

Memahami Dampak Bullying pada Siswa Sekolah Menengah: Dampak Emosional, Psikologis, dan Akademis, serta Implikasi untuk Kebijakan dan Praktik Sekolah

Risdawati Vazai Astifionita
Fakultas Humaniora dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik Musi Charitas, Palembang, Indonesia

| Article Info | Abstrak |
|---|---|
| <p><i>Article history</i></p> <p>Received : Agu 25, 2024 Revised : Sep 16, 2024 Accepted : Sep 30, 2024</p> | <p><i>Penelitian ini mengeksplorasi pengalaman siswa sekolah menengah dalam menghadapi perundungan, dengan fokus pada berbagai bentuk perundungan verbal, sosial, fisik, dan siber serta dampak emosional, psikologis, dan akademisnya. Penelitian ini meneliti bagaimana siswa menanggapi perundungan, termasuk mencari bantuan dari orang dewasa, mengandalkan dukungan teman sebaya, penghindaran, dan pembalasan. Penelitian ini juga menyelidiki implikasi bagi sekolah, dengan menekankan perlunya kebijakan anti-perundungan yang komprehensif, iklim sekolah yang positif, dan sistem pendukung yang efektif bagi korban dan pelaku. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa perundungan memiliki dampak yang mendalam dan bertahan lama pada siswa, yang menyebabkan peningkatan kecemasan, depresi, penurunan akademis, dan isolasi sosial. Penelitian ini menyoroti peran penting sekolah dalam mengatasi perundungan melalui tindakan proaktif dan keterlibatan masyarakat, yang bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung yang menumbuhkan kesejahteraan siswa dan keberhasilan akademis.</i></p> |
| <p><i>Kata Kunci:</i></p> <p>Penindasan; Sekolah Menengah; Dampak Emosional; Efek Psikologis; Strategi Anti-Penindasan.</p> | <p><i>Abstract</i></p> <p><i>This research explores the experiences of middle school students in dealing with bullying, focusing on the different forms of bullying verbal, social, physical, and cyberbullying and their emotional, psychological, and academic impacts. The study examines how students respond to bullying, including seeking help from adults, relying on peer support, avoidance, and retaliation. It also investigates the implications for schools, emphasizing the need for comprehensive anti-bullying policies, a positive school climate, and effective support systems for both victims and perpetrators. Findings reveal that bullying has profound and lasting effects on students, leading to increased anxiety, depression, academic decline, and social isolation. The research highlights the critical role of schools in addressing bullying through proactive measures and community engagement, aiming to create a safe and supportive environment that fosters student well-being and academic success.</i></p> |

Corresponding Author:

Risdawati Vazai Astifionita,
Fakultas Humaniora dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Katolik Musi Charitas, Palembang, Indonesia,
Jl. Bangau No.60, 9 Ilir, Kec. Ilir Tim. II, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30114,
risdawativazai@gmail.com

This is an open access article under the CC BY-NC license.



PENDAHULUAN

Perundungan merupakan masalah yang meluas di sekolah-sekolah di seluruh dunia, yang memengaruhi siswa secara emosional, sosial, dan akademis (Tanjung et al., 2024). Di sekolah menengah pertama, tempat siswa bertransisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja, prevalensi dan dampak perundungan

sangat memprihatinkan. Selama tahap perkembangan ini, siswa menavigasi dinamika sosial yang kompleks dan membentuk identitas mereka, yang membuat mereka rentan terhadap konflik dan pelecehan dari teman sebaya. Perundungan dalam konteks ini dapat terwujud dalam berbagai bentuk, termasuk agresi fisik, pelecehan verbal, pengucilan sosial, dan yang semakin meningkat, perundungan siber (Suksma et al., 2024). Masing-masing bentuk ini dapat memiliki dampak yang mendalam dan bertahan lama pada kesehatan mental, harga diri, dan kinerja akademis korban.

Penindasan fisik merupakan bentuk penindasan yang paling terlihat dan melibatkan kontak fisik langsung yang dimaksudkan untuk menyakiti atau membuat tidak nyaman (Marasaoly, 2022). Penindasan ini meliputi tindakan seperti memukul, menendang, mendorong, menjegal, dan merusak barang pribadi. Rasa sakit fisik yang ditimbulkan dalam situasi ini sering kali disertai dengan tekanan emosional, karena korban mungkin merasa tidak berdaya atau terhina. Penindasan fisik sangat berbahaya karena dapat meningkat dengan cepat, menyebabkan cedera serius, dan dapat menciptakan rasa takut yang terus-menerus untuk bersekolah atau lingkungan sosial lainnya (Setiyanawati, 2023).

Penindasan verbal, meskipun kurang terlihat dibandingkan penindasan fisik, dapat sama-sama merusak. Penindasan verbal melibatkan penggunaan kata-kata untuk menyakiti, merendahkan, atau meremehkan seseorang. Hal ini dapat berupa hinaan, makian, ejekan, dan ancaman verbal. Luka emosional yang disebabkan oleh penindasan verbal dapat berlangsung lama, karena sering kali menargetkan penampilan, kecerdasan, ras, jenis kelamin, atau karakteristik pribadi seseorang lainnya (Sari et al., 2024). Tidak seperti penindasan fisik, yang meninggalkan bekas yang terlihat, dampak penindasan verbal sering kali terinternalisasi, yang menyebabkan kecemasan, depresi, dan berkurangnya harga diri pada korban.

Perundungan sosial, terkadang disebut perundungan relasional, lebih halus dan sering kali sulit dideteksi (Nurdianto et al., 2018). Perundungan ini melibatkan perusakan hubungan sosial atau reputasi seseorang melalui pengucilan, penyebaran rumor, atau manipulasi. Perundungan sosial ditujukan untuk mengisolasi korban dari kelompok sebayanya, membuat mereka merasa tidak diinginkan atau ditolak. Jenis perundungan ini dapat terjadi di berbagai tempat, termasuk di ruang kelas, ruang makan siang, atau bahkan selama kegiatan ekstrakurikuler. Dampak emosional dari perundungan sosial sangat besar, karena mengganggu kemampuan korban untuk membentuk dan memelihara hubungan yang sehat, yang menyebabkan perasaan kesepian dan keterasingan.

