

KESEHATAN MENTAL ANAK SD DI TENGAH FENOMENA BULLYING: KAJIAN SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Yunita Ratna Dewi¹, Haifaturrahmah², Sukron Fujiaturrahman³

¹PGSD FKIP Universitas Muhammadiyah Mataram

²PGSD FKIP Universitas Muhammadiyah Mataram

³PGSD FKIP Universitas Muhammadiyah Mataram

Alamat e-mail : 1yunitaratna028@gmail.com , 2haifaturrahmah@yahoo.com ,

3sukronfu27@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to analyze the impact of bullying behavior on the mental health of elementary school children through a Systematic Literature Review (SLR) method. The literature sources were obtained from various internationally indexed databases, including Scopus, DOAJ, Scispace, and Google Scholar, covering publications from 2017 to 2025. The selection procedure was conducted systematically using strict inclusion and exclusion criteria to ensure relevant and representative findings. The analysis reveals that bullying behavior, particularly verbal and social forms, has a significant impact on the mental health of elementary school children. The effects include an increased risk of emotional problems such as anxiety, depression, post-traumatic stress disorder (PTSD), low self-esteem, and suicidal ideation. Furthermore, bullying contributes to reduced learning motivation, social isolation, and difficulties in adapting to the school environment. Based on the findings, it can be concluded that bullying serves as a major risk factor that hinders children's psychological well-being. Therefore, comprehensive actions involving schools, families, and communities are required to establish a safe, supportive, and mentally healthy educational environment for children.

Keywords: Mental health;bullying; and school bullying.

ABSTRAK

Studi ini bertujuan untuk menganalisis dampak perilaku bullying terhadap kesehatan mental anak-anak di tingkat sekolah dasar melalui metode **Systematic Literature Review** (SLR). Sumber-sumber literatur didapatkan dari berbagai database internasional yang terindeks, seperti Scopus, DOAJ, Scispace, dan Google Scholar, dengan periode publikasi antara tahun 2017 hingga 2025. Prosedur pemilihan dilakukan secara sistematis menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi yang ketat untuk memperoleh temuan yang relevan dan representatif. Hasil analisis menunjukkan bahwa perilaku perundungan, terutama yang bersifat verbal dan sosial, berdampak signifikan pada kesehatan mental anak-anak usia sekolah dasar. Efek tersebut termasuk peningkatan risiko masalah emosional seperti kecemasan, depresi, gangguan stres pascatrauma (PTSD), rendahnya harga diri, serta timbulnya pikiran untuk bunuh diri. Selain itu, bullying juga berkontribusi pada

berkurangnya motivasi belajar, isolasi sosial, dan kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil penyelidikan, dapat disimpulkan bahwa bullying adalah faktor risiko utama yang menghambat kesejahteraan psikologis anak, sehingga diperlukan tindakan yang menyeluruh dari pihak sekolah, keluarga, dan masyarakat untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang aman, mendukung, dan fokus pada kesehatan mental anak.

Kata Kunci: Kesehatan mental anak SD; Bullying di sekolah dasar; dan Bullying.

A. Pendahuluan

Kesehatan mental adalah elemen penting dari kesejahteraan anak yang berkontribusi besar terhadap perkembangan emosional, sosial, dan akademik. Anak-anak yang memiliki kondisi mental yang baik biasanya dapat mengatasi emosi dengan cara yang positif, menjalin hubungan sosial yang baik, dan menunjukkan hasil belajar yang maksimal di sekolah (Winda Manik et al., 2024). Di sisi lain, masalah dalam kesehatan mental dapat menghalangi proses penyesuaian dan kemampuan anak untuk mencapai potensi secara keseluruhan. Menurut WHO, kesehatan mental anak memiliki tingkat kepentingan yang sama dengan kesehatan fisik, karena keduanya saling berhubungan dalam menentukan kualitas hidup seseorang. Oleh karena itu, usaha untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan mental sejak usia sekolah dasar merupakan langkah penting dalam mendukung perkembangan anak secara menyeluruh dan berkesinambungan.

