PENGARUH BULLYING TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL DAN KESEHATAN MENTAL ANAK DI SD NEGERI 08 MULYOHARJO KECAMATAN PEMALANG KABUPATEN PEMALANG

SKRIPSI

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memeroleh gelar Sarjana Pendidikan

Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Oleh

Dian Rakhmawati

1401414449

JURUSAN PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Penanda tangan di bawah ini:

Nama : Dian Rakhmawati

NIM : 1401414449

Jurusan : Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.

Judul : Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecerdasan Emosional dan Kesehatan Mental Anak di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang

menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi ini benar-benar karya sendiri, bukan jiplakan dari karya ilmiah orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Tegal, Februari 2019

METERAI TEMPEL 22008AFF627927884 6000 ENAM RIBU RUPIAH

Dian Rakhmawati

1401414449

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul "Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecerdasan Emosional dan Kesehatan Mental Anak di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang" karya,

Nama : Dian Rakhmawati

NIM : 1401414449

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar, S1

telah direvisi dan disetujui sesuai saran pembimbing untuk diajukan ke panitia ujian skripsi.

Tegal, 06 Februari 2019

Mengetahui,

Koordinator PGSD Tegal	Dosen Pembimbing
Drs. Utoyo, M.Pd.	Drs. Noto Suharto, M.Pd.
NIP 19620619 198703 1 001	NIP 19551230 198203 1 001

iii

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul "*Pengaruh Bullying Terhadap Kecerdasan Emosional dan Kesehatan Mental Anak di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang*" oleh Dian Rakhmawati 1401414449, telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Program Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, 14 Februari 2019

Semarang, Februari 2019

Panitia Ujian

Ketua

Dr. Achmad Rifai, M. Pd.
NIP 19590821 198403 1 001

Sekretaris

Drs. Utoyo, M.Pd.
NIP 19620619 198703 1 001

Penguji I

Drs. Ahmad Junaedi, M.Pd.
NIP 19630923 198703 1 001

Penguji II

Drs. Suwandi, M.Pd.
NIP 19850710 198703 1 003

Penguji Anggota III

Drs. Noto Suharto, M.Pd.
NIP 19551230 198203 1 001

iv

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

- Kekerasan itu bagaikan rumput liar yang tidak akan mati di musim kemarau (Simon Wiesenthal).
- “Wahai mereka yang beriman, mintalah pertolongan kepada Allah dengan sabar dan sholat. Sesungguhnya Allah bersama-sama dengan orang yang sabar." (HR. Muslim).
- Berani bermimpi, berani tanggung jawab untuk mewujudkannya. (Peneliti).

Persembahan

Untuk kedua orang tuaku, Ibu Sri Maesaroh dan Bapak Kartono. Untuk kedua kakakku tersayang Yulianti dan Kartika Sari, keluarga besar, sahabat-sahabatku mbak Aishi, mbak Veny, Rena, Ima, Sharon.

PRAKATA

Segala puji bagi Allah atas limpahan rahmat, hidayah, serta perlindungan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pengaruh Bullying terhadap emosional dan mental anak di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat memeroleh galar Sarjana Pendidikan Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberi kesempatan melakukan studi.
2. Dr. Achmad Rifai, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian.
3. Drs. Isa Ansori, M.Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberi kesempatan peneliti untuk memaparkan gagasan dalam bentuk skripsi ini.
4. Drs. Utoyo, M.Pd., Koordinator PGSD Tegal Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah mengizinkan dan mendukung penelitian.

5. Drs. Noto Suharto, M.Pd., Dosen pembimbing yang telah membimbing, mengarahkan, menyarankan, dan memotivasi penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Drs. Ahmad Junaedi, M.Pd. dan Drs. Suwandi, M.Pd., Dosen penguji yang telah memberi masukan dan saran kepada penulis.
7. Dosen Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar UPP Tegal Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan.
8. Kebangpolinmas, BAPPEDA Kabupaten Pemalang, Kepala Sekolah SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
9. Guru, siswa, dan orang tua siswa kelas IV SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membantu penulis dalam melaksanakan penelitian.

Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak khususnya bagi peneliti sendiri dan masyarakat serta pembaca pada umumnya.

Tegal, 06 Februari 2019

Penulis

ABSTRAK

Rakhmawati, Dian. 2019. *Pengaruh Bullying Terhadap Kecerdasan Emosional dan Kesehatan Mental Anak di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Drs. Noto Suharto, M.Pd.

Kata Kunci: pengaruh *bullying*; kecerdasan emosional; kesehatan mental.

Rendahnya tingkat pemahaman seseorang terhadap *bullying* dan pengaruhnya menjadi pekerjaan rumah untuk semua pihak, terutama pihak pemerintah. Tekanan atau beban mental juga dapat mempengaruhi reaksi emosi dan tindakan anak-anak dalam kehidupannya sehari-hari. Ketika anak tersebut tertekan baik secara fisik maupun mental, maka reaksi emosi yang ditimbulkan anak tersebut menjadi besar. Reaksi emosi yang ditimbulkan menyebabkan anak tersebut melampiaskannya kepada orang lain, terutama pada temannya. Rumusan masalah penelitian ini yaitu bagaimana gambaran umum *bullying* yang terjadi, apa saja faktor yang menyebabkan *bullying* terjadi dan bagaimana pengaruh *bullying* terhadap kecerdasan emosional dan kesehatan mental anak di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus tunggal. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan teknik interaktif Miles dan Huberman. Uji keabsahan data menggunakan triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Subjek penelitian adalah kelas IV di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang karena di kelas tersebut paling banyak terjadi perilaku *bullying.* Penelitian ini menggunakan informasi dari orang tua siswa pelaku dan korban bullying agar dapat mengetahui perbedaan perilaku sehari-hari dari korban dan pelaku *bullying* di rumah selain di sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, bentuk *bullying* yang terjadi berupa *bullying* verbal, *bullying* fisik, dan *bullying* relasional. Bentuk *bullying* verbal berupa ejekan menggunakan nama julukan. Bentuk *bullying* fisik berupa penyerangan yang disertai pemukulan di berbagai anggota tubuh, seperti pipi, pantat, dan tangan. Bentuk *bullying* relasional berupa penolakan untuk masuk kelompok belajar, dan pengucilan dalam bermain. Faktor yang menyebabkan *bullying* diantaranya yaitu rasa dengki, kurang perhatian dari guru kelas maupun keluarga, sikap ingin terlihat kuat dan keren, dan rasa balas dendam yang ia miliki. Kejadian di masa lalunya sangat berpengaruh terhadap perubahan sikap dan emosi anak. Perilaku anak dalam sehari-hari dapat berubah setelah mengalami *bullying* baik sebagai korban maupun pelaku. Pengaruh yang ditimbulkan oleh *bullying* terhadap kecerdasan emosi dan kesehatan mental adalah anak menjadi pribadi yang pemurung, pesimis, apatis terhadap lingkungan sekitar, penurunan nilai akademik dan mudah menangis jika anak tersebut sebagai korban. Sedangkan pribadi yang senang diatas penderitaan orang lain, merasa kuat, dan mudah marah jika keinginannya tidak terkabul jika anak tersebut sebagai pelaku.

DAFTARI SI

Halaman

Judul i
Pernyataan Keaslian ii
Persetujuan Pembimbing iii
Pengesahan iv
Motto dan Persembahan v
Abstrak vi
Prakata vii
Daftar Isi ix
Daftar Tabel xi
Daftar Gambar xii
Daftar Lampiran xiii
Bab
I. PENDAHALUAN
1.1 Latar Belakang Masalah 1
1.2 Fokus Penelitian 13
1.3 Rumusan Masalah 13
1.4 Tujuan Penelitian 13
1.4.1 Tujuan Umum 13
1.4.2 Tujuan Khusus 13
1.5 Manfaat Penelitian 14
1.5.1 Manfaat Teoritis 14
1.5.2 Manfaat Praktis 14
II. KAJIAN PUSTAKA
2.1 Kajian Teori 16
2.1.1 Kajian *Bullying* 16
2.1.2 Kajian Kecerdasan Emosional 25
2.1.3 Kesehatan Mental 32
2.1.4 Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecerdasan Emosional 39
2.1.5 Pengaruh *Bullying* Terhadap Kesehatan Mental 40
2.1.6 Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecerdasan Emosional dan Kesehatan Mental 41
2.2 Kajian Empiris 41
2.3 Kerangka Berpikir 61
III. METODOLOGI PENELITIAN
3.1 Desain Penelitian 62
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian 65
3.3 Subjek dan Informan Penelitian 66
3.4 Prosedur Penelitian 67
3.5 Data dan Sumber Data 68
3.5.1 Jenis Data 68
3.5.2 Sumber Data 69
3.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data 70
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data 70

3.6.2 Instrumen Penelitian 73
3.7 Keabsahan Data 74
3.7.1 Triangulasi 74
3.8 Teknik Analisis Data dan Interpretasi Data 76
3.8.1 Pengumpulan Data 77
3.8.2 Reduksi Data 78
3.8.3 Penyajian Data 79
3.8.4 Penyimpilan/verifikasi 79

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN
4.1 Hasil Penelitian 81
4.2 Pembahasan 99
4.3 Implikasi Penelitian 107
V. PENUTUP
5.1 Simpulan 112
5.2 Saran 113
Daftar Pustaka 117
Lampiran 123

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

2.1 Bagan Kerangka Berpikir..... 61
3.1 Skema Model Interaktif Miles dan Huberman..... 77
4.1 Foto SDN 08 Mulyoharjo dari Depan 83

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Wawancara Pendahuluan dengan Kepala Sekolah 124
2. Wawancara Pendahuluan dengan Kepala Sekolah 125
3. Data Informan dan Pengkodean..... 126
4. Daftar Informan 127
5. Pedoman Wawancara..... 132
6. Catatan Observasi 135
7. Gambar Lokasi-lokasi Interaksi Siswa 142

BAB I

PENDAHULUAN

Pendahuluan bertujuan untuk mendeskripsi masalah penelitian. Pada bagian ini akan dijelaskan tentang: latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian. Uraiannya sebagai berikut.

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk yang diciptakan sebagai makhluk sosial karena manusia ditakdirkan untuk saling berinteraksi antar sesama agar terciptanya keharmonisan antar sesama makhluk ciptaan Tuhan. Namun dalam kehidupan sehari-hari, tidak selamanya interaksi tersebut berjalan lancar tanpa adanya konflik. Konflik yang sering terjadi adalah kekerasan yang dilakukan antar sesama manusia. Kekerasan ini menjadi penghambat terjadinya suatu interaksi sosial karena kekerasan merupakan hal yang paling ditakuti oleh manusia. Bentuk kekerasan banyak macamnya, seperti kekerasan langsung maupun kekerasan tidak langsung. Kekerasan langsung contohnya seperti orang yang menyakiti orang lain yang menyebabkan orang tersebut mengalami luka secara fisik, sedangkan kekerasan secara tidak langsung contohnya seperti orang yang menyakiti orang lain yang menyebabkan orang tersebut mengalami luka secara mental.

Rendahnya tingkat pemahaman seseorang terhadap *bullying* dan pengaruhnya menjadi pekerjaan rumah untuk semua pihak, terutama pihak pemerintah. Pihak pemerintah seharusnya sering mengadakan sosialisasi kepada masyarakat apa itu *bullying* dalam pengertian yang sebenarnya. Tempat yang paling efektif untuk mengadakan sosialisasi *bullying* dan pengaruhnya adalah di lingkungan sekolah karena di lingkungan sekolah sering terjadi *bullying*. Wiyani (2014:98) menjelaskan bahwa, *peaceful school* atau sekolah yang damai adalah sekolah yang memberikan jaminan kenyamanan dan keamanan karena adanya kasih sayang, perhatian, kepercayaan, dan kebersamaan. Lebih lanjut Wiyani menjelaskan ada sembilan kriteria *peaceful school*, yaitu bebas dari pertikaian, ketentraman, kenyamanan, keamanan, perhatian dan kaih sayang, kerjasama, akomodatif, ketaatan terhadap peraturan, internalisasi niali-nilai agama, serta mewujudkan hubungan yang baik dengan masyarakat. Keadaan damai menjadi kebutuhan setiap sekolah, namun pada kenyataannya masih banyak kasus kekerasan yang terjadi di sekolah. Jika *bullying* ini dilakukan di lingkungan pendidikan, maka kita perlu melihat juga Pasal 54 UU 35/2014 yang menjelaskan tentang perlindungan anak di lingkungan pendidikan, yaitu sebagai berikut:

> Anak di dalam dan di lingkungan pendidikan wajib mendapatkan perlindungan dari tindak kekerasan fisik, psikis, kejahatan seksual, dan kejahatan lainnya yang dilakukan pendidikan wajib mendapatkan perlindungan dari tindak kekerasan fisik, psikis, kejahatan seksual, dan kejahatan lainnya yang dilakukan oleh pendidik, tenaga kependidikan, sesama peserta didik, dan/atau pihak lain.

Dikutip dari berita di situs edupost.id, sebuah riset yang dilakukan oleh Lembaga Swadaya Masyarakat *Plan International* dan *International Center for Research on Women* (ICRW) yang dirilis awal bulan Maret 2015 lalu menunjukkan

terdapat 84% anak di Indonesia mengalami kekerasan di sekolah. Angka tersebut lebih tinggi dari *tren* di kawasan Asia yakni 70%. Riset ini juga dilakukan di lima negara Asia: Hanoi (Vietnam), Siem Reap (Kamboja), Distrik Sunsari (Nepal), Distrik Umerkot (Pakistan), Jakarta dan Kabupaten Serang (Indonesia). Menurut survei, Pakistan adalah negara dengan angka kekerasan di sekolah yang paling rendah di kawasan Asia, yaitu 43%. Data lain menyebutkan bahwa jumlah anak sebagai pelaku *bullying* di sekolah mengalami kenaikan dari 67 kasus pada tahun 2014 menjadi 79 kasus di tahun 2015.

Kata *Bullying* berasal dari bahasa Inggris yaitu *bull* yang berarti banteng. Banteng di istilahkan untuk menguraikan suatu tindakan destruktif seperti sifat banteng yang suka menyeruduk kesana kemari. Kata *bully* secara etimologi berarti penggertak, atau orang yang mengganggu orang lemah (Wiyani, 2014:12). Olweus (1993) dalam Wiyani (2013:12) menjelaskan bahwa, *bullying* adalah perilaku negatif yang mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman/tersakiti dan terjadi secara berulang-ulang, *repeated during seccessiveencounters*. Astuti (2008:1) menjelaskan bahwa, *Bullying* tidak memilih umur atau jenis kelamin korban. Biasanya yang menjadi korban pada umumnya adalah anak yang lemah, pemalu, pendiam, dan spesial (cacat, tertutup, pandai, cantik, atau punya ciri tubuh tertentu) yang dapat menjadi bahan ejekan.

Wardhana (2015:09) menyatakan bahwa, segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, bertujuan untuk menyakiti dan

dilakukan terus menerus. Menurut Komisi Nasional Perlindungan Anak, *bullying* adalah kekerasan fisik dan psikologis berjangka panjang yang dilakukan seseorang atau kelompok terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan diri (Chakrawati, 2015:11-12). Perlindungan anak diperlukan sebagai acuan untuk mengurangi *bullying* di kalangan anak-anak. Hal ini sesuai dengan Undang-Undang Nomor 35 tahun 2004 tentang Perlindungan Anak, yaitu sebagai berikut:

> Setiap orang dilarang menempatkan, membiarkan, melakukan, menyuruh melakukan, atau turut serta melakukan kekerasan terhadap anak. Bagi yang melanggarnya akan di pidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun 6 (enam) bulan dan/atau denda paling banyak Rp72 juta.

Tingkat emosional anak memiliki perbedaan masing-masing tergantung faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga adalah lingkungan pertama anak melakukan interaksi sosial dengan orang lain. Dalam hal ini interaksi yang terjadi adalah interaksi antar anggota keluarga. Lingkungan keluarga berpengaruh terhadap tingkat emosional anak karena di dalam keluarga masing-masing anggota memiliki kepribadian dan tingkat emosional yang berbeda. Anak yang di kenal dengan mesin fotocopy handal karena anak akan meniru apapun yang dia lihat dan dengar tanpa ada proses seleksi antara yang baik maupun tidak. Jika orang tua mereka sering marah-marah di rumah, maka secara otomatis mereka akan melakukan apa yang orang tua mereka lakukan. Anak berpendapat bahwa apa yang orang tua mereka lakukan adalah benar.