Perundungan siber, bentuk perundungan yang relatif baru tetapi semakin lazim, terjadi melalui platform digital seperti media sosial, aplikasi perpesanan, dan forum daring (Zebua et al., 2023). Perundungan siber meliputi pengeposan komentar yang menyakitkan, berbagi informasi atau gambar pribadi tanpa izin, menyebarkan rumor palsu, dan mengirim pesan yang mengancam. Tidak seperti bentuk perundungan tradisional, perundungan siber dapat terjadi 24/7 dan dapat menjangkau audiens yang jauh lebih luas secara instan. Anonimitas yang ditawarkan internet sering kali membuat pelaku menjadi lebih berani, sementara korban mungkin merasa tidak berdaya, karena pelecehan tersebut mengikuti mereka di luar lingkungan sekolah dan masuk ke rumah mereka (Syah et al., 2015). Sifat perundungan siber yang meluas membuatnya sangat merusak, karena dapat menyebabkan tekanan emosional yang parah, kecemasan, dan dalam beberapa kasus, pikiran untuk bunuh diri.

Siswa sekolah menengah berada pada usia kritis di mana penerimaan teman sebaya dan rasa memiliki sosial sangat penting bagi perkembangan emosional mereka (Susilowati, 2013). Perundungan mengganggu kebutuhan ini, yang menyebabkan perasaan terisolasi, takut, dan cemas. Penelitian telah menunjukkan bahwa korban perundungan lebih mungkin mengalami depresi, gangguan kecemasan, dan bahkan keinginan bunuh diri. Lebih jauh lagi, perundungan dapat menciptakan lingkungan sekolah yang tidak bersahabat, yang berdampak negatif pada pembelajaran dan partisipasi, tidak hanya bagi korban tetapi juga bagi orang yang menyaksikan perilaku tersebut (Indasari et al., 2020). Memahami bagaimana siswa mengalami dan mengatasi perundungan sangat penting bagi para pendidik, orang tua, dan pembuat kebijakan yang bertujuan untuk menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan lebih mendukung.

Penelitian tentang perundungan di sekolah menengah telah mengungkap beberapa temuan penting terkait sifat perundungan, peran hubungan dengan teman sebaya, hierarki sosial, dan pola perilaku unik remaja (Desiningrum, 2017). Sekolah menengah, yang sering digambarkan sebagai periode penuh gejala perkembangan sosial dan emosional, merupakan tempat utama terjadinya perundungan karena adanya perubahan dinamika kelompok sebaya dan meningkatnya kebutuhan akan penerimaan sosial.

Salah satu temuan utama adalah bahwa perundungan di sekolah menengah sangat dipengaruhi oleh hubungan dengan teman sebaya dan hierarki sosial (Suhendar, 2018). Remaja berada pada tahap di

mana mereka menavigasi struktur sosial yang kompleks, dan perundungan sering kali muncul sebagai sarana untuk membangun dominasi dalam kelompok sebaya.

Teori seperti teori dominasi sosial menunjukkan bahwa beberapa siswa terlibat dalam perundungan sebagai cara untuk menegaskan kendali dan mempertahankan status yang lebih tinggi di antara teman sebaya mereka (Purwanti, 2020). Mereka yang melakukan perundungan sering kali menargetkan individu yang dianggap lebih lemah atau terpinggirkan secara sosial, memanfaatkan ketidakseimbangan kekuasaan untuk meningkatkan kedudukan sosial mereka sendiri. Dinamika ini khususnya terlihat jelas di sekolah menengah, di mana siswa sangat menyadari posisi mereka dalam hierarki sosial dan dapat menggunakan perundungan sebagai alat untuk menaiki tangga sosial (Fukuyama, 2005). Penelitian juga menunjukkan bahwa persetujuan teman sebaya dan dinamika kelompok memainkan peran penting dalam perilaku bullying (Latifah, 2018).

Menurut teori pengaruh teman sebaya, remaja sangat rentan terhadap pendapat dan tindakan kelompok sebaya mereka, yang dapat mendorong perilaku bullying (Zakiyah, 2019). Penelitian telah menemukan bahwa pelaku bullying sering mencari validasi dari teman-teman atau teman sekelas mereka, menggunakan bullying sebagai sarana untuk mendapatkan popularitas atau memperkuat ikatan sosial mereka. Sebaliknya, siswa yang dibully mungkin menderita isolasi sosial, karena teman sebaya mereka mungkin enggan untuk campur tangan karena takut menjadi sasaran mereka sendiri. Hal ini dapat menciptakan siklus di mana bullying memperkuat perpecahan sosial yang ada dan mengarah pada pengucilan lebih lanjut terhadap korban. Transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja ditandai oleh perubahan emosional dan psikologis yang signifikan, dan perilaku remaja merupakan faktor penting lainnya dalam prevalensi bullying (Irmansyah & Apriliawati, 2018). Penelitian psikologi perkembangan menyoroti bahwa siswa sekolah menengah sering berjuang dengan pembentukan identitas dan lebih cenderung terlibat dalam perilaku pengambilan risiko, termasuk agresi. Remaja juga mengembangkan keterampilan pengaturan emosi mereka, dan beberapa mungkin tidak memiliki kemampuan untuk berempati dengan teman sebaya mereka atau mengelola konflik secara konstruktif, yang mengarah pada bullying sebagai jalan keluar untuk frustrasi atau rasa tidak aman (Ns et al., 2020). Lebih jauh lagi, kelompok usia ini sangat sensitif terhadap penolakan teman sebaya, sehingga mereka rentan terhadap dampak emosional dari perundungan, yang dapat bermanifestasi dalam bentuk kecemasan, depresi, dan penurunan harga diri.

Temuan penting lainnya dari penelitian terdahulu adalah dampak faktor lingkungan dan demografi terhadap perundungan (Juliningrum & Sudiro, 2014). Penelitian telah menunjukkan bahwa kelompok siswa tertentu, seperti mereka yang berasal dari latar belakang minoritas atau siswa penyandang disabilitas, lebih mungkin mengalami perundungan karena perbedaan yang mereka rasakan. Teori sistem ekologi, yang menekankan interaksi antara individu dan lingkungannya, menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti dinamika keluarga, iklim sekolah, dan pengaruh masyarakat berperan dalam membentuk perilaku perundungan. Sekolah dengan lingkungan yang tidak mendukung atau kebijakan anti-perundungan yang longgar cenderung memiliki tingkat perundungan yang lebih tinggi, sementara sekolah yang mendorong inklusivitas dan secara aktif menangani perundungan mengalami insiden yang lebih rendah.

Penelitian sebelumnya tentang perundungan di sekolah terutama berfokus pada prevalensinya dan karakteristik pelaku dan korban perundungan (Adhha, 2020). Namun, kurang banyak perhatian yang diberikan pada pengalaman pribadi siswa, terutama dalam hal bagaimana mereka menghadapi perundungan dan strategi penanganan yang mereka gunakan. Secara khusus, siswa sekolah menengah mungkin belum sepenuhnya mengembangkan kematangan emosional atau keterampilan sosial untuk menghadapi tantangan tersebut, yang dapat membuat mereka merasa tidak berdaya atau bingung tentang cara menanggapi (Jihad, 2013). Menjelajahi pengalaman ini dapat menjelaskan bagaimana perundungan dipersepsikan dari sudut pandang siswa dan sumber daya atau intervensi apa yang paling efektif dalam mendukung mereka.

