



## The Effect of Bullying on the Mental Health of High School Students and Its Implications for Guidance and Counseling

Dhea Jayanthi Permata Sari<sup>1</sup>, Muhazir<sup>2</sup>, Seget Tartiyoso<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>STKIP Budiaya Binjai, Binjai, Indonesia

**Abstract:** The purpose of this study was to examine bullying, student mental health, and its impact and implications on student mental health at Harapan Bangsa Kuala Private High School, a private high school, through guidance and counseling services. This study was a quantitative descriptive study. The sample consisted of 47 students at Harapan Bangsa Kuala Private High School. A questionnaire was used as the data collection instrument. The results showed that bullying at Harapan Bangsa Kuala Private High School tended to be high, with the highest percentage being 40.43%. The mental health profile of students showed that the highest percentage was in the high category, at 38.30%. However, there was a significant percentage in the low category, reaching 8.51%, indicating the negative impact of bullying on some students. The results of the hypothesis test showed a significance value (p-value) of 0.000, indicating a significant negative impact of bullying on student mental health. The higher the level of bullying experienced by students, the lower their mental health. The implications of this influence suggest the need for concrete steps in guidance and counseling services, focusing on addressing the effects of bullying and providing psychological support to affected students.

**Keywords :** Bullying; Mental Health; High School; Guidance and Counseling Services.

## Pengaruh Tindakan *Bullying* Terhadap Kesehatan Mental Siswa Sekolah Menengah Atas serta Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling

**Abstrak:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tindakan *bullying*, kesehatan mental siswa, serta pengaruh dan implikasinya terhadap kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala dalam layanan bimbingan dan konseling. Jenis penelitian ini yaitu penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian ini adalah 47 orang siswa SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tindakan *bullying* di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala cenderung tinggi, dengan persentase tertinggi sebesar 40,43%. Gambaran kesehatan mental siswa menunjukkan bahwa persentase tertinggi berada pada kategori tinggi, yaitu 38,30%, meskipun ada persentase signifikan dalam kategori rendah yang mencapai 8,51%, mengindikasikan dampak negatif dari *bullying* terhadap beberapa siswa. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi (p-value), yaitu 0,000, yang berarti terdapat pengaruh negatif yang signifikan dari tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa, di mana semakin tinggi tingkat tindakan *bullying* yang dialami siswa, semakin rendah kesehatan mental mereka. Implikasi dari pengaruh ini menunjukkan bahwa diperlukan langkah-langkah konkret dalam layanan bimbingan dan konseling, dengan fokus pada penanganan efek *bullying* dan penyediaan dukungan psikologis bagi siswa yang terdampak.

**Kata kunci:** Bullying; Kesehatan Mental; Sekolah Menengah Atas; Pelayanan Bimbingan dan Konseling.

### Article history

Received: 10 October 2025

Revised: 25 November 2025

Accepted: 20 December 2025

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution (CC-BY) license



**Corresponding Author:** Dhea Jayanthi Permata Sari; [jayanthidea22@gmail.com](mailto:jayanthidea22@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aspek penting dalam pembentukan karakter dan perkembangan pribadi siswa. Tartiyo dkk., (2022) menyatakan bahwa pendidikan nasional berperan penting dalam membentuk manusia Indonesia, tidak hanya sebagai tujuan pembangunan, tetapi juga sebagai faktor penentu keberhasilan atau kegagalannya. Menurut Triwiyanto (2021) pendidikan merupakan langkah untuk mengoptimalkan potensi alami setiap individu dengan memanfaatkan kemampuan bawaan mereka, bertujuan mencapai kemerdekaan fisik dan spiritual. Fokus utamanya adalah pada keamanan dan kebahagiaan dalam kehidupan lahir dan batin. Melalui proses pendidikan, diharapkan siswa dapat mengembangkan potensi secara maksimal, menciptakan individu yang tidak hanya kompeten secara akademis tetapi juga memiliki nilai-nilai moral yang kuat. Hal ini bertujuan agar mereka dapat berkontribusi positif kepada masyarakat dan menciptakan lingkungan hidup yang harmonis.

Anak SMA adalah remaja yang berumur sesuai dengan masa remaja pertengahan. Menurut Isroani dkk (2023) umur remaja berkisar 14 sampai 17 tahun. Rentang usia tersebut merupakan periode pertumbuhan fisik, perkembangan sosial, peningkatan daya berpikir, dan aspek-aspek lainnya. Masa remaja ini dianggap sebagai periode unik dan khusus, ditandai oleh perubahan-perubahan pembangunan yang tidak dialami pada tahap- tahap lain dalam rentang kehidupan.

Salah satu aspek yang perlu diperhatikan pada remaja di jenjang SMA adalah aspek kesehatan. Kartikasari dkk (2022) menjelaskan bahwa kesehatan mental adalah “keadaan sejahtera di mana individu menyadari potensi yang dimilikinya, mampu menanggulangi tekanan hidup normal, bekerja secara produktif, serta mampu memberikan kontribusi bagi lingkungannya”. Pada dasarnya, kesehatan mental mencakup kesadaran individu terhadap potensi yang dimilikinya, kemampuan untuk mengatasi tekanan hidup sehari-hari, tingkat produktivitas yang optimal dalam lingkup pekerjaan, dan kemampuan memberikan kontribusi positif bagi lingkungan sosial sekitarnya.

Kesehatan mental yang terganggu dapat mempengaruhi daya konsentrasi, motivasi belajar, dan interaksi sosial siswa, menciptakan hambatan serius dalam pencapaian potensi akademis dan perkembangan pribadi. Sebagaimana pendapat Pratiwi dkk (2022) bahwa gangguan terhadap kesehatan mental dapat membuat siswa merasa gelisah, tertekan, stres, dan depresi seperti penurunan semangat, aktivitas, produktivitas belajar, konsentrasi dan daya pikir yang pada akhirnya mempengaruhi prestasi belajar siswa. Perhatian terhadap kesehatan mental siswa menjadi semakin mendesak karena kompleksitas tekanan yang mereka hadapi, baik di lingkungan sekolah maupun di luar.

