

## DAMPAK BULLYING TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA POLTEKKES KEMENKES PADANG

Sorpiyani Munthe<sup>1\*</sup>, Ibnu Anhar<sup>2</sup>, John Amos<sup>3</sup>

Poltekkes Kemenkes Padang<sup>1</sup>

sorpiyanimunthe20@gmail.com

### ABSTRAK

Bullying merupakan perilaku agresif yang dapat berdampak negatif terhadap kondisi psikologis individu, terutama kepercayaan diri. Kepercayaan diri memegang peran penting dalam menunjang keberhasilan akademik dan sosial mahasiswa. Pengalaman bullying pada masa sekolah yang tidak tertangani dengan baik dapat membawa dampak psikologis yang berlanjut hingga jenjang pendidikan tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak bullying terhadap kepercayaan diri mahasiswa Poltekkes Kemenkes Padang. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif eksploratif dan dilaksanakan pada bulan Januari hingga Maret 2025. Sebanyak 13 responden dipilih secara purposive berdasarkan kriteria pernah mengalami bullying. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan pedoman semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan teknik analisis tematik yang mencakup transkripsi, pengkodean, identifikasi tema, dan interpretasi makna. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan (76,9%), dan pengalaman bullying paling banyak terjadi saat duduk di bangku SMP dan SMA (masing-masing 30,8%). Bentuk bullying yang dominan adalah verbal (53,8%). Sebanyak 69,2% responden melaporkan mengalami penurunan kepercayaan diri yang ditandai dengan rasa cemas, menarik diri dari lingkungan sosial, dan merasa kurang mampu secara akademik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa bullying memberikan dampak psikologis jangka panjang terhadap kepercayaan diri mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan intervensi sistematis dari institusi pendidikan dan dukungan dari keluarga guna menciptakan lingkungan yang aman dan suportif dalam mendukung perkembangan psikososial mahasiswa.

**Kata kunci** : *bullying, kepercayaan diri, Mahasiswa, kesehatan mental*

### ABSTRACT

*Bullying is an aggressive behavior that can negatively impact an individual's psychological condition, particularly self-confidence. Self-confidence plays a vital role in supporting academic and social success among university students. Unresolved experiences of bullying during school years may have lingering psychological effects that persist into higher education. This study aimed to explore the impact of bullying on the self-confidence of students at Poltekkes Kemenkes Padang. A qualitative approach with a descriptive-exploratory design was employed, conducted between January and March 2025. A total of 13 respondents were selected purposively based on the criterion of having experienced bullying. Data were collected through in-depth interviews using a semi-structured interview guide and analyzed using thematic analysis, including transcription, coding, theme identification, and interpretation. The results revealed that most respondents were female (76.9%), and the highest prevalence of bullying occurred during junior and senior high school (30.8% each). The dominant form of bullying experienced was verbal (53.8%). Approximately 69.2% of respondents reported decreased self-confidence, characterized by anxiety, social withdrawal, and perceived academic incompetence. The study concludes that bullying has a long-term psychological impact on students' self-confidence. Therefore, systematic interventions from educational institutions and support from families are essential to foster a safe and supportive environment for the psychosocial development of students.*

**Keywords** : *bullying, self-confidence, college students, mental health*

### PENDAHULUAN

Bullying merupakan bentuk kekerasan psikososial yang dilakukan secara berulang dan disengaja oleh individu atau kelompok terhadap seseorang yang dianggap lebih lemah.

Tindakan ini dapat terjadi dalam bentuk kekerasan fisik, verbal, sosial, maupun melalui media digital, dan telah terbukti memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan mental korban. Efek psikologis dari bullying bersifat jangka panjang, mencakup gangguan kecemasan, depresi, serta penurunan harga diri dan kepercayaan diri. Kepercayaan diri sendiri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan psikososial individu, khususnya pada mahasiswa, karena berkaitan erat dengan performa akademik, keterlibatan sosial, dan kesiapan profesional di masa depan (Ibrahim et al., 2023; Santoso & Handayani, 2021).

Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization, 2024) mencatat bahwa satu dari enam anak usia sekolah di Eropa mengalami cyberbullying, yang mengarah pada meningkatnya angka kecemasan dan depresi. UNICEF (2019) melaporkan bahwa lebih dari sepertiga remaja di 30 negara mengalami perundungan daring, dan satu dari lima di antaranya memilih untuk tidak masuk sekolah sebagai dampaknya. Di Indonesia, survei nasional oleh UNICEF (2022) menunjukkan bahwa 45% remaja usia 14–24 tahun pernah menjadi korban bullying, baik secara langsung maupun melalui platform digital.