Sekolah dasar adalah periode yang sangat penting dalam perkembangan anak, di mana mereka mulai mendalami identitas diri dan memperluas kemampuan

bersosialisasi (Pebriyanti et al., 2025). Pada saat ini, anak-anak tak hanya belajar materi pelajaran, tetapi juga mengasah keterampilan mengendalikan emosi, bekerja sama dengan teman, serta mengenali aturan sosial di luar keluarga. Pengalaman sosial ini berperan sebagai dasar yang esensial dalam pembentukan karakter dan kemampuan berinteraksi yang nantinya akan mempengaruhi kehidupan sosial mereka di masa depan. Kesehatan mental yang terjaga dengan baik sangat berpengaruh dalam mendukung kemampuan anak untuk beradaptasi, berinteraksi dengan baik, serta sukses dalam proses belajar (Maha et al., 2025). Oleh karena itu, fokus pada kesehatan mental anak-anak di sekolah dasar adalah hal yang sangat penting untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak secara menyeluruh.

Dalam beberapa tahun terakhir, terlihat adanya peningkatan jumlah masalah emosional dan perilaku di kalangan anak-anak di usia sekolah dasar (Niriyah et al., 2024). Beragam sumber nasional menunjukkan bahwa frekuensi masalah psikologis seperti

kecemasan, stres, dan depresi ringan di kalangan anak-anak mengalami kenaikan yang signifikan. Situasi ini dipengaruhi oleh beragam faktor, termasuk tuntutan akademis, dinamika sosial di sekolah, dan perubahan kondisi dalam keluarga yang bisa berdampak pada kestabilan emosional anak. Meskipun demikian, sistem deteksi awal untuk masalah kesehatan mental di tingkat sekolah dasar belum berjalan dengan efektif. Kekurangan dalam layanan konseling, minimnya tenaga ahli di bidang psikologi pendidikan, dan rendahnya kesadaran dari sekolah serta orang tua mengenai pentingnya kesehatan mental anak mengakibatkan penanganan masalah menjadi kurang efisien (Dr. Yusnidar Yusuf, 2018). Oleh karena itu, perlu adanya penguatan sistem dukungan kesehatan mental di sekolah dasar dengan pendekatan yang bersifat pencegahan dan intervensi menyeluruh agar kesehatan psikologis anak dapat terjaga dengan baik (Wetik et al., 2024).

Keseimbangan antara dukungan sosial dan pengendalian perilaku di sekolah memiliki dampak yang besar terhadap kesehatan mental anak, seperti yang ditunjukkan oleh berbagai penelitian. Dukungan sosial, yang meliputi perhatian emosional dari teman sebaya dan guru, memiliki peranan penting dalam mengurangi efek buruk dari bullying dan tekanan akademik terhadap kesehatan mental siswa (Ringdal et al., 2020). Bullying, yang ditandai dengan agresi berulang dan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban, adalah

masalah yang cukup umum, mempengaruhi sekitar 20% hingga 30% siswa, dan dapat menyebabkan berbagai gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan bahkan kecenderungan untuk bunuh diri (Veronica, 2022). Lingkungan sosial di sekolah, yang termasuk interaksi antar siswa dan hubungan dengan guru, berperan sangat penting dalam memengaruhi kesejahteraan emosional dan psikologis siswa. Hubungan yang baik dengan teman sebaya dapat memperkuat rasa percaya diri dan keterampilan sosial, sementara pengalaman negatif seperti bullying bisa menyebabkan stres dan depresi (Cahyadi et al., 2024). Selain itu, iklim sekolah yang mendukung telah terbukti mampu mengurangi kemungkinan terjadinya bullying, seperti yang dicatat dalam studi di antara siswa sekolah menengah kejuruan yang menunjukkan bahwa suasana sekolah yang positif dan dukungan sosial yang tinggi berkaitan dengan rendahnya perilaku bullying (Ningsih et al., 2025). Oleh karena itu, penting untuk membangun lingkungan sekolah yang mendukung serta menerapkan pendekatan komprehensif dalam mencegah bullying demi meningkatkan kesehatan mental dan mengurangi perilaku menyimpang di kalangan siswa.