Selain dampak pribadi pada siswa, perundungan memiliki implikasi yang lebih luas terhadap budaya sekolah dan keberhasilan siswa. Sekolah dengan tingkat perundungan yang tinggi dapat mengalami peningkatan ketidakhadiran, kinerja akademis yang lebih rendah, dan tingkat putus sekolah yang lebih tinggi (Ananda et al., 2019). Siswa yang dirundung dapat melepaskan diri dari kegiatan sekolah, kehilangan motivasi dalam belajar, atau mengembangkan rasa takut untuk bersekolah. Lebih jauh lagi, kelompok siswa tertentu, seperti mereka yang berasal dari latar belakang minoritas atau siswa penyandang disabilitas, mungkin lebih banyak terkena dampak perundungan, sehingga menambah lapisan kompleksitas pada masalah ini (Maulana & Sos, 2009).

Mengingat pentingnya masalah ini, penelitian ini berupaya menganalisis pengalaman siswa sekolah menengah dalam menghadapi perundungan (Kamaruzzaman, 2016). Dengan meneliti jenis-jenis perundungan yang mereka hadapi, bagaimana mereka menanggapi, dan sistem pendukung yang mereka andalkan, penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi pada pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak perundungan selama tahap perkembangan kritis ini. Selain itu, penelitian ini akan mengeksplorasi bagaimana faktor demografi, seperti jenis kelamin dan status sosial ekonomi, memengaruhi pengalaman siswa dan mekanisme penanggulangannya (Pinasti, 2011). Temuan penelitian ini dapat menginformasikan intervensi antiperundungan yang lebih terarah dan membantu sekolah menciptakan lingkungan yang lebih inklusif yang memprioritaskan kesejahteraan siswa.

METODE

Metodologi untuk penelitian tentang pengalaman siswa sekolah menengah dengan bullying ini dirancang untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang jenis-jenis bullying yang mereka hadapi, strategi penanggulangan mereka, dan dampak bullying terhadap kesejahteraan mereka. Pendekatan metode campuran, yang menggabungkan data kualitatif dan kuantitatif, akan digunakan untuk menangkap kompleksitas pengalaman siswa.

Penelitian ini akan mengikuti desain sekuensial eksploratif, di mana pengumpulan dan analisis data kualitatif akan dilakukan terlebih dahulu untuk mengeksplorasi pengalaman siswa dan mekanisme penanggulangan. Ini akan diikuti oleh pengumpulan data kuantitatif untuk mengidentifikasi pola dan prevalensi bullying di seluruh sampel yang lebih besar. Fase kualitatif akan membantu mengembangkan wawasan dan pertanyaan yang dapat diperiksa secara lebih luas melalui survei dalam fase kuantitatif.

Populasi target untuk penelitian ini terdiri dari siswa sekolah menengah, biasanya berusia antara 11 dan 14 tahun, dari beberapa sekolah dalam wilayah tertentu untuk memastikan keberagaman dalam sampel. Metode pengambilan sampel yang bertujuan akan digunakan untuk memilih peserta untuk fase kualitatif, dengan fokus pada siswa dengan berbagai pengalaman bullying (misalnya, korban, pengamat, dan mereka yang tidak memiliki pengalaman bullying). Untuk tahap kuantitatif, sampel siswa yang lebih besar akan dipilih menggunakan stratified random sampling untuk memastikan representasi di berbagai kelompok demografi, termasuk jenis kelamin, ras, dan status sosial ekonomi.

Ukuran sampel untuk tahap kualitatif akan mencakup sekitar 20–30 siswa, sedangkan tahap kuantitatif akan melibatkan sekitar 200–300 siswa. Rentang ini dipilih untuk mencapai pemahaman yang mendalam dan luas dalam masalah perundungan di sekolah menengah.

Pada tahap kualitatif, wawancara semi-terstruktur dan kelompok fokus akan dilakukan dengan siswa untuk mendapatkan wawasan mendalam tentang pengalaman pribadi mereka dengan perundungan. Format semi-terstruktur akan memungkinkan fleksibilitas, memungkinkan siswa untuk mengekspresikan pikiran dan emosi mereka secara bebas sambil juga menjawab pertanyaan-pertanyaan spesifik yang terkait dengan bentuk-bentuk perundungan yang mereka hadapi, bagaimana mereka mengatasi insiden tersebut, dan peran teman sebaya, guru, dan orang tua dalam menanggapi situasi tersebut.

Wawancara akan dilakukan dalam suasana satu lawan satu untuk memastikan kerahasiaan dan memungkinkan siswa untuk membahas topik-topik sensitif tanpa takut dihakimi. Di sisi lain, kelompok fokus akan menyediakan wadah bagi siswa untuk membahas perundungan dalam konteks teman sebaya, menyoroti dinamika kelompok dan bagaimana perundungan dipersepsikan dalam kelompok sebaya.

Setelah fase kualitatif, survei akan diberikan kepada sampel siswa yang lebih besar untuk mengukur temuan dan mengidentifikasi tren yang lebih luas. Survei akan dirancang berdasarkan wawasan yang diperoleh dari wawancara dan kelompok fokus, dengan bagian tentang frekuensi dan jenis perundungan yang dialami (misalnya, perundungan fisik, verbal, sosial, dan siber), tingkat keparahan perundungan yang dirasakan, mekanisme penanganan yang digunakan, dan sistem pendukung yang tersedia bagi siswa.

Survei akan mencakup pertanyaan skala Likert untuk mengukur dampak perundungan pada kesejahteraan emosional dan akademis, serta pertanyaan pilihan ganda dan respons terbuka untuk memungkinkan siswa berbagi komentar tambahan. Informasi demografis juga akan dikumpulkan untuk menganalisis pola di berbagai kelompok siswa.

Untuk data kualitatif, analisis tematik akan digunakan untuk mengidentifikasi pola dan tema yang berulang dalam pengalaman siswa dengan perundungan. Wawancara dan diskusi kelompok terfokus akan ditranskripsi dan dikodekan untuk mengidentifikasi tema-tema umum, seperti jenis-jenis

perundungan yang dilaporkan, dampak emosional pada siswa, dan strategi yang digunakan untuk mengatasi perundungan. Analisis tematik juga akan membantu mengungkap perbedaan gender atau budaya dalam cara siswa mengalami dan menanggapi perundungan. Data survei kuantitatif akan dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menentukan prevalensi dan bentuk-bentuk perundungan di antara siswa sekolah menengah. Statistik inferensial, seperti uji chi-square dan uji-t, akan digunakan untuk mengeksplorasi hubungan antara variabel demografis (misalnya, gender, ras) dan pengalaman perundungan. Ini akan membantu dalam mengidentifikasi apakah kelompok siswa tertentu lebih rentan terhadap jenis-jenis perundungan tertentu.