Tekanan atau beban mental juga dapat mempengaruhi reaksi emosi dan tindakan anak-anak dalam kehidupannya sehari-hari. Semakin anak tersebut

tertekan baik secara fisik maupun mental maka reaksi emosi yang ditimbulkan anak tersebut menjadi besar. Reaksi emosi yang ditimbulkan menyebabkan anak tersebut melampiaskannya kepada orang lain, terutama pada temannya. Anak yang menjadi korban penceraian kedua orang tuanya terkadang melampiaskan emosinya kepada temannya dengan dia melakukan *bullying*. Anak tersebut tanpa sadar telah melakukan *bullying* walaupun *bullying* yang mereka lakukan termasuk *bullying* ringan. Berawal dari hal biasa, anak tersebut terus melakukan *bullying* sampai pada tahap *bullying* berat. Tingkat emosional pelaku *bullying* menjadi tinggi saat mereka melukai korban.

Pelaku terus melakukan *bullying* jika korban tidak melawan. Mereka berpikir bahwa jika korban tidak melawan maka emosi yang mereka salurkan akan terus bertambah hingga korban tersebut dalam keadaan lemah, sedangkan mental mereka mengalami gangguan karena mereka akan senang melihat korban *bullying* tersebut lemah dan tidak sanggup untuk melakukan perlawanan, sedangkan mereka yang berawal menjadi korban *bullying* akan melakukan balas dendam terhadap orang lain dengan cara mereka melakukan *bullying* apa yang pernah dia alami sebelumnya. Mereka senang di atas penderitaan orang lain. Hal ini termasuk dalam hal gangguan mental.

Goleman (1995) dalam Taufiq, dkk (2012:2.37), kecerdasan emosional diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk dapat memotivasi diri sendiri dan tekun dalam menghadapi frustasi, mengontrol dorongan-dorongan impulsif (dorongan yang timbul berdasarkan suasana hati) dan mampu menunda pemuasannya, mengatur suasana hati sehingga tidak mempengaruhi kemampuan

berpikir, berempati. Laporan dari *National Center For Infant Programs* (dalam Goleman (2017:271-272) menyatakan bahwa keberhasilan seorang anak di sekolah bukan karena kemampuan dininya dalam membaca, melainkan karena ukuran-ukuran emosional dan sosial. Ukuran-ukuran emosional yag dimaksud yaitu yakin pada diri sendiri dan mempunyai minat, tahu pola perilaku apa yang diharapkan orang lain dan bagaimana mengendalikan dorongan hati untuk berbuat nakal, mampu menunggu, mengikuti petunjuk, dan mengacu pada guru untuk mencari bantuan, serta mengungkapkan kebutuhan-kebutuhannya saat bergaul dengan anak-anak lain.

Siswanto (2007:1) mengemukakan bahwa, sejarah kesehatan mental tidaklah sejelas sejarah ilmu kedokteran. Ini terutama karena masalah mental bukan merupakan masalah fisik yang dengan mudah dapat diamati dan terlihat. Berbeda dengan gangguan fisik yang dapat dengan relatif mudah dideteksi, orang yang mengalami gangguan kesehatan mental sering kali tidak terdeteksi, sekalipun oleh anggota keluarganya sendiri. Hal ini lebih karena mereka sehari-hari hidup bersama sehingga tingkah laku yang mengindikasikan gangguan mental, dianggap hal yang biasa, bukan sebagai gangguan. Siswanto (2007:1-2) menjelaskan bahwa, khusus untuk masyarakat Indonesia, masalah kesehatan mental saat ini belum begitu mendapat perhatian yang serius. Krisis yang saat ini melanda membuat perhatian terhadap kesehatan mental kurang terpikirkan. Orang masih fokus pada masalah kuratif, kurang memperhatikan hal-hal preventif untuk menjaga mental supaya tetap sehat. Tingkat pendidikan yang beragam dan terbatasnya pengetahuan mengenai perilaku manusia turut membawa dampak kurangnya kepekaan

masyarakat terhadap anggotanya yang mestinya mendpatkan pertolongan di bidang kesehatan mental. Faktor budaya pun seringkali membuat masyarakat memiliki pandangan yang beragam mengenai penderita gangguan mental.

Hidayat dan Herdi (2014:1) mengemukakan bahwa kesehatan mental dalam konteks sekolah akan membahas mengenai kondisi peserta didik dan kaitannya dengan kehidupan sekolah. Setidaknya ada empat bidang bimbingan yang ada di sekolah, yaitu bidang pribadi, sosial, belajar dan karir. Dari keempat bidang tersebut, yang sangat terkait dengan kesehatan mental adalah bidang pribadi dan sosial. Orang yang sehat akan memiliki kesesuaian dengan diri dan lingkungannya. Pembahasan kesehatan mental selayaknya berfokus kepada kondisi yang sehat secara psikologis, bukan tentang "kesehatan mental". Hal ini bermakna bahwa kondisi sehat adalah kondisi berfungsi sepenuhnya, bukan hanya terbebas dari segala bentuk gangguan.

SDN 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang merupakan salah satu SD yang terletak di tengah Kota Pemalang. SD Negeri yang dikenal sebagai SD yang berprestasi dalam hal akademik sejak pertama kali di dirikan. SD Negeri tersebut selalu mendapatkan ranking 10 besar paralel dalam Nilai Ujian Nasional tertinggi se-Dabin Majapahit. Dabin Majapahit aqdalah Dabin yang terdiri dari 20 SD, 4 SD swasta dan 16 SD Negeri yang terletak di Kelurahan Mulyohajo, Kecamatan Pemalang. Para alumnus SD Negeri tersebut di terima di SMP populer dan unggulan yang ada di Kecamatan Pemalang. Selain terkenal akan prestasi dalam bidang akademik, SD Negeri 08 Mulyoharjo terkenal juga dengan perilaku *bullying*

yang terjadi di lingkungan sekolah tersebut baik dilakukan oleh siswa dengan siswa, guru dengan siswa maupun warga sekolah lainnya. Kegiatan *bullying* tersebut dilakukan tanpa disadari oleh pelaku maupun korban itu sendiri. Mereka menganggap apa yang mereka lakukan itu benar dan tidak menimbulkan dampak negatif untuk orang lain. Kegiatan *bullying* tersebut dimulai sejak berdirinya sekolah tersebut.

Kegiatan *bullying* tersebut pernah dialami juga oleh penulis. Dalam hal ini, penulis menjadi korban *bullying* dari kakak-kakak kelas dan teman sekelas. Kegiatan *bullying* tersebut seperti sebuah keharusan yang dilakukan oleh kakak kelas dalam hal menyambut adik kelasnya. Kegiatan *bullying* yang biasanya dilakukan ke adik kelas adalah *bullying* secara fisik. *Bullying* fisik dalam hal ini adalah adik kelas disuruh melakukan hal-hal aneh yang dikehendaki oleh kakak kelas seperti disuruh mencium kaki kakak kelas, menjadi budak kakak kelas selama satu minggu. Para adik kelas tersebut diperlakukan seperti budak bagi kakak kelas yang mau disuruh ini itu oleh kakak kelas. Jika mereka tidak mau melakukannya, maka mereka akan mendapatkan hukuman dari penolakan tersebut. Hukumannya biasanya berkaitan dengan fisik, seperti disuruh keliling lapangan upacara sekolah tersebut di bawah teriknya matahari tanpa menggunakan alas kaki apapun, dan di siram air got depan sekolahan. Kegiatan *bullying* ini tidak diketahui oleh pihak sekolah maupun pihak orang tua siswa. Kegiatan Bullying ini hanya diketahui oleh pelaku dan korban saja. Pelaku dan korban *bullying* terikat oleh sebuah perjanjian

yang disepakati oleh kedua belah pihak terkait *bullying* tersebut. Oleh karena itu, kegiatan *bullying* tidak diketahui oleh pihak sekolah maupun pihak orang tua.

Studi pendahuluan dilakukan pada hari Kamis, 18 Januari 2018. Berdasarkan hasil wawancara dengan Winarsih, S.Pd.SD guru kelas IV SDN 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang, diungkapkan bahwa para guru dan siswa di SD tersebut belum memahami apa itu *bullying* dan apa dampaknya. Guru dan siswa masih menganggap bahwa perbuatan yang mereka lakukan itu sebagai candaan yang diberikan untuk orang lainbukan sebagai *bullying*. Bentuk *bullying* yang paling sering dilakukan adalah *bullying verbal* atau kata-kata. Informan juga menyatakan bahwa *bullying* fisik terkadang terjadi namun jarang. Perilaku *bullying* ini lebih sering terjadi di luar kelas atau saat jam pelajaran telah usai, dimana tidak ada pengawasan dari guru, meskipun terkadang saat pelajaran berlangsung perilaku ini muncul. Menurut informan, rata-rata yang menjadi pelaku *bullying* tersebut adalah anak yang kurang perhatian dari kedua orang tuanya karena kedua orang tuanya sibuk dengan pekerjaan mereka. Anak mereka dititipkan oleh saudara terdekat.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini. Salah satu penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Dwipayanti,dkk (2014) dari Universitas Udayana dengan judul "*Hubungan Antara Tindakan Bullying dengan Prestasi Belajar Anak Korban Bullying*". Kesimpulan penelitian tersebut yaitu terdapat hubungan negatif antara

tindakan *bullying* dengan prestasi belajar anak korban *bullying* pada tingkat Sekolah Dasar. Semakin tinggi tindakan *bullying* yang dialami anak korban *bullying* maka prestasi belajar akan semakin rendah. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tindakan *bullying* yang dialami oleh korban *bullying* maka prestasi belajarnya akan semakin tinggi.

Penelitian lain yang relevan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Diyantini, dkk (2015) dari Universitas Udayana Denpasara dengan judul "*Hubungan Karakteristik dan Kepribadian Anak dengan Kejadian Bullying pada Siswa Kelas V di SD "X" di Kabupaten Badung".* Kesimpulan penelitian tersebut yaitu sebagian besar siswa kelas V di SD "X" di Kabupaten Badung, yang ikut dalam penelitian ini terlibat dalam kejadian *bullying* (58,2%; n=55), baik sebagai pelaku, korban, ataupun pelaku sekaligus korban. Namun tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara karakteristik dan kepribadian anak dengan kejadian *bullying* yang terjadi. Oleh karena itu, sangat penting untuk dapat mendeteksi secara dini masalah *bullying* yang terjadi pada siswa agar dapat mencegah atau meminimalkan dampak yang ditimbulkan.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Halimah, dkk (2015) dari Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang berjudul *"Persepsi pada Bystander terhadap Intensitas Bullying pada Siswa SMP".* Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif persepsi pada *bystander* terhadap intensitas *bullying* dengan nilai *r* sebesar 0,343 dan signifikansi atau *p* sebesar 0.017. Nilai sumbangan

efektif persepsi pada *bystander* sebesar 11,8% sedangkan sisanya 88,2%, dipengaruhi oleh faktor penampilan korban, perasaan berkuasa, pengalaman masa lalu, perasaan iri, dan latar belakang keluarga. Dengan demikian, peran orang yang hadir di lokasi terjadinya *bullying* dapat meningkatkan intensitas atau meningkatkan kemungkinan berulangnya perilaku *bullying* pada siswa SMP di Makassar.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Wiguna, dkk (2017) dari Program Pascasarjana, Universitas Indonesia yang berjudul *"Gambaran Bullying dan Hubungannya dengan Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak Sekolah Dasar".* Hasil yang diperoleh adanya prevalensi *bullying* 89,5% dengan 76 subyek. Tidak terdapat perbedaan jenis kelamin pada subyek yang terlibat dalam *bullying*. Sebagian besar subyek yang terlibat *bullying* berusia > 9 tahun. Subyek dengan status sosio-ekonomi rendah cenderung menjadi korban, sedangkan subyek dengan status sosio-ekonomi menengah dan tinggi cenderung menjadi korban sekaligus pelaku. Kesimpulan dari data tersebut adalah prevalensi *bullying* pada murid kelas V SDN Cikini 02 pagi dan SD Tunas Bangsa 89,5%. Pemahaman tentang istilah *bullying* pada anak SD di Jakarta Pusat rendah. Tidak didapatkan hubungan antara status *bullying* dengan masalah emosi dan perilaku maupun prestasi akademis.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Lestari (2016) dengan judul "*Analisis Faktor-faktor Penyebab Bullying di Kalangan Peserta Didik".*Hasil penelitian tersebut yaitu (1) faktor keluarga menjadi penyebab timbulnya perilaku *bullying* di

kalangan peserta didik, salah satunya karena keluarga yang kurang harmonis; (2) faktor teman sebaya menjadi penyebab timbulnya perilaku *bullying* di kalangan peserta didik, salah satunya karena tingginya intensitas komunikasi antar teman sebaya yang memungkinkan peserta didik ini terhasut oleh teman-temannya yang berorientasi negatif; (3) faktor media massa menjadi penyebab timbulnya perilaku *bullying* di kalangan peserta didik, karena adanya penyalahgunaan media sosial sebagai media untuk melakukan *bullying* dalam bentuk non-verbal (teks).

Kasus *bullying* sering tidak mendapat perhatian serius, baik dari orang tua maupun guru. Ejekan dan kekerasan fisik seperti memukul, menendang, dan menjambak sering dianggap sebagai kenakalan anak yang sifatnya wajar. Padahal jika hal ini berlangsung terus menerus dengan intensitas yang tinggi, maka berdampak negatif pada diri korban. Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna membuktikan teori yang sudah ada dengan terdapat perbedaan pada responden, tempat, dan tahun penelitian. Dilatarbelakangi oleh penelitian terdahulu, dukungan teori, dan hasil observasi awal di SDN 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang, maka kiranya penting diadakan penelitian mengenai pengaruh yang ditimbulkan oleh perilaku *bullying* Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh *Bullying* terhadap Emosional dan Mental Anak di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang".

1.2 Fokus Penelitian

Penjelasan tentang fokus penelitian bertujuan untuk menghindari meluasnya permasalahan dalam penelitian ini. Penelitian ini difokuskan pada analisis apakah ada pengaruh *bullying* terhadap kecerdasan emosional dan kesehatan mental anak di Sekolah Dasar Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus penelitian yang telah ditetapkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Bagaimana gambaran umum *bullying* yang terjadi di SDN 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang?
2) Apa saja faktor penyebab terjadinya *bullying* di SDN 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang?
3) Apa pengaruh yang ditimbulkan *bullying* terhadap pelaku dan korban?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran umum *bullying* yang terjadi, mengidentifikasi faktor penyebab terjadinya *bullying*, pengaruh yang ditimbulkan *bullying* terhadap pelaku dan korban.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilaksanakan ini diharapkan memiliki manfaat bagi lingkungan sekitar, baik manfaat secara teoritis maupun praktis.

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis merupakan manfaat hasil penelitian yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan obyek penelitian. Manfaat teoritis dalam penelitian ini yaitu:

(1) Memberikan kontribusi pada khazanah ilmu pengetahuan tentang pengaruh yang ditimbulkan oleh *bullying* terhadap kecerdasan emosional dan kesehatan mental sebagai upaya untuk meminimalisasikan terjadinya *bullying* di sekolah.

(2) Sebagai sumber bahan bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian sejenis atau melanjutkan penelitian sejenis secara lebih luas dan mendalam.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis merupakan manfaat hasil penelitian yang berhubungan dengan berbagai pihak seperti siswa, guru, dan sekolah. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi guru, siswa, mahasiswa calon guru, dan orang tua.

1.5.2.1 Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada guru tentang pengaruh yang ditimbulkan *bullying* terhadap kecerdasan emosional dan kesehatan mental. Dengan demkian guru mencegah penyebab-penyebab *bullying* tersebut serta memberikan solusi untuk meminimalisasikan perilaku *bullying* yang dilakukan oleh siswa.

1.5.2.2 Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menetapkan kebijakan yang digunakan untuk meminimalisasikan *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah.

1.5.2.3 Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa dalam memahami pengertian dan pengaruh *bullying*, sehingga siswa dapat mencegah dan menghindari terjadinya *bullying* di lingkungan sekolah.

1.5.2.4 Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman kepada orang tua tentang perilaku *bullying*. Pemahaman ini diharapkan dapat menjadikan orang tua lebih perhatian dalam memantau setiap perkembangan sikap anak, dan dapat ikut mengatasi apabila anak memiliki tanda-tanda sebagai korban maupun pelaku *bullying*.