Bullying masih menjadi permasalahan yang meluas di sekolah dasar Indonesia dan muncul dalam berbagai bentuk, seperti kekerasan verbal, fisik, sosial, maupun siber, yang secara signifikan mengancam kesejahteraan psikologis anak.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pengalaman menjadi korban bullying dapat menimbulkan dampak serius terhadap kesehatan mental, termasuk munculnya gangguan kecemasan, depresi, bahkan kecenderungan bunuh diri, serta berpengaruh negatif terhadap prestasi akademik siswa (Arshy Prodyanatasari & Lauretha Devi Fajar Vantie, 2024) (Helmy Astiza Rut Hanani & Satria Yudistira, 2024). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) memiliki peran penting dalam menangani kasus-kasus tersebut melalui kegiatan advokasi dan edukasi publik, meskipun masih menghadapi sejumlah tantangan seperti keterbatasan sumber daya serta rendahnya kesadaran masyarakat terhadap isu perlindungan anak (Syifa et al., 2025). Selain itu, berbagai penelitian juga mengidentifikasi bahwa faktor-faktor yang berkontribusi terhadap munculnya perilaku bullying antara lain dinamika hubungan antar teman sebaya, pengaruh media sosial, serta pola pengasuhan orang tua. Hal ini menegaskan perlunya penerapan strategi pencegahan yang komprehensif dengan melibatkan peran sekolah, keluarga, dan masyarakat guna menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan anak (Puspitasari et al., 2025).

Bukti yang menunjukkan hubungan antara intimidasi dan kesehatan mental anak-anak menunjukkan konsistensi yang signifikan di berbagai kelompok dan metode penelitian. Beberapa tinjauan sistematis telah

mengeksplorasi hubungan ini secara mendalam. Salah satunya mengkaji 10 penelitian yang diterbitkan antara 2021 hingga 2025, dengan fokus pada siswa di sekolah dasar. Di sisi lain, (Agustiningsih et al., 2024) melakukan analisis sistematis terhadap 25 artikel yang memenuhi kriteria untuk disertakan, dengan penekanan khusus pada efek bullying dan cyberbullying terhadap kesehatan mental remaja. Selanjutnya, (Solihin et al., 2025) meneliti 30 artikel yang diterbitkan antara tahun 2015 hingga 2025, yang membahas baik dampak maupun strategi intervensi terkait isu tersebut.

Berbagai studi dan tinjauan sistematis menunjukkan adanya bukti yang konsisten mengenai dampak negatif pengalaman perundungan terhadap kesehatan mental anak, termasuk peningkatan gejala cemas, depresi, dan stres, serta penurunan prestasi akademik. Tinjauan terhadap sejumlah penelitian (contohnya Agustiningsih et al. , 2024; Solihin et al. , 2025) menunjukkan bahwa perundungan, baik yang bersifat langsung maupun digital, dapat memberikan dampak yang serius bagi kesehatan psikologis siswa, sedangkan dukungan sosial dan lingkungan sekolah yang positif memiliki peran penting sebagai faktor pelindung. Namun, terdapat perbedaan dalam fokus populasi, tipe perundungan, dan desain metodologi yang menyebabkan variasi hasil antara berbagai studi, serta penelitian yang bertujuan untuk lebih memahami anak-anak di tingkat sekolah dasar masih terbatas. Di samping itu,

perbedaan definisi dan alat ukur kesehatan mental turut menyulitkan perbandingan antar penelitian. Kesenjangan yang terlihat meliputi sedikitnya studi longitudinal yang meneliti efek jangka panjang dari perundungan di kalangan anak-anak SD, kurangnya analisis tentang efektivitas intervensi di sekolah dalam konteks Indonesia, serta terbatasnya bukti terkait mekanisme deteksi dini dan penanganan di jenjang pendidikan dasar. Selain itu, fenomena cyberbullying pada anak-anak usia dini masih belum banyak diteliti secara mendalam. Dengan mempertimbangkan kesenjangan tersebut, penelitian sistematis ini bertujuan untuk melakukan tinjauan komprehensif tentang pengaruh berbagai jenis perundungan terhadap kesehatan mental anak sekolah dasar, mengidentifikasi faktor risiko dan pelindung, mengevaluasi efektivitas intervensi pencegahan dan mitigasi, serta menilai kualitas metodologi dari studi-studi sebelumnya untuk menghasilkan rekomendasi berbasis bukti yang relevan untuk kebijakan pendidikan dasar dan penguatan layanan kesehatan mental di sekolah.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif melalui tinjauan literatur sistematis (*Systematic Literature Review - SLR*) yang bertujuan untuk menganalisis dan menyusun informasi dari berbagai studi mengenai kesehatan mental anak-anak di sekolah dasar dalam konteks tindak perundungan