Han dkk (2019) states that determinants of mental health encompass biological (genetics, neurochemistry), psychological (cognition, coping mechanisms), and social factors (relationships, socioeconomic status). These factors collectively influence an individual's mental well-being, emphasizing the need for a holistic approach to mental health support and promotion. Arti dari pendapat tersebut, yaitu faktor penentu kesehatan mental meliputi faktor biologis (genetika, neurokimia), psikologis (kognisi, mekanisme coping), dan faktor sosial (hubungan, status sosial ekonomi). Faktor-faktor ini secara kolektif mempengaruhi kesejahteraan mental seseorang, sehingga diperlukan pendekatan yang holistik terhadap dukungan kesehatan mental.

Kesehatan mental siswa di lingkungan pendidikan memiliki peran sentral dalam membentuk kualitas hidup dan prestasi akademis mereka. Menurut Thursina (2023) fenomena kesehatan mental yang saat ini sedang terjadi adalah kesehatan mental masuk dalam 10% dari beban penyakit global yang terjadi pada individu usia produktif yakni 15- 29 tahun yang menyebabkan sub utama para remaja mengalami depresi. Selain itu, menurut Kibtiyah dkk (2023) satu dari tiga remaja atau 2,45 juta dari 15,5 juta remaja yang berusia 10-17 tahun mengalami masalah gangguan kesehatan mental dalam setahun terakhir. Kemudian, Mawaddah & Prastya (2023) menambahkan bahwa 34,9% remaja tersebut mengalami masalah kesehatan mental berupa gangguan kecemasan.

Hasil wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala, terungkap beberapa masalah kesehatan mental yang terjadi pada siswa. Guru BK mencatat adanya peningkatan kasus gangguan mental dalam beberapa tahun terakhir. Banyak siswa menunjukkan gejala kecemasan dan depresi, seperti merasa cemas berlebihan,

kehilangan minat dalam kegiatan sekolah, dan mengalami penurunan prestasi akademik. Beberapa siswa bahkan mengalami penurunan kepercayaan diri dengan meragukan kemampuan mereka dan merasa tidak berdaya dalam menghadapi situasi sehari-hari di sekolah. Selain itu, beberapa siswa menunjukkan tanda-tanda isolasi sosial, di mana mereka cenderung menarik diri dari interaksi dengan teman sebaya dan enggan berpartisipasi dalam kegiatan kelompok. Guru BK menekankan bahwa masalah-masalah ini membutuhkan perhatian serius dan intervensi yang tepat untuk memastikan kesehatan mental siswa.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan mental siswa adalah tindakan bullying. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Wahani dkk (2022) bahwa tindakan bullying mempengaruhi kesehatan mental siswa. Siswa yang menjadi korban bullying akan mengalami perasaan cemas, kesepian yang konstan, tekanan emosional, dan berpotensi mengalami depresi. Selain itu, hal ini juga berdampak pada gangguan mental dan fisik, menurunnya motivasi untuk melakukan aktivitas sehari-hari, penurunan kinerja akademis, bahkan ketakutan untuk berinteraksi sosial.

Menurut Fatimatuazzahro (2023), bullying adalah perilaku mengintimidasi seperti menyakiti atau mengganggu orang lain seperti menghina, mengejek dalam bentuk verbal, memukul, menendang dalam bentuk fisik, dan mengucilkan orang lain dalam bentuk hubungan relasi dan sosial yang dilakukan secara berulang atau terus-menerus. Bullying disebabkan oleh faktor seperti perbedaan kelas, ekonomi, etnis, rasisme, serta tradisi senioritas untuk mencari popularitas atau kekuasaan. Faktor keluarga seperti ketidakhadiran orang tua dan iklim sekolah yang tidak mendukung juga berperan. Selanjutnya menurut Lubis, Simarmata, & Muhazir (2021) kasus bullying kini semakin sering terjadi di kalangan remaja, terlihat melalui media cetak, elektronik, dan sosial.

Hasil wawancara peneliti dengan Guru BK di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala menunjukkan bahwa beberapa siswa mengalami penurunan motivasi belajar dan gejala kecemasan akibat bullying, sementara sekolah belum memiliki program pencegahan bullying. Observasi peneliti mengungkap bahwa bullying yang terjadi, yaitu seperti pengucilan sosial, penghinaan verbal, dan penyebaran gosip, masih sering terjadi dan menciptakan lingkungan belajar yang tidak kondusif, merusak citra diri, serta mengurangi kepercayaan diri siswa.

Permasalahan di atas, sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Wibowo dkk (2021) bahwa dampak dari tindakan bullying pada kesehatan mental mencakup peningkatan tingkat stres, kecemasan, depresi, bahkan hingga risiko perilaku merugikan diri. Oleh karena itu, penelitian ini akan membahas secara mendalam pengaruh perilaku bullying terhadap kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala, dan implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling yang lebih adaptif terhadap kebutuhan siswa.

Melalui pemahaman mendalam tentang perilaku bullying, kesehatan mental siswa, dan implikasinya pada layanan bimbingan dan konseling maka penelitian ini dapat memberikan wawasan berharga bagi pihak sekolah dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang aman dan mendukung perkembangan kesejahteraan siswa. Hal ini juga dapat membantu sekolah dalam merancang strategi intervensi yang efektif untuk mencegah dan menangani kasus bullying.

