

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial karena dalam kehidupannya selalu terjadi proses interaksi diantara mereka. Setiap orang menghadapi konflik atau masalah yang berbeda-beda, mulai dari masalah konflik dalam sistem sosial, konflik kekerasan, dan konflik verbal dan non-verbal (Shofirah, 2024).

Secara etimologi kata *bully* berarti penggerak, orang yang mengganggu yang lemah. Istilah *bullying* dalam bahasa indonesia yaitumenyakat (berasal dari kata sakat) dan pelakunya (*Bullies*) yang disebut penyakat. Menyakat berarti mengganggu, mengusik, dan merintangi orang lain (Wahyunu, 2021). Selanjutnya, secara terminologi *bullying* adalah perilaku yang di sengaja yang terjadi berulang-ulang dan adanya penyalahgunaan kekuasaan dari pelaku.

Bullying merupakan fenomena sosial yang masih menjadi perhatian utama dalam konteks pendidikan, khususnya dikalangan anak remaja. *Bullying* ini dapat menimbulkan dampak yang serius bagi kesehatan mental siswa, bahkan dapat berdampak pada jangka panjang terhadap perkembangan mereka. *Bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap individu lain yang dianggap lebih lemah. Ada

banyak tempat yang dijadikan lokasi terjadinya aksi kekerasan, baik di tempat umum, di rumah, di tempat kerja, di taman bermain, di lingkungan pendidikan seperti sekolah, maupun di media sosial. Bentuk *bullying* pun beragam, mulai dari *bully* fisik, verbal, sosial, hingga *cyberbullying*. (Anis Khoirunnisa, 2023).

Organisasi kesehatan dunia *World Health Organization (WHO)* Mendefenisikan kesehatan mental sebagai status kesadaran individu yang mencangkup kemampuan untuk mengatasi stress dalam kehidupan sehari-hari. Kesehatan jiwa juga diartikan sebagai suatu kondisi dimana individu mampu mempertahankan kestabilan emosional dalam menghadapi tantangan. Perilaku *bullying* yang berulang terhadap seorang remaja bisa mengakibatkan gangguan stabilitas emosional dan pengurangan rasa harga diri. Lebih dari itu *bullying* berpengaruh terhadap kondisi psikologis korban, ditandai dengan kemudahan menangis, kecenderungan untuk mudah marah, serta munculnya rasa takut yang intens saat berinteraksi dengan orang lain.

Prevelensi kejadian *bullying* meningkat setiap tahunnya yang terjadi di berbagai dunia. Data yang dikutip dari website UNESCO berdasarkan *Global School Based Student Healty Survey (GSHS)* pada oktober 2018 terdapat 144 negara menyatakan sebesar 16,1% anak-anak menjadi korban pembullyan secara fisik. Data yang dimiliki *Organisation ForEconomic Cooperation And Development (OECD)* mengatakan bahwa siswa yang mengalami *bullying* di Indonesia sebesar 41,1% dan menjadi

peringkat kelima tertinggi dari 78 negara yang paling banyak mengalami *bullying*. Bahkan pada tahun 2016 UNICEF merilis negara indonesia sebagai peringkat pertama di ASEAN untuk kekerasan pada anak dengan presentase 84% kasus di indonesia tergolong paling tinggi dibandingkan Vietnam dan Nepal yang memiliki presentase sama yaitu sekitar 79% dan kemudian pada urutan selanjutnya kamboja 73% dan Pakistan 43%. Hasil riset yang dilakukan oleh *Programmer For Internasional Students Assessment* (PISA) pada tahun 2018 juga menemukan sebanyak 41,1% siswa di indonesia pernah mengalami *bullying*.