(bullying). Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pola hubungan antara pengalaman menjadi korban bullying dan keadaan kesehatan mental anak-anak usia sekolah dasar, meneliti faktor-faktor risiko dan perlindungan yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis anak, serta menilai efektivitas intervensi yang dilakukan di lingkungan sekolah dasar. Proses pencarian literatur dilaksanakan secara terstruktur melalui berbagai basis data akademis seperti Google Scholar, Scopus, scispace, elicit, dan DOAJ dengan kurun waktu publikasi dari 2017 hingga 2025, menggunakan kata kunci seperti "kesehatan mental anak sekolah dasar", "bullying di sekolah dasar", "mental health of elementary school children", "school bullying", dan "psychological well-being". Adapun kriteria inklusi mencakup artikel yang memfokuskan diri pada anak-anak usia sekolah dasar (6–12 tahun), membahas hubungan antara bullying dan kesehatan mental, menggunakan metode empiris atau kualitatif yang hasilnya bisa dianalisis secara sistematis, serta diterbitkan dalam jurnal ilmiah yang terakreditasi.

Sementara itu, kriteria eksklusi terdiri dari studi yang menargetkan remaja atau mahasiswa, artikel non-ilmiah seperti kolom opini dan editorial, serta publikasi yang tidak tersedia dalam bentuk teks lengkap. Tahapan seleksi dan pengambilan data berlangsung melalui proses identifikasi, penyaringan (*screening*), dan penilaian akhir (*eligibility*) terhadap artikel-artikel

yang relevan. Informasi yang diambil mencakup nama penulis, tahun terbit, tujuan penelitian, metode yang digunakan, karakteristik subjek, temuan utama, serta implikasi terhadap kesehatan mental anak. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara naratif dan tematik untuk mendapatkan pemahaman yang menyeluruh mengenai keadaan kesehatan mental anak-anak di sekolah dasar di tengah fenomena bullying, serta untuk mengidentifikasi celah penelitian yang masih perlu diteliti dalam studi-studi selanjutnya.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bullying memiliki pengaruh yang besar terhadap kesehatan mental anak-anak di usia sekolah dasar dan dapat menimbulkan berbagai masalah psikologis. Menurut penelitian, sekitar 29,2% anak dilaporkan sering mengalami tindakan kekerasan verbal, yang berkaitan erat dengan meningkatnya gejala internalisasi seperti kecemasan dan depresi (Sari et al., 2024). Sebuah tinjauan sistematis menunjukkan bahwa pengalaman bullying dapat mengganggu kesehatan mental, meningkatkan risiko gangguan kecemasan, menurunkan harga diri, dan memunculkan pikiran untuk bunuh diri di kalangan siswa sekolah dasar (Kinkin Yuliaty Subarsa Putri et al., 2021). Selain itu, anak-anak dengan kebutuhan pendidikan khusus termasuk dalam kelompok yang sangat rentan, dengan tingkat korban dan kesulitan emosional yang lebih tinggi dibandingkan teman sebayanya

(Jesslin, 2020). Tingginya angka bullying juga sering terkait dengan kondisi sekolah yang lemah, di mana anak-anak di lingkungan semacam itu lebih kemungkinan berperan sebagai pelaku atau korban, yang pada gilirannya memperburuk kesehatan mental mereka (Karismawati et al., 2024). Hasil dari survei besar juga menunjukkan bahwa jenis bullying yang parah berkaitan dengan peningkatan risiko gangguan psikologis serius, termasuk **Post-Traumatic Stress Disorder** (PTSD) dan depresi (Nadhira & Rofiah, 2023). Dengan demikian, usaha untuk mengatasi bullying melalui penerapan intervensi yang efektif merupakan langkah penting untuk mendukung dan menjaga kesejahteraan mental anak-anak di sekolah dasar.

Bukti dari berbagai tinjauan literatur sistematis dan penelitian kualitatif menunjukkan adanya konsistensi yang signifikan. Berbagai publikasi menemukan berbagai dampak dari bullying, termasuk peningkatan risiko gangguan kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, PTSD, gangguan makan, dan kecenderungan bunuh diri (Permata Sari et al., 2025). Penelitian kualitatif yang melibatkan 122 subjek berusia 8-12 tahun, serta studi observasional, mengkonfirmasi dampak-dampak tertentu seperti kehilangan rasa percaya diri, trauma dalam bersosialisasi, isolasi sosial, dan masalah emosional (Putrikasari & Atmaja, 2022). Dampak ini tidak hanya dirasakan oleh korban secara langsung, tetapi juga menciptakan suasana sekolah yang tidak

mendukung perkembangan psikologis yang positif (Sunanah Sunanah et al., 2025).