1.5.2.4 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan peneliti tentang permasalahan yang terjadi di sekolah dasar, terutama terkait *bullying*. Pengetahuan ini dapat dijadikan bekal untuk mencari solusi jika nantinya menemukan permasalahan yang sama ketika menjadi guru SD yang akan datang.

BAB 2

KAJIAN PUSTAKA

Pada bagian ini dijelaskan tentang: (1) kajian teori; (2) kajian empiris; dan (3) kerangka berpikir. Uraian sebagai berikut.

2.1 Kajian Teori

Kajian teori yang dibahas dalam penelitian ini yaitu, (1) kajian *bullying*; (2) kajian kecerdasan emosional; (3) kajian kesehatan mental; (4) pengaruh *bullying* terhadap kecerdasan emosional; (5) pengaruh *bullying* terhadap kesehatan mental; dan (6) pengaruh *bullying* terhadap kecerdasan emosional dan kesehatan mental anak. Uraiannya sebagai berikut:

2.1.1 Kajian *Bullying*

Pada bagian ini akan dibahas tentang: (1) pengertian *bullying*; (2) bentuk-bentuk *bullying*; (3) faktor penyebab terjadinya *bullying*; (4) ciri-ciri pelaku dan korban *bullying*; dan (5) dampak *bullying*. Uraiannya sebagai berikut:

2.1.1.1 Pengertian *Bullying*

Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris, yaitu *bull* yang berarti banteng yang senang menyeruduk kesana kemari. Istilah ini diambil untuk menggambarkan suatu tindakan destrukstif. Secara terminologi menurut Tattum, bullying adalah "*...the willful, conscious desire to hurt another and put him/her under stress*" (Wiyani, 2014:12). Maksud pernyataan tersebut, *bullying* terjadi apabila dilakukan

karena adanya kemauan, dan secara sadar ingin menyakiti orang lain dan menjadikannya tertekan.

Menurut Komisi Nasional Perlindungan Anak dalam Chakrawati (2015:11), *bullying* adalah kekerasan fisik dan psikologis berjangka panjang yang dilakukan seseorang atau kelompok terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan diri. Olweus menyatakan bahwa, *bullying* adalah perilaku negatif yang membuat seseorang dalam keadaan tidak nyaman/tersakiti dan biasanya dilakukan secara berulang-ulang (Wiyani, 2014:12). Rigby (1998) dalam Astuti (2008:3) menyatakan bahwa, *bullying* adalah sebuah hasrat untuk menyakiti orang lain. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan senang.

Suryani (2016:47) menyatakan bahwa, *bullying* adalah penggertakan yang kerap kali memicu pada sebuah perbuatan buruk yang mengundang tindakan kejahatan. Mereka yang mengalami hal *bullying* mendapatkan memori terburuk yang sulit untuk dilupakan. *Bullying* merupakan "*learned behaviours"* karena manusia tidak terlahir sebagai penggertak dan pengganggu yang lemah. *Bullying* merupakan perilaku tidak normal, tidak sehat, dan secara sosial tidak bisa diterima. Hal yang sepele pun kalau dilakukan secara berulang kali pada akhirnya daapt menimbulkan dampak serius dan fatal (Wiyani, 2014: 13). Dari pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa *bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan berulang kali dengan tujuan menyakiti seseorang, dilakukan secara perorangan maupun kelompok dan terjadi di lingkungan sekolah.

2.1.1.2 Bentuk-bentuk *Bullying*

Menurut Sullivan dalam Astuti (2008:22) menjelaskan ada dua bentuk *bullying*. Uraian selengkapnya sebagai berikut:

(1) Fisik, contohnya menggigit, menarik rambut, memukul, menendang, dan mengintimidasi korban di ruangan atau dengan mengitari, memelintir, menonjok, mendorong, mencakar, meludahi, dan merusak kepemilikan korban, penggunaan senjata tajam, dan perbuatan kriminal.

(2) Non-fisik, contohnya meledek, pemalakan, pemerasan, mengancam, menyebarluaskan kejelekan korban, mengasingkan, mengirim pesan menghasut, hentakan mengecam atau menakuti, dan menatap dengan tajam.

Olweus (2002) dalam Wiyani (2014:13) membagi perilaku *bullying* ke dalam dua bentuk, yaitu 1) *Bullying* langsung (*direct bullying*); 2) *Bullying* tidak langsung (*indirect bullying*). Tindakan *bullying* langsung dilakukan secara langsung, misalnya penyerangan secara fisik. *Bullying* tidak langsung dilakukan secara langsung, misalnya penyerangan secara fisik. *Bullying* tidak langsung (*indirect bullying*) tindakannya berupa pengucilan secara sosial. Bentuk *bullying* ini lebih sering dilakukan oleh perempuan daripada laki-laki.

Wardhana (2015:11-14) menjelaskan ada empat bentuk *bullying*. Uraian selengkapnya sebagai berikut.

(1) *Bullying* verbal, contohnya celaan, fitnah, atau penggunaan kata-kata yang tidak baik untuk menyakiti orang lain.

(2) *Bullying* fisik, contohnya pukulan, menendang, menampar, meludahi, atau segala bentuk kekerasan yang menggunakan fisik.

(3) *Bullying* Relasional, contohnya pengabaian, pengucilan, cibiran, dan segala bentuk tindakan untuk mengasingkan seseorang dari komunitasnya.

(4) Cyber *Bullying*, segala bentuk tindakan yang dapat menyakiti orang lain dengan sarana media elektronik (rekaman video intimidasi, pencemaran nama baik lewat media sosial).

Chakrawati (2015:14) mengelompokkan *bullying* secara garis besar ke dalam dua bentuk yaitu *bullying* langsung, dan *bullying* tidak langsung. *Bullying* langsung meliputi *bullying* fisik dan *bullying verbal*. Perilaku *bullying* fisik biasanya bertujuan menyakiti tubuh korban. Tindakannya berupa memukul, mendorong, menampar, mengeroyok, menendang, dan menjahili. *Bullying* fisik biasanya lebih sering dilakukan oleh laki-laki.

Perilaku *bullying verbal* menyakiti korbannya dengan ucapan, misalnya mengejek, mencaci, menggosip, membentak, dan memaki. Jenis *bullying* ini lebih sering dilakukan oleh perempuan. Sementara bentuk *bullying* tidak langsung yang umumnya ditemui yaitu *bullying psikis*. Tindakan berupa mengucilkan, mengintimidasi atau menekan, mengabaikan, dan mendiskriminasi.

Dari pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, secara umum *bullying* dikelompokkan menjadi dua macam yaitu *bullying* langsung dan *bullying* tidak langsung. Tindakan yang dikategorikan sebagai *bullying* langsung bisa berupa kekerasan fisik, maupun *verbal* yang dapat diamati dengan panca indera. Tindakan *bullying* tidak langsung berupa kekerasan yang tidak dapat diamati dengan panca indera, berupa kekerasan psikis.

2.1.1.3 Faktor Penyebab Terjadinya *Bullying*

Wardhana (2015:17-18) menjelaskan bahwa bullying disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain:

(1) Permusuhan, permusuhan dan rasa kesal diantara pertemanan biasa memicu seseorang melakukan tindakan *bullying*.

(2) Rasa kurang percaya diri dan mencari perhatian, seseorang yang kurang percaya diri seringkali ingin diperhatikan, salah satunya adalah dengan melakukan *bullying*. Dengan *mem-bully* orang lain, mereka akan merasa puas, lebih kuat dan dominan.

(3) Perasaan dendam, seseorang yang pernah disakiti atau ditindas biasanya menyimpan rasa dendam yang ingin disalurkan kepada orang lain sehingga orang lain merasakan hal yang sama, salah satunya adalah dengan melakukan *bullying*.

(4) Pengaruh negatif dari media, semakin banyaknya gambaran kekerasan di media baik televisi, internet, dan sebagainya menjadi contoh buruk yang bisa meginspirasi seseorang untuk melakukan kekerasan tanpa alasan yang jelas.

Wiyani (2014:38) menjelaskan ada empat faktor penyebab terjadinya tindak kekerasan. Uraian selengkapnya sebagai berikut.

(1) Kurikulum pendidikan yang cukup padat dan sarat beban, menyebabkan anak harus belajar berbagai hal dalam waktu yang ditentukan.

(2) Pendidik saat ini sangat sarat dengan persoalan. Pendidik sebagai pemegang kunci dalam kenyataannya tidak layak mengajar dan mendidik di sekolah. Daya intelektual pendidik yang rendah tetapi dipaksa mengejar target kurikulum.

(3) Pergulatan hidup yang berat membuat sebagian pendidik belum mampu mengelola emosi negatif sehingga harus mengumpat di kelas, mengasihani diri sendiri, atau memperlakukan siswa dengan kasar.

(4) Kebijakan penetapan kurikulum pendidikan yang mengakibatkan terjadi tindak kekerasan di sekolah merupakan bentuk kekerasan struktural.

Suryani (2016:94-97), menjelaskan ada tiga faktor penyebab terjadinya *bullying*, antara lain: (1) Keluarga; (2) Teman sebaya; (3) Pengaruh media. Uraian selengkapnya sebagai berikut.

Pepatah yang seringkali kita dengar bahwa anak adalah mesin fotocopy tercanggih. Dia akan meniru apapun yang dilihat dan didengarnya dari lingkungan sekitar. Tidak jarang justru *bullying* bisa berawal dari rumah sendiri. Dimana dalam setiap rumah tangga sering terjadi tindak kekerasan atau *bullying*. Secara langsung anak akan menyerap dan mempelajari tindakan *bullying* tersebut bisa diterima dalam membina hubungan untuk mencapai tujuannya. Anak meniru kebiasaan orang-orang yang berada di sekitarnya. Semakin sering anak melihat orang tuanya bertengkar, besar kemungkinan anak akan membenarkan sikap tersebut.

Salah satu faktor terbesar aksi *bullying* adalah teman sebaya. Teman sebaya terkadang memberikan pengaruh negatif dalam kehidupan anak tersebut. Contohnya teman sebaya mempengaruhi bahwa tindakan *bullying* bukanlah masalah besar dan wajar jika dilakukan. Senior terkadang menghasut juniornya untuk *membully* seseorang yang menjadi saingannya. Junior yang mendapat dukungan dari para senior dan diberikan rasa aman dari kelompoknya, maka terjadilah aksi *bullying* karena tuntutan dalam sebuah kelompok.

Tontonan merupakan sebuah sarana empuk untuk menghancurkan mental anak, anak mudah sekali terpengaruh dari tayangan juga tontonan yang dilihatnya. Terlebih tontonan saat ini sangat tidak mendidik. Anak cenderung melihat lalu meniru adegan-adegan film yang ditontonnya. Mereka meniru geraknya, kata-katanya bahkan meniru tindakan yang dilakukan kepada lawan mainnya. Tak heran anak-anak sekarang banyak yang menjadi dewasa sebelum waktunya. Pihak yang berwenang seharusnya menyeleksi dengan baik tontonan apa saja yang patut untuk ditayangkan yang mampu mencerdaskan anak bangsa dan memberikan penyuluhan rutin agar bijak dalam memanfaatkan dunia internet.

Chakrawati (2015:12-13), menjelaskan ada 4 tanda-tanda *bullying*, antara lain: (1) Terdapat ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan target; (2) Terdapat keinginan untuk melukai; (3) Cenderung berulang; (4) Ancaman dan teror. Uraian selengkapnya sebagai berikut.

Seseorang yang merasa kuat, berkuasa, yang merasa terancam dengan keberadaan kita biasanya berpotensi menjadi pelaku *bullying*. Sementara seseorang yang lemah, kurang percaya diri, sedang sendiri, berbeda dari teman-teman lainnya, tak berdaya sering kali menjadi target sasaran *bullying*. Intinya adalah karena tidak ada keseimbangan antara target dan pelaku terdapat perbedaan kekuatan sehingga membuat si pelaku *bullying* merasa memiliki kekuatan lebih untuk terus menekan target.

Suatu tindakan dapat disebut *bullying* jika diniatkan untuk melukai atau mencederai target, baik secara fisik maupun psikis. Saat target terluka, pelaku akan merasa senang melihat penderitaan targetnya.

Bullying akan cenderung berlangsung berulang kali. *Bullying* akan terjadi terus samapai pelaku berniat berhenti dengan sendirinya. Oleh karena itu, penting bagi korban *bullying* untuk segera mencari bantuan jika ia tidak bisa menyelesaikan masalah tersebut sendiri.

Bullying biasanya juga berhubungan dengan teror. Seseorang yang di *bully* akan merasa terancam hidupnya sehingga ia bisa saja merasa putus asa. Teror dan ancaman juga bisa membuatnya ketakutan.

Dari pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, secara umum faktor penyebab *bullying* dikelompokkan menjadi tiga macam yaitu keluarga, teman sebaya, pengaruh media. Pelaku *bullying* pada umumnya merupakan anak yang kurang diperhatikan oleh kedua orang tuanya karena mereka sibuk dengan pekerjaan masing-masing. Anak yang kurang diperhatikan oleh kedua orang tuanya jika tidak selektif dalam hal mencari teman sebaya, mereka bisa melakukan *bullying* yang berawal dari keikut sertaan teman mereka yang merupakan seorang pelaku *bullying*. Pengaruh media dapat berperan serta dalam meningkatkan tindakan *bullying* yang marak terjadi karena pertumbuhan pesat media yang ada jika tidak di imbangi dengan pengawasan orang tua. Anak dengan bebas mengakses situs internet yang dilarang untuk seusia mereka.

2.1.1.4 Ciri-ciri Pelaku dan Korban Bullying

Astuti (2008:55) menjelaskan ciri pelaku dan korban *bullying*, yaitu:

Pertama, ciri pelaku *bullying*, yaitu: (1) Hidup berkelompok dan menguasai kehidupan sosial siswa di sekolah; (2) Menempatkan diri di tempat tertentu di sekolah atau di sekitarnya; (3) Merupakan tokoh populer di sekolah; dan (4) Gerak-geriknya seringkali dapat ditandai, seperti sering berjalan di depan, sengaja menabrak, berkata kasar, menyepelekan atau melecehkan.

Kedua, ciri korban *bullying*, yaitu: (1) Pemalu/pendiam/penyendiri; (2) Bodoh/dungu; (3) Mendadak menjadi penyendiri/pendiam; (4) Sering tidak masuk sekolah dengan alasan tak jelas; (5) Berperilaku aneh atau tidak biasa, seperti takut, marah tanpa sebab, mencoret-coret, dan sebagainya.

2.1.1.5 Dampak *Bullying*

Chakrawati (2015:15) menjelaskan ada beberapa dampak yang ditimbulkan dari *bullying*, yaitu: (1) Depresi; (2) Minder; (3) Malu dan ingin menyendiri; (4) Luka fisik; (5) Sering sakit tiba-tiba, seperti sakit perut dan pusing; (6) Merasa terisolasi dari pergaulan; (7) Prestasi akademik merosot; (8) Kurang bersemangat; (9) Ketakutan; dan (10) Bunuh diri.

Suryani (2016:109) menjelaskan beberapa dampak yang alami oleh korban *bullying*, yaitu 1) depresi; 2) Rendahnya kepercayaan diri/minder; 3) Pemalu dan menyendiri; 4) Merosotnya prestasi akademik; 5) Merasa terisolasi; 6) Terpikir atau bahkan mencoba untuk bunuh diri.

Dari pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, *bullying* memberikan dampak negatif yang di terima oleh pelaku maupun korban *bullying*. Dampak tersebut bisa berlangsung singkat maupun berlangsung lama. Rata-rata dampak tersebut berhubungan dengan emosional dan mental anak, baik sebagai pelaku maupun korban.

2.1.2 Kajian Kecerdasan Emosional

Pada bagian ini akan dibahas tentang: (1) pengertian kecerdasan; (2) pengertian emosi; (3) pengertian kecerdasan emosional; (4) aspek-aspek kecerdasan emosional; (5) karakteristik perkembangan emosi anak SD; (6) keunggulan kecerdasan emosional. Uraiannya sebagai berikut:

2.1.2.1 Pengertian Kecerdasan

Wechsler dalam Uno (2012:59) mendefinisikan kecerdasan sebagai daya atau kemampuan seseorang untuk bertindak dengan tujuan tertentu, berpikir secara rasional, serta menghadapi lingkungan dengan efektif. Chaplin dalam Yusuf (2009:106) menyebutkan bahwa kecerdasan adalah kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara cepat dan efektif. Pengertian kecerdasan banyak mengalami perubahan, namun selalu mengandung pengertian bahwa kecerdasan adalah kekuatan atau kemampuan untuk melakukan sesuatu. Uno (2012:60) menyatakan bahwa dalam psikologi, kecerdasan terdiri dari tiga komponen yaitu (1) kemampuan untuk mengarahkan pikiran atau mengarahkan tindakan, (2) kemampuan untuk mengubah arah tindakan apabila tindakan tersebut telah dilaksanakan, (3) kemampuan untuk mengkritik diri sendiri (*autocriticism*).