Sejalan dengan data diatas *bullying* meningkat mulai dari anak-anak hingga remaja, dan kejadian *bullying* yang sering terjadi di kalangan pendidikan indonesia semakin mendapatkan perhatian. Hasil Asosiasi Nasional Pengembangan Karakter sekolah di indonesia pada tahun 2018, menunjukkan bahwa hampir sekolah di indonesia mengalami kasus perundungan, namun hanya perundungan verbal dan kasus perundungan psikologis/mental. Kasus intimidasi atasan terhadap bawahan terus bermunculan, konsep *bullying* di artikan sebagai suatu bentuk perilaku agresif yang dilakukan seseorang dengan sengaja untuk menyakiti atau meimbulkan kesusahan pada seseorang, kadang terjadi dan berlangsung dalam suatu hubungan tanpa pamrih, keseimbangan kekuasaan atau kekuatan (Bulu dkk, 2019).

Kemudian kasus *bullying* di indonesia, baik di tingkat sekolah dasar, sekolah menengah maupun perguruan tinggi masih menjadi masalah

yang merajalela. Dalam periode 2011 hingga agustus 2014, komisi perlindungan anak indonesia (KPAI) mencatat adanya 369 pengaduan terkait kasus tersebut. Jumlah ini sekitar 25% dari total pengaduan di bidang pendidikan di indonesia sebanyak 1.480 kasus. *Bullying* dianggap sebagai bentuk kekerasan di sekolah dan di anggap lebih relevan dari pada tawuran antar pelajar, deskriminasi pendidikan. (Ningtias putri ayu amalia & titik Haryati, 2023).

Kasus kekerasan anak dikuatkan oleh komisi perlindungan anak (KPAI) tentang perlindungan anak sejak tahun 2021. Menurut KPAI pengaduan masyarakat tentang kasus perundungan anak tahun 2021 sebanyak 2.982 kasus. Dari jumlah tersebut, paling banyak 1. 138 kasus anak yang dilaporkan yaitu korban *bullying* fisik dan psokis/mental. KPAI juga menemukan bahwa anak mengalami *bullying* disekolah (87,6%), antara lain (87,6%), (29,9%) teman sekelas, dan (28,0%) teman sekelas lainnya. (Putri wahyuni, 2024).

Di indonesia hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh kementerian kesehatan RI tahun 2015 menunjukan 6% prevelensi gangguan emosional dialami oleh remaja usia 15 tahun ke atas (Ali & Karyeni, 2015) Hasil penelitian ini menunjukan 60,17% siswa SMP-SMA mengalami gangguan mental emosional, seperti kesepian (44,54%), kecemasan (40,75%), dan intens bunuh diri (7,33%) (Mubasyiroh et al., 2017), kemudian tahun 2018 hasil Riskesdas menunjukan prevelensi gangguan depresi dan emosional pada kelompok usia 15-24 tahun

mencapai 157.695 orang (Kementerian Kesehatan republik indonesia, 2018). Data-data diatas menunjukan bahwa isu mengenai Kesehatan mental siswa yang akan mempengaruhi hasil belajar merupakan isu yang penting untuk diperhatikan.

Sejalan dengan penjelasan di atas di Sumatra Barat menjadi salah satu provinsi dengan kasus *bullying* terbanyak di indonesia, dilihat dari data Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI-PPA) Sumatra barat pada tahun 2019 tercatat 48 kasus *bullying* pada remaja. Sistem informasi online perlindungan anak (SIMFONI-PPA) Sumatra barat menyatakan kota padang berada di peringkat pertama sebagai daerah yang mengalami *bullying* terbanyak pada remaja tercatat sebanyak 71 kasus dilaporkan pada tahun 2019 sampai juni 2023 (P2PTP2A, 2023).

Rendahnya pemahaman seseorang mengenai *bullying* dan dampaknya yang dimana ini merupakan suatu kewajiban bagi semua pihak, terutama bagi pemerintah. Pemerintah harus rutin memberikan informasi kepada komunitas tentang arti sebenarnya dari *bullying*, tempat yang efektif untuk mensosialisasikan isu *bullying* dan dampaknya adalah pada lingkungan sekolah, karena *bullying* sering terjadi di lingkungan sekolah (Dian Rakhmawati, 2019).