## **METODE**

Penelitian merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif korelasional. Sampel penelitian ini adalah 47 orang siswa kelas X, XI, dan XII SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Instrumen penelitian ini berupa skala bullying. Skala bullying ini sudah diuji validitas dan reliabilitas. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan skala kepada seluruh sampel penelitian. Teknik analisis data penelitian ini terdiri dari uji normalitas, uji homogenitas, analisis kategori skor variabel, dan analisis regresi linear sederhana.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tindakan bullying terhadap kesehatan

mental siswa serta implikasinya dalam bimbingan dan konseling. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya memahami dampak *bullying* terhadap kesehatan mental siswa dan bagaimana hal ini dapat diatasi melalui program bimbingan dan konseling yang efektif.

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah angket yang dirancang untuk mengukur tingkat tindakan *bullying* yang dialami siswa serta dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Angket ini terdiri dari dua bagian utama, yaitu satu bagian mengukur tindakan *bullying*, dan bagian lainnya mengukur kondisi kesehatan mental siswa. Angket ini disebarkan kepada seluruh siswa yang menjadi sampel penelitian, yang berjumlah 47 orang, untuk mendapatkan data yang representatif tentang pengaruh tindakan *bullying*.

Data hasil penelitian akan disajikan dan dianalisis untuk menjawab rumusan masalah yang telah ditetapkan sebelumnya. Analisis ini mencakup deskripsi frekuensi tindakan *bullying* yang dialami siswa, serta penilaian terhadap kesehatan mental siswa berdasarkan hasil angket. Selain itu, akan dilakukan analisis statistik untuk menentukan seberapa besar dan bagaimana pengaruh tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi berharga bagi pihak sekolah, khususnya dalam merancang dan menerapkan program bimbingan dan konseling yang lebih efektif untuk menangani masalah *bullying* dan kesehatan mental siswa. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan dampak *bullying* terhadap kesehatan mental dan strategi intervensi yang dapat diterapkan di sekolah.

Secara lengkap, hasil analisis data dari angket mengenai pengaruh tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa dapat dilihat pada lampiran 6. Secara ringkas, hasil tersebut akan dipaparkan dalam tabel kategori kecenderungan skor masing-masing variabel. Berikut uraiannya:

#### **1. Gambaran Tindakan *Bullying* Siswa SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala**

Tindakan *bullying* di lingkungan sekolah merupakan masalah serius yang dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan siswa, termasuk kesehatan mental mereka. Pada subbab ini, akan dibahas mengenai gambaran tindakan *bullying* yang terjadi di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Dengan memahami karakteristik dan prevalensi *bullying*, diharapkan dapat diketahui sejauh mana tindakan ini terjadi dalam kehidupan sehari-hari siswa dan bagaimana hal tersebut nantinya berpengaruh terhadap kondisi kesehatan mental siswa. Informasi ini penting untuk merancang intervensi yang tepat dan efektif dalam rangka menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan mendukung bagi semua siswa melalui layanan bimbingan dan konseling. Adapun kategori skor variabel tindakan *bullying* berdasarkan hasil penyebaran angket dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Kategori Skor Variabel Tindakan *Bullying* Siswa SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 92,4$	Sangat Tinggi	11	23,40%
2	$74,8 < X \leq 92,4$	Tinggi	19	40,43%
3	$57,2 < X \leq 74,8$	Cukup Tinggi	12	25,53%
4	$39,6 < X \leq 57,2$	Rendah	5	10,64%
5	$X \leq 39,6$	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah			47	100%

Tabel 1 tersebut menyajikan kategori skor variabel tindakan *bullying* di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala berdasarkan hasil angket yang dibagikan. Hasilnya menunjukkan beberapa distribusi, yaitu sebanyak 11 siswa (23,40%) berada dalam kategori sangat tinggi, yang menunjukkan bahwa mereka mengalami tingkat tindakan *bullying* yang sangat tinggi. Sebagian besar siswa, yakni 19 orang (40,43%), termasuk dalam kategori tinggi, menunjukkan bahwa mereka mengalami tindakan *bullying* pada tingkat yang tinggi. Sementara itu, 12 siswa (25,53%) berada dalam kategori cukup tinggi, yang berarti mereka mengalami tindakan *bullying* pada tingkat yang cukup tinggi. Hanya 5 siswa (10,64%) yang berada dalam kategori rendah, menunjukkan bahwa tindakan *bullying* yang mereka alami berada pada tingkat yang rendah. Tidak ada siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah.

Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa mengalami tindakan *bullying* pada tingkat yang tinggi hingga cukup tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa masalah *bullying* di sekolah tersebut perlu mendapatkan perhatian serius dan penanganan yang lebih intensif untuk

mengurangi dampaknya terhadap siswa. Kemudian, untuk mengetahui deskripsi rata-rata dan persentase setiap indikator variabel tindakan *bullying* siswa dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2. Deskripsi Rata-Rata dan Persentase Setiap Indikator Variabel Tindakan *Bullying* Siswa SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala**

Aspek	Nilai				Ket
	$\Sigma$	Mean	%	SD	
<i>Bullying</i> Fisik	1239	26,36	35,05	7,82	Cukup Tinggi
<i>Bullying</i> Verbal	1089	23,17	30,81	2,66	Sangat Tinggi
<i>Bullying</i> Non-Verbal	1207	25,68	34,14	7,91	Cukup Tinggi
<b>Total</b>	<b>3710</b>	<b>78,94</b>	<b>71,76</b>	<b>15,45</b>	<b>Cukup Tinggi</b>

Tabel 2 menunjukkan deskripsi rata-rata dan persentase tindakan *bullying* di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. *Bullying* fisik dan non-verbal berada dalam kategori cukup tinggi, dengan persentase masing-masing 35,05% dan 34,14%. Sementara itu, *bullying* verbal berada dalam kategori sangat tinggi dengan persentase 30,81%. Secara keseluruhan, tindakan *bullying* di sekolah ini berada dalam kategori cukup tinggi, dengan rata-rata total 78,94 dan persentase 71,76%.