Masyarakat umum mengenal kecerdasan sebagai istilah yang menggambarkan kepintaran atau kemampuan berpikir seseorang untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Gambaran seseorang yang mempunyai kecerdasan tinggi, biasanya cerminan siswa yang pintar. Hal tersebut tidak bisa dipungkiri apalagi setelah seorang ahli psikologi membuat alat untuk mengukur kecerdasan yang disebut kecerdasan intelektual (IQ).

Dari pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, kecerdasan adalah kemampuan seseorang untuk berpikir dalam menyelesaikan masalah secara efektif. Kecerdasan yang dimiliki seseorang membuat ia dapat berpikir secara cepat dan efektif, sehingga mampu bertindak dengan tepat untuk menyelesaikan masalah.

2.1.2.2 Pengertian Emosi

English and english dalam Yusuf (2009:114-115) mendefinisikan emosi

sebagai "*A complete feeling state accompained by characteristic motor and glandular activities*" (suatu keadaan perasaan yang kompleks yang disertai karakteristik kegiatan kelenjar dan motoris). Saarni (1999, 2000) dalam Santrock (2007:6-7) mendefinisikan emosi sebagai perasaan yang timbul ketika seseorang berada pada suatu keadaan atau interaksi yang dianggap penting olehnya. Sarwono dalam Yusuf (2009:115) berpendapat emosi merupakan setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna afektif pada tingkat lemah (dangkal) maupun pada tingkat yang luas (mendalam). .

Uno (2012:64) mengelompokkan emosi dalam beberapa golongan, antara lain: (1) amarah: bringas, mengamuk, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan, dan tindak kekerasan; (2) kesedihan: pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihani diri, kesepian ditolak, putus asa, dan depresi berat; (3) rasa takut: cemas, takut, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada, sedih, tidak tenang, ngeri, dan fobia; (4) kenikmatan: bahagia, gembira, riang, puas, ringan, senang, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, rasa terpesona, rasa terpenuhi, kegirangan luar biasa, senang, dan senang sekali; (5) cinta: penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran, dan kasih; (6) terkejut: terkesiap, takjub, dan terpana; (7) jengkel: hina, jejek, muak, mual, benci, tidak suka, dan mau muntah; (8) malu: rasa salah, malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib, dan hati hancur lebur.

Yusuf (2009:117) juga berpendapat bahwa emosi sebagai peristiwa psikologis yang mempunyai ciri-ciri, antara lain: (a) ebih bersifat subjektif dari

peristiwa psikologis lainnya seperti pengamatan dan berpikir; (b) bersifat fluktuatif; (c) banyak berkaitan dengan peristiwa pengenalan panca indera.

Seorang anak yang masih sangat belia juga memiliki emosi seperti orang dewasa. Ekspresi dari emosi-emosi menunjukkan bahwa anak sudah mulai memahami norma sosial untuk menilai perilaku mereka. Santrock (2007:17) berpendapat bahwa karakteristik emosi anak usia 5-10 tahun, antara lain: (1) menunjukkan peningkatan kemampuan untuk melakukan refleksi secara verbal tentang emosi dan memiliki pemahaman yang lebih kompleks tentang hubungan emosi dengan situasi tersebut; (2) memahami bahwa suatu kejadian yang sama dapat menyebabkan perasaan yang berbeda pada orang yang berbeda, dan kadang-kadang perasaan dapat bertahan lama setelah kejadian yang menyebabkannya; (3) menunjukkan tingkat kesadaran yang lebih tinggi dalam mengatur dan mengontrol emosi sesuai dengan standar sosial.

Berdasarkan penjelasan mengenai emosi, maka dapat disimpulkan bahwa emosi adalah perasaan yang timbul pada diri seseorang pada suatu keadaan atau interaksi yang dianggapnya penting. Anak-anak juga memiliki emosi seperti orang dewasa, hal tersebut menunjukkan bahwa seorang anak telah memahami norma sosial yang ada di sekitar mereka yang menilai perilaku mereka. Orang tua, guru, dan orang dewasa lain di sekitarnya dapat membantu anak dalam memahami dan mengontrol emosi.

2.1.2.3 Pengertian Kecerdasan Emosional

Salovey dan Mayer (1995) dalam Soeparwoto,dkk (2007:101) berpendapat

“Himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi, baik diri sendiri maupun orang lain, memilah-milah semuanya, dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan”. Goleman (2017:43) menjelaskan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan untuk berpikir, berempati, dan berdoa. Uno (2012:71) mengartikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan seseorang untuk merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber informasi, koneksi, dan pengaruh yang manusiawi.

Berdasarkan penjelasan mengenai kecerdasan emosional, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memantau emosi dan kemampuan mengatur suasana hati untuk membimbing diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang akan membimbing pikiran dan tindakannya. Kecerdasan emosional sangat diperlukan bagi seorang manusia untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, karena kecerdasan emosional bagian dari kecerdasan sosial.

2.1.2.4 Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Salovey (1995) dalam Goleman (2016:56) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional memiliki lima wilayah utama, antara lain: (1) mengenali emosi diri, mengenali emosi diri merupakan kesadaran diri mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Ketidakmampuan mengenali perasaan diri sendiri membuat kita berada dalam penguasaan perasaan. Jika kita dapat mengenali perasaan

membuat kita mempunyai kepekaan lebih tinggi atas pengambilan keputusan terhadap suatu masala; (2) mengelola emosi, mengelola emosi yaitu kesadaran diri menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas. Kemampuan mengelola emosi misalnya kemmapuan menghibur diri sendiri, melepaskan kesemasan, kemurungan atau ketersinggungan; (3) memotivasi diri sendiri, apabila seseorang mampu untuk menata emosi, maka ia akan dapat memotivasi diri dan menguasai diri sendiri. Mengendalikan diri dari emosional terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang; (4) mengenali emosi orang lain, mengenali emosi orang lain berhubungan dengan sikap empati. Empati adalah kemampuan yang juga bergantung pada kesadaran diri emosional. Orang yang memiliki sikap empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain; (5) membina hubungan, membina hubungan merupakan wujud dari keterampilan mengelola emosi. Keterampilan membina hubungan menjadi penunjang keterampilan popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antarpribadi. Orang-orang yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam berbagai bidang. Hal tersebut dikarenakan orang tersebut mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain.

Goleman (1999) dalam Uno (2012:87) menyebutkan lima unsur kecakapan emosional dalam keterampilan praktis, antara lain: (1) kesadaran diri: kemampuan mengetahui apa yang dirasakan dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan; (2) pengaturan diri: mampu menangani emosi sehingga berdampak positif terhadap pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati, sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya satu gagasan, dan mampu pulih kembali

dari tekanan emosi; (3) motivasi: menggunakan hasrat agar menuju sasaran, berinisiatif dan bertindak efektif, serta mampu bertahan dalam menghadapi kegagalan dan frustasi; (4) empati: merasakan yang dirasakan orang lain, memahami perspektif orang lain, menumbuhkan hubungan saling percaya, dan mampu menyelaraskan diri dengan beragam orang; (5) keterampilan sosial: mampu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, dan mampu bermusyawarah untuk menyelesaikan perselisihan dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan mengenai aspek-aspek kecerdasan emosional, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecerdasan emosional di kelompokkan menjadi dua, yaitu kecakapan pribadi yang meliputi mengenali emosi diri sendiri, memotivasi diri sendiri, dan kecakapan sosial yang meliputi mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain. Kelima aspek inilah yang dapat dijadikan indikator untuk menilai kecerdasan emosional seseorang.

2.1.2.5 Karakteristik Perkembangan Emosi Anak SD

Menurut Yusuf (2009:181) menyatakan kemampuan anak yang menginjak usia Sekolah Dasar dalam mengendalikan emosi diperoleh dari proses peniruan dan pembiasaan. Apabila anak dikembangkan dalam lingkungan keluarga yang suasana emosionalnya stabil, maka perkembangan emosi anak cenderung stabil. Akan tetapi, apabila anak dikembangkan dalam keluarga yang suasananya kurang stabil, maka perkembangan emosi anak cenderung kurang stabil. Emosi-emosi yang dialami anak usia sekolah dasar, misalnya marah, takut, cemburu, kasih sayang, rasa ingin tahu dan kegembiraan. Bruce dkk (1999) dalam Santrock (2007:17) menyatakan kemampuan anak usia Sekolah Dasar mulai memahami bahwa

kejadian yang merefleksi emosi dapat menimbulkan perasaan yang berbeda terhadap orang yang berbeda. Mereka juga mulai menunjukkan kesadaran bahwa mereka harus mengatur emosi mereka untuk memenuhi standar sosial.

Berdasarkan penjelasan mengenai karakteristik perkembangan emosi anak sekolah dasar, maka dapat disimpulkan bahwa peran orang tua, guru, dan orang dewasa lain disekitarnya sangat diperlukan dalam membantu anak memahami dan mengontrol emosi mereka. Orang dewasa dapat membantu mereka mengatasi stres, kesedihan, kemarahan, atau perasaan bersalah.

2.1.2.6 Keunggulan Kecerdasan Emosional

Orang dengan keterampilan emosional yang berkembang baik kemungkinan besar akan bahagia dan berhasil dalam kehidupan, menguasai kebiasaan pikiran yang mendorong produktivitas mereka; orang yang tidak dapat menghimpun kendali tertentu atas kehidupan emosionalnya akan mengalami pertarungan batin yang merampas kemmapuan mereka untuk memusatkan perhatian pada pekerjaan dan memiliki pikiran yang jernih (Goleman, 2016:46). Taufiq dkk (2012:2.39) menjelaskan bahwa kehidupan emosi tampaknya banyak mempengaruhi pemanfaatan keecrdasan kognitif. Semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang maka sikapnya pada hal-hal yang menguntungkan lingkungan maupun dirinya akan semakin terarah. Orang yang sehat dan cerdas secara emosional, akan memanfaatkan kecerdasannya untuk hal-hal yang positif baik bagi diri maupun lingkungannya. Goleman (2016:11) juga menyatakan bahwa perbandingan kendali rasional-emosional terhadap pola pikir yaitu semakin kuat perasaan, semakin dominan pikiran emosional, dan semakin tidak efektif pikiran rasional. Pikiran rasional dan emosional pada umumnya bekerja dalam keselarasan yang erat.

Berdasarkan penjelasan mengenai keunggulan kecerdasan emosioanal, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan kognitif tidak berhubungan dengan pemantauan emosi seseorang. Orang yang pandai dan memiliki gelar yang panjang, tetapi tidak ditunjang oleh sikap yang terpuji. Kecerdasan kognitif bukanlah jaminan semakin berhasilnya kemampuan sosialisasi seseorang.

2.1.3 Kesehatan Mental

Pada bagian ini akan dibahas tentang: (1) pengertian kesehatan mental; (2) ruang lingkup kesehatan mental; (3) tujuan kesehatan mental; (4) sasaran dalam kesehatan mental; (5) kesalah pemahaman mengenai kesehatan mental; (6) ciri-ciri tingkah laku sehat atau normal.. Uraiannya sebagai berikut:

2.1.3.1 Pengertian Kesehatan Mental

Scott (1961) dalam Notosoedirdjo dan Latipun (2016:26) kesehatan mental merupakan orang yang terus menerus tumbuh, berkembang dan matang dalam hidupnya, menerima tanggung jawab, menemukan penyesuaian (tanpa membayar terlalu tinggi biayanya sendiri atau oleh masyarakat) dalam berpatisipasi dalam memelihara aturan sosial dan tindakan dalam budayanya. Lebih lanjut Darojad (1982) dalam Sundari (2005:1) kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta mencapai keharmonisan jiwa dalam hidup. Apabila ditinjau dari segi istilahnya, kesehatan mental menurut Heerdjan (1987) dalam Hidayat dan Herdi (2014:28) dapat diartikan bermacam-macam. *Paham pertama*, kesehatan mental dapat diartikan sebagai suatu kondisi, suatu keadaan mental-emosional. *Paham kedua*, kesehatan mental dapat diartikan sebagai

suatu ilmu baru yang membahas bagaimana manusia menghadapi kesulitan hidup dan berusaha mengatasinya, sambil menjaga kesejahteraannya. *Paham ketiga*, kesehatan mental dapat juga diartikan sebagai suatu bidang kegiatan yang mencakup usaha pembinaan kesehatan mental, pengobatan dan pencegahan, serta rehabilitasi gangguan kesehatan mental. *Paham keempat*, kesehatan mental dapat juga diartikan suatu gerakan yang sekarang menyebar kemana-mana dan bertujuan memberitahukan pada seluruh dunia bahwa masalah kesehatan mental perlu diperhatikan sepenuhnya oleh semua kalangan.

Berdasarkan penjelasan mengenai pengertian kesehatan mental, maka dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah suatu kajian yang membahas seseorang yang terhindar dari penyakit jiwa, perilaku abnormal sehingga ia dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan apa yang ia inginkan. Kajian tersebut mencakup usaha pembinaan, pengobatan dan pencegahan serta rehabilitasi gangguan kesehatan mental.

2.1.3.2 Ruang Lingkup dalam Kesehatan Mental

Hidayat dan Herdi (2014:34-39) menjelaskan ruang lingkup dalam kesehatan mental, antara lain: (1) masalah kebutuhan manusia (*Human Needs*) . Kebutuhan manusia memiliki corak yang sangat kompleks. Manusia tidak hanya mempunyai kebutuhan biologis, seperti makan, minum, dorongan seks, tidur dan gerak badan. Manusia juga mempunyai bermacam kebutuhan lain seperti cinta dan kasih sayang yang disebut kebutuhan psikologis, dan kebutuhan bergaul yang disebut kebutuhan sosial; (2) usaha manusia untuk memenuhi kebutuhan (perilaku). Kebutuhan menggerkan manusia untuk berusaha atau berikhtiar dalam rangka memenuhi atau memuaskan kebutuhan itu. Usaha manusia sehari-hari nampak pada

kita sebagai perilaku (*behavior*) yang merupakan keseluruhan tingkah laku. Begitu kebutuhan terpenuhi, terjadilah suatu keseimbangan yang dihayati oleh orang yang bersangkutan sebagai rasa sejahtera; (3) peranan dan fungsi kepribadian. Salah satu tugas dan fungsi utama kepribadian ialah mengusahakan supaya berbagai kebutuhan manusia terpenuhi. Usaha itu biasanya dihadapkan pada berbagai macam kesulitan dan hambatan. Usaha atau perilaku yang tujuannnya mengatasi kesulitan dan hambatan disebut penyesuaian diri (*adjusment*).

Notosoedirdjo dan Latipun (2016:18) juga menjelaskan secara garis besar ruang lingkup kerja kesehatan mental, antara lain: (1) promosi kesehatan mental. Yaitu usaha-usaha peningkatan kesehatan mental. Usaha ini dilakukan berangkat dari pandangan bahwa kesehatan mental bersifat kualitatif dan kontinum dan dapt ditingkatkan sampai batas optimal; (2) prevensi primer. Adalah usaha kesehatan mental untuk mencegah timbulnya gangguan dan sakit mental. Usaha ini dilakukan sebagai proteksi terhadap kesehatan mental masyarakat agar gangguan dan sakit mental itu tidak terjadi; (3) prevensi sekunder. Adalah usaha kesehatan mental untuk menemukan kasus dini dan penyembuhan secara tepat terhadap gangguan dan sakit mental. Usaha ini dilakukan untuk mengurangi durasi gangguan dan mencegah jangan sampai terjadi cacat pada seseorang atau masyarakat; (4) prevensi tersier. Merupakan usaha rehabilitasi awal yang dapat dilakukan terhadap orang yang mengalami gangguan dan kesehatan mental. Usaha ini dilakukan untuk mencegah diasabilitas atau ketidakmampuan, jangan sampai mengalami kecacatan yaitu kecacatan menetap.