Wardhana (2018) menyatakan bahwa segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dengan sengaja dilakukan sekelompok masyarakat yang lebih kuat dari yang lain, berkuasa dari yang lain, dimaksudkan

untuk merugikan dan menyatakan akan dilakukan berturut-turut. Perilaku *bullying* dipengaruhi oleh faktor internal dan ekternal. Faktor internal terdiri dari kepribadian dan komunikasi interpersonal. Sedangkan faktor ekternal terdiri dari peran kelompok teman sebaya.

Aspek-aspek *bullying* menurut Coloroso (2020), *bullying* dikelompokan dalam tiga kategori yaitu: (1) *Bullying* Fisik, yaitu sering dikenal sebagai *bullying* kasat mata. Penampilan perilaku ini disebabkan oleh kontak fisik antara pelaku dan korban, yang dapat di amati oleh siapa saja, Contoh *bullying* fisik seperti memukul, menginjak, mendorong, melempar benda, dan menendang. (2) *Bullying* verbal atau non fisik, yaitu *bullying* semacam ini dapat dikenali oleh indra pendengaran, seperti mengejek, menuduh, memanggil nama dengan julukan, memermalukannya didepan umum, dan menyebarkan rumor yang tidak benar. (3) *Bullying* mental atau psikologis: jenis *bullying* ini adalah yang amat mematikan karena tidak dapat dideteksi dengan penglihatan maupun pendengaran. Contohnya memandang sinis, mendiamkan, sengaja mengucilkan seseorang dari suatu kelompok dan memandang yang merendahkan.

Berdasarkan paparan diatas dapat peneliti simpulkan bahwa *bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh individu atau sekelompok terhadap seseorang yang lebih lemah. Fenomena ini sangat marak terjadi di lingkungan sekolah, termasuk di SMK Negeri 4 Padang dan memilki dampak serius terhadap kesehatan

mental siswa seperti stress, kecemasan, dan rasa rendah diri hingga gangguan emosional.

Pengaruh dari *bullying* tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga sangat mempengaruhi kesehatan mental korban, korban *bullying* sering mengalami stress, kecemasan, depresi, hingga gangguan psikologis yang lebih serius seperti trauma dan keinginan untuk mengisolasi diri dari lingkungan sekitar. Selain itu, *bullying* juga dapat mengganggu perkembangan sosial dan emosional korban seperti rasa cemas, rasa takut, rendah diri, serta kehilangan kepercayaan diri yang menjadi dampak umum yang dirasakan dalam jangka panjang, hal ini bisa berpengaruh terhadap prestasi akademik, hubungan sosial, kualitas hidup, dan gangguan Kesehatan mental seseorang (Anis Khoirunnisa, 2024).

Zakiyah Deradjat, kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakan dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa pada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa.

Kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi

yang realistik terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya (Anisa Khoirunisa, 2024).

Menurut Karl Menninger (2017), Kesehatan mental adalah individu yang memiliki kemampuan untuk menahan diri, menunjukkan kecerdasan, berperilaku dengan menenggang perasaan orang lain, seperti memiliki sikap hidup yang bahagia, kemampuan menahan diri dapat diartikan bahwa seseorang mampu untuk tidak berperilaku diluar norma aturan yang ada. Menahan diri dari perbuatan yang buruk merupakan cerminan dari individu yang memiliki kesehatan mental yang baik.

Kondisi kesehatan mental siswa menjadi aspek penting sebab menetukan kualitas sumber daya manusia suatu bangsa. Siswa yang tumbuh dalam kondisi mental yang sehat merupakan sumber daya yang potensial isu (Lubis, 2019). Kesehatan mental siswa berupa perundungan menjadi kebijakan publik yang penting dan menjadi permasalahan penting di banyak sekolah. Kesehatan mental siswa merupakan terget yang kompleks dari berbagai individu dan situasi (Dresler-Hawke, 2019).