## 2. Gambaran Kesehatan Mental Siswa SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala

Kesehatan mental siswa merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kesejahteraan dan prestasi akademik mereka. Pada subbab ini, akan dibahas mengenai gambaran kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala, yang diukur melalui hasil angket. Memahami tingkat kesehatan mental siswa adalah langkah awal untuk mengidentifikasi kebutuhan dukungan yang tepat dan merancang strategi intervensi yang efektif dalam bimbingan dan konseling.

Gambaran kesehatan mental siswa memberikan wawasan penting mengenai kondisi psikologis mereka, yang dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan sekolah mereka. Dengan menganalisis hasil angket, dapat diidentifikasi apakah siswa mengalami stres, kecemasan, atau gangguan emosional lainnya yang mungkin memerlukan perhatian khusus.

Data tersebut juga dapat mengungkap pola atau tren tertentu dalam kesehatan mental siswa, yang memungkinkan pihak sekolah untuk mengambil langkah-langkah preventif dan memberikan dukungan yang diperlukan secara lebih efektif. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan hasil ini dan merespons dengan intervensi yang sesuai guna menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan mendukung. Adapun kategori skor variabel kesehatan mental berdasarkan hasil penyebaran angket dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3. Kategori Skor Variabel Kesehatan Mental Siswa SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 84$	Sangat Tinggi	15	31,91%
2	$68 < X \leq 84$	Tinggi	18	38,30%
3	$52 < X \leq 68$	Cukup Tinggi	10	21,28%
4	$36 < X \leq 52$	Rendah	4	8,51%
5	$X \leq 36$	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>47</b>	<b>100%</b>

Tabel 3 tersebut menyajikan kategori skor variabel kesehatan mental siswa berdasarkan hasil angket yang dibagikan. Hasilnya menunjukkan distribusi sebagai berikut, yaitu sebanyak 15 siswa (31,91%) berada dalam kategori sangat tinggi, menunjukkan bahwa mereka memiliki tingkat kesehatan mental yang sangat baik. Sebagian besar siswa, yakni 18 orang (38,30%), termasuk dalam kategori tinggi, menunjukkan bahwa mereka memiliki kesehatan mental yang baik. Sementara itu, 10 siswa (21,28%) berada dalam kategori cukup tinggi, yang berarti mereka memiliki kesehatan mental pada tingkat yang cukup baik. Hanya 4 siswa (8,51%) yang berada dalam kategori rendah, menunjukkan bahwa mereka mengalami kesehatan mental yang kurang

baik. Tidak ada siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah.

Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kesehatan mental yang baik hingga sangat baik. Namun, masih ada beberapa siswa yang menunjukkan tingkat kesehatan mental yang rendah, yang menunjukkan perlunya perhatian lebih lanjut. Informasi ini penting untuk merancang intervensi bimbingan dan konseling yang dapat membantu siswa dalam mengatasi masalah kesehatan mental dan meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Kemudian, untuk mengetahui deskripsi rata-rata dan persentase setiap indikator variabel kesehatan mental siswadapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4. Deskripsi Rata-Rata dan Persentase Setiap Indikator Variabel Kesehatan Mental Siswa SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala**

Aspek	Nilai				Ket
	$\Sigma$	Mean	%	SD	
Orientasi klasik	1402	29,83	44,27	6,75	Tinggi
Orientasi penyesuaian diri	870	18,51	27,47	6,25	Cukup Tinggi
Orientasi pengembangan potens	895	19,04	28,26	5,31	Cukup Tinggi
<b>Keseluruhan</b>	<b>3535</b>	<b>75,21</b>	<b>68,38</b>	<b>14,72</b>	<b>Tinggi</b>

Tabel 4 tersebut menggambarkan deskripsi rata-rata dan persentase indikator variabel kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Orientasi klasik menunjukkan kategori tinggi dengan rata-rata 29,83 dan persentase 44,27%. Orientasi penyesuaian diri dan orientasi pengembangan potensi berada dalam kategori cukup tinggi, masing-masing dengan persentase 27,47% dan 28,26%. Secara keseluruhan, kesehatan mental siswa berada dalam kategori tinggi, dengan rata-rata total 75,21 dan persentase 68,38%.

### 3. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menentukan apakah data yang dikumpulkan berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak. Hal ini penting karena asumsi normalitas diperlukan dalam penerapan statistik parametrik, seperti analisis regresi linier sederhana, yang akan digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* karena kemampuannya untuk menguji normalitas data dengan jumlah sampel yang bervariasi. Hasil dari uji normalitas data dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Data**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Tindakan Bullying	Kesehatan Mental
N		47	47
Normal Parameters	Mean	78.94	75.21
	Std. Deviation	15.453	14.722
Most Extreme Differences	Absolute	.078	.083
	Positive	.062	.083
	Negative	-.078	-.073
Kolmogorov-Smirnov Z		.536	.571
Asymp. Sig. (2-tailed)		.936	.900

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan uji *kolmogorov-smirnov*, data untuk variabel tindakan *bullying* dan kesehatan yang lebih mendalam untuk mengevaluasi pengaruh tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa. Pada subbab ini, hasil analisis data akan mencakup uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis.

Uji normalitas bertujuan untuk memastikan apakah distribusi data terkait tindakan *bullying* dan kesehatan mental siswa mengikuti distribusi normal. Uji homogenitas dilakukan untuk memeriksa apakah variansi data dalam tindakan *bullying* dan kesehatan mental siswa seragam. Selanjutnya, uji hipotesis akan digunakan untuk menentukan apakah ada pengaruh yang signifikan dari tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Hasil dari analisis ini akan menjadi dasar untuk menentukan apakah terdapat pengaruh tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa, serta untuk mengevaluasi apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian dapat diterima atau ditolak.

