategi sekolah dalam mengatasi perilaku *bullying*. Dengan demikian, dapat

disimpulkan bahwa guru BK di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya menjalankan peran yang aktif, tanggap, dan berkesinambungan dalam upaya pencegahan sekaligus penanganan kasus *bullying* di lingkungan sekolah. Hasil wawancara dengan guru BK dapat di lihat di bawah:

“Hal pertama untuk mencegah guru BK ada jam khusus BK nah disitu guru BK memberikan materi di materi tersebut membahas tentang kalian di sekolah ini berhak untuk aman salah satunya sosialisasi dan sepertinya jadi ketika siswa di sekolah harus merasa aman, nyaman dan senang bersekolah! Ketika kalian merasa tidak aman, dan nyaman di sekolah silahkan melapor ke guru BK atau guru-guru yang lain jikalau tidak berani sendiri boleh minta kawan ke ruang BK. Mencegah untuk mengatasinya jikalau ada siswa korban bullying biasanya anak-anak melapor/ada kawannya yang melapor ke guru BK, dan selanjutnya guru BK memanggil anak siswa yang di-bully tersebut ke ruang BK beserta pelaku bully dan bertanya kenapa, lalu memanggil pelaku bully juga ke ruang BK beserta wali kelas dan diselesaikan permasalahan bully tersebut pada hari itu juga dan keluar dari ruang BK selesai masalah pada hari itu juga. Kemudian tahap selanjutnya guru BK cross cek kepada korban bully tentang bagaimana hari ini apakah masih di-bully lagi dan juga bertanya kepada guru-guru lain juga tentang perkembangan korban bully dan pelaku bully.”

Selanjutnya, rumusan masalah ketiga yang berkaitan dengan upaya sekolah dalam mengurangi perilaku bullying di SMA Negeri 1 Krueng Barona Jaya telah terjawab melalui pemaparan hasil wawancara dengan pihak sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekolah telah melakukan berbagai upaya penanganan dan pencegahan bullying, di antaranya melalui layanan bimbingan dan konseling oleh guru BK, pembinaan karakter siswa, pendekatan personal kepada siswa yang terlibat dalam kasus bullying, serta kerja sama antara wali kelas, guru BK, dan pihak sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan kondusif. Upaya-upaya tersebut dilakukan sebagai bentuk tanggung jawab sekolah dalam menjaga kesehatan mental dan kenyamanan siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa seluruh rumusan masalah dalam penelitian ini telah dijawab melalui hasil penelitian yang disajikan pada Bab IV. Pembahasan yang disusun berdasarkan data lapangan ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai fenomena *bullying* di sekolah, dampaknya terhadap kesehatan mental siswa, serta peran sekolah dalam melakukan upaya penanganan dan pencegahan perilaku *bullying*

Kesimpulan

Beirdasarkan hasil peineilitian yang dilaksanakan di SMA Neigeiri 1 Kruieing Barona Jaya meingeinai topik “Dampak Peirilakui Buillying teirhadap Keiseihatan Meintal Siswa”, dapat disimpulikan bahwa beintuik peirilakui buillying yang paling seiring teirjadi di lingskuingan seikolah teirseibuit adalah buillying veirbal. Jeinis peirilakui ini muincuil dalam beirbagai beintuik, antara lain beiruipa eijeikan teirhadap keikuirangan fisik seiseiorang, seipeirti meimanggil teiman deingan seibuitan “peindeik”, “gigi jeileik”, atau istilah lain yang meingandung uinsuir peinghinaan teirhadap peinampilan dan karakteristik pribadi. Seilain itui, buillying veirbal juiga seiring dilakuikan meilalui

perkataan yang meirendahkan kemampuan berbicara, cara berpikir, maupun kemampuan akademik korban.

Meskipun bentuk perilaku ini kerap dianggap ringan atau sekadar canda oleh pelaku maupun oleh sebagian siswa lain, namun pada kenyataannya tindakan tersebut memiliki dampak psikologis yang cukup serius bagi korban. Perilaku verbal semacam ini cenderung lebih sering terjadi karena mudah dilakukan, tidak meninggalkan bukti fisik yang nyata, dan sering kali luput dari perhatian guru maupun pihak sekolah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa bullying verbal merupakan bentuk kekerasan non-fisik yang paling dominan dan berpotensi menimbulkan luka emosional mendalam bagi korban di sekolah tersebut.

2. Dampak dari perilaku bullying yang terjadi di SMA Negeiri 1 Kruieing Barona Jaya sangat signifikan terhadap kondisi psikologis dan kesehatan mental siswa yang menjadi korban. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, diketahui bahwa para korban umumnya mengalami tekanan emosional yang cukup berat, ditandai dengan munculnya perasaan tidak nyaman, rasa cemas, ketakutan, dan hilangnya rasa aman ketika berada di lingkungan sekolah.

Dampak psikologis tersebut juga menimbulkan perubahan perilaku yang nyata, seperti korban menjadi lebih pendiam, menarik diri dari pergaulan dengan teman sebaya, serta kehilangan rasa percaya diri. Akibat tekanan batin yang berkepanjangan, motivasi belajar korban menurun, konsentrasi dalam mengikuti pelajaran terganggu, dan akhirnya berdampak negatif terhadap prestasi akademik mereka. Beberapa korban bahkan mengakui sering merasa minder dan pesimis terhadap masa depan, terutama karena mereka khawatir bahwa kekurangan fisik atau kelemahan yang sering dijadikan bahan

3. Adapun berbagai upaya yang telah dilakukan oleh pihak sekolah dalam mengurangi serta menangani perilaku bullying di SMA Negeiri 1 Kruieing Barona Jaya menunjukkan hasil yang cukup positif. Sekolah, melalui peran aktif guru

Melalui langkah-langkah tersebut, dapat disimpulkan bahwa pihak sekolah telah berupaya secara maksimal untuk menekan angka kejadian bullying serta menciptakan suasana belajar yang kondusif, aman, dan berorientasi pada kesejahteraan psikologis seluruh siswa. Upaya ini menunjukkan komitmen yang tinggi dari pihak sekolah dalam menanamkan nilai-nilai moral, empati, dan tanggung jawab sosial di kalangan peserta didik.

Daftar Pustaka

- Aguistina, F. R. (2021). *Dinamika Psikologis Korban Bullying Di Pondok Pesantren*. 1-67.
- Andriansyah, A. (2023, Agustus 05). *Feidarsi Serikat Guru Akui Peleindungan Di Pendidikan Masih Marak*. Retrieved from VOA Indonesia: <https://www.voaindonesia.com/A/Feidarsi-Serikat-Guru-Akui-Peleindungan-Di-Satuan-Pendidikan-Masih-Marak/7212413.html>
- Coloroso, B. (2007). In *Stop Bullying!: Memutus Rantai Kekerasan Anak Dari Prasekolah Hingga Smu (The Bully, The Victim, And The Bystander: From Preschool To High School-How*

- Parents And Teachers Can Help Break The Cycle Of Violence. Terjemahan) (Pp. 55-56). Jakarta: PT Seirambi Ilmui.
- Creswell, John W. (2016). Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran. Diterjemahkan oleh Achmad Fawaid dan Rianayati Kusmini Pancasari. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 245-257.
- Rismayanti, M. A. (2022). Pengaruh Tindakan Bullying Terhadap Perkembangan Mental Anak Kelas V Sekolah Dasar Negeri Pamulang Indah. , 1-57.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta, 124-242.