Faktor atau pengaruh seseorang remaja mengalami gangguan kondisi kesehatan mental salah satu faktornya yaitu *Bullying*. Sesuai dengan pernyataan Hankim & Yulianti (2019) bahwa salah satu

kerentanan depresi pada remaja adalah kejadian hidup negatif yang menekan perasaan seseorang. Remaja kerap mendapatkan perilaku kekerasan di sekolah, seperti kekerasan dari guru, teman sekelas, dan kakak kelas. Tekanan negatif yang diperoleh remaja disekolah diantaranya berupa pemalakan dari senior, pengucilan, mengejek, serta memanggil seseorang dengan julukan yang tidak wajar. Hal tersebut terus menerus dan berulang kali dari pihak yang kuat ke yang lemah. Perilaku inilah yang dapat dinamakan *bullying*. Akibatnya remaja dibawah tekanan pada saat belajar disekolah berada pada resiko yang lebih tinggi untuk depresi (Haryanto, dkk 2018).

Kesehatan mental haruslah dijaga dan dirawat semaksimal mungkin agar tidak terjadinya gangguan mental, jika terganggu maka ia akan membuat kehidupan yang kurang nyaman seperti, gampang stres, lelah dan bosan. Seseorang yang bisa dikatakan atau dikatagorikan sehat mental apabila seseorang tersebut terhindar dari gejala-gejala gangguan jiwa atau neurosis dan penyakit jiwa atau psikosis (Thalita, 2021).

Aspek-aspek sehat mental menurut Zakiyah Deradjat (dalam jaelani, 2020) yaitu: (1) Terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan, berkembangnya seluruh potensi kejiwaan secara seimbang sehingga manusia dapat mencapai kesehatannya secara lahiriah maupun bathiniah serta terhindar dari pertentangan bahtin, keguncangan, keraguan dan tekanan perasaan dalam menghadapi berbagai dorongan dan keinginan (2) Terciptanya penyesuaian diri antara manusia

dengan dirinya sendiri, usaha untuk menyesuaikan diri secara sehat terhadap diri sendiri yang mencangkup pembangunan dan pengembangan seluruh potensi dan daya yang terdapat dalam diri manusia serta kemampuan memanfaatkan potensi dan daya seoptimal mungkin sehingga penyesuaian diri membawa kesejahteraan dan kebahagiaan diri sendiri dan orang lain (3) penyesuaian diri yang sehat terhadap lingkungan dan masyarakat, manusia tidak hanya memenuhi tuntutan masyarakat dan mengadakan perbaikan di dalamnya tetapi juga dapat membangun dan mengembangkan dirinya sendiri secara serasi dalam masyarakat. (4) Berlandaskan keimanan dan ketakwaan, masalah keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya hanya dapat terwujud secara baik dan sempurna apabila usaha tersebut berdasarkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah (5) Bertujuan untuk mencapai kehidupan yang bermakna dan Bahagia di dunia dan akhirat, Kesehatan mental mewujudkan kehidupan yang baik, sejahtera dan Bahagia bagi manusia secara lahir dan batin, jasmani dan rohani, serta dunia dan akhirat.

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 4 Padang yang merupakan sekolah yang berada di kawasan Komplek SMK-SB Jln. Lubuk Begalung, Padang. Berdasarkan penelitian awal yang peneliti lakukan pada tanggal 12 Maret 2025 yaitu melakukan observasi dan wawancara dengan guru BK, terdapat beberapa siswa yang melakukan *bullying* di lingkungan sekolah yang dilakukan oleh beberapa orang siswa yang di intimidasi oleh

beberapa teman sekelasnya, perlakuan ini yang dilakukan secara langsung kepada korban dengan mencemooh serta melakukan penghinaan melalui perkataan, ekspresi wajah , lalu ada beberapa teman lainnya yang ikut serta merespon dan juga ikut memberikan komentar yang tidak menyenangkan untuk korban, lalu tindakan yang di lakukan oleh guru BK yaitu dengan melakukan konseling kelompok lalu melakukan konseling individu terhadap korban, korban menyatakan bahwa korban merasakan tidak nyaman di dalam kelas dan sakit hati atas perilaku yang dilakukan oleh teman-temannya. Korban juga menyatakan sering diperlakukan seperti itu oleh teman sekelasnya. Korban yang di *bully* oleh temannya, ia tidak pernah mau untuk menceritakan kepada siapaun itu termasuk teman, orang tua, maupun guru yang mengajar.