#### 4. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah varians data tindakan *bullying* dan kesehatan mental adalah homogen atau tidak. Pada penelitian ini, uji homogenitas dilakukan menggunakan uji *Levene*. Hasil uji homogenitas akan menunjukkan apakah varians data tindakan *bullying* dan kesehatan mental adalah homogen atau tidak.

Jika data tindakan *bullying* dan kesehatan mental memiliki varians yang homogen, maka dapat dilanjutkan dengan uji hipotesis yang sesuai. Namun, jika data tidak homogen, maka analisis data selanjutnya harus mempertimbangkan perbedaan varians tersebut. Oleh karena itu, uji homogenitas menjadi langkah penting sebelum melanjutkan analisis statistik.

Dengan melakukan uji homogenitas, peneliti dapat memastikan bahwa data tindakan *bullying* dan kesehatan mental siswa memenuhi asumsi homogenitas varians, sehingga dapat memilih analisis statistik yang tepat dan menghasilkan interpretasi yang valid. Hasil uji homogenitas data dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 6. Hasil Uji Homogenitas Data Tindakan *Bullying* Dan Kesehatan Mental Siswa Di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala**

<i>Levene Statistic</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig.</i>
.207	1	92	.650

Hasil uji homogenitas data tindakan *bullying* dan kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala dapat dilihat pada Tabel 5 Berdasarkan tabel tersebut, nilai statistik *Levene* adalah 0.207 dan nilai signifikansi (*Sig.*) sebesar 0.650. Nilai signifikansi (*Sig.*) dari uji *Levene* ini lebih besar dari level signifikansi yang umum digunakan, yaitu 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan varians yang signifikan antara data tindakan *bullying* dan kesehatan mental siswa. Dengan kata lain, varians data tersebut homogen.

Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa asumsi homogenitas varians terpenuhi. Oleh karena itu, analisis statistik yang dilakukan selanjutnya dapat menggunakan metode yang mengasumsikan homogenitas varians, seperti uji hipotesis dengan analisis regresi linier sederhana.

#### 5. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji normalitas dan uji homogenitas, langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis untuk mengetahui dampak tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa. Pada penelitian ini, uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linier sederhana.

Analisis regresi linier sederhana dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk menguji pengaruh satu variabel independen (tindakan *bullying*) terhadap satu variabel dependen (kesehatan mental siswa). Selain itu, analisis regresi linier sederhana juga memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas varians yang telah terpenuhi pada tahap sebelumnya.

Hasil analisis regresi linier sederhana akan menunjukkan apakah tindakan *bullying* berpengaruh secara signifikan terhadap kesehatan mental siswa. Jika tindakan *bullying* berpengaruh secara signifikan, maka dapat disimpulkan bahwa tindakan *bullying* memiliki dampak yang relevan terhadap kesehatan mental siswa. Dengan begitu peneliti dapat menjawab hipotesis penelitian dan memberikan rekomendasi yang tepat terkait upaya penanggulangan *bullying* dan strategi untuk mendukung kesehatan mental siswa. Hasil analisis regresi linier sederhana dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 7. Model Summary**

<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	.990	.980	.980	2,080

Hasil analisis regresi linier sederhana, yang disajikan dalam tabel 6 menunjukkan bahwa model regresi memiliki pengaruh yang sangat kuat antara tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa, dengan nilai *R* sebesar 0,990. Ini berarti model ini memiliki kekuatan prediktif yang tinggi, dengan 98% variabilitas kesehatan mental siswa dapat dipengaruhi oleh tindakan *bullying*, sesuai dengan nilai *r square* yang mencapai 0,980. *adjusted r square* yang juga 0,980 menegaskan bahwa model ini stabil dan konsisten ketika mempertimbangkan variabel independen. Nilai standar error estimasi sebesar 2,080 menunjukkan bahwa model memiliki akurasi prediksi yang baik. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa model regresi linier sederhana sangat efektif dalam menjelaskan dampak tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa, serta memberikan

indikasi bahwa model ini dapat diandalkan untuk analisis lebih lanjut. Untuk mengetahui diterima atau ditolaknya hipotesis penelitian ini maka dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.8 Coefficients**

<i>Model</i>	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>t</i>	<i>Sig.</i>
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>		
(Constant)	149,67	1,596	3,802	.000
1 Tindakan <i>Bullying</i>	-.943	.020	7,534	.000

Hasil analisis regresi linier sederhana yang ditampilkan pada Tabel 4.7 menunjukkan bahwa variabel tindakan *bullying* memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental siswa. Koefisien regresi untuk tindakan *bullying* adalah -0,943 dengan nilai signifikansi .000, yang berarti setiap peningkatan satu unit dalam tindakan *bullying* diperkirakan mengurangi kesehatan mental siswa sebesar 0,943 unit. Persamaan regresi linier yang diperoleh dari analisis ini adalah:  $Y = 149,67 - 0,943X$ . Di mana Y adalah kesehatan mental siswa, dan X adalah tindakan *bullying*. Nilai signifikansi yang kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa pengaruh tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa sangat signifikan. Oleh sebab itu, hipotesis nol ( $H_0$ ) dapat ditolak, dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, menegaskan bahwa terdapat pengaruh negatif tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian mengenai tindakan *bullying* di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala menunjukkan bahwa terdapat variasi signifikan dalam tingkat tindakan *bullying* yang dialami oleh siswa. Berdasarkan data yang dikumpulkan, distribusi skor tindakan *bullying* siswa dikelompokkan dalam lima kategori berdasarkan interval yang telah ditentukan. Sebanyak 23,40% (11 siswa) berada dalam kategori sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami tingkat tindakan *bullying* yang sangat tinggi, yang bisa mencakup berbagai bentuk intimidasi atau kekerasan baik verbal maupun fisik. Kategori ini mencerminkan adanya situasi yang sangat memprihatinkan dan memerlukan perhatian serius dari pihak sekolah dan orang tua. Sementara itu, 40,43% (19 siswa) termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mereka mengalami tingkat *bullying* yang signifikan, meskipun mungkin tidak setinggi kategori sangat tinggi. Tingkat *bullying* yang tinggi ini masih menunjukkan kebutuhan akan tindakan pencegahan dan penanganan yang intensif untuk mengurangi dampaknya terhadap siswa. Sebanyak 25,53% (12 siswa) berada dalam kategori cukup tinggi. Siswa dalam kategori ini mengalami *bullying* dengan frekuensi yang relatif tinggi, tetapi tidak pada tingkat yang ekstrem. Walaupun tidak berada dalam kategori yang paling parah, kondisi ini masih memerlukan perhatian untuk memastikan bahwa masalah tidak berkembang menjadi lebih serius. Di sisi lain, 10,64% (5 siswa) berada dalam kategori rendah. Ini menunjukkan bahwa mereka mengalami tingkat tindakan *bullying* yang lebih rendah dibandingkan dengan kelompok lainnya. Meskipun lebih baik daripada kategori lainnya, tetap penting untuk memantau dan mengurangi tindakan *bullying* bahkan dalam kategori ini.

Tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori sangat rendah, yang berarti tidak ada siswa yang mengalami tingkat *bullying* yang sangat rendah dalam penelitian ini. Secara keseluruhan, data ini menggambarkan adanya variasi dalam tingkat tindakan *bullying* di antara siswa, dengan sebagian besar siswa berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi. Hal ini menekankan pentingnya upaya preventif dan intervensi yang efektif untuk menangani dan mengurangi tindakan *bullying* di sekolah. Menurut Fatimatuzzahro (2023) tindakan *bullying* dapat terjadi dalam bentuk menghina, mengejek dalam bentuk verbal, memukul, menendang dalam bentuk fisik, dan mengucilkan orang lain dalam bentuk hubungan relasi dan sosial yang dilakukan secara berulang atau terus-menerus. Di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala, fenomena ini melibatkan perundungan verbal seperti ejekan atau hinaan; perundungan fisik mencakup dorongan, dan pukulan, serta perundungan sosial yang tercermin dalam bentuk pengucilan atau penyebaran



rumor. Memahami berbagai bentuk *bullying* yang terjadi dapat membantu dalam merancang intervensi yang lebih spesifik dan sesuai dengan jenis tindakan *bullying* yang mendominasi.

Tindakan *bullying* yang terjadi disebabkan oleh perbedaan kelas, ekonomi, etnisitas, dan rasisme yang tidak disikapi dengan baik, serta tradisi senioritas untuk mencari popularitas atau menunjukkan kekuasaan. Masalah keluarga seperti ketidakhadiran orang tua dan kurangnya komunikasi, serta iklim sekolah yang tidak bersahabat dan pengawasan yang longgar juga berkontribusi pada terjadinya perilaku *bullying*. Identifikasi faktor-faktor tersebut penting untuk mengatasi masalah *bullying* secara holistik. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa mengalami *bullying* pada tingkat yang tinggi, yang mengindikasikan perlunya pendekatan yang lebih mendalam dalam menganalisis penyebab dan dampak *bullying*. Pentingnya penanganan masalah *bullying* tidak bisa dianggap remeh, karena dampak jangka panjang dari tindakan *bullying* dapat memengaruhi kualitas hidup dan kesejahteraan emosional siswa. Penanganan yang efektif dari fenomena ini akan membutuhkan kerja sama antara pihak sekolah, orang tua, dan siswa untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai gambaran tindakan *bullying* di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala ini sangat penting untuk merancang langkah-langkah intervensi yang efektif. Berdasarkan hasil penelitian mengenai kesehatan mental siswa, dapat dilihat bahwa gambaran kesehatan mental siswa SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala bervariasi. Hasil dari kuesioner menunjukkan distribusi skor kesehatan mental siswa dalam lima kategori berdasarkan interval yang telah ditentukan.

Berdasarkan total 47 siswa yang terlibat dalam penelitian ini, sebanyak 31,91% (15 siswa) berada dalam kategori sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kesehatan mental yang sangat baik, dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang cukup stabil. Di sisi lain, 38,30% (18 siswa) berada dalam kategori tinggi, yang menunjukkan bahwa mereka umumnya memiliki kesehatan mental yang baik, tetapi mungkin mengalami beberapa gejala stres atau kecemasan yang perlu diperhatikan. Sebanyak 21,28% (10 siswa) termasuk dalam kategori cukup tinggi. Ini menunjukkan bahwa mereka memiliki kesehatan mental yang relatif baik, meskipun terdapat beberapa masalah atau gejala yang mungkin memerlukan perhatian. Kategori ini mencakup siswa yang menunjukkan beberapa tanda-tanda gangguan kesehatan mental, tetapi tidak pada tingkat yang serius. Sebaliknya, 8,51% (4 siswa) berada dalam kategori rendah. Kesehatan mental siswa dalam kategori ini menunjukkan adanya masalah yang lebih jelas dan mungkin memerlukan intervensi atau dukungan tambahan. Terakhir, tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori sangat rendah, yang berarti tidak ada siswa dengan skor kesehatan mental yang sangat buruk dalam penelitian ini. Secara keseluruhan, hasil ini menggambarkan adanya variasi dalam kesehatan mental siswa, dengan sebagian besar siswa berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi. Namun, ada juga sejumlah siswa yang menunjukkan tingkat kesehatan mental yang perlu diperhatikan lebih lanjut. Oleh sebab itu, pentingnya dilakukan pemantauan terus-menerus dan dukungan yang sesuai untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Pratiwi dkk (2022) menegaskan bahwa gangguan terhadap kesehatan mental dapat membuat siswa merasa gelisah, tertekan, stres, dan depresi seperti penurunan semangat, aktivitas, produktivitas belajar, konsentrasi dan daya pikir yang pada akhirnya mempengaruhi prestasi belajar siswa. Perhatian terhadap kesehatan mental siswa menjadi semakin mendesak karena kompleksitas tekanan yang mereka hadapi, baik di lingkungan sekolah maupun di luar.