Jenis kelamin juga memengaruhi bentuk bullying yang dialami; laki-laki lebih banyak terlibat dalam kekerasan fisik, sementara perempuan lebih rentan terhadap bullying emosional dan daring (WHO, 2024). Di lingkungan pendidikan tinggi, bullying sering kali tidak tampak secara kasat mata namun memberikan dampak signifikan. Mahasiswa yang pernah mengalami bullying pada masa sekolah kerap membawa luka psikologis tersebut hingga ke jenjang perguruan tinggi, yang pada akhirnya mengganggu proses pembentukan identitas diri dan kepercayaan diri akademik mereka (Amelia & Setyawan, 2022; Saputra et al., 2022).

Penurunan kepercayaan diri akibat pengalaman bullying dapat menghambat mahasiswa dalam mengaktualisasikan potensi diri, berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran, dan menjalin hubungan sosial yang sehat. Utami & Ratnasari (2021) mencatat bahwa mahasiswa dengan riwayat perundungan cenderung memiliki self-esteem rendah dan memilih untuk menarik diri dari lingkungan sosial. Pengalaman tersebut juga berpotensi memicu gangguan kecemasan sosial (Wijaya & Yulianti, 2021), depresi (Nuraeni, 2020), bahkan gangguan adaptasi dalam proses akademik (Lee & Park, 2019).

Beberapa studi telah menegaskan bahwa intervensi psikososial dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa yang pernah menjadi korban bullying. Penelitian oleh Gunawan & Sari (2020) serta Pratama & Widodo (2023) menunjukkan bahwa pendekatan berbasis konseling dan edukasi dapat mendorong pemulihan psikologis serta membangun kembali rasa percaya diri mahasiswa. Hal ini menunjukkan pentingnya institusi pendidikan tinggi dalam menciptakan lingkungan belajar yang supotif, menyediakan layanan psikologis yang mudah diakses, serta mengembangkan kebijakan pencegahan bullying yang sistematis. Meskipun isu bullying telah menjadi perhatian global dan nasional, penelitian yang secara spesifik menyoroti dampaknya terhadap kepercayaan diri mahasiswa, terutama di lingkungan institusi pendidikan kesehatan di Indonesia, masih tergolong terbatas. Padahal, mahasiswa kesehatan dituntut memiliki kompetensi komunikasi, empati, dan rasa percaya diri tinggi dalam menghadapi dinamika profesi. Kekosongan literatur ini menunjukkan urgensi untuk mengembangkan kajian berbasis kontekstual yang mampu menjelaskan bagaimana pengalaman bullying memengaruhi proses pembentukan identitas profesional dan kesiapan akademik mahasiswa.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berjudul “Dampak Bullying terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Padang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami secara mendalam dampak pengalaman bullying terhadap kepercayaan diri mahasiswa, dengan fokus pada aspek psikososial, kesiapan akademik, serta proses pembentukan identitas profesional selama menempuh pendidikan di institusi kesehatan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif eksploratif. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menggali makna subjektif, pengalaman personal, serta persepsi mendalam dari mahasiswa yang pernah mengalami bullying, khususnya dalam kaitannya dengan kepercayaan diri. Pendekatan ini juga relevan untuk memahami fenomena yang kompleks dan kontekstual, sebagaimana disarankan oleh Creswell (2014), yang menyatakan bahwa pendekatan kualitatif sangat efektif dalam menelaah persoalan psikologis dan sosial yang tidak dapat diukur secara kuantitatif.

Penelitian ini dilaksanakan di Poltekkes Kemenkes Padang selama periode Januari hingga Maret 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif di lingkungan kampus tersebut. Sebanyak 13 orang responden dipilih secara purposive berdasarkan kriteria inklusi, yaitu mahasiswa yang pernah mengalami bullying, bersedia menjadi partisipan, serta mampu mengungkapkan pengalaman mereka secara terbuka dan komunikatif. Pemilihan responden dilakukan hingga mencapai titik jenuh data atau data saturation, yakni kondisi ketika wawancara tidak lagi memberikan informasi baru yang signifikan. Teknik purposive sampling ini umum digunakan dalam studi kualitatif, karena memungkinkan peneliti memilih individu yang memiliki pengalaman langsung dan relevan dengan fokus penelitian (Miles, Huberman, & Saldaña, 2014).