Berdasarkan penjelasan mengenai ruang lingkup dalam kesehatan mental, maka dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental tidak dapat dipisahkan dari

kehidupan manusia. Mereka saling keterhubungan satu sama lain. Apalagi di kehidupan manusia yang tiap tahun semakin meningkat kebutuhannya. Untuk memenuhi kebutuhan baik kebutuhan lahir maupun kebutuhan batin, manusia menghalalkan segala cara. Manusia kadang tak segan-segan menggunakan kekerasan untuk menyingkirkan orang lain yang menurutnya sebagai penghalang. Mereka melukai orang tersebut baik dengan kekerasan secara verbal/kata-kata maupun kekerasan secara fisik.

2.1.3.3 Tujuan Kesehatan Mental

Sundari (2005:2) menjelaskan tujuan kesehatan mental, antara lain: (1) mengusahakan agar manusia memiliki kemampuan mental yang sehat; (2) mengusahakan pencegahan terhadap timbulnya sebab-sebab gangguan mental dan penyakit mental; (3) mengusahakan pencegahan berkembangnya bermacam-macam gangguan mental dan penyakit mental; (4) mengurangi atau mengadakan penyembuhan terhadap gangguan dan penyakit mental.

Notosoedirdjo dan Latipun (2016:14) juga menjelaskan tujuan mempelajari kesehatan mental, antara lain: (1) memahami makna kesehatan mental dan faktor-faktor penyebabnya; (2) memahami pendekatan-pendekatan yang digunakan dalam penanganan kesehatan mental; (3) memiliki kemampuan dasar dalam usaha peningkatan dan pencegahan kesehatan mental masyarakat; (4) memiliki sikap proaktif dan mampu memanfaatkan berbagai sumber daya dalam upaya penanganan kesehatan mental masyarakat; (5) meningkatkan kesehatan mental masyarakat dan mengurangi timbulnya gangguan mental masyarakat.

Berdasarkan penjelasan mengenai tujuan kesehatan mental, maka dapat disimpulkan bahwa banyak tujuan mempelajari kesehatan mental, antara lain kita

dapat memahami makna kesehatan mental, memahami faktor penyebabnya, melakukan pencegahan awal agar tidak terjadi gangguan atau penyakit mental, dan kita dapat memberikan solusi penyembuhan bagi orang lain yang sudah mengalami gangguan atau penyakit mental.

2.1.3.4 Sasaran Dalam Kesehatan Mental

Notosoedirdjo dan Latipun (2016:14-15) masyarakat adalah sasaran utama dalam kesehatan mental. Dilihat dari aspek kesehatannnya, masyarakat yang menjadi sasaran dalam kesehatan mental ini dapat diklasifikasikan menjadi beberapa tingkatan. *Pertama*, masyarakat umum, yaitu masyarakat yang sehat dan yang tidak berada dalam risiko sakit. Masyarakat kelompok ini berada dalam berbagai variasi ciri-ciri demografis: usia, jenis kelamin, ras, status sosial dan ekonomi, dan sebagaianya. *Kedua*, masyarakat dalam kelompok resiko sakit, yaitu masyarakat yang berada dalam situasi atau lingkungan yang kemungkinan mengalami gangguannya relatif tinggi. Kelompok masyarakat dalam risiko ini dapat dikelompokkan atas lingkungan ekologis, status demografis, atau faktor psikologis. *Ketiga*, kelompok masyarakat yang mengalami gangguan, yaitu kelompok masyarakat yang sedang terganggu kesehatan mentalnya. *Keempat*, masyarakat yang mengalami kecacatan atau *hendaya*, agar mereka dapat berfungsi secara normal dalam masyarakat. Keempat kelompok masyarakat itulah yang menjadi sasaran dalam kesehatan mental, dengan spesifikasi dalam penanganannya, sejalan dengan tujuannya.

2.1.3.5 Kesalahan Pemahaman Mengenai Kesehatan Mental

Dewi (2012:12) selama ini masih banyak mitos dan konsepsi yang diyakini masyarakat Indonesia mengenai Kesehatan Mental yang keliru, antara lain:

> Gangguan mental adalah *herediter*/diturunkan, gangguan mental tidak dapat disembuhkan, gangguan mental muncul secara tiba-tiba, gangguan mental merupakan aib/noda bagi lingkungannya, ganggguan mental merupakan peristiwa tunggal, seks merupakan penyebab timbulnya gangguan mental, kesehatan mental cukup dipahami dan ditangani oleh satu disiplin ilmu saja, kesehatan mental dipandang sama dengan "ketenangan batin", yang dimaknai sebagai tidak ada konflik, tidak ada masalah, hidup tanpa ambisi, pasrah.

Notosoedirdjo dan Latipun (2016:16) sampai saat ini banyak pihak yang memiliki pengertian yang kurang tepat terhadap kesehatan mental. *Pertama*, kesehatan mental dipahami untuk penanganan problem-problem kejiwaan yang bersifat individual, padahal sebenarnya lebih menekankan pada kesehatan mental masyarakat. Kesehatan mental secara individual jelas tidak dilepaskan begitu saja, tetapi penanganan utamanya adalah sekelompok masyarakat. *Kedua*, kesehatan mental memerlukan pemahaman dan penanganan dari berbagai bidang keilmuan. *Ketiga*, kesehatan mental dipandang sama dengan "ketenangan batin" yang dimaknakan sebagai tidak ada konflik, tidak ada tekanan, hidup tanpa ambisi, pasrah, dan sejenisnya.

Berdasarkan penjelasan mengenai kesalahan pemahaman mengenai kesehatan mental, maka dapat disimpulkan bahwa sasaran dalam kesehatan mental itu sangat luas, dan diperlukan pemahaman yang lebih utuh, sehingga dalam penanganan bidang kesehatan mental masyarakat lebih efektif.

2.1.3.6 Ciri-ciri Tingkah Laku Sehat atau Normal

Warga (1983) dalam Siswanto (2007:24-25) ciri-ciri individu yang normal atau sehat pada umumnya, yaitu: (1) bertingkah laku menurut norma-norma sosial yang diakui; (2) mampu mengelola emosi; (3) mampu mengaktualkan potensi-potensi yang dimiliki; (4) dapat mengikuti kebiasaan-kebiasaan sosial; (5) dapat

mengenali risiko dari setiap perbuatan dan kemmapuan tersebut digunakan untuk menuntun tingkah lakunya; (6) mampu menunda keinginan sesaat untuk mencapai jangka panjang; (7) mampu belajar dari pengalaman; (8) biasanya gembira.

Allport (1985) dalam Hidayat dan Herdi (2013:55-62) juga menjelaskan sifat-sifat khusus dari kepribadian sehat, yaitu: (1) memiliki perluasan perasaan diri; (2) memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain; (3) memiliki keamanan emosional; (4) memiliki persepsi yang realistis; (5) memiliki beberapa keterampilan dan tugas-tugas; (6) memiliki pemahaman diri; serta (6) memiliki filsafat hidup yang mempersatukan.

Harber dan Runyon (1984) dalam Siswanto (2007:25) menyebutkan sejumlah ciri individu yang bisa dikelompokkan sebagai normal, antara lain: (1) sikap terhadap diri sendiri. Mampu menerima diri sendiri apa adanya, memiliki identitas diri yang jelas, mampu menilai kelebihan dan kekurangan diri sendiri secara realistis; (2) persepsi terhadap realita. Pandangan yang realistis terhadap diri sendiri dan dunia sekitar yang meliputi orang lain maupun segala sesuatunya; (3) integrasi. Kepribadian yang menyatu dan harmonis, bebas dari konflik-konflik batin yang mengakibatkan ketidakmampuan dan memiliki toleransi yang baik terhadap stres; (4) kompetensi. Mengembangkan keterampilan mendasar berkaitan dengan aspek fisik, intelektual, emosional, dan sosial untuk dapat melakukan koping terhadap masalah-masalah kehidupan; (6) otonomi. Memiliki ketetapan diri yang kuat, bertanggung jawab, dan penentuan diri dan memiliki kebebasan yang cukup terhadap pengaruh sosial; (7) pertumbuhan dan aktualisasi diri. Mengembangkan kecenderungan kearah peningkatan kematangan, pengembangan potensi, dan pemenuhan diri sebagai seorang pribadi; (8) relasi interpersonal. Kemampuan

untuk membentuk dan memelihara relasi interpersonal yang intim; (9) tujuan hidup. Tidak terlalu kaku untuk mencapai kesempurnaan, tetapi membuat tujuan yang realistik dan masih di dalam kemampuan individu.

Berdasarkan penjelasan mengenai ciri-ciri tingkah laku sehat atau normal, maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang sehat atau normal pada umumnya memiliki hubungan yang baik dan hangat dengan orang lain, tidak menyendiri dan menutup pergaulan dengan orang lain, mampu mengembangkan bakat yang dia punya, mampu menguasai emosional dengan baik, dan biasanya gembira dan senang dalam menikmati hidupnya.

2.1.4 Pengaruh *Bullying* terhadap Kecerdasan Emosional

Menurut Freud (1976) dalam Ali dan Asrori (2011:65), "Seseorang yang pada masa kanak-kanak sering mendapat pukulan yang menyakitkan, setelah dewasa akan bereaksi terhadap hardikan atau kemarahan dengan perasaan sangat takut atau kebencian, meskipun sebenarnya hardikan atau kemarahan itu tidak lagi menimbulkan ancaman seperti dialaminya pada masa lampau". Suryani (2016:53-54) menjelaskan bahwa kebanyakan para pelaku *bullying* sangat puas dan senang dengan aksi mereka, apalagi kalau bisa menindas sesering mungkin, terutama yang lebih lemah dari mereka. Para pelaku merasa lebih berkuasa, lebih hebat, lebih kuat, lebih pintar, lebih cantik/ganteng, lebih kaya, dan sebagainya. Banyak orang-orang yang takut dengan pelaku, sehingga tidak berani melawan ataupun membela korban, karena takut kalau dirinya lah yang nanti akan menjadi sasaran para *pembully* berikutnya. Semakin semua orang ketakutan semakin senanglah sang *pembully* dan semakin gencar melancarkan aksinya dan mereka akan *membully* korbannya habis-habisan, memanfaatkannya untuk kepentingan pribadi pelaku.

2.1.5 Pengaruh *Bullying* terhadap Kesehatan Mental

Menurut Suryani (2016:108-109) seseorang yang di *bully* takut melapor dan tidak ada keberanian diri karena rasa takut yang jauh lebih besar menyebabkan kejadian buruk itu terulang terus menerus. Bahkan kepada orang tua pun mereka takut untuk menceritakan kejadian buruk tersebut. Musnahlah keberanian dirinya, para korban *bullying* menjadi pribadi yang diam, murung dan takut jika harus pergi ke sekolah. Baginya sekolah adalah neraka jahanam yang kapan saja bisa membahyakan mereka. Adanya perubahan drastis yang dialami oleh korban bullying yang tadinya biasa-biasa saja menjadi tidak percaya diri, tidak percaya pada orang sekitar, selalu was-was, cenderung menyalahkan diri sendiri dan orang sekitar, berprasangka tidak baik kepada orang lain, sedih dan terluka hatinya yang sangat sulit bahkan tidak dapat disembuhkan.

Wiyani (2014:16) berpendapat korban *bullying* mengalami berbagai macam gangguan yang meliputi kesejahteraan psikologis yang rendah (*low psychological well-being*) di mana korban akan merasa tidak nyaman, takut, rendah diri, serta tidak berharga, penyesuaian sosial yang buruk di mana korban merasa takut ke sekolah bahkan tidak mau ke sekolah, menarik diri dari pergaulan, prestasi akademik menurun karena mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dalam belajar, bahkan berkeinginan untuk bunuh diri daripada harus menghadapi tekanan-tekanan berupa hinaan dan hukuman.

2.1.6 Pengaruh *Bullying* terhadap Kecerdasan Emosional dan Kesehatan Mental

Suryani (2016:54), “Banyak korban *bullying* yang menyimpan dendam pada pelaku *bullying*. Mereka yang tidak suka dengan aksi *bullying* bisa melakukan

tindakan dibatas kewajaran seperti teror dan menyuruh orang untuk mencelakakan orang yang pernah membullynya". Mereka yang di *bully* akan bersikap diam saja selama proses *pembullyan* karena mereka tidak tahu apa yang akan ia lakukan dan tak jarang mereka takut akan pelaku *bullying*. Jika *Bullying* terus dilakukan kepadanya, mereka akan melampiaskan apa yang pernah ia alami kepada orang lain. Mereka berpikir bahwa orang lain juga harus mengalami apa yang mereka alami agar mereka tidak merasa tersakiti sendiri.

2.2 Kajian Empiris

Kajian empiris adalah segala informasi yang diperoleh melalui eksperimen, penelitian, atau observasi. Kajian empiris pada penelitian ini diperoleh dari hasil penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan bahasan yang akan diteliti oleh peneliti. Hasil penelitian tersebut akan peneliti gunakan sebagai referensi dalam melaksanakan penelitian. Terdapat beberapa penelitian yang relevan berkaitan dengan bullying, kecerdasan emosional, dan kesehatan mental.

(1) Penelitian yang dilakukan Andika (2016) dari Universitas Negeri Semarang dengan judul "*Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Panggung 7 Kecamatan Tegal Timur Kota Tegal*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru kelas III dan IV belum memiliki pemahaman yang baik mengenai *school bullying*. Bentuk *bullying* yang terjadi berupa *bullying* verbal, *bullying* fisik, dan *bullying* psikis. Bentul *bullying* verbal berupa ejekan menggunakan nama julukan, dan juga ancaman. Bentuk *bullying* fisik berupa penyerangan yang disertai dengan pemukulan di berbagai anggota tubuh seperti perut, kepala, punggung, dan bahu. Bentuk *bullying* psikis berupa

penolakan untuk masuk kelompok belajar, dan pengucilan dalam bermain. *Bullying* berdampak buruk bagi perkembangan sikap, dan prestasi belajar korban. Korban mulai menarik diri dari pergaulan, dan bersikap apatis. Sikap apatis pada pelajaran, motivasi belajar kurang, dan kesulitan dalam berkonsentrasi menyebabkan nilai akademik korban turun, bahkan dibawah nilai rata-rata kelulusan.

(2) Penelitian yang dilakukan Hanurawan (2012) dari Universitas Negeri Malang dengan judul "*Strategi Pengembangan Kesehatan Mental di Limhkungan Sekolah*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental adalah suatu keadaan psikolgis yang menunjukkan kemampuan seseorang untuk mengadakan penyesuaian diri terhadap masalah-masalah yang dihadapi. Pendidik memiliki tugas untuk mengembangkan kesehatan mental pada seluruh komponen sekolah, seperti diri peserta didik, rekan kerja, maupun dirinya sendiri. Kesehatan Kecerdasan emosi dapat membantu keseimbangan kesehatan mental seseorang dalam menghadapi masalah-masalah hidup dalam lingkungan pendidikan. Terdapat berbagai strategi yang dapat dilakukan dalam upaya mengembangkan kesehatan mental.

(3) Penelitian yang dilakukan Fithria dan Auli (2016) dari Universitas Syiah Kuala Banda Aceh dengan judul "*Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Bullying*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan harga diri dan perilaku *bullying (p=0,014)*, kepribadian dan perilaku *bullying (p=0,006)*, keluarga dan perilaku *bullying (p=0,017)*, sekolah dan perilaku *bullying (p=0,002)*, dan teman sebaya dan perilaku *bullying (p=0,006)*. Diharapkan

kepada orang tua dan pihak sekolah untuk lebih memperhatikan faktor-faktor tersebut sehingga dapat mencegah tindakan perilaku *bullying* pada siswa/siswi.

(4) Penelitian yang dilakukan Rakhmawati (2013) dengan judul *"Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perilaku Bullying Pada Siswa Kelas VIII SMP H Isriati Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku *bullying* siswa kelas VIII SMP H Isriati Semarang tahun pelajaran 2009/2010. Hal tersebut dapat diketahui dari perolehan thitung > ttabel (6,194 > 2,021) dan menurunnya rata-rata perilaku *bullying*, sebelum treatment 97,81 menjadi 79,29 sesudah treatment. Hal tersebut berarti semakin guru mampu melaksanakan kegiatan layanan bimbingan secara kelompok dengan baik maka perilaku *bullying* siswa akan semakin menurun.