Perlu diingat bahwa meskipun sebagian besar siswa berada dalam kategori yang baik, tetap penting untuk mengidentifikasi dan menangani masalah kesehatan mental di antara mereka yang berada dalam kategori yang lebih rendah untuk memastikan kesejahteraan yang menyeluruh di lingkungan sekolah. Meskipun angka siswa dalam kategori rendah lebih sedikit, mereka masih dapat mengalami dampak signifikan dari faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental mereka.

Penanganan yang komprehensif dan dukungan yang memadai untuk semua kategori diperlukan agar setiap siswa dapat merasa aman dan didukung. Dengan pendekatan yang holistik, sekolah dapat menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental secara keseluruhan dan mengurangi risiko dampak negatif jangka panjang. Analisis regresi linier sederhana menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan dari tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Dengan nilai koefisien regresi sebesar -0,943 dan nilai signifikansi 0,000, temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan dalam tingkat tindakan *bullying* berpengaruh terhadap penurunan kesehatan mental siswa. Setiap unit kenaikan dalam tindakan *bullying* diharapkan mengurangi kesehatan mental siswa sebesar 0,943 unit. Ini menegaskan bahwa *bullying* memiliki dampak yang cukup besar dan merugikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Menurut Wahani dkk (2022) tindakan *bullying* menyebabkan korbannya mengalami perasaan cemas, kesepian yang konstan, tekanan emosional, dan berpotensi mengalami depresi. Selain itu, hal ini juga berdampak pada gangguan mental dan fisik, menurunnya motivasi untuk melakukan aktivitas sehari-hari, penurunan kinerja akademis, bahkan ketakutan untuk berinteraksi sosial. Korban *bullying* sering mengalami penurunan rasa harga diri dan kepercayaan diri, yang dapat mengarah pada gangguan emosional dan mental yang lebih serius. Pengalaman *bullying* dapat mengakibatkan perasaan cemas yang kronis, gangguan tidur, serta kesulitan dalam konsentrasi dan belajar. Kondisi-kondisi ini, pada gilirannya, memengaruhi performa akademik dan kualitas hidup siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dampak negatif dari *bullying* terhadap kesehatan mental tidak hanya bersifat sementara tetapi juga bisa berlangsung lama. Siswa yang mengalami *bullying* mungkin mengalami dampak jangka panjang, seperti gangguan kecemasan dan depresi yang berkelanjutan, yang dapat mempengaruhi mereka hingga dewasa. Penurunan kesehatan mental yang signifikan ini menggarisbawahi perlunya intervensi yang mendalam dan berkelanjutan untuk mengatasi masalah ini secara efektif.

Temuan ini juga menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih menyeluruh dalam menangani *bullying* di sekolah. Penanganan yang tidak memadai terhadap tindakan *bullying* dapat memperburuk kondisi kesehatan mental siswa yang sudah terpengaruh. Oleh karena itu, penting bagi pihak sekolah untuk tidak hanya fokus pada pencegahan *bullying* tetapi juga pada dukungan kesehatan mental bagi siswa yang telah menjadi korban. Program-program pencegahan harus disertai dengan dukungan emosional dan psikologis yang memadai. Secara keseluruhan, pengaruh negatif dari tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental siswa menunjukkan bahwa masalah ini memerlukan perhatian serius dan solusi yang terintegrasi. Penanganan yang efektif harus mencakup pencegahan, dukungan psikologis, dan penanganan dampak dari *bullying* untuk memastikan kesejahteraan siswa dan menciptakan lingkungan sekolah yang lebih sehat dan mendukung. Temuan penelitian ini memiliki implikasi signifikan untuk layanan bimbingan dan konseling di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala. Dengan mengetahui bahwa tindakan *bullying* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kesehatan mental siswa, pihak sekolah perlu mengintegrasikan hasil penelitian ini ke dalam praktik bimbingan dan konseling mereka. Ini termasuk pengembangan dan penerapan program yang dapat membantu siswa mengatasi dampak psikologis dari *bullying*.

Program bimbingan dan konseling harus mencakup komponen yang berfokus pada pencegahan *bullying* serta dukungan bagi siswa yang telah mengalami *bullying*. Ini bisa mencakup sesi konseling individual dan kelompok, pelatihan keterampilan sosial, serta program pendidikan tentang dampak *bullying*. Hal ini relevan dengan konsep bimbingan dan konseling yang dikemukakan oleh Evi (2020) bahwa layanan bimbingan dan konseling adalah suatu layanan bantuan yang dilakukan seorang konselor kepada klien atau siswa, agar klien tersebut dapat memahami dirinya sendiri, mengambil keputusan, memahami potensi yang dimilikinya, mengetahui cara mengembangkan potensi yang dimilikinya itu serta selalu bertanggung jawab atas setiap keputusan yang diambarnya. Menurut Ulfah dan Arifudin (2021) layanan bimbingan dan konseling menjadi salah satu wadah dalam mengatasi problematika permasalahan individu maupun kelompok baik permasalahan eksternal dan internal di lingkungan masyarakat dan sekolah dalam rangka membantu