Korelasi juga akan dianalisis untuk memeriksa hubungan antara pengalaman bullying dan hasil seperti prestasi akademik, kesejahteraan emosional, dan hubungan sosial. Data dari tanggapan survei terbuka akan menjadi subjek analisis konten untuk mengidentifikasi tema tambahan yang mungkin terlewatkan dalam fase kualitatif awal.

Mengingat sifat topik yang sensitif, pertimbangan etika akan menjadi prioritas selama proses penelitian. Persetujuan orang tua dan persetujuan siswa akan diperoleh untuk berpartisipasi, dan semua wawancara dan survei akan memastikan kerahasiaan dan anonimitas. Siswa akan diberitahu tentang hak mereka untuk menarik diri dari penelitian kapan saja, dan dukungan konseling akan tersedia bagi setiap peserta yang mungkin mengalami tekanan emosional akibat mendiskusikan pengalaman mereka dengan bullying.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jenis-jenis Bullying yang Umum Dilaporkan di Sekolah Menengah

Bullying Verbal merupakan salah satu bentuk bullying yang paling sering dilaporkan di sekolah menengah. Bullying melibatkan penggunaan kata-kata untuk menyakiti, menghina, atau mempermalukan korban. Contoh umum termasuk mencaci-maki, menggoda, menjelek, dan melontarkan komentar yang merendahkan tentang penampilan, kecerdasan, ras, jenis kelamin, atau karakteristik pribadi seseorang. Karena bullying verbal dapat terjadi di tempat umum atau pribadi, bullying sulit dipantau dan sering kali tidak disadari oleh orang dewasa. Kerusakan emosional yang disebabkan oleh bullying verbal dapat berlangsung lama, yang menyebabkan kecemasan, depresi, dan harga diri yang menurun. Banyak korban bullying verbal melaporkan merasa malu, terisolasi, dan dipermalukan, yang selanjutnya memperburuk rasa kerentanan mereka.

Bullying sosial atau relasional merupakan bentuk bullying lain yang umum terjadi, terutama di sekolah menengah, di mana dinamika sosial sangat penting bagi rasa memiliki siswa. Bullying sosial bertujuan untuk merusak reputasi atau hubungan seseorang, sering kali melalui perilaku yang halus tetapi merusak. Ini termasuk mengucilkan seseorang dari suatu kelompok, menyebarkan rumor, mendorong orang lain untuk menghindari atau mengucilkan korban, atau merusak persahabatan. Karena perundungan sosial bersifat tidak langsung, perundungan ini lebih sulit dideteksi daripada perundungan fisik atau verbal, tetapi dampaknya sama-sama merusak. Korban perundungan sosial sering kali mengalami perasaan kesepian, penolakan, dan pengkhianatan, yang dapat berdampak signifikan pada kesehatan mental dan kemampuan mereka untuk membentuk dan memelihara hubungan yang sehat dengan teman sebaya.

Meskipun perundungan fisik lebih jarang terjadi daripada perundungan verbal atau sosial, perundungan ini masih menjadi masalah yang signifikan di sekolah menengah. Perundungan fisik melibatkan penggunaan kekuatan fisik atau agresi untuk mengintimidasi atau menyakiti korban. Ini dapat mencakup memukul, menendang, mendorong, menjegal, dan merusak barang-barang milik seseorang. Tidak seperti bentuk perundungan lainnya, perundungan fisik meninggalkan bukti yang terlihat, seperti memar atau pakaian robek, sehingga lebih mudah diidentifikasi. Namun, konsekuensi emosional dari perundungan fisik sering kali melampaui kerusakan fisik. Korban sering kali mengalami ketakutan, ketidakberdayaan, dan kecemasan, yang dapat menyebabkan penghindaran sekolah atau penarikan diri dari kegiatan sosial. Perundungan fisik sering dikaitkan dengan ketidakseimbangan kekuasaan, di mana pelaku perundungan menggunakan ukuran, kekuatan, atau status sosial untuk mendominasi korban.

Perundungan Siber Dengan munculnya teknologi digital, perundungan siber telah muncul sebagai bentuk perundungan yang lazim dan berbahaya di sekolah menengah. Perundungan siber terjadi ketika pelaku perundungan menggunakan platform digital, seperti media sosial, pesan teks, atau forum daring, untuk melecehkan, mengancam, atau merendahkan korbannya. Perundungan siber dapat mencakup menyebarkan rumor palsu, membagikan informasi yang memalukan atau pribadi, mengirim pesan yang mengancam, atau memposting komentar yang menyakitkan secara daring. Salah satu aspek

perundungan siber yang paling merusak adalah sifatnya yang berlangsung 24/7 korban dapat menjadi sasaran kapan saja, dan konten yang berbahaya dapat dibagikan ke khalayak luas hampir seketika. Perundungan siber sangat berbahaya karena sering kali membuat pelaku perundungan merasa anonim, sehingga memudahkan mereka untuk terlibat dalam perilaku kejam tanpa menghadapi konsekuensi langsung. Bagi korban, perundungan siber dapat menyebabkan kecemasan, depresi, dan dalam kasus ekstrem, pikiran untuk bunuh diri, karena mereka merasa tidak mampu lepas dari pelecehan yang terus-menerus.

Dampak Emosional, Psikologis, dan Akademis dari Bullying pada Siswa

Dampak emosional bullying pada siswa sering kali langsung terasa dan intens. Korban bullying sering kali melaporkan perasaan takut, sedih, marah, dan frustrasi, yang berasal dari rasa tidak berdaya yang ditimbulkan oleh bullying. Tekanan emosional umum terjadi karena korban merasa terjebak dalam situasi mereka, tidak mampu menghentikan pelecehan atau membela diri tanpa takut akan pembalasan.

Salah satu respons emosional yang paling umum adalah kecemasan. Siswa yang dibully sering kali hidup dalam ketakutan terus-menerus akan menjadi sasaran lagi, yang menyebabkan meningkatnya tingkat kecemasan di lingkungan sekolah. Mereka mungkin merasa gugup atau tidak nyaman di hadapan teman-temannya, bahkan di lingkungan yang aman, karena antisipasi terhadap bullying dapat menjadi sangat besar. Bagi sebagian siswa, kecemasan ini dapat berkembang menjadi bentuk kecemasan sosial yang lebih umum, di mana mereka mulai menghindari interaksi sosial sama sekali.