(5) Penelitian yang dilakukan Mashar dan Hidayah (2011), dosen prodi PG-PAUD FKIP Universitas Muhammadiyah Malang dengan judul *"Bullying di Sekolah"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *bullying* adalah perilaku kekerasan yang sering terjadi di sekolah, baik kekerasan verbal maupun fisik. Korban *bullying* akan memiliki banyak gangguan psikologis karena trauma, dan bahkan akan menjadi pelaku *bullying* di masa depan.

(6) Penelitian yang dilakukan Sucipto (2012) dari Universitas Muria Kudus dengan judul *"Bullying dan Upaya Meminimalisasikannya"*. Hasil penelitian menunjukkan *bullying* akan senantiasa terjadi dan sering tidak mendapatkan perhatian dari para guru karena peristiwa ini dianggap hal biasa dan wajar, namun jika diperhatikan lebih lanjut sebenarnya *bullying* sangat banyak memberikan dampak negatif pada diri korban. Peran guru dan pembimbing di

sekolah sangat penting untuk meminimalisirnya agar siswa-siswa di sekolah dapat berkembang dengan wajar dalam suasana gembira tidak dengan ketakutan.

(7) Penelitian yang dilakukan Yandri, dkk (2013) dari Prodi Bimbingan dan Konseling Program Pascasarjana FIP Universitas Negeri Padang dengan judul *"Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling Untuk Pencegahan Bullying di Sekolah"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modul yang dikembangkan untuk pencegahan *bullying* di sekolah sudah sangat baik secara isi/konstruk dan dapat dimanfaatkan atau dipakai oleh guru BK/Konselor untuk membantu pencegahan *bullying* di sekolah. Namun belum bisa digeneralisasi untuk semua sekolah karena belum di uji coba lapangan luas atau belum dieksperimenkan untuk melihat efektivitas modul bimbingan dan konseling dalam mencegah tindakan *bullying* di sekolah.

(8) Penelitian yang dilakukan Mawardah dan Adiyanti (2014) dari Universitas Gadjah Mada dengan judul *"Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbyllying"*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara kelompok teman sebaya dan regulasi emosi dengan kecenderungan menjadi pelaku *cyberbullying* pada remaja yang ditunjukkan oleh nilai F=106,078 dan p<0,01, dengan nilai *Adjust R Square* sebesar 0,702 (70,2%). Secara terpisah kelompok teman sebaya memiliki hubungan positif dan memiliki pengaruh dengan nilai korelasi parsial=0,603 dan memiliki sumbangan efektif sebesar 0,637. Variabel regulasi emosi secara terpisah memiliki hubungan negatif dan tidak memiliki pengaruh dengan nilai korelasi parsial=0,092.

(9) Penelitian yang dilakukan Brown dan Patterson (2012) dari Texas A&M

University-Commerce dengan judul *"Bullying and School Crisis Intervention"*. Berikut penelitian Brown dan Patterson:

> School leaders seek to ensure secure, prepared campuses. Students who bully attempt to undermine such efforts. School administrators can implement crisis management phases, including crisis prevention and response techniques, to ensure that schools remain some of the safest places that students can be. The techniques can assist in preventing and mitigating violent incidents.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa para kepala sekolah berupaya memastikan sekolah yang aman dan nyaman bagi para siswa. Namun, para pelaku *bullying* menjadikan sekolah sebagai tempat yang penuh ancaman dan tidak nyaman. Para tenaga pendidik sekolah dapat menerapkan kritik dan saran dari para warga sekolah maupun para warga sekitar yang mengetahui tentang sekolah tersebut. Salah satunya kritik dan saran mengenai adanya tindakan kekerasan atau *bullying* yang terjadi di dalam lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa sekolah tetap menjadi tempat teraman bagi siswa. Teknik-teknik ini dapat membantu mencegah dan mengurangi insiden kekerasan atau *bullying*.

(10) Penelitian yang dilakukan Pratiwi (2016) dari Universitas Negeri Yogyakarta dengan judul *"Hubungan Perilaku Bullying dengan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa Kelas III SDN Minomartani 6 Sleman"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai korelasi antara variabel perilaku *bullying* dan kemampuan interaksi sosial sebesar -0,832 sehingga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku *bullying* dengan kemampuan interaksi sosial siswa kelas III SD Negeri Minomarti 6 Ngaglik

Sleman. Hasil hipotesis sebesar -0,832 termasuk dalam kategori sangat kuat. Hal ini menunjukkan bahwa apabila perilaku *bullying* tinggi, maka kemampuan interaksi sosial menjadi rendah.

(11) Penelitian yang dilakukan Abdullah (2013) dari Universitas Widya Dharma Klaten dengan judul *"Meminimalisasi Bullying di Sekolah"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *bullying* di sekolah tidak hanya terjadi ketika masa orientasi sekolah, tetapi sepanjang tahun dengan berbagai modus, intensitas dan pelaku. Menghilangkan perilaku *bullying* di sekolah bukan perkara mudah. Faktor penyebabnya sangat kompleks. Dapat disebabkan karena faktor yang bersifat individual, kultural dan struktural. *Bullying* perlu diminimalisasi karena *bullying* tidak boleh ada dalam dunia pendidikan. Konsep sekolah tanpa *bullying* perlu dikomunikasikan seawal mungkin saat siswa diterima di sekolah dan orangtua juga memperoleh informasi mengenai hal tersebut. Dengan demikian siswa sejak awal sudah memahami nilai-nilai yang diberlakukan di sekolah dan orangtua juga ikut membantu. Disamping itu seluruh jajaran sekolah juga harus memperoleh pemahaman dan ketrampilan memadai untuk menangani persoalan. Siswa juga perlu diberikan pemahaman tentang *bullying* dan dampaknya. Sehingga sekolah menjadi tempat nyaman bagi siswa.

(12) Penelitian yang dilakukan Istiani (2013) dari IAIN Mataram dengan judul *"Konsep Kecerdasan Emosi Daniel Goleman dan Relevansinya terhadap Kesehatan Mental Manusia"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesehatan emosi sangat berpengaruh bagi kesehatan mental, seorang yang belum memiliki kecerdasan emosi biasanya akan mudah mengalami gangguan kejiwaan, dan mudah larut dalam kesedihan jika mengalami kegagalan.

Apabila muncul perilaku-perilaku negatif yang disebabkan oleh kurangnya kecerdasan emosi akan merugikan bagi orang lain yang berada di sekitarnya. Oleh karena itu, kecerdasan emosi sangat diperlukan bagi setiap orang, karena dengan kecerdasan emosi orang akan memiliki rasa intropeksi yang tinggi, sehingga manusia tidak akan mudah marah, egois, tidak mudah putus asa, dan selalu memiliki rasa lapang dada dalam menghadapi berbagai persoalan hidup.

(13) Penelitian yang dilakukan Hidayati (2012) dari Universitas Muhammadiyah Gresik dengan judul *"Bullying pada Anak: Analisis dan Alternatif Solusi"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permasalahan *bullying* begitu serius dan hal ini bukan hanya serius bagi pihak-pihak yang menjadi korban, tetapi hal ini merupakan permasalahan besar bagi kita semua. Dilihat dari banyaknya kasus yang terjadi, *bullying* jelas merupakan permasalahan yang mendesak untuk dicarikan berbagai alternatif solusi untuk diterapkan secara sistematis oleh seluruh pihak yang terkait, khususnya pihak orang tua dan pihak sekolah. Dampak yang luar biasa dari bullying yang bukan hanya mempengaruhi anak secara jangka pendek, namun juga jangka panjang harus menjadi alasan yang kuat bagi kita semua untuk segera bertindak. Berbagai alternatif solusi telah dimunculkan dan berbagai alternatif program intervensi telah ditawarkan, namun pada akhirnya keberhasilan penanganan *bullying* tergantung pada komitmen semua pihak untuk melaksanakan program anti *bullying* tersebut.

(14) Penelitian yang dilakukan Khoerunnisa (2011) dari Universitas Garut dengan judul *"Pengaruh Kecerdasan Emosional Siswa Terhadap Akhlak Siswa Kelas V SD Negeri Pakuwon II Garut Kota"*. Hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang dapat

mempengaruhi akhlak seorang siswa. Karena kualitas emosi itu mencirikan atau mendoron seorang individu untuk merespon, bertingkah laku atau memunculkan ekspresi terhadap stimulus, baik yang berasal dari dalam maup[un dari luar dirinya. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan akhlak siswa.

(15) Penelitian yang dilakukan Asmaya (2010) dari STAIN Purwokerto dengan judul *"Prinsip Melatih Kecerdasan Emosi Anak"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melatih kecerdasan emosi anak menjadi bagian penting dari tugas pengasuhan orangtua. Orangtua memiliki hubungan emosional yang tinggi kepada anak, karena anak terlahir dari rahim ibu dan buah cinta ayah. Orangtua menjadi figur penting dalam kehidupan anak (*significant orthers*). Denga demikian, orangtua memiliki pengaruh yang efektif untuk mempengaruhi dan menanamkan kecerdasan emosi kepada anak. Terdapat beberapa prinsip yang harus dikembangkan dalam melatih kecerdasan emosi anak meliputi: prinsip keteladanan, prinsip pengasuhan, pola komunikasi interaksional, menerapkan pola komunikasi suportif.

(16) Penelitian yang dilakukan Ramadhani dan Retnowati (2013) dari Universitas Gadjah Mada dengan judul *"Depresi pada Remaja Korban Bullying"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis *bullying*, baik secara fisik, verbal, dan relasional memiliki hubungan dengan depresi. Mengalami *bullying* memberikan sumbangan efektif terhadap munculnya depresi pada remaja sebesar 4,7%. Korelasi anatara mengalami *bullying* fisik dan depresi sebesar $r = 0.137$ ($p < 0.05$); *bullying* verbal berkorelasi dengan depresi $r = 0.209$

(p >0.01) dan *bullying* relasional berkolerasi depresi sebesar r = 0.196 (p <0.01). Tidak terdapat perbedaan skor depresi antara subjek laki-laki dan perempuan dengan t = -1,476 (p>0,05). Hasil penelitian tidak menemukan tidak terdapat perbedaan frekuensi *bullying* yang dialami subjek laki-laki dan perempuan dengan t=1,789 (p>0,05). Hasil menemukan perbedaan frekuensi *bullying* jenis fisik yang dialami oleh subjek laki-laki dan perempuan dengan t=2,167 (p<0,05). Laki-laki lebih banyak mengalami *bullying* dibandingkan perempuan.

(17) Penelitian yang dilakukan Faizah dan Amna (2017), Dosen dan Staf Pengajar Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh dengan judul *"Bullying dan Kesehatan Mental pada Remaja Sekolah Menengah Atas di Banda Aceh"*. Data analisis menggunakan statistik non parametrik dengan teknik korelasi Rho Spearman. Hasil menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (r) = -0,157 dengan nilai signifikan (p) = 0,002 (p<0,05), yang artinya terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *bullying* dan kesehatan mental pada remaja Sekolah Menengah Atas di Banda Aceh.

(18) Penelitian yang dilakukan Nurafni, dkk (2017), Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh dengan judul *"Kecerdasan Emosional Siswa Sekolah Dasar Negeri (SDN) dengan Siswa Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) di Kota Banda Aceh"*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecerdasan emosional antara siswa SDN dengan SDIT di kota Banda Aceh. Hal ini dikarenakan kecerdasan emosional pada siswa Sekolah Dasar dipengaruhi oleh lingkungan sekolah, gaya pengasuhan dan pengajaran di sekolah, pemberian pengetahuan agama, serta

pengaruh sosial budaya dan adat istiadat yang ada di Aceh. Tidak ditemukan pula perbedaan kecerdasa emosional berdasarkan jenis kelamin antara siswa SDN dan SDIT. Hal tersebut dikarenakan masing-maasing siswa, baik laki-laki maupun perempuan sama-sama merasakan emosi di kehidupan serta pola emosi yang masih dalam tahap perkembangan.

(19) Penelitian yang dilakukan Sari dan Santoso (2018) dari Universitas Pendidikan Indonesia dengan judul *"Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Kecerdasan Emosional"*. Dari analisis data, diperoleh kesimpulan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi belajar siswa. Dengan motivasi belajar yang tinggi, diharapkan mereka dapat berkarir dan bersaing di dunia kerja. Kecerdasan emosi atau *emotional intelligence* merujuk pada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain, dengan demikian siswa SMK diharapkan dapat memiliki kompetensi keahlian yang berkualitas guna mempersiapkan diri untuk terjun di dunia kerja.

(20) Penelitian yang dilakukan Asyik, dkk (2015) dari Universitas Sam Ratulangi Manado dengan judul *"Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kecerdasan Emosional pada Anak Usia Remaja Dikelurahan Soasio Kota Tidore Kepulauan"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh orang tua yang diberikan kepada remaja dikelurahan Soasio Kota Tidore Kepulauan menunjukkan sebagian sudah baik dan dari hasil tersebut tidak terdapat

hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kecerdasan Emosional di Kleurahan Soasio Kota Tidore Kepulauan.

(21) Penelitian yang dilakukan Sufriani dan Sari (2017) dari Universitas Syiah Kuala dengan judul *"Faktor yang mempengaruhi Bullying pada Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh"*. Alat pengumpulan data berupa kuesioner dalam bentuk skala *likert* dengan metode wawancara. Analisa data menggunakan uji *Chi Square* (2x2) dengan *Confidence Interval* 95% (a = 0,05). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara faktor individu (*P-value* = 0,000), faktor keluarga (*P-value* = 0,000), faktor teman sebaya (*P-value* = 0,003), faktor sekolah (*P-value* = 0,048), faktor media (*P-value* = 0,042) dengan tindakan *bullying* pada anak usia sekolah. Diharapkan pihak sekolah dapat meningkatkan kedisiplinan di sekolah dan memberikan bimbingan konseling pada pelaku *bullying*. Bagi orang tua diharapkan membimbing anak dengan pengajaran dan teladan serta tidak membiarkan anak melakukan sesuatu tanpa pengawasan orang tua seperti penggunaan media elektronik dan media massa.

(22) Penelitian yang dilakukan Hermalinda, dkk (2017) dari Universitas Andalas dengan judul *"Hubungan Karakteristik Remaja dengan Perilaku Bullying pada Siswa SMP di Kota Padang"*. Alat pengumpulan data adalah kuesioner yang terdiri atas pertanyaan tentang data umum anak dan kuesioner perilaku *bullying*. Data dianalisis dengan menggunakan uji *Mann Whitney* dan *Kruskall Wallis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying* yang dilakukan siswa hampir sebagian adalah *bullying* verbal, diikuti *bullying* fisik, dan

terakhir *bullying* sosial. Terdapat perbedaan antara perilaku bullying dengan jenis kelamin dan sosil ekonomi.

(23) Penelitian yang dilakukan Marela, dkk (2017) dari Universitas Gadjah Mada dengan judul *"Bullying Verbal Menyebabkan Depresi pada Remaja SMA di Kota Yogyakarta"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *bullying* yang paling banyak dialami remaja adalah *bullying* verbal sebesar 47%, *bullying* fisik sebesar 30%, *bullying* sosial sebesar 20%, dan *cyberbullying* sebesar 3%. Analisis bivariabel menunjukkan bahwa hubungan yang bermakna antara korban *bullying* dengan depresi diperoleh nilai RP 1,57 (95%CI 1,10-2,22), menjelaskan remaja mengalami depresi dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami *bullying*.

(24) Penelitian yang dilakukan Aryuni (2017) dengan judul *"Strategi Pencegahan Bullying Melalui Program "Sekolah Care" Bagi Fasilitator Sebaya".* Berdasarkan penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa: (1) adanya peningkatan yang signifikan terhadap pngetahuan tentang keterampilan memimpin diskusi kasus pada subjek yang berada pada kelompok eksperimen, dan (2) terdapat perbedaan peningkatan skor keterampilan memimpin diskusi kasus yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen lebih tinggi kenaikan skornya dibandingkan dengan kelompok kontol setelah diberi perlakuan berupa pelatihan "Sekolah Care". Program pelatihan "Sekolah Care" terbukti dapat meningkatkan pengetahuan tentang keterampilan memimpin diskusi kasus dengan tema bullying pada subjek yang berada dalam kelompok eksperimen.