klien agar dapat mengembangkan potensi dirinya atau memecahkan masalah yang dialaminya. Dalam konteks penelitian ini, bimbingan dan konseling juga berperan sebagai alat untuk membantu peserta didik mengatasi berbagai tantangan sosial, seperti tindakan *bullying*, dan masalah pribadi seperti kesehatan mental. Dalam konteks konseling, penting untuk menyusun strategi yang dapat membantu siswa dalam mengatasi stres dan masalah emosional yang terkait dengan pengalaman *bullying* mereka. Ini bisa mencakup teknik manajemen stres, pengembangan keterampilan coping, serta dukungan emosional yang berkelanjutan. Program-program ini harus dirancang untuk memenuhi kebutuhan siswa secara individual dan untuk menyediakan ruang yang aman bagi mereka untuk berbicara tentang pengalaman mereka. Hal tersebut, sejalan dengan konsep fungsi bimbingan dan konseling yang dikemukakan oleh Ngilimun dan Ihsan (2020) bahwa pelayanan bimbingan dan konseling perlu dilakukan sebagai langkah atau strategi pencegahan, pemahaman, pengentasan, pemeliharaan, penyaluran, penyesuaian, pengembangan, perbaikan, dan advokasi. Menurut Ginting, Batubara, & Muhazir (2021) salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat menurunkan perilaku *bullying* remaja adalah pelaksanaan bimbingan kelompok. Dukungan dari orang tua juga merupakan bagian penting dari intervensi ini. Pihak sekolah harus melibatkan orang tua dalam program bimbingan dan konseling dengan menyediakan informasi dan pelatihan tentang bagaimana mereka dapat mendukung anak-anak mereka di rumah. Kerja sama antara sekolah, orang tua, dan siswa sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental siswa dan mengurangi prevalensi *bullying*. Secara keseluruhan, implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa penanganan *bullying* dan kesehatan mental siswa harus menjadi prioritas dalam layanan bimbingan dan konseling disekolah.

Dengan mengintegrasikan hasil penelitian ini ke dalam program-program yang ada, pihak sekolah dapat meningkatkan dukungan yang diberikan kepada siswa dan membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan mendukung.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh tindakan bullying terhadap kesehatan mental siswa di SMA Swasta Yayasan Pendidikan Harapan Bangsa Kuala, dapat disimpulkan bahwa gambaran tindakan bullying di sekolah tersebut menunjukkan sebagian besar siswa mengalami tingkat tindakan bullying yang tinggi hingga cukup tinggi, yang mencerminkan adanya masalah serius terkait perilaku bullying di lingkungan sekolah dan perlu segera ditangani. Di sisi lain, gambaran kesehatan mental siswa menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada dalam kategori kesehatan mental yang tinggi hingga sangat tinggi, namun terdapat juga persentase yang signifikan berada dalam kategori cukup rendah, yang mengindikasikan adanya dampak negatif dari bullying terhadap beberapa siswa. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan dari tindakan bullying terhadap kesehatan mental siswa, di mana semakin tinggi tingkat tindakan bullying yang dialami siswa, semakin rendah tingkat kesehatan mental mereka. Hal ini menegaskan bahwa bullying berdampak buruk pada kondisi psikologis siswa. Oleh karena itu, implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa diperlukan langkah-langkah konkret dalam layanan bimbingan dan konseling, seperti pelaksanaan program konseling dan intervensi yang difokuskan pada penanganan efek bullying serta penyediaan dukungan psikologis yang memadai bagi siswa yang terdampak.

## REFERENSI

- Evi, T. (2020). Manfaat Bimbingan Dan Konseling Bagi Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 2(1), 72-75.
- Fatimatuzzahro, A. (2023). *Efektivitas Terapi Empati untuk Menurunkan Perilaku Bullying*. Yogyakarta: Stiletto Book.
- Ginting, R., Batubara, A., & Muhazir, M. (2021). Pelaksanaan Bimbingan Kkelompok Untuk Mengurangi Perilaku *Bullying* Remaja Dusun IV Paya Kangkung Desa Kepala Sungai. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 50-56.
- Han, L. K., dkk. (2019). Accelerating Research on Biological Aging and Mental Health: Current

- Challenges and Future Directions. *Psychoneuroendocrinology*, 106, 293-311.
- Isroani, F., dkk. (2023). *Psikologi Perkembangan*. Solok: Mitra Cendekia Media.
- Kartikasari, M. N. D., dkk. (2022). *Kesehatan Mental*. Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Kibtiyah, A., Gunadi, I., & Umam, K. (2023). Kesehatan Mental Dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Al-Adawat: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 2(01), 12-22.
- Mawaddah, N., & Prasty, A. (2023). Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Remaja Melalui Stimulasi Perkembangan Psikososial Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 115-125.
- Ngalimun & Ihsan. (2020). *Bimbingan Konseling: Di Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Yogyakarta: Litera.
- Pratiwi, U. N., dkk. (2022). Dampak Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas V Sd Negeri Wonomerto 01 Batang. *Praniti: Jurnal Pendidikan, Bahasa, dan Sastra*, 2(1), 100-111.
- Simarmata, S. W., & Muhazir, M. (2021). Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Analisis Transaksional Terhadap *Bullying* Verbal Pada Remaja di Desa Cempa Kecamatan Hinai Kabupaten Langkat. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 43-49.
- Tartiyoso, S., Hasanah, N., & Azhari, A. (2022). Pengaruh Layanan Informasi Karir Terhadap Peningkatan Pemahaman Perencanaan Karir Pada Siswa Kelas XI Jurusan TSM di Smk Swasta Sri Wampu. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(2), 129-136.
- Thursina, F. (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Siswa Pada Salah Satu SMAN di Kota Bandung. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science*, 1(1), 19-30.
- Triwiyanto, T. (2021). *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ulfah, U., & Arifudin, O. (2020). Implementasi Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dalam Kurikulum 2013. *Jurnal Tahsinia*, 1(2), 138-146.
- Wahani, E. T., dkk. (2022). Pengaruh *Bullying* Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *EduCurio: Education Curiosity*, 1(1), 198-203.