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam secara tatap muka dengan menggunakan panduan wawancara semi-terstruktur. Panduan ini disusun untuk memberikan arah dalam penggalian informasi, namun tetap fleksibel agar responden dapat menyampaikan pengalaman secara bebas dan autentik. Lokasi wawancara ditentukan berdasarkan kesepakatan antara peneliti dan responden untuk menciptakan suasana yang aman dan nyaman. Seluruh wawancara direkam menggunakan perangkat perekam suara dan transkrip hasil wawancara disusun secara verbatim guna menjamin keutuhan informasi yang diperoleh.

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan teknik analisis tematik sebagaimana dikembangkan oleh Braun dan Clarke (2006). Proses analisis diawali dengan membaca secara menyeluruh seluruh transkrip wawancara, kemudian dilakukan proses pengkodean terhadap unit-unit data yang dianggap bermakna. Kode-kode tersebut kemudian dikelompokkan untuk mengidentifikasi tema dan subtema yang mencerminkan pola-pola pengalaman responden. Tahap akhir analisis adalah interpretasi makna, yaitu penarikan kesimpulan yang mendalam berdasarkan narasi responden dan konteks pengalaman mereka. Analisis tematik ini memungkinkan peneliti menemukan tema-tema yang berulang dan signifikan, serta menjelaskan dampak bullying terhadap aspek psikologis mahasiswa, termasuk kepercayaan diri. Pendekatan serupa digunakan dalam penelitian Lestari dan Andriyani (2020), yang meneliti dampak bullying terhadap kesehatan mental remaja perempuan di Yogyakarta dan berhasil mengidentifikasi sejumlah tema emosional seperti ketakutan, rasa malu, dan menarik diri dari lingkungan sosial.

Untuk menjamin validitas data, dilakukan teknik triangulasi sumber, yaitu membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai responden untuk melihat konsistensi narasi dan temuan. Validitas juga diperkuat dengan member checking, yakni mengonfirmasi hasil interpretasi data kepada beberapa responden guna memastikan bahwa makna yang ditangkap peneliti sesuai dengan pengalaman asli mereka. Pendekatan ini sejalan dengan praktik yang diterapkan oleh Fadillah dan Suherman (2021) dalam studi mereka tentang pengaruh kekerasan verbal terhadap kepercayaan diri siswa SMA di Bandung, yang menekankan pentingnya keterlibatan partisipan dalam memverifikasi hasil interpretasi peneliti. Metode yang digunakan dalam penelitian ini dipandang tepat karena mampu mengungkap berbagai dinamika psikososial yang dialami mahasiswa sebagai korban bullying, khususnya dalam konteks kepercayaan diri. Desain dan teknik analisis yang digunakan telah terbukti

efektif dalam penelitian sejenis, seperti yang dilakukan oleh Fitriani et al. (2022) yang mengkaji dampak body shaming terhadap self-esteem mahasiswi melalui pendekatan kualitatif dan teknik analisis tematik yang serupa.

## HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak bullying terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswa Poltekkes Kemenkes Padang.

**Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

| Jenis Kelamin | Jumlah    | Percentase  |
|---------------|-----------|-------------|
| Perempuan     | 10        | 76,9%       |
| Laki-laki     | 3         | 23,1%       |
| <b>Total</b>  | <b>13</b> | <b>100%</b> |

Sebanyak 13 responden yang memiliki pengalaman sebagai korban bullying yang dilibatkan dalam penelitian ini. Berdasarkan karakteristik demografis, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan.

**Tabel 2. Waktu atau Fase Bullying Dialami**

| Fase/Waktu Terjadi Bullying | Jumlah    | Percentase  |
|-----------------------------|-----------|-------------|
| Saat SD                     | 3         | 23,1%       |
| Saat SMP                    | 4         | 30,8%       |
| Saat SMA                    | 4         | 30,8%       |
| Oleh Orang Terdekat         | 2         | 15,3%       |
| <b>Total</b>                | <b>13</b> | <b>100%</b> |

Waktu atau fase terjadinya bullying bervariasi, namun sebagian besar responden mengalami bullying saat masa pendidikan menengah (SMP dan SMA). Terdapat pula yang mengalaminya sejak sekolah dasar (SD) maupun dari orang-orang terdekat.

