



Wasiyem¹
Nadia Putri Manik²
Alya Yolanda³
Nazla Huwaida
Hasibuan⁴
Dafi Fauzan Akbar⁵
Zaskia Isnaini
Pulungan⁶
Muhammad Arif
Ikhsan⁷
Klisa Putri Zahra⁸

PENGARUH BULLYING TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA

Abstrak

Bullying dapat merusak kesehatan mental korban, menyebabkan depresi, kecemasan, gangguan tidur, penurunan kepercayaan diri, dan bahkan pemikiran atau perilaku merugikan diri sendiri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh bullying terhadap kesehatan mental mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Metode pengumpulan data dengan melalukan survey dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa penyebaran kuesioner yang diisi melalui google form untuk mengetahui pengaruh bullying terhadap kesehatan mental pada mahasiswa. Jumlah sample pada penelitian ini berjumlah 96 responden. Hasil penelitian pada uji statistic chisquare, terdapat nilai p value 0,058 atau $> 0,05$ yang artinya tidak terdapat hubungan antara tingkat bullying dengan kesehatan mental pada mahasiswa. Kesimpulan dari penelitian ini, tidak terdapat pengaruh kesehatan mental pada mahasiswa terhadap tingkat bullying. Akan tetapi, kemungkinan akan terjadi penurunan kesehatan mental dikemudian hari akibat dari bullying yang berkelanjutan.

Kata Kunci: Bullying, Kesehatan Mental, Mahasiswa

Abstract

Bullying can damage the victim's mental health, causing depression, anxiety, sleep disturbances, decreased self-confidence, and even self-harming thoughts or behavior. The purpose of this study was to determine the effect of bullying on students' mental health. This study is a quantitative study with a cross-sectional approach. The data collection method was conducted by conducting a survey using a data collection technique in the form of distributing questionnaires filled out via Google Form to determine the effect of bullying on students' mental health. The number of samples in this study was 96 respondents. The results of the study on the chi-square statistical test, there was a p value of 0.058 or > 0.05 , which means that there is no relationship between the level of bullying and mental health in students. The conclusion of this study is that there is no effect of mental health in students on the level of bullying. However, there is a possibility that there will be a decline in mental health in the future due to ongoing bullying.

Keywords: Bullying, Mental Health, Students

PENDAHULUAN

Perilaku bullying merupakan tindakan kekerasan yang melibatkan penyalahgunaan kekuasaan dan dilakukan secara berulang terhadap individu yang dianggap lemah dan tidak berdaya secara fisik. Menurut WHO (2020), sekitar 37% remaja perempuan dan 42% remaja laki-laki menjadi korban bullying. Perundungan atau bullying dapat dibagi ke dalam beberapa

1,2,3,4,5,6,7,8 Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, UINSU
 email: wasiyem@uinsu.ac.id, nadiaptr1834@gmail.com, alyayolanda16@gmail.com,
 nhuwaidahsb@gmail.com, dafifauzan123@gmail.com, zaskiasnaini30@gmail.com,
 ariefihsan483@gmail.com, klisaputrazahra@gmail.com

jenis, yaitu pertama, perilaku fisik yang melibatkan kekerasan untuk menyakiti seseorang, seperti menendang, memukul, atau memberikan ancaman.

Bullying tidak hanya berdampak pada korban, tetapi juga pada pelaku, saksi, bahkan lingkungan sosial di sekitarnya. Dampak negatif ini dapat menjadi faktor penyebab perilaku menyimpang, kenakalan remaja, kriminalitas, gangguan psikologis, depresi, dan keinginan untuk bunuh diri. Banyak kasus bullying, baik di dalam maupun luar negeri, yang berakhir dengan kerugian serius, termasuk bunuh diri. Sekitar 40% kasus bunuh diri pada anak-anak disebabkan oleh bullying (Wahyuni, et al., 2024)

Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat lebih dari 226 kasus kekerasan fisik dan psikis, termasuk perundungan, pada tahun 2022, dengan angka ini terus meningkat. Selain itu, penelitian dari Programme for International Students Assessment (PISA) pada 2018 mengungkapkan bahwa 41,1% siswa di Indonesia pernah mengalami perundungan. Pada tahun 2022, Indonesia menduduki peringkat kelima tertinggi dari 78 negara dalam hal jumlah kasus perundungan di lingkungan sekolah. (Alitani, 2023).