(25) Penelitian yang dilakukan Jan dan Husain (2015) dari Allama Iqbal Open

University, Islamabad, Pakistan dengan judul *"Bullying in Elementary School: Its Causes and Effects on Students"*. Berikut ini penelitian dari Jan dan Husain:

> *Bullying* is an everlasting problem in the lives of school kids. It is a problem that affects all students, the person who *bully*, those who are victims. And the persons who witnesses to interpersonal violence. *Bullying* may include verbal and physical assaults, threats, 'jokes' or language, mockery and criticizing, insulting behaviour and facial expressions. These factors work individually, or collectively, to contribute to a child's likelihood of *bullying*. *Bullying* is difficult to eradicate in schools because it is so often effectively used by students. Teachers as proffesionals have to deal with the consequences of pupil-on-pupil *bullying*. The impact of prejudice-related *bullying* should not be underestimated. *Bullying* must be recognized, understood and taken seriously.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Bullying* merupakan masalah abadi yang selalu menghantui kehidupan anak-anak sekolah. *Bullying* menyebabkan seseorang menjadi pelaku, korban, dan penonton *bullying*. *Bullying* terdiri dari bullying verbal, fisik, ancaman, ejekan, kritik, menghina, Faktor yang mempengaruhi *bullying* adalah faktor internal atau faktor dalam diri seseorang dan faktor eksternal atau lingkungan seseorang. *Bullying* sulit di cegah karena kurangnya pemahaman siswa tentang *bullying*. Guru berkewajiban memberikan pemahaman kepada siswa mengenai *bullying* agar *bullying* dapat di minimalisasikan. Dampak *bullying* tidak boleh diremehkan. *Bullying* harus disadari, dipahami, dan ditanggapi dengan serius.

26) Penelitian yang dilakukan Saptoto (2010) dari Universitas Gadjah Mada dengan judul *"Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kemampuan Coping Adaptif"*. Hasil uji hipotesis penelitian menunjukkan diterimanya tiga dari empat hipotesis minor yang diajukan oleh peneliti, yaitu hipotesis minor pertama,

kedua, dan keempat. Diterimanya ketiga hipotesis minor penelitian tersebut menunjukkan bahwa secara umum hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Secara umum terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan kemampuan *coping* adaptif. Semakin tinggi kecerdasan emosi seseorang, maka akan semakin tinggi pula kemampuan *coping* adaptifnya. Semakin rendah kecerdasan emosi sesorang, maka akan semakin rendah pula kemampuan *coping* adaptifnya.

27) Penelitian yang dilakukan Manizar (2016) dari UIN Raden Fatah Palembang dengan judul *"Mengelola Kecerdasan Emosi"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran guru sangat besar dalam mengembangkan emosi siswa agar emosinya menjadi cerdas, karena kecerdasan emosi akan menghasilkan siswa yang berkualitas dan sukses kehidupannya. Mengenal kecerdasan emosi siswa antara lain dengan cara mengenal emosi diri sendiri, mengelola emosi dan memotivasi diri sendiri. Di dalam proses pembelajaran mengelola kecerdasan emosi yang positif pada diri anak serta membuat lingkungan belajar yang menyenangkan. Muatan pembelajaran tidak terlalu sarat dengan muatan aspek kognitif tetapi diperluas dengan aspek psikomotorik dan afektif sehingga kecerdasan emosi dapat terbangun.

28) Penelitian yang dilakukan Papacosta, dkk (2014) dari Educational Psychology Service, Nicosia, Cyprus dengan judul *"Bullying Phenomenon and Preventive Programs in Cyprus's School System".* Berikut ini penelitian dari Papacosta, dkk:

The epidemiological study and the preventive programs presented

> were developed in the European context of Daphne II, and Daphne III, coordinated by Greece with Coordinating Organization, the <<Association for the Psychosocial Health of Children and Adolescents>>. Other countries involved were, Cyprus, Lithuania, Poland, and Germany. The aim of these programs was to educate primary school students about *bullying* and its diverse forms, to provide them the necessary guidelines to identify *bullying* behavior and to develop the necessary mechanisms for reporting it. Findings suggest that *bullying* in schools in Cyprus is a reality and can cause victims PTSD symptomatology serious problems in mental health and overall funchtionality.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa studi epidemiology dan program pencegahan yang disajikan dikembangkan dalam konteks Eropa Daphne II dan Daphne III, dikoordinasikan oleh Yunani dengan Organisasi Koordinasi, <<Asosiasi untuk Kesehatan Psikososial Anak dan Remaja>>. Negara lain yang terlibat adalah Cyprus, Lithuania, Polandia, dan Jerman. Tujuan dari prgram ini adalah untuk mendidik siswa Sekolah Dasar tentang *Bullying* dan bentuknya yang beragam, untuk memberi mereka pedoman yang diperlukan untuk mengidentifikasi perilaku *bullying* dan untuk mengembangkan mekanisme yang diperlukan untuk melaporkannya. Temuan menunjukkan bahwa *bullying* di sekolah-sekolah Cyprus adalah kenyataan dan dapat menyebabkan gejala serius PTSD pada kesehatan mental dan fungsi keseluruhan.

29) Penelitian yang dilakukan Rivers, dkk (2009) dari Brunel University London Inggris dengan judul *"Observing Bullying at School: The Mental Health Implications of Witness Status"*. Berikut ini penelitian dari Rivers, dkk:

> This study explores the impact of *bullying* on the mental health of students who witness it. A representative sample of 2,002 students aged 12 to 16 years attending 14 schools in the United Kingdom were surveyed using a questionnaire that included measures of *bullying* at school, substance abuse, and mental health risk. The results suggest that observing *bullying* at school predicted risks to mental health over and above that predicted for

> those students who were directly involved in *bullying* behavior as either a perpetrator or a victim. Observing others was also found to predict higher risk irrespective of whether students were or were not victims themselves. The results are discussed with reference to past research on bystander and witness behavior.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penonton atau saksi mata terjadinya *bullying* di sekolah mengalami risiko kesehatan mental lebih dari yang diperkirakan bagi para siswa yang terlibat langsung dalam perilaku *bullying* sebagai pelaku atau korban. Mereka terus memngingat kejadian yang pernah mereka lihat. Mereka takut untuk melaporkan kejadian yang mereka lihat. Mereka takut akan menjadi korban selanjutnya apabila mereka melaporkan perilaku *bullying* tersebut pada pihak sekolah maupun pihak orang tua. Mereka semakin tertekan yang membuat kesehatan mental mereka terganggu oleh kejadian tersebut.

30) Penelitian yang dilakukan Sugiariyanti (2009) dari Universitas Negeri Semarang dengan judul *"Perilaku Bullying Pada Anak dan Remaja"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) jenis perilaku *bullying* pada anak yang paling banyak terjadi adalah *bullying* fisik, sedangkan jenis perilaku *bullying* pada remaja adalah *bullying* verbal; (2) Lokasi pertama terjadinya perilaku *bullying* pada anak maupun remaja paling banyak di ruang kelas; (3) Jumlah siswa yang tidak tahu perannya dalam situasi *bullying* pada remaja lebih banyak daripada anak; dan (4) Tingkat pemahaman anak tentang perilaku *bullying* masih banyak yang rendah dibandingkan remaja.

31) Penelitian yang dilakukan Irmansyah, dkk (2009) dari University of Melbourne dengan judul *"Human Rights of Persons with Mental Illness in Indonesia: More Than Legislation is Needed"*. Berikut ini penelitian dari Irmansyah, dkk:

> The focus of the Indonesian Constitution on rights pre-dated the Universal Declaration, Indonesia has ratified relevant international covenants and domestic law provides an adequate legal framework for human rights protections. However, human rights abuses persist, are widespread, and go essentially unremarked and unchallenged. The National Human Rights Commission has only recently become engaged in the issue of protection of the rights of persons with mental illness.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Fokus Konstitusi Indonesia tentang hak-hak yang telah diatur oleh Deklarasi Universal telah mengalami revisi dan disesuaikan dengan perjanjian Internasional dan relevan dengan hukum domestik untuk memberikan kerangka hukum yang memadai untuk perlindungan Hak Asasi Manusia. Namun, pelanggaran Hak Asasi Manusia tetap ada, tersebar luas, dan pada dasarnya tidak berubah dan tida tertandingi. Komisi Hak Asasi Manusia Nasional baru-baru ini terlibat dalam masalah perlindungan hak-hak orang dengan penyakit mental.

32) Penelitian yang dilakukan Arofa, dkk (2018) dari Universitas Muhammadiyah Malang dengan judul *"Pengaruh Bullying terhadap Empati Ditinjau dari Tipe Sekolah"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap perilaku *bullying* ditinjau dari tipe sekolah dengan mengendalikan empati. Besaran nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p \leq 0,05 = 0,000 \leq 0,05$) yang berarti ada perbedaan perilaku *bullying* antara sekolah dengan jenis kelamin sama dan sekolah dengan dua jenis kelamin setelah dikendalikan oleh empati dan tidak ada perbedaan yang signifikan pada perilaku *bullying* antara tipe sekolah sekolah dengan jenis kelamin sama dan sekolah dengan dua jenis kelamin, perilaku *bullying* dapat terjadi dimana saja tanpa harus mengaitkan dengan tipe sekolah dan adanya hubungan antara perilaku *bullying* dan empati walapun nilai hubungan bersifat lemah.

33) Penelitian yang dilakukan Sari dan Azwar (2017) dari Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang dengan judul *"Fenomena Bullying Siswa: Studi Tentang Motif Perilaku Bullying Siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Pertama, sikap apatis dari lingkungan menyebabkan angka *bullying* semakin tinggi di lingkungan sekolah. Kedua, keseluruhan pelaku *bullying* merupakan korban, sehingga korban berubah menjadi seorang pelaku *bullying*. Ketiga, tujuan korban menjadi pelaku *bullying* adalah untuk melindungi diri, serta untuk mendapatkan rasa aman dari lingkungannya. Selain itu pelaku juga melakukan *bully* untuk tujuan membalaskan dendamnya, hal ini karena pelaku pernah menjadi korban. Balas dendam tersebut berupa peniruan dari perilaku yang diterimanya.

34) Penelitian yang dilakukan Adilla (2009) dari Universitas Indonesia dengtan judul *"Pengaruh Kontrol Sosial terhadap Perilaku Bullying Pelajar di Sekolah Menengah Pertama"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelajar laki-laki lebih sering menggunakan tindakan *bullying* terhadap pelajar lain baik secara langsung (fisik) maupun tidak langsung dibandingkan dengan pelajar perempuan. Perbedaan pola pergaulan dan stereotipe yang sudah terbangun di masyarakat menyebabkan anak perempuan lebih cenderung mengutamakan perasaan. Di lain sisi, anak perempuan lebih terkontrol dan diawasi dengan baik oleh lingkungan masyarakat. Akan tetapi, baik pelajar laki-laki maupun perempuan di SMP Negeri lebih mudah melakukan tindakan *bullying* secara tidak langsung (non-fisik) daripada fisik. Hal ini disebabkan oleh kontrol sosial yang dimiliki pelajar pada kebijakan dan norma sekolah kuat untuk

menghindari mereka dari perilaku *bullying* secara fisik, namun cenderung tidak memperngaruhi mereka dalam melakukan perilaku *bullying* secara fisik.

35) Penelitian yang dilakukan Irmansyah dan Apriliawati (2016) dari Universitas Muhammadiyah Jakarta dengan judul *"Hubungan Dukungan Orangtua dengan Resiliensi Remaja dalam Menghadapi Perilaku Bullying di SMPN 156 Kramat Pulo Gundul Jakarta Pusat Tahun 2016"*. Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan yang signifikan dari dukungan orangtua dengan *resiliensi* remaja dalam menghadapi perilaku *bullying* di SMPN 156 Kramat Pulo Gundul Jakarta Pusat dengan P *Value* = 0,036 (P *Value* 0,036 < α 0,05). Perlu adanya peran aktif orangtua untuk memberikan dukungan dan pengarahan dalam menghadapi masalah *bullying* sehingga tidak menyebabkan menurunnya *resiliensi* remaja dalam menghadapi masalah tersebut dan diharapkan tidak menganggu perkembangan masa remaja.

36) Penelitian yang dilakukan Aini (2018) dari Universitas Muhammadiyah Malang dengan judul *"Self Esteem pada Anak Usia Sekolah Dasar untuk Pencegahan Kasus Bullying"*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kasus *bullying* dapat ditangani dengan menggunakan beberapa metode yang disesuaikan dengan konten permasalahannya. Optimalisasi *self esteem* merupakan salah satu cara yang dapat diterapkan untuk mencegah kasus *bullying* pada anak usia sekolah dasar. *Self esteem needs* merupakan salah satu kebutuhan yang tidak dapat diabaikan dalam kehidupan anak. Kebutuhan penghargaan diri yang baik terhadap diri anak dapat meningkatkan kepercayaan dirinya. Dukungan dan keterlibatan lingkungan keluarga dan sekolah sangat dibutuhkan untuk

mencapai kebutuhan *self esteem*. Koordinasi yang baik dari lingkungan keluarga dan sekolah untuk mendukung peningkatan *self esteem* dapat menciptakan anak dengan konsep diri yang baik sehingga dapat mengatasi berbagai masalah *bullying* yang berasal dari lingkungannya.

2.3 Kerangka Berpikir

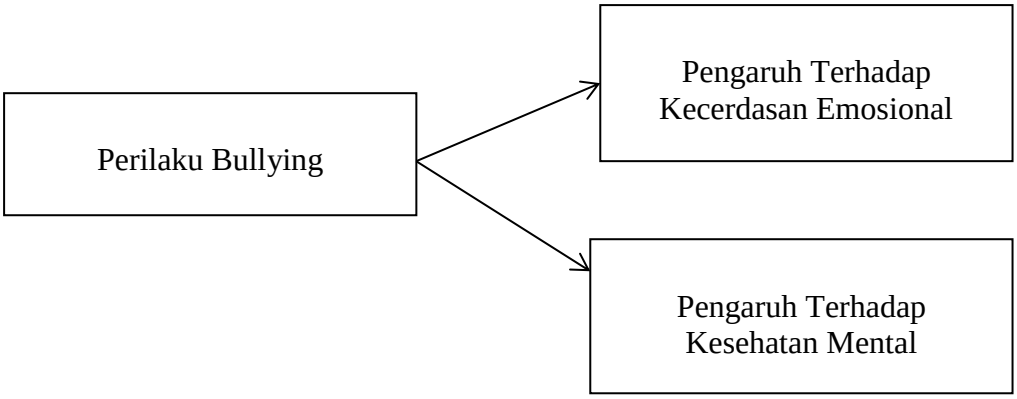
Bullying semakin marak di bicarakan pada jaman canggih seperti saat ini. *Bullying* bukan terjadi di Indonesia tetapi di negara-negara seluruh dunia. *Bullying* bukan hanya terjadi di kalangan orang dewasa, tetapi dapat terjadi di kalangan anak-anak seperti *bullying* yang terjadi di Sekolah Dasar. Kurangnya pemahaman dari orang-orang yang telah mengetahui apa itu *bullying* sebenarnya, dan juga kurangnya peran pemerintah terkait usaha dalam meminimalisir *bullying* di masyarakat terutama di Sekolah Dasar.

Bullying berdampak negatif bagi perkembangan siswa, baik sebagai korban maupun sebagai pelaku. Pengaruh yang ditimbulkan adalah adanya kerusakan psikologis yang mendalam, menurunnya tingkat kepercayaan diri. Hal tersebut menimbulkan anak tersebut menarik diri dari pergaulan di masyarakat. Mereka menjadi pribadi yang murung dan lemah. Bahkan terlalu putus asanya, mereka para korban *bullying* bisa mempunyai ide untuk bunuh diri karena mereka berpikir buat apa mereka hidup di dunia ini dengan hidup yang selalu di *bullying* oleh orang lain.

Perilaku *bullying* perlu mendapatkan perhatian khusus terutama dari guru. Upaya memutus mata rantai *bullying* perlu dilakukan. Untuk itu diperlukan

pemahaman tentang *bullying*, dan pengaruh yang ditimbulkan oleh *bullying* terhadap kecerdasan emosional dan kesehatan mental .

Berdasarkan uraian kerangka berfikir tersebut, dapat digambarkan alur pemikiran seperti bagan 2.1 berikut ini.



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir

BAB 5

PENUTUP

Penelitian yang berjudul "Pengaruh *Bullying* terhadap Kecerdasan Emosional dan Kesehatan Mental anak di SD Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang" telah selesai dilaksanakan. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan dan saran dalam penelitian ini. Uraian sebagai berikut.