**Tabel 3. Bentuk Bullying yang Dialami Responden**

| Bentuk Bullying     | Jumlah    | Percentase  |
|---------------------|-----------|-------------|
| Verbal              | 7         | 53,8%       |
| Sosial (dikucilkan) | 3         | 23,1%       |
| Fisik               | 2         | 15,4%       |
| Siber               | 1         | 7,7%        |
| <b>Total</b>        | <b>13</b> | <b>100%</b> |

Responden mengalami berbagai bentuk bullying, dengan bentuk yang paling sering dilaporkan adalah bullying verbal. Selain itu, terdapat pula responden yang mengalami bullying sosial (seperti pengucilan), fisik, maupun dalam bentuk siber.

**Tabel 4. Dampak Bullying terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa**

| Dampak terhadap Kepercayaan Diri | Jumlah    | Percentase  |
|----------------------------------|-----------|-------------|
| Menurun                          | 9         | 69,2%       |
| Tidak Terlalu Berpengaruh        | 4         | 30,8%       |
| <b>Total</b>                     | <b>13</b> | <b>100%</b> |

Dampak bullying terhadap kepercayaan diri dirasakan cukup signifikan oleh sebagian besar responden. Sebanyak 9 responden (69,2%) menyatakan bahwa bullying yang dialami menyebabkan penurunan kepercayaan diri, seperti merasa tidak percaya diri untuk berbicara di depan umum, menarik diri dari pergaulan, serta merasa rendah dalam kegiatan akademik.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak bullying terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswa Poltekkes Kemenkes Padang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan, sebagaimana ditunjukkan dalam Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, yaitu sebanyak 10 dari 13 orang (76,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih rentan menjadi korban bullying atau lebih terbuka dalam melaporkan pengalaman tersebut. Dalam konteks sosial budaya di Indonesia, perempuan lebih sering menjadi target tekanan sosial atau komentar bernuansa merendahkan secara verbal, sehingga tingkat kerentanan mereka terhadap bullying cenderung lebih tinggi. Terkait dengan waktu atau fase kejadian bullying, Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Waktu atau Fase Terjadinya Bullying menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami bullying saat berada di jenjang SMP dan SMA, masing-masing sebanyak 4 orang (30,8%). Fase ini merupakan masa remaja yang menjadi periode krusial dalam pembentukan identitas diri dan kepercayaan diri individu. Menurut teori perkembangan psikososial Erikson, remaja berada pada tahap *identity vs role confusion*, sehingga tekanan sosial seperti bullying dapat mengganggu kestabilan psikologis dan menurunkan kepercayaan diri. Selain itu, 23,1% responden mengalami bullying sejak sekolah dasar, dan 15,3% lainnya mengalaminya dari orang-orang terdekat, seperti teman atau anggota keluarga, yang justru dapat memperdalam dampak emosional negatif.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Bentuk Bullying yang Dialami mengungkap bahwa bentuk bullying yang paling dominan dialami oleh responden adalah bullying verbal, yakni sebesar 53,8% (7 orang). Bentuk ini meliputi hinaan, ejekan, serta komentar merendahkan terhadap fisik atau kemampuan individu. Meskipun tidak meninggalkan luka fisik, bullying verbal memberikan dampak signifikan terhadap citra diri dan kepercayaan diri korban. Selain itu, terdapat juga bullying sosial (23,1%), fisik (15,4%), dan siber (7,7%) yang dialami oleh sebagian responden. Data ini menunjukkan bahwa bullying bersifat multidimensi dan kerap kali berlangsung dalam bentuk yang tidak kasat mata.

Selanjutnya, Tabel 4. Distribusi Dampak Bullying terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa menunjukkan bahwa sebanyak 9 dari 13 responden (69,2%) menyatakan mengalami penurunan kepercayaan diri akibat bullying. Hal ini tercermin dalam perilaku seperti menarik diri dari lingkungan sosial, rasa takut berbicara di depan umum, dan rendahnya kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri. Temuan ini sesuai dengan teori *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura, yang menyatakan bahwa pengalaman sosial negatif dapat merusak keyakinan individu dalam menghadapi tugas dan tantangan. Sementara itu, 4 responden (30,8%) menyatakan bahwa bullying tidak terlalu berpengaruh, yang kemungkinan besar dikaitkan dengan faktor resiliensi individu atau adanya dukungan sosial yang kuat.