Selain itu, perasaan malu dan canggung sering kali menyertai bullying. Korban mungkin memendam bullying, percaya bahwa ada sesuatu yang salah dengan diri mereka, yang dapat menyebabkan harga diri yang rendah. Mereka mungkin mulai melihat diri mereka tidak layak untuk berteman, diterima, atau dihormati, yang menyebabkan mereka semakin terisolasi dan menarik diri secara emosional.

Dampak emosional dari perundungan juga dapat terwujud dalam bentuk kemarahan atau agresi. Beberapa siswa mungkin mudah tersinggung atau menunjukkan luapan amarah sebagai akibat dari tekanan emosional yang terus-menerus mereka alami. Dalam kasus yang parah, korban perundungan dapat melampiaskan amarah ini ke dalam diri, yang menyebabkan mereka menyakiti diri sendiri atau perilaku merusak lainnya sebagai cara untuk mengatasi rasa sakit emosional mereka.

Konsekuensi psikologis dari perundungan dapat berlangsung lama, memengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan siswa hingga jauh melampaui masa sekolah mereka. Salah satu dampak psikologis paling signifikan dari perundungan adalah perkembangan depresi. Korban perundungan memiliki risiko lebih tinggi mengalami gejala depresi, termasuk perasaan putus asa, tidak berharga, dan kehilangan minat pada aktivitas yang pernah mereka nikmati. Depresi akibat perundungan dapat menyebabkan isolasi, di mana siswa menarik diri dari teman, keluarga, dan aktivitas sosial, yang selanjutnya memperburuk masalah kesehatan mental mereka.

Dalam kasus yang parah, perundungan dapat menyebabkan ide atau upaya bunuh diri. Penelitian telah menunjukkan bahwa siswa yang mengalami perundungan kronis atau parah lebih cenderung mempertimbangkan atau mencoba bunuh diri sebagai cara untuk melepaskan diri dari rasa sakit mereka. Beban psikologis perundungan, dikombinasikan dengan perasaan terisolasi dan tidak berharga, dapat mendorong beberapa siswa untuk melihat bunuh diri sebagai satu-satunya jalan keluar mereka.

Dampak psikologis umum lainnya dari perundungan adalah perkembangan gejala seperti gangguan stres pascatrauma (PTSD). Siswa yang pernah dibully mungkin mengalami mimpi buruk, kilas balik, dan kewaspadaan berlebihan, terus-menerus gelisah, takut bullying akan terulang kembali. Trauma karena dibully dapat membuat siswa sulit untuk memercayai orang lain, yang menyebabkan kesulitan jangka panjang dalam menjalin hubungan dekat.

Dampak psikologis bullying juga dapat meluas ke perasaan tidak mampu dan ragu pada diri sendiri, di mana korban mulai mempertanyakan kemampuan dan harga diri mereka. Hal ini dapat menghambat perkembangan citra diri yang positif, sehingga sulit bagi mereka untuk percaya pada diri sendiri secara akademis, sosial, dan pribadi.

Dampak emosional dan psikologis dari bullying pasti memengaruhi kinerja akademis siswa. Siswa yang dibully sering mengalami penurunan tajam dalam motivasi dan prestasi akademis. Stres dan kecemasan yang disebabkan oleh bullying dapat membuat siswa sulit untuk fokus pada pelajaran mereka, yang menyebabkan nilai yang lebih buruk, tugas yang tidak tuntas, dan kurangnya partisipasi di kelas.

Bullying juga dapat mengakibatkan penghindaran sekolah. Siswa yang dibully mungkin menjadi sangat cemas saat bertemu dengan penyiksa mereka sehingga mereka mulai membolos sekolah sama

sekali. Dalam beberapa kasus, siswa bahkan mungkin putus sekolah untuk menghindari perundungan. Ketidakhadiran siswa karena perundungan mengganggu pembelajaran siswa dan dapat menyebabkan kesenjangan dalam pendidikan mereka, yang selanjutnya berkontribusi pada rendahnya prestasi akademis.

Bagi siswa yang terus bersekolah meskipun dirundung, lingkungan kelas mungkin terasa tidak bersahabat dan tidak aman. Ketakutan dirundung di depan teman sebaya dapat mencegah mereka berpartisipasi dalam diskusi kelas, mengajukan pertanyaan, atau mencari bantuan dari guru, yang selanjutnya menghambat kinerja akademis mereka. Mereka mungkin merasa terganggu oleh pikiran tentang perundungan, tidak dapat berkonsentrasi pada pelajaran atau ujian mereka, yang menyebabkan kecemasan ujian dan kinerja yang buruk.

Selain penurunan akademis, perundungan juga dapat mengurangi kepercayaan diri siswa terhadap kemampuan mereka. Perundungan verbal atau sosial yang terus-menerus dapat menyebabkan siswa meragukan kompetensi intelektual mereka, yang mengakibatkan kurangnya keterlibatan dengan pekerjaan sekolah mereka. Kurangnya kepercayaan diri ini dapat berdampak jangka panjang pada lintasan akademis mereka, yang memengaruhi aspirasi pendidikan dan pilihan karier mereka di masa depan.

Bagaimana Siswa Bereaksi terhadap dan Menangani Bullying

Ketika menghadapi bullying, siswa bereaksi dan menangani situasi tersebut dengan berbagai cara, tergantung pada faktor-faktor seperti ketahanan pribadi, sistem dukungan sosial, dan tingkat keparahan bullying. Reaksi yang umum termasuk mencari bantuan dari orang dewasa, mengandalkan dukungan teman sebaya, menghindari, dan terkadang bahkan membalas dendam. Respons ini dapat bervariasi dalam efektivitasnya dan dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah, dinamika keluarga, dan ketersediaan sumber daya yang mendukung.

Salah satu cara paling umum yang dilakukan siswa untuk menangani bullying adalah dengan mencari bantuan dari orang dewasa, termasuk orang tua, guru, dan konselor sekolah. Bagi banyak siswa, menghubungi orang dewasa memberikan rasa aman dan terlindungi, karena mereka percaya bahwa orang dewasa memiliki wewenang dan kemampuan untuk campur tangan. Guru dan staf sekolah memainkan peran penting dalam menangani bullying, karena mereka dapat menegakkan tindakan disipliner, memediasi konflik, dan membuat program anti-bullying untuk menumbuhkan lingkungan sekolah yang lebih mendukung. Beberapa siswa meminta bantuan orang tua, berharap mereka akan memberikan kenyamanan emosional atau mengadvokasi atas nama mereka dengan berkomunikasi dengan pihak sekolah. Namun, penelitian menunjukkan bahwa banyak siswa ragu untuk melaporkan perundungan kepada orang dewasa. Ketakutan akan pembalasan dari si penindas, kekhawatiran akan dicap lemah atau "pengadu", dan persepsi bahwa orang dewasa tidak akan mengambil tindakan yang efektif adalah alasan umum mengapa siswa mungkin menghindari mencari bantuan. Selain itu, dalam beberapa kasus, siswa merasa bahwa guru mungkin tidak sepenuhnya memahami dinamika sosial perundungan atau mungkin tidak memiliki waktu atau sumber daya untuk campur tangan secara berarti. Akibatnya, siswa terkadang merasa tidak berdaya dan memilih untuk menangani situasi tersebut sendiri atau beralih ke strategi penanganan lainnya.