5.1 Simpulan

Kepala sekolah, guru kelas IV, siswa kelas IV dan orang tua siswa belum memahami perilaku bullying. bullying masih dianggap sebagai tindakan yang wajar dilakukan siswa, terutama pada siswa kelas tinggi. Mereka beranggapan bahwa tindakan *bullying* akan hilang dengan sendirinya seiring berjalannya waktu. Bentuk-bentuk *bullying* yang terjadi antara lain *bullying* verbal, *bullying* fisik, dan *bullying* relasional (pengucilan). *Bullying* verbal berupa ejekan menggunakan nama julukan. Bentuk *bullying* fisik berupa penyerangan yang disertai dengan pemukulan di berbagai anggota tubuh seperti pipi dan perut. *Bullying* relasional terjadi di dalam maupun di luar kelas, berupa penolakan untuk masuk kelompok belajar, dan pengucilan dalam bermain.

Faktor yang menyebabkan *bullying* diantaranya yaitu rasa dengki, kurang perhatian dari guru kelas maupun keluarga, sikap ingin terlihat kuat dan keren, dan

rasa balas dendam yang ia miliki. Kejadian di masa lalunya sangat berpengaruh terhadap perubahan sikap dan emosi anak. Anak dapat berubah menjadi orang lain setelah mengalami bullying baik sebagai korban maupun pelaku.

Pengaruh yang ditimbulkan oleh *bullying* terhadap kecerdasan emosi dan kesehatan mental adalah anak menjadi pribadi yang pemurung, pesimis, apatis terhadap lingkungan sekitar, penurunan nilai akademik dan mudah menangis jika anak tersebut sebagai korban. Sedangkan pribadi yang senang diatas penderitaan orang lain, merasa kuat, dan mudah marah jika keinginannya tidak terkabul jika anak tersebut sebagai pelaku.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian serta simpulan yang telah dipaparkan pada bagian sebelumnya, peneliti memberikan saran sebagai berikut.

Hendaknya guru lebih mewaspadai ejekan atau bentuk kekerasan lain yang dilakukan oleh siswa. Melakukan pengawasan pada situasi sosial siswa, merupakan sikap yang tepat untuk memutus mata rantai perilaku *bullying*. Pengawasan juga penting berkaitan dengan perubahan sikap yang ada pada siswa. Apabila ada perubahan negatif pada sikap siswa, hendaknya guru mencari tahu penyebab hal tersebut terjadi. Informasi tentang penyebab perubahan sikap, sangat berguna dalam menyusun strategi yang digunakan untuk meminimalisir, atau untuk menghilangkan dampak negatif perubahan tersebut.

Hendaknya siswa dan seluruh warga sekolah lainnya menghentikan secara langsung saat menyaksikan perilaku *bullying*. Tindakan menghentikan dapat dilakukan dengan mengomentari, menasehati, atau memisah korban dengan pelaku. Dukungan dari orang lain, terutama dukungan dari teman sebaya terbukti dapat menurunkan, bahkan menghentikan perilaku *bullying.* Jika takut ikut menjadi sasaran pelaku, maka cara yang paling sederhana dan mudah adalah melapor kepada guru, kepala sekolah, atau ke orang dewasa yang dianggap mampu melindungi.

Hendaknya mahasiswa calon guru menjadikan temuan dalam penelitian ini sebagai bahan kajian dalam merumuskan strategi yang lebih tepat untuk memutus mata rantai *school bullying*. Temuan dalam penelitian ini hendaknya juga dijadikan sebagai bahan rujukan, sebagai solusi jika nantinya menemui permasalahan yang sama ketika menjadi guru.

Hendaknya Orang tua lebih memperhatikan perkembangan perilaku anak. Apabila terdapat perubahan sikap, orang tua hendaknya mencari tahu penyebabnya, dan berkonsultasi dengan guru di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, Nandiyah. 2013. Meminimalisasi *Bullying* di Sekolah. Magistra, 27 (83): 50-55. http://download.portalgaruda.org/article (diakses 12/06/2018).

Adilla, Nissa. 2009. Pengaruh Kontrol Sosial terhadap Perilaku *Bullying* Pelajar di Sekolah Menengah Pertama. Jurnal Kriminologi Indonesia, 5 (1): 56-66. https://ejournal.ui.ac.id/index.php/jki/index (diakses 20/04/2018).

Aini, D., F., N., 2018. *Self Esteem* Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus *Bullying*. Jurnal Pemikiran dan Pengembangan SD, 6 (1): 36-46. https://jurnal.umm.ac.id/index.php/jp2sd/article/view/5901 (diakses 16/06/2018).

Ali, Mohammad. 2011. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik.* Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Andika, Dimas. 2016. Perilaku School *Bullying* pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Panggung 7 Kecamatan Tegal Timur Kota Tegal. Skripsi. http://lib.unnes.ac.id (diakses 22/02/2018).

Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: Rineka Cipta.

Arofa, Isnaini Zakiyyah, dkk. 2018. Pengaruh Perilaku *Bullying* terhadap Empati Ditinjau dari Tipe Sekolah. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 06 (01): 74-92. https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/5435 (diakses 16/06/2018/).

Aryuni, Muthia. 2017. Strategi Pencegahan *Bullying* melalui Program "Sekolah Care" bagi Fasilitator Sebaya. Asian Journal of Environment, History and Heritage, 1 (1):211-222. http://spaj.ukm.my/ajehh/index.php (diakses 10/04/2018).

Asmaya, Enung. 2010. Prinsip Melatih Kecerdasan Emosi Anak. Jurnal Dakwah dan Komunikasi, 4 (2): 314-328. http://ejournal.iainpurwokerto.ac.id/index.php/komunika/article/view/159 (diakses 10/03/2018).

Astuti, Ponny Retno. 2008. *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi Kekerasan Pada Anak*. Jakarta: UI Press.

Asyik, F., M., dkk. 2015. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kecerdasan Emosional pada Anak Usia Remaja di Kelurahan Soasio Kota Tidore Kepulauan. Ejournal Keperawatan, 3 (2): 1-6.

https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/8161 (diakses 15/05/2018).

Brown, Casey & Patterson T. Steven. 2012. *Bullying* and School Crisis Intervention. International Journal of Humanities and Social Science, 2 (7): 1-5. www.ijhssnet.com. (diakses 18/01/2018).

Chakrawati, Fitria. 2015. *Bullying Siapa Takut*. Solo: Tiga Ananda.

Dewi, Kartika Sari. 2012. *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Semarang: UPT UNDIP Press Semarang.

Dwipayanti, I., A., & Indrawati, K., R. 2014. Hubungan antara Tindakan *Bullying* dengan Prestasi Belajar Anak Korban *Bullying* pada Tingkat Sekolah Dasar. Jurnal Psikologi Udayana, 1 (2): 251-260. http://simdos.unudac.id/uploads/file_penelitian_1_dir (diakses 10/05/2018).

Diyantini, Ni Kadek, dkk. 2015. Hubungan Karakteristik dan Kepribadian Anak dengan Kejadian *Bullying* pada Siswa Kelas V di SD "X" di Kabupaten Badung. COPING Ners Journal, 3 (3): 93-99. http://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/13933 (diakses 10/05/2018).

Edupost. (2015). *Riset ICRW: 84 persen Anak Indonesia Alami Kekerasan di Sekolah*. Tersedia di http://edupost.id/berita-pendidikan/riset/icrw-84-persen-anak-indonesia-alami-kekerasan-di-sekolah (diakses 30 Januari 2018).

Faizah, Firsta, & Amna, Zaujatul. 2017. Bullying dan Kesehatan Mental Pada Remaja Sekolah Menengah Atas di Banda Aceh. International Journal of Child and Gender Studies, 3 (1): 77-84. http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index (diakses 04/03/2018).

Fithria, & Auli, Rahmi. 2016. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Peilaku *Bullying*. Idea Nursing Journal, 7 (3): 9-17. http://jurnal.unsyiah.ac.id/INJ/article/view/6440 (diakses 08/02/2018).

Goleman, D. 2017. *Emotional Intellegence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Halimah, Andi, dkk. 2015. Persepsi pada *Bystander* terhadap Intensitas *Bullying* pada Siswa SMP. Jurnal Psikologi, 42 (2): 129-140. https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7168 (diakses 25/05/2018).

Hanurawan, Fattah. 2012. Strategi Pengembangan Kesehatan Mental di Lingkungan Sekolah. Jurnal Bimbingan dan Konseling "PSIKOPEDAGOGIA", 1 (1): 1-7.

http://journal.uad.ac.id/index.php/PSIKOPEDIA/article/view/2572 (diakses 08/02/2018).

Hermalinda, Dewita, & Oktarina, Elvi. 2017. Hubungan Karakteristik Remaja dengan Perilaku *Bullying* pada Siswa SMP di Kota Padang. Jurnal Keperawatan Soedirman, 12 (1): 1-11. https://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/677 (diakses 18/03/2018).

Hidayat, dkk. 2014. *Bimbingan Konseling, Kesehatan Mental di Sekolah*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Hidayati, Nurul. 2012. *Bullying* pada Anak: Analisis dan Alternatif Solusi. INSAN, 14 (01): 41-48. https://ejournal.unair.ac.id/filerPDF/article (17/07/2018).

Irmansyah, Deri, & Apriliawati, Anita. Hubungan Dukungan Orangtua dengan *Resiliensi* Remaja Dalam Menghadapi Perilaku Bullying di SMPN 156 Kramat Pulo Gundul Jakarta Pusat Tahun 2016. Indonesian Journal of Nursing Science and Practice. https://jurnal.umj.ac.id/index.php/ijnsp/article/view/2697 (diakses 25/04/2018).

Irmansyah, Prasetyo, YA & Minas, H. 2009. Human Rights of Persons with Mental Illness in Indonesia: More Than Legislation is Needed. International Journal of Mental Health Systems, 3 (14): 1-10. http://www.ijmhs.com/content/3/14 (diakses 16/01/2018).

Istiani, Raudatun. 2013. Konsep Kecerdasan Emosi Daniel Goleman dan Relevansinya Terhadap Kesehatan Mental Manusia. Al-Tazkiah, 2 (1): 17-32. http://download.portalgaruda.org/article (diakses 15/05/2018).

Jan, MS., Afroz, & Husain Dr. Shafqat. 2015. *Bullying* in Elementary Schools: Its Causes and Effects on Students. Journal of Education and Practice, 6 (19): 43-56. www.iistc.org (diakses 05/02/2018).

Khoerunnisa. 2011. Pengaruh Kecerdasan Emosional Siswa Terhadap Akhlak Siswa (Penelitian di Kelas V SD Negeri Pakuwon II Garut Kota). Jurnal Pendidikan Universitas Garut, 05 (01): 30-43. www.journal.uniga.ac.id (diakses 28/02/2018).

Lestari, Windy Sartika. 2016. Analisis Faktor-faktor Penyebab *Bullying* di Kalangan Peserta Didik. SOSIO DIDAKTIKA: Social Science Education Journal, 3 (2): 147-157. http://repository.uinjkt.ac.id/dspace (diakses 11/04/2018).

Manizar, Ely. 2016. Mengelola Kecerdasan Emosi. Jurnal Pendidikan Agama Islam, 2 (2): 1-16. https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/Tadrib/article/view/1168 (diakses 16/06/2018).

Marela, Gitry, dkk. 2017. *Bullying* Verbal Menyebabkan Depresi pada Remaja SMA di Kota Yogyakarta. Jurnal Kedokteran, 33 (1): 43-48. https://jurnal.ugm.ac.id/bkm/article/view/8183 (diakses 18/03/2018).

Mashar, Riana, & Hidayah, Siti, Nur. 2017. *Bullying* di Sekolah. Edukasi Jurnal Penelitian dan Artikel Pendidikan, 3 (6): 119-172. http://journal.ummgl.ac.id/index.php/edukasi/article (diakses 10/03/2018).

Mawardah, Mutia, & Adiyanti, MG.. 2014. Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku *Cyberbullying*. Jurnal Psikologi, 41 (1): 60-73. https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/6958 (diakses 17/07/2018).

Moleong, Lexy J. 2010. *Metodologi Penetitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Notosoedirdjo, Moeljono & Latipun. 2016. *Kesehatan Mental edisi keempat: Konsep dan Penerapan*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

Nurafni, Murniati, Devi, & Khairani, Maya. 2017. Kecerdasan Emosional Siswa Sekolah Dasar Negeri (SDN) dengan Siswa Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) di Kota Banda Aceh. International Journal of Child and Gender Studies, 3 (1): 33-44. http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index (diakses 04/03/2018).

Papacosta, E., Sismani, Paradeisioti, A., & Lazarou, Ch. 2014. *Bullying* Phenomenon and Preventive Programs in Cyprus's School System. International Journal of Mental Health Promotion, 16 (1): 67-80. http://dx.doi.org/10.1080/14623730.2014.888894 (diakses 15/02/2018).

Rakhmawati, Ellya. 2013. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perilaku *Bullying* pada Siswa Kelas VIII SMP H Isriati Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010. Jurnal Penelitian PAUDIA, 2 (1): 142-162. http://download.portalgaruda.org/article (diakses 12/06/2018).

Ramadhani, Aprilia, & Retnowati, Sofia. 2013. Depresi pada Remaja Korban *Bullying*. Jurnal Psikologi, 9 (2): 73-79. https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/165 (17/07/2018).

Rivers, Ian, dkk. 2009. Observing *Bullying* at School: The Mental Health Implications of Witness Status. School Psychology Quarterly, 24 (4): 211-223). https://www.apa.org (diakses 05/03/2018).

Santrock, J, W. 2007. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.

Saptoto, Ridwan. 2010. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kemampuan *Coping* Adaptif. Jurnal Psikologi, 37 (1): 13-22. https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7789 (diakses 17/02/2018).

Sari, T., W., & Santoso, Budi. 2018. Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Kecerdasan Emosional. Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran, 1 (2): 111-116. https://ejournal.upi.edu/index.php/jpmanper/article/view/9463 (diakses 15/05/2018).

Sari, Y., P., & Azwar, Welhendri. 2017. Fenomena *Bullying* Siswa: Studi Tentang Motif Perilaku *Bullying* Siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam, 10 (2): 333-367. https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/ittimaiyya/index (diakses 20/04/2018).

Siswanto. 2007. *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. Yogyakarta: CV Andi Offset

Soeparwoto, Hendriyani, Rulita. & Litfiah 2007. *Psikologi Perkembangan*. Semarang: Unnes Press

Sucipto. 2012. *Bullying* dan Upaya Meminimalisasikannya. PSIKOPEDAGOGIA, 1 (1): 1-12. http://journal.uad.ac.id/index.php/PSIKOPEDIA/article/view/2566 (diakses 08/02/2018).

Sufriani, & Sari, Eva Purnama. 2017. Faktor yang Mempengaruhi *Bullying* pada Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh. Idea Nursing Journal, 8 (3): 1-10. http://jurnal.unsyiah.ac.id/INJ/article/view/9678 (diakses 07/02/2018).

Sugiariyanti. 2009. Perilaku *Bullying* pada Anak dan Remaja. Jurnal Ilmiah Psikologi, 1 (2): 101-108. https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/view/8900/5840 (diakses 17/02/2018).

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods).* Bandung: Alfabeta.

Sukmadinata. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Sundari, Siti. 2005. *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Jakarta: Rineka Cipta

Suryani. 2016. *Stop Bullying*. Bekasi: Soul Journey.

Taufiq, Agus, dkk. 2012. *Pendidikan Anak di SD*. Tangerang Selatan: Universitas Negeri Terbuka

Uno, H, B. 2012. *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran.* Jakarta: Bumi Aksara.

Wardhana, Katyana. 2015. *Buku Panduan Melawan Bullying.* https://pelindunganak.org/article-pdf/manual-book-sudah-dong.pdf (diakses 30 Januari 2018).

Wiguna, Tjhin, dkk. 2013. Gambaran *Bullying* dan Hubungannya dengan Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak Sekolah Dasar. Sari Pediatri, 15 (3): 174-180. https://www.researchgate.net/publication/312175499 (diakses 03/02/2018).

Wiyani, Novan Ardy. 2014. *Save Our Children from School Bullying*. Jogjakarta: Ar-Ruzz.

Yandri, Hengki, Daharnis, & Nirwana, Herman. 2013. Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling Untuk Pencegahan *Bullying* di Sekolah. Jurnal Ilmiah Konseling, 2 (1): 98-106. http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor (diakses 06/02/2018).

Yusuf, S.2009. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.