Secara umum, hasil penelitian ini konsisten dengan berbagai studi sebelumnya yang menegaskan bahwa pengalaman bullying berdampak jangka panjang terhadap kesehatan mental dan sosial korban. Bullying bukanlah sekadar tindakan sesaat yang berlalu tanpa bekas, melainkan sebuah persoalan psikososial kompleks yang memengaruhi pengembangan diri, kepercayaan diri, prestasi akademik, hingga kualitas hidup mahasiswa secara keseluruhan. Dalam konteks ini, temuan bahwa 69,2% responden mengalami penurunan kepercayaan diri sebagai dampak langsung dari pengalaman bullying menjadi indikator kuat bahwa isu ini harus

dipandang sebagai prioritas strategis dalam kebijakan perlindungan mahasiswa di institusi pendidikan tinggi, termasuk Poltekkes Kemenkes Padang.

Kampus sebagai lingkungan akademik tidak hanya memiliki tanggung jawab dalam membentuk lulusan yang unggul secara intelektual, tetapi juga wajib menjamin keselamatan psikologis seluruh warganya. Penelitian Amelia dan Setyawan (2022) menegaskan bahwa keberadaan sistem dukungan psikologis yang memadai berdampak signifikan terhadap kemampuan adaptasi mahasiswa serta kelancaran proses akademik mereka. Hal serupa juga diungkap oleh Ibrahim et al. (2023), yang menemukan bahwa mahasiswa di institusi kesehatan yang pernah menjadi korban bullying cenderung mengalami gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, dan rendahnya harga diri—terutama jika tidak didukung oleh sistem pendampingan yang memadai.

Oleh karena itu, penting bagi kampus untuk membangun mekanisme dukungan psikologis yang tidak hanya bersifat reaktif tetapi juga preventif dan sistemik. Layanan konseling perlu diperkuat dengan sistem identifikasi dini terhadap mahasiswa berisiko, jalur pelaporan yang aman dan anonim, serta tenaga profesional yang terlatih dalam menangani kekerasan psikososial. Studi Gunawan dan Sari (2020) menunjukkan bahwa program pelatihan kelompok berbasis penguatan self-esteem terbukti mampu meningkatkan kepercayaan diri korban bullying secara signifikan sekaligus mengurangi tingkat kecemasan sosial mereka.

Tak hanya pendekatan individual, intervensi berbasis komunitas melalui dukungan kelompok sebaya (peer support) juga sangat relevan untuk diterapkan. Fitriani et al. (2022) dalam penelitiannya tentang body shaming mengungkapkan bahwa kelompok sebaya yang terstruktur dan aman secara emosional mampu menjadi ruang pemulihan bagi korban bullying untuk mengekspresikan diri dan memulihkan kembali kepercayaan diri mereka. Bentuk intervensi seperti ini sangat penting, terutama karena banyak korban bullying merasa takut, malu, atau tidak percaya diri untuk melaporkan pengalamannya kepada otoritas kampus.

Dari sisi kebijakan, Santoso dan Handayani (2021) serta Utami dan Ratnasari (2021) menekankan bahwa pembentukan peraturan institusional anti-bullying harus tidak hanya bersifat represif (memberikan sanksi kepada pelaku), tetapi juga edukatif dan suportif terhadap korban. Kampus perlu menanamkan nilai-nilai empati, anti-kekerasan, dan komunikasi sehat sejak awal masa orientasi mahasiswa baru. Nilai-nilai tersebut sebaiknya diperkuat secara berkelanjutan melalui pelatihan soft skills, kampanye digital, serta kegiatan organisasi mahasiswa yang mendorong inklusi sosial.

Rekomendasi ini sejalan dengan laporan WHO (2020) dan UNICEF (2019; 2022) yang menekankan bahwa pendekatan institusional lebih efektif dibandingkan intervensi individual semata. Keduanya merekomendasikan pentingnya menciptakan ekosistem kampus yang holistik dan partisipatif, di mana semua unsur—mahasiswa, dosen, tenaga kependidikan—terlibat aktif dalam menciptakan lingkungan yang bebas dari perundungan.