Perilaku bullying yang terjadi di lembaga pendidikan merupakan tindakan yang dapat menimbulkan trauma, baik fisik maupun mental, yang dilakukan secara sengaja oleh sekelompok orang yang lebih berkuasa terhadap individu yang lebih lemah. Oleh karena itu, tidak mengherankan jika bullying yang sering terjadi di lingkungan pendidikan biasanya dipicu oleh adanya budaya senioritas. Tindakan bullying yang tidak terlihat jelas ini membuat pihak kampus cenderung mengabaikan adanya perilaku tersebut. Hal ini menyebabkan mahasiswa yang melakukan bullying merasa seolah mendapatkan dukungan atau penguatan atas perbuatan mereka terhadap mahasiswa lainnya. Selain faktor lingkungan kampus, setiap individu juga bisa menjadi faktor yang memicu terjadinya bullying di lingkungan pendidikan.

Tindakan perundungan yang melibatkan kekerasan fisik, verbal, dan psikologis sangat bertentangan dengan nilai-nilai Pancasila, khususnya sila kedua. Dalam sila kedua yang berbunyi "Kemanusiaan yang Adil dan Beradab," terkandung prinsip keadilan terhadap sesama manusia yang mengharuskan kita untuk saling menghormati harkat dan martabat setiap individu. Sila ini mengajarkan kita untuk memperlakukan orang lain secara adil dan beradab tanpa diskriminasi atau perlakuan buruk. Selain sila kedua, perundungan juga bertentangan dengan sila kelima, yaitu "Keadilan bagi seluruh rakyat Indonesia," yang menegaskan hak setiap manusia untuk hidup dalam lingkungan yang aman dan sejahtera. Ketidakadilan sosial yang ditimbulkan oleh perundungan dapat mengakibatkan trauma, rasa rendah diri, dan ketimpangan psikologis bagi korban (Kurniawan, et al., 2024)

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti pada Januari Tahun 2025, penjajakan yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara kepada Mahasiswa/i yang cenderung terlihat diam . Kediaman para Mahasiswa/i tersebut berkaitan dengan adanya perundungan atau bullying yang dilakukan orang sekitar terhadap mereka. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perundungan atau bullying yang dialami oleh Mahasiswa.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Metode pengumpulan data penelitian ini dengan melalukan survey dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa penyebaran kuesioner yang diisi melalui google form untuk mengetahui pengaruh bullying terhadap kesehatan mental pada mahasiswa. Peneliti menggunakan kuesioner bullying yang diadaptasi dari penelitian Susanto (2022). Isi kuesioner ini tetap sama tanpa mengalami perubahan, dan peneliti hanya memilih pertanyaan yang berkaitan dengan korban bullying. Analisis data menggunakan analisa univariat dan bivariat menggunakan uji chisquare. Jumlah sample pada penelitian ini ditentukan menggunakan rumus lameshow dengan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat ketelitian 10%, maka sampel yang didapatkan berjumlah 96 responden. Data yang telah dianalisis menggunakan uji chisquare, terdapat nilai p value 0,058 atau $> 0,05$ yang artinya tidak terdapat hubungan antara tingkat bullying dengan kesehatan mental pada mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Bullying

No.	Kategori	Jumlah	Percentase
1.	Berat	15	15,6%
2.	Sedang	24	25%
3.	Ringan	57	59,4%
	Total	96	100%

Berdasarkan tabel 1, dari 96 responden (100%) frekuensi bullying dengan kategori berat pada mahasiswa sebanyak 15 (15,6%) responden , dengan kategori sedang sebanyak 24 (25%) responden, dan dengan kategori ringan sebanyak 57 (59,4%) responden .

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental

No.	Kategori	Jumlah	Percentase
1.	Tinggi	70	72,9%
2.	Rendah	26	27,1%
	Total	96	100%

Berdasarkan tabel 2, dari 96 responden (100%) frekuensi kesehatan mental dengan kategori tinggi pada mahasiswa sebanyak 70 (72,9%) responden dan dengan kategori rendah sebanyak 26 (27,1%) responden .

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Bullying Terhadap Kesehatan Mental

Kesehatan Mental	Bullying						Total	P value		
	Berat		Sedang		Ringan					
	n	%	n	%	n	%				
Tinggi	10	10,42	22	22,92	38	39,58	70	72,92		
Rendah	5	5,21	2	2,08	19	19,79	26	27,08		
Total	15	15,63	24	25	57	59,37	96	100%		