Permasalahan ini diketahui oleh guru BK dan wali kelasnya karena mendapat aduan dari teman sebangku sikorban yang dimana ia merasa tidak terima atas perlakuan temannya terhadap korban. Maka dari itu guru BK dan wali kelas menindak lanjuti permasalahan itu, dan sekolah juga mengambil langkah-langkah yang efektif untuk mengatasi penindasan dan memperhatikan Kesehatan mental korban.

Terkait bagaimana kondisi penyesuaian diri siswa kelas XI, dari pendekatan yang dilakukan oleh guru yang mengajar, didapatkan ada beberapa siswa yang mengasingkan diri dari temannya dan juga merasa minder dikarenakan keterbelakangan fisiknya yang membuat dirinya sulit untuk bergaul dengan temannya karena seringnya ia di *bully* oleh teman

sekelasnya, karena bentuk fisiknya yang dikategorikan obesitas atau gemuk, selain itu ada juga siswa yang dikucilkan temannya karena ia keterbatasan dalam fisik yang lemah dan laban dalam berfikir, sehingga siswa tersebut sulit mendapatkan teman serta ia sering menarik diri dari temannya dan lebih suka menyendiri. Tidak sampai disana saja guru BK juga mengatakan masih terdapat siswa yang kurang merasa percaya diri dengan kemampuan yang ia miliki sedangkan ia mampu dalam akademiknya.

Pernyataan diatas menjelaskan bahwa siswa yang mengalami perundungan baik secara langsung maupun tidak langsung yang terus-menerus terjadi dan berpengaruh dalam Kesehatan mental seseorang. Berdasarkan permasalahan yang telah di uraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Bullying Terhadap Kesehatan Mental Siswa Kelas XI SMK Negeri 4 Padang Semester Genap Tahun Ajaran 2025/2026”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat di identifikasi sebagai berikut:

1. Sejauh mana *bullying* mempengaruhi kesehatan mental siswa kelas XI di SMK Negeri 4 Padang?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *bullying* dan Kesehatan mental siswa SMK Negeri 4 Padang?

3. Bagaimana tingkat kesehatan mental siswa kelas XI SMK Negeri 4 Padang yang mengalami *bullying*?

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bentuk-bentuk *bullying* yang terjadi di SMK Negeri 4 Padang.
2. Kondisi kesehatan mental siswa SMK Negeri 4 Padang.
3. Pengaruh *bullying* terhadap Kesehatan mental siswa SMK Negeri 4 Padang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus penelitian yang dikemukakan oleh peneliti diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “bagaimana pengaruh *bullying* terhadap kesehatan mental siswa kelas XI SMK Negeri 4 Padang?”.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan diatas maka tujuan peneliti ini adalah:

1. Untuk mengetahui faktor-faktor penyebab *bullying* di SMK Negeri 4 Padang.
2. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh *bullying* terhadap Kesehatan mental siswa SMK Negeri 4 Padang.

F. Manfaat Penelitian

Tercapainya tujuan di atas, berikut beberapa manfaat yang diharapkan adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan menjadikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan Pengaruh *Bullying* Terhadap Kesehatan Mental.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi kebijakan untuk mengurangi *bullying* yang terjadi Di lingkungan sekolah.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan membantu siswa memahami pengertian dampak *bullying*, sehingga dapat mencegah dan menghindari *bullying* di lingkungan sekolah.
- c. Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan peneliti tentang permasalahan yang terjadi di SMK Negeri 4 Padang khususnya terkait dengan *bullying*.