Dalam kerangka tersebut, kampus tidak lagi cukup hanya menjadi tempat transfer ilmu, tetapi juga harus menjadi ruang aman untuk pertumbuhan psikososial. Pratama dan Widodo (2023) menegaskan bahwa program pembinaan berbasis psikososial yang terintegrasi dalam aktivitas akademik dan kemahasiswaan mampu mengembalikan rasa percaya diri korban bullying dan mencegah munculnya gangguan lanjutan seperti depresi, rendah diri, atau penurunan motivasi belajar.

Saputra et al. (2022) dan Wijaya dan Yulianti (2021) juga menegaskan bahwa jika bullying dibiarkan tanpa sistem perlindungan yang jelas, maka akan berimplikasi terhadap iklim akademik secara menyeluruh. Mahasiswa menjadi enggan berpartisipasi, takut tampil, bahkan menarik diri dari lingkungan sosial. Dalam jangka panjang, hal ini akan menurunkan mutu lulusan, baik dalam hal kapasitas intelektual, keterampilan sosial, maupun ketahanan mental. Oleh karena itu, hasil penelitian ini tidak hanya memperkuat bukti empiris tentang dampak bullying terhadap kepercayaan diri mahasiswa, tetapi juga menegaskan urgensi pembentukan

ekosistem kampus yang inklusif dan responsif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Kebijakan yang dirancang harus mencakup perlindungan korban, pembinaan karakter, akses terhadap layanan psikologis profesional, serta penciptaan ruang aman untuk menyuarakan pengalaman tanpa stigma atau pembalasan sosial.

Dengan merujuk pada beragam studi dan praktik baik yang telah dilakukan, penelitian ini merekomendasikan agar setiap institusi pendidikan tinggi secara aktif mengembangkan model intervensi anti-bullying yang berlapis, adaptif, dan berkelanjutan, dengan memperhatikan konteks sosial-budaya mahasiswa serta dinamika relasi di lingkungan kampus masing-masing.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman bullying yang dialami pada masa sekolah memiliki dampak jangka panjang terhadap kepercayaan diri mahasiswa di jenjang pendidikan tinggi. Mayoritas responden merupakan perempuan, yang dalam konteks sosial budaya Indonesia cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan pengalaman pribadi serta lebih rentan terhadap tekanan sosial verbal. Fase remaja, khususnya saat duduk di bangku SMP dan SMA, menjadi periode paling dominan terjadinya bullying. Masa ini merupakan tahap penting dalam pembentukan identitas diri, sehingga perundungan yang terjadi dapat mengganggu kestabilan psikologis individu secara signifikan.

Bentuk bullying yang paling banyak dialami oleh responden adalah bullying verbal, berupa hinaan, ejekan, atau komentar merendahkan yang berdampak serius terhadap citra diri dan rasa percaya diri korban. Sebanyak 69,2% responden melaporkan mengalami penurunan kepercayaan diri sebagai akibat langsung dari bullying yang mereka alami. Gejala tersebut tercermin dalam perilaku menarik diri dari lingkungan sosial, rasa takut untuk tampil di depan umum, serta rendahnya keyakinan terhadap kemampuan akademik dan sosial.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa bullying bukan semata persoalan disiplin atau perilaku menyimpang, tetapi merupakan isu psikososial yang kompleks dan berpotensi menghambat perkembangan mahasiswa secara menyeluruh. Oleh karena itu, diperlukan upaya sistematis dan berkelanjutan dari institusi pendidikan dalam bentuk kebijakan preventif dan intervensi kuratif yang terintegrasi. Kampus harus menjadi ruang aman yang mendorong pertumbuhan emosional, psikologis, dan sosial mahasiswa secara positif.

Selain peran institusi pendidikan, keluarga dan masyarakat juga memegang peran penting dalam menciptakan lingkungan sosial yang bebas dari bullying. Pendidikan nilai-nilai empati, toleransi, dan komunikasi sehat perlu ditanamkan sejak dini, baik di lingkungan rumah maupun sekolah. Kolaborasi antarpihak ini menjadi fondasi penting dalam membangun budaya kampus dan masyarakat yang inklusif, suportif, dan berorientasi pada perlindungan kualitas hidup serta kesehatan mental generasi muda.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh responden mahasiswa Poltekkes Kemenkes Padang yang telah bersedia meluangkan waktu, berbagi pengalaman pribadi, dan memberikan informasi yang berharga selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada pihak institusi Poltekkes Kemenkes Padang atas izin, fasilitas, serta dukungan moril dan administratif yang diberikan, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