Berdasarkan tabel 3, dari 96 (100%) responden terdapat 10 (10,42%) responden yang mengalami kesehatan mental dengan bullying berat, 22 (22,92%) responden yang memiliki kesehatan mental tinggi dengan bullying sedang , dan 38 (39,58%) responden mengalami kesehatan mental tinggi dengan bullying ringan. . Selanjutnya, terdapat 5 (5,21%) responden yang mengalami kesehatan mental rendah dengan bullying berat, 2 (2,08%) dengan kesehatan mental rendah dengan bullying sedang, dan 19 (19,79%) responden yang mengalami kesehatan mental rendah dengan bullying ringan. Pada uji statistic chisquare, terdapat nilai p value 0,058 atau $> 0,05$ yang artinya tidak terdapat hubungan antara tingkat bullying dengan kesehatan mental pada mahasiswa.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh bullying terhadap kesehatan mental mahasiswa. Data yang telah dianalisis menggunakan uji chisquare, terdapat nilai p value 0,058 atau $> 0,05$ yang artinya tidak terdapat hubungan antara tingkat bullying dengan kesehatan mental pada mahasiswa. Walaupun tingkat bullying tidak berpengaruh pada kesehatan mental mahasiswa, tetapi bullying dapat meningkatkan risiko penurunan kesehatan mental pada mahasiswa dikemudian hari. Menurut Indah et al (2021) Bullying adalah suatu tindakan yang pada dasarnya termasuk dalam kategori kekerasan. Fokus dari bullying lebih ditekankan pada aspek senioritas atau kekuasaan (power) .

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Putri, et al., (2024) mengatakan bahwa uji statistic menunjukkan tidak memenuhi syarat dengan uji Chi-Square. Dengan menggunakan uji alternative Kolmogrov-Smirnow dengan mencari nilai residu terlebih dahulu dengan hasil p-value $1.000 > 0,0$, yang artinya tidak terdapat pengaruh antara bullying dengan kesehatan mental pada mahasiswa

Menurut Nurul, et al., (2023) Bullying atau perundungan di sekolah adalah masalah serius yang memberikan dampak besar terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan korban. Keterlibatan masyarakat sangat penting untuk mencegah dan menangani masalah ini, mulai dari

sekolah yang perlu menciptakan budaya anti-bullying melalui pendidikan terkait, hingga peran orang tua yang memberikan dukungan moral kepada anak-anak korban bullying. Berdasarkan penelitian Yulianti, et al., (2024), dampak bullying terhadap kesehatan mental adalah masalah serius yang dapat memengaruhi korban dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Penelitian menunjukkan bahwa pengalaman menjadi korban bullying dapat memberikan pengaruh negatif yang signifikan pada kesehatan mental, terutama pada anak-anak dan remaja. Salah satu dampak utama bullying adalah munculnya gangguan psikologis, seperti depresi, kecemasan, dan gangguan tidur. Depresi sering kali terjadi pada korban bullying, yang merasa sedih, kehilangan minat dalam aktivitas yang mereka nikmati, dan merasa putus asa. Hal ini dapat berdampak pada kualitas hidup mereka secara keseluruhan dan bahkan berpotensi memicu pikiran atau perilaku yang merugikan diri sendiri.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa bullying tidak memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental mahasiswa. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji statistic chi-square dengan nilai $p\text{-value } 0,058 > 0,05$ yang artinya tidak terdapat pengaruh pada bullying terhadap kesehatan mental mahasiswa. Akan tetapi, jika bullying terus menerus berlanjut, maka akan terjadi penurunan kesehatan mental pada mahasiswa .

DAFTAR PUSTAKA

- Alitani, M. B. (2023). Hubungan Self-Compassion Dengan Perilaku Terkait Bunuh Diri Pada Mahasiswa yang Pernah Mengalami Perundungan. *Jurnal Global Ilmiah*.
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2023). Kesehatan Mental Remaja dan Trend Bunuh Diri : Peran Masyarakat dalam Mengatasi Kasus Bullying di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*.
- Kurniawan, C. P., Naidi, C. A., Kusuma, D. K., Roman, M. D., Harsana, N. V., & Sugianto, J. M. (2024). EfekPembullying yang Menyimpang Nilai-Nilai Pancasila Dalam Dunia Kedokteran. *Journal Psikis*.
- Sukmawati, I., Fenyara, A. H., Fadhilah, A., & Herbawani, C. K. (2021). Dampak Bullying Pada Anak dan Remaja Terhadap Kesehatan Mental. *UPN Veteran Jakarta* .
- Wahyuni, P., Putra, E., Saputra, M., & Maulida. (2024). Pengaruh Bullying terhadap Kesehatan mental remaja di SMA Negeri 16. *Teewan Journal Solutions*.
- Yulianti, Pakpahan, I., Angraini, D., Ayunabilla, R., Febia, A. A., & Habibi, M. I. (2024). Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Mental. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*.