Strategi utama lain yang digunakan siswa untuk menangani perundungan adalah mengandalkan teman sebaya untuk mendapatkan dukungan. Hubungan dengan teman sebaya sangat penting selama sekolah menengah, dan memiliki teman yang dapat menawarkan dukungan emosional, melawan penindas, atau memberikan perlindungan dapat membantu meringankan dampak perundungan. Dukungan dari teman sebaya dapat berupa berbagai bentuk, termasuk menawarkan empati, mendorong korban untuk mengabaikan penindas, atau memberikan inklusi sosial dengan mengikutsertakan korban dalam kegiatan kelompok dan dengan demikian menangkali isolasi sosial yang sering kali disebabkan oleh perundungan. Dalam beberapa kasus, pengamat yang menyaksikan perundungan dapat campur tangan secara langsung dengan membela korban atau menghadapi pelaku perundungan. Penelitian telah menunjukkan bahwa ketika teman sebaya turun tangan untuk menghentikan perundungan, perilaku perundungan sering kali berkurang atau berhenti sama sekali. Pengaruh intervensi teman sebaya menyoroti pentingnya mempromosikan perilaku teman sebaya yang positif dalam program anti-perundungan. Namun, dukungan teman sebaya tidak selalu terjamin. Beberapa siswa mungkin takut menjadi sasaran jika mereka berpihak pada korban, yang mengarah pada budaya tidak adanya tindakan dari pengamat di mana perundungan terus berlanjut karena yang lain tidak mau campur tangan.

Banyak siswa, ketika menghadapi perundungan, merespons dengan menggunakan strategi penghindaran, yang dapat mencakup menjauhi si penindas, menghindari lokasi tertentu yang

cenderung menjadi tempat terjadinya perundungan, atau bahkan membolos sekolah sama sekali untuk menghindari siksaan. Penghindaran merupakan respons alami bagi mereka yang merasa tidak berdaya atau percaya bahwa menghadapi si penindas akan memperburuk situasi. Beberapa siswa mungkin menarik diri dari kegiatan sosial, berhenti berpartisipasi dalam kegiatan sekolah, atau mengisolasi diri dari kelompok sebayanya sebagai bentuk perlindungan diri.

Meskipun penghindaran dapat memberikan kelegaan sementara, hal itu sering kali memperburuk dampak negatif perundungan dalam jangka panjang. Siswa yang menghindari sekolah karena perundungan lebih mungkin mengalami penurunan prestasi akademik, kehilangan kesempatan untuk berkembang secara sosial, dan tekanan emosional. Dalam kasus yang parah, perundungan yang berkepanjangan dapat menyebabkan penghindaran sekolah atau putus sekolah, karena siswa mungkin merasa bahwa lingkungan sekolah terlalu tidak bersahabat bagi mereka untuk berhasil.

Selain strategi eksternal seperti mencari bantuan atau penghindaran, siswa juga mengembangkan mekanisme penanganan emosional dan psikologis untuk menangani perundungan. Beberapa siswa mencoba mengatasinya dengan memendam perasaan, menekan respons emosional, atau meyakinkan diri sendiri bahwa perundungan tidak memengaruhi mereka. Yang lain mungkin menyalahkan diri sendiri, percaya bahwa mereka bersalah karena dirundung. Respons emosional ini dapat menyebabkan kecemasan, depresi, dan harga diri rendah, dan dalam kasus yang parah, ide bunuh diri.

Di sisi lain, beberapa siswa mengembangkan ketahanan dari waktu ke waktu dengan mempelajari cara menjauhkan diri secara emosional dari perilaku penindas. Mereka mungkin mengadopsi pola pikir yang memungkinkan mereka mengabaikan kata-kata atau tindakan yang menyakitkan, memandang penindas sebagai seseorang dengan rasa tidak aman mereka sendiri. Mengembangkan keterampilan pengaturan emosi yang kuat dan kepercayaan diri dapat membantu siswa menahan perundungan dan mengurangi dampak negatifnya. Namun, ketahanan bervariasi dari siswa ke siswa dan sering kali dipengaruhi oleh dukungan keluarga, jaringan teman sebaya, dan iklim sekolah secara keseluruhan.

Dalam beberapa kasus, korban perundungan mungkin merespons dengan melakukan pembalasan atau agresi sendiri. Ini dapat melibatkan perlawanan secara fisik, verbal, atau terlibat dalam pembalasan siber. Meskipun pembalasan dendam dapat memberi korban rasa kendali sementara, hal itu sering kali memperburuk situasi, yang berujung pada meningkatnya konflik dan kemungkinan konsekuensi yang lebih parah. Pembalasan dendam juga dapat menempatkan korban dalam posisi di mana mereka menghadapi hukuman dari pihak berwenang sekolah, yang selanjutnya mempersulit kemampuan mereka untuk mengatasi perundungan.

Implikasi bagi Sekolah: Menangani Perundungan di Sekolah Menengah

Salah satu implikasi terpenting bagi sekolah adalah perlunya menerapkan dan menegakkan kebijakan antiperundungan yang kuat. Kebijakan yang jelas dan komprehensif berfungsi sebagai landasan bagi semua upaya untuk mencegah dan menanggapi perundungan. Kebijakan ini harus mendefinisikan perundungan dalam segala bentuknya, termasuk perundungan fisik, verbal, sosial, dan siber, serta menguraikan konsekuensi spesifik untuk perilaku perundungan. Kebijakan ini juga harus menekankan komitmen sekolah untuk menciptakan lingkungan yang aman, inklusif, dan penuh rasa hormat bagi semua siswa.