Penulis juga menyampaikan apresiasi yang tinggi kepada dosen pembimbing atas arahan, masukan konstruktif, dan bimbingan yang berkelanjutan selama proses penyusunan artikel ini. Tak lupa, penulis mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan sejawat dan semua pihak

yang turut berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung dalam mendukung kelancaran dan penyelesaian penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R., & Setyawan, A. (2022). Pengaruh bullying terhadap kesehatan mental mahasiswa: Tinjauan literatur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mental*, 5(1), 14–22.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W.W. Norton & Company.
- Fadillah, S., & Suherman, D. (2021). Dampak kekerasan verbal terhadap kepercayaan diri siswa SMA. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(1), 15–22.
- Fahmi, R., & Suryani, T. (2021). Dampak bullying terhadap kepercayaan diri mahasiswa di lingkungan kampus. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(2), 101–110.
- Fitriani, L., Ramadhani, T., & Zulkarnain, A. (2022). Body shaming and self-esteem: Studi kualitatif pada mahasiswi. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(2), 45–53.
- Gunawan, R., & Sari, M. (2020). Efektivitas program anti-bullying terhadap peningkatan self-esteem mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 8(3), 150–159.
- Ibrahim, A., Saleh, H., & Rafei, R. (2023). Prevalence of bullying and its impact on self-esteem, anxiety, and depression among medical and health sciences university students in Ras Al Khaimah, UAE. Retrieved May 18, 2025, from <https://www.researchgate.net/publication/377710978>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2023). Laporan tahunan perlindungan anak di Indonesia 2023. Jakarta: KPAI.
- Lee, J., & Park, S. (2019). The impact of verbal bullying on academic self-concept among college students. *Contemporary Educational Psychology*, 58, 79–85.
- Lestari, R., & Andriyani, H. (2020). Dampak bullying terhadap kesehatan mental remaja perempuan. *Jurnal Kesehatan Mental Remaja*, 8(3), 120–128.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- Nuraeni, D. (2020). Pengaruh pengalaman bullying terhadap harga diri dan kecemasan sosial mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Mental Remaja*, 4(1), 55–62.
- Pratama, H., & Widodo, A. (2023). Intervensi psikososial dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa korban bullying. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 5(2), 90–98.
- Putri, D. A., & Hartono, Y. (2021). Dampak cyberbullying terhadap kepercayaan diri mahasiswa pengguna media sosial. *Jurnal Komunikasi Digital*, 3(1), 42–50.
- Santoso, B., & Handayani, T. R. (2021). Dampak perundungan (bullying) terhadap perkembangan psikososial mahasiswa. *Jurnal Psikologi dan Konseling*, 3(2), 112–119.
- Saputra, A., Yusuf, M., & Ningsih, S. (2022). Analisis hubungan pengalaman bullying dengan kepercayaan diri mahasiswa baru. *Indonesian Journal of Health Psychology*, 4(2), 60–69.
- Thompson, R., & Swartout, K. M. (2018). Psychological consequences of bullying in university settings: A systematic review. *Journal of College Student Development*, 59(3), 229–245.
- United Nations Children's Fund. (2019). More than a third of young people in 30 countries report being victim of online bullying – UNICEF poll. New York: UNICEF. Retrieved May

18, 2025, from <https://www.unicef.org/eca/press-releases/unicef-poll-more-third-young-people-30-countries-report-being-victim-online-bullying>

United Nations Children's Fund. (2022). Bullying in Indonesia: National survey findings. Jakarta: UNICEF Indonesia. Retrieved May 18, 2025, from <https://www.unicef.org/indonesia/media/5606/file/Bullying.in.Indonesia.pdf>

Utami, R., & Ratnasari, D. (2021). Hubungan pengalaman bullying dengan self-esteem mahasiswa Fakultas Kedokteran di Surabaya. *Jurnal Psikologi Kesehatan Mental*, 6(1), 25–32.

Wijaya, F., & Yulianti, E. (2021). Hubungan antara pengalaman bullying dengan tingkat kecemasan sosial mahasiswa. *Jurnal Psikologi Sosial*, 4(1), 33–41.

World Health Organization. (2020). Global status report on preventing violence against children 2020. Geneva: WHO Press.

World Health Organization. (2024). One in six school-aged children experiences cyberbullying – WHO Europe study. Geneva: WHO. Retrieved May 18, 2025, from <https://www.who.int/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study>