Selain mendefinisikan perundungan dan konsekuensinya, kebijakan antiperundungan yang efektif harus mencakup mekanisme pelaporan bagi siswa dan staf. Siswa harus merasa aman dan didukung saat melaporkan perundungan, karena mengetahui bahwa masalah mereka akan ditanggapi dengan serius dan segera ditangani. Sekolah perlu memastikan bahwa ada proses yang rahasia dan dapat diakses bagi korban, pengamat, dan orang tua untuk melaporkan perundungan tanpa takut akan pembalasan. Selain itu, kebijakan harus menguraikan langkah-langkah yang akan diambil untuk menyelidiki dan menyelesaikan insiden perundungan, memastikan keadilan dan konsistensi dalam penerapannya. Iklim sekolah yang positif merupakan salah satu cara paling efektif untuk mencegah perundungan. Sekolah yang menumbuhkan budaya saling menghormati, inklusi, dan kebaikan cenderung tidak mengalami perundungan karena siswa merasa memiliki dan menghargai perbedaan satu sama lain. Untuk mencapai hal ini, sekolah harus memprioritaskan pembelajaran sosial-emosional (SEL) sebagai bagian dari kurikulum mereka. Program SEL mengajarkan siswa keterampilan penting seperti empati, pengaturan emosi, penyelesaian konflik, dan komunikasi, yang semuanya penting dalam mengurangi perilaku perundungan.

Selain program SEL, sekolah dapat mempromosikan iklim yang positif dengan merayakan keberagaman dan menciptakan kesempatan bagi siswa untuk membangun hubungan yang positif

dengan teman sebayanya. Sekolah harus menyelenggarakan kegiatan yang mendorong kerja sama tim, kerja sama, dan rasa saling menghormati, seperti proyek kelompok, program bimbingan sebaya, dan inisiatif di seluruh sekolah yang merayakan keberagaman budaya. Membangun rasa kebersamaan yang kuat dapat mengurangi hierarki sosial yang sering kali berkontribusi pada perilaku perundungan.

Guru dan staf juga memainkan peran penting dalam memodelkan perilaku positif. Pelatihan staf tentang pencegahan dan penanganan perundungan sangat penting untuk memastikan bahwa semua orang dewasa di sekolah dapat mengenali tanda-tanda perundungan, melakukan intervensi secara efektif, dan mendukung korban dan pelaku dalam mengubah perilaku. Ketika guru secara aktif terlibat dalam menciptakan lingkungan yang penuh rasa hormat dan inklusif, siswa cenderung akan mengikutinya.

Sekolah memiliki tanggung jawab untuk menyediakan sistem dukungan yang komprehensif bagi siswa yang pernah mengalami perundungan. Dukungan ini tidak hanya terbatas pada penanganan insiden perseorangan; tetapi juga harus mencakup sumber daya yang membantu korban pulih dari dampak emosional dan psikologis perundungan. Layanan konseling harus tersedia bagi siswa yang membutuhkan bantuan untuk memproses pengalaman mereka, mengatasi kecemasan atau depresi, dan membangun kembali harga diri mereka. Sekolah harus memastikan bahwa konselor dilatih untuk menangani kompleksitas perundungan, termasuk dampak psikologis jangka panjang pada korban.

Selain konseling satu lawan satu, sekolah harus membuat kelompok dukungan bagi siswa yang pernah dirundung. Kelompok dukungan sebaya menyediakan ruang yang aman bagi korban untuk berbagi pengalaman, menerima validasi dari orang lain yang telah mengalami tantangan serupa, dan mempelajari strategi penanggulangan. Kelompok ini dapat menumbuhkan ketahanan, membantu siswa merasa tidak terlalu terisolasi dan lebih berdaya untuk menangani situasi perundungan.

Selain itu, sekolah perlu melibatkan orang tua dan pengasuh dalam proses mendukung korban. Komunikasi rutin dengan orang tua dapat membantu memastikan bahwa kesejahteraan emosional siswa didukung di rumah maupun di sekolah. Sekolah juga dapat menyediakan sumber daya dan lokakarya bagi orang tua untuk membantu mereka memahami cara berbicara dengan anak-anak mereka tentang perundungan dan cara mendukung mereka secara emosional.

Meskipun banyak perhatian yang seharusnya difokuskan pada dukungan terhadap korban, sekolah juga harus melakukan intervensi terhadap siswa yang terlibat dalam perilaku perundungan. Pelaku perundungan sering kali menunjukkan perilaku mereka sebagai akibat dari masalah yang mendasarinya seperti rasa tidak aman, masalah keluarga, atau tekanan dari teman sebaya, dan mengatasi akar penyebab ini sangat penting untuk menghentikan siklus perundungan. Sekolah harus menyediakan konseling dan intervensi perilaku bagi para pelaku perundungan untuk membantu mereka memahami bahaya yang disebabkan oleh tindakan mereka dan mengembangkan cara yang lebih sehat untuk berinteraksi dengan teman sebaya mereka.

Program keadilan restoratif juga dapat efektif dalam mengatasi perilaku perundungan. Program-program ini berfokus pada akuntabilitas, di mana para pelaku perundungan didorong untuk bertanggung jawab atas tindakan mereka, memahami dampaknya terhadap korban mereka, dan berupaya memperbaiki bahaya yang telah mereka sebabkan. Pendekatan restoratif sering kali melibatkan dialog antara pelaku perundungan dan korban, dengan tujuan untuk menumbuhkan pemahaman dan mendorong rekonsiliasi. Program-program ini menekankan pertumbuhan pribadi dan perubahan positif daripada hanya tindakan hukuman. Penanganan bullying yang berhasil memerlukan keterlibatan seluruh komunitas sekolah, termasuk siswa, staf, orang tua, dan pemangku kepentingan setempat. Sekolah harus mengambil pendekatan menyeluruh di sekolah, di mana pencegahan dan intervensi bullying diintegrasikan ke dalam kehidupan sekolah sehari-hari. Ini dapat mencakup pertemuan sekolah rutin yang membahas bullying, diskusi kelas tentang kebaikan dan empati, dan pengembangan staf yang berkelanjutan tentang strategi pencegahan bullying yang efektif.

Keterlibatan orang tua sangat penting. Sekolah harus melibatkan orang tua dengan mengadakan lokakarya dan sesi informasi yang mendidik mereka tentang tanda-tanda bullying, cara berbicara dengan anak-anak mereka tentang hal itu, dan cara mendukung korban dan pelaku. Ketika orang tua terlibat, mereka dapat memperkuat pesan anti-bullying di rumah, menciptakan pesan yang konsisten antara sekolah dan kehidupan keluarga.

Terakhir, sekolah harus bekerja sama dengan organisasi masyarakat, seperti lembaga kesehatan mental, penegak hukum, dan kelompok advokasi lokal, untuk menyediakan sumber daya dan dukungan tambahan bagi siswa yang terkena dampak bullying. Kemitraan masyarakat dapat menawarkan keahlian, penjangkauan, dan layanan yang mungkin tidak dapat disediakan sendiri oleh sekolah.

KESIMPULAN

Penelitian tentang pengalaman siswa sekolah menengah yang menghadapi perundungan ini menyoroti sifat perundungan yang meluas dan beraneka ragam, serta dampaknya yang luas terhadap kesejahteraan emosional, psikologis, dan akademis siswa. Temuan tersebut menggarisbawahi dampak signifikan perundungan terhadap korban, yang sering mengalami kecemasan, depresi, isolasi sosial, dan penurunan prestasi akademik. Dampak ini tidak terbatas pada kerugian langsung tetapi dapat bertahan lama, memengaruhi hubungan siswa di masa depan, kesehatan mental, dan hasil pendidikan. Penelitian ini juga menekankan beragam cara siswa menanggapi perundungan, mulai dari mencari bantuan dari orang dewasa dan teman sebaya hingga menggunakan strategi penghindaran atau, dalam beberapa kasus, pembalasan. Reaksi ini dibentuk oleh ketahanan individu, dukungan sosial, dan lingkungan sekolah, yang menyoroti pentingnya menciptakan sistem pendukung di sekolah untuk membimbing siswa menuju mekanisme penanganan yang sehat. Peran sekolah dalam menangani perundungan sangat penting. Strategi antiperundungan yang efektif harus mencakup kebijakan yang komprehensif, iklim sekolah yang positif, dukungan yang mudah diakses bagi korban, dan intervensi bagi mereka yang melakukan perundungan. Sekolah juga harus melibatkan komunitas sekolah yang lebih luas, termasuk orang tua dan organisasi lokal, dalam upaya menumbuhkan budaya rasa hormat, inklusi, dan empati..

Referensi

- Adhha, N. (2020). *Pemulihan perempuan korban kekerasan: analisis perspektif hukum positif dan hukum Islam*. Sekolah Pascasarjana UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Ananda, R. S., Abd, D., & Bustamam, N. (2019). Fenomena drop out tingkat SMA se-kota Banda Aceh. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(2).
- Desiningrum, D. R. (2017). *Psikologi anak berkebutuhan khusus*. psikosain.
- Fukuyama, F. (2005). *Guncangan besar: Kodrat manusia dan tata sosial baru*. Gramedia Pustaka Utama.
- Indasari, S. R., Wijaya, A., Layuk, M., Sambo, M. S., Indrawati, M., & Mangunsong, F. (2020). Buku saku dukungan psikososial bagi guru & siswa tangguh di masa pandemi covid-19. *Tangerang Selatan: Wahana Visi Indonesia*.
- Irmansyah, D., & Apriliawati, A. (2018). Hubungan Dukungan Orangtua dengan Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Perilaku Bullying di SMPN 156 Kramat Pulo Gundul Jakarta Pusat Tahun 2016. *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*, 1(1), 8-17.
- Jihad, A. (2013). *Menjadi guru profesional: Strategi meningkatkan kualifikasi dan kualitas guru di era global*. Penerbit Erlangga.
- Juliningrum, E., & Sudiro, A. (2014). Pengaruh kompensasi, budaya organisasi, terhadap motivasi kerja dan kinerja pegawai. *Jurnal Aplikasi Manajemen*, 11(4), 655-676.
- Kamaruzzaman, K. (2016). Analisis faktor penghambat kinerja guru bimbingan dan konseling sekolah menengah atas. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 3(2), 229-242.
- Latifah, U. N. (2018). *Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Terhadap Peningkatan Pemahaman Perilaku Bullying (Penelitian pada Siswa Kelas X IS1 SMA Muhammadiyah 1 Kota Magelang)*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Marasaoly, S. (2022). Pencegahan Perundungan (Bullying) Terhadap Siswa SD Dan SMP Dalam Implementasi Kota Peduli Ham Di Kota Ternate. *Politica: Jurnal Hukum Tata Negara Dan Politik Islam*, 9(2), 94-112.
- Maulana, H. D. J., & Sos, S. (2009). *Promosi kesehatan*.
- Ns, E. M. Y. S. K., Kep, M., Ns, A. N. E. S. K., & Kep, M. (2020). *Remaja dan Konformitas teman sebaya*. Ahlimedia Book.
- Nurdianto, A. R., Zamroni, M., & Miarsa, F. R. D. (2018). Bullying Pada Mahasiswa Pendidikan Kedokteran Di Indonesia Ditinjau Dari Aspek Hukum Dan Ham. *Community Medicine*, 25(3), 211-216.
- Pinasti, W. (2011). *Pengaruh self-efficacy, locus of control dan faktor demografis terhadap kematangan karir mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Purwanti, A. (2020). *Kekerasan Berbasis Gender*.
- Sari, N. M. D. S., Suastini, K., Anggawati, P. D. Y., Dinanti, D. P., Putri, N. L. W. A., & Ardianti, N. P. K. (2024). *Mencegah Bully di Sekolah Dasar*. Nilacakra.
- Setiyanawati, T. (2023). Perilaku Bullying Siswa Sekolah Menengah Atas di Lingkungan Sekolah. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 3(5), 1135-1148.
- Suhendar, R. D. (2018). *Faktor-faktor penyebab perilaku bullying siswa di SMK triguna utama ciputat tangerang selatan*. Jakarta: Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri
- Suksma, C., Ramadhanti, A., Surur, M., & Yuliana, D. (2024). Analisis Tindak Perundungan Verbal Pada Proses Pembelajaran: Dampak Pada Motivasi dan Prestasi Belajar Siswi Kelas X Studi Kasus di Madrasah Aliyah Negeri 2 Situbondo. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan*, 2(2), 103-115.

- Susilowati, E. (2013). Kematangan emosi dengan penyesuaian sosial pada siswa akselerasi tingkat SMP. *Jurnal Online Psikologi*, 1(01), 101–113.
- Syah, S., Setiadi, R., Sobari, W., Priyanto, A. T., & Kokkang, W. (2015). *Media dan pelayanan publik: cara media memperbaiki pelayanan publik di Jawa Timur*. Jawa Pos Institute of Pro-Otonomi (JPIP).
- Tanjung, A., Marwah, P., Melati, R., Setiawati, T., & Nadiya, U. (2024). Membangun Karakter Peserta Didik Dengan Menanamkan Sikap Stop Bullying Di SD N 106 AEK Galoga. *Pengertian: Jurnal Pendidikan Indonesia (PPI)*, 2(1), 129–136.
- Zakiah, B. (2019). *Perilaku Bullying Pada Santri Remaja Putri (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah II Lirboyo Kediri)*. IAIN Kediri.
- Zebua, R. S. Y., Hendriyani, C., Sukmadewi, R., Thaha, A. R., Tahir, R., Purbasari, R., Novel, N. J. A., Dewintari, P., Paramita, C. C. P., & Hierdawati, T. (2023). *BISNIS DIGITAL: Strategi Administrasi Bisnis Digital Untuk Menghadapi Masa Depan*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.