Perilaku bullying berdampak besar pada kesehatan mental anak-anak di tingkat sekolah dasar, menyebabkan berbagai gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, penurunan harga diri, gangguan stres pascatrauma, hingga munculnya niat untuk bunuh diri. Efek ini tidak hanya dialami oleh korban secara pribadi, tetapi juga berpengaruh terhadap lingkungan sekolah yang tidak mendukung perkembangan psikologis yang sehat. Anak-anak dengan kebutuhan pendidikan khusus dan mereka yang bersekolah di tempat dengan pengawasan yang lemah cenderung lebih rentan terhadap efek negatif dari perilaku bullying. Kerentanan ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk karakter individu, pola asuh keluarga yang tidak baik, serta kualitas hubungan dengan rekan-rekan yang juga berpengaruh pada kemampuan anak dalam menghadapi tekanan sosial. Oleh sebab itu, perlu dilakukan upaya pencegahan dan penanganan yang menyeluruh melalui pelaksanaan kebijakan sekolah yang mendukung keselamatan psikologis siswa, peningkatan peran keluarga dalam memberikan dukungan emosional, serta penguatan layanan kesehatan mental di lingkungan pendidikan untuk menciptakan suasana belajar yang aman, inklusif, dan mendukung kesejahteraan anak.

Kerentanan siswa sekolah dasar terhadap masalah kesehatan mental yang disebabkan oleh kekerasan

verbal dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang saling terhubung. Ciri-ciri psikologis seperti rendahnya rasa percaya diri, kecemasan, dan kesulitan dalam mengelola emosi secara signifikan meningkatkan kemungkinan terjadinya masalah kesehatan mental yang merugikan di kalangan para korban ((Menteri Kesehatan, 2024). Selain itu, unsur lingkungan, termasuk kurangnya pengawasan dari guru dan pengaruh buruk dari keluarga, juga berkontribusi terhadap tingkat intimidasi dan konsekuensi psikologis yang ditimbulkannya (Trihadi & Yani Hamid, 2022). Sebuah studi sistematis menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami intimidasi memiliki risiko yang jauh lebih tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, dengan kasus yang parah terkait dengan kemungkinan lebih besar untuk mengalami kondisi seperti PTSD (Zhao et al., 2022). Di samping itu, faktor-faktor pelindung seperti hubungan keluarga yang erat, persahabatan yang positif, dan komunikasi yang baik dapat membantu menurunkan risiko ini, yang menunjukkan pentingnya penerapan strategi intervensi menyeluruh yang melibatkan pihak keluarga, sekolah, dan masyarakat (Rodríguez et al., 2023).

Berbagai elemen yang saling berkaitan meningkatkan ketidakstabilan mental anak-anak di sekolah dasar akibat bullying. Elemen-elemen ini meliputi ciri-ciri individu, hubungan dalam keluarga, interaksi dengan teman sebaya, serta

kondisi di sekolah. Data ini diperoleh dari sejumlah tinjauan literatur sistematis dan studi empiris yang dilakukan antara tahun 2017 hingga 2025. Sejumlah ulasan sistematis (Eni et al., 2025) dan penelitian empiris (Anggraini et al., 2024) dengan konsisten mengidentifikasi empat kategori utama terkait kerentanan. Ciri-ciri individu termasuk karakter yang pendiam atau tidak percaya diri, rendahnya tingkat empati, serta pengalaman masa kecil yang buruk (Muhipolah & Tentama, 2019). Aspek keluarga meliputi cara mendidik yang otoriter, adanya perselisihan dalam keluarga, dan kurangnya perhatian dari orang tua (Dasar, 2025). Di sisi lain, pengaruh dari teman sebaya dan media meliputi hubungan pertemanan yang buruk dan paparan pada konten yang mencerminkan kekerasan (Pradita & Nurpratiwiningsih, 2024). Efek terhadap kesehatan mental anak-anak yang terlibat dalam perundungan antara lain mencakup depresi, kecemasan, gangguan stres pascatrauma (PTSD), rendahnya rasa percaya diri, dan munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup (Purwaningsih, 2022). Bukti yang dikumpulkan dari berbagai tinjauan sistematis dan penelitian dengan lebih dari 200 peserta menunjukkan hubungan yang kuat antara elemen-elemen ini dan peningkatan risiko gangguan mental di kalangan anak-anak sekolah dasar.

Kerentanan siswa di tingkat sekolah dasar terhadap masalah kesehatan mental akibat perundungan dipengaruhi oleh interaksi yang rumit antara berbagai elemen individu,

keluarga, teman, sekolah, dan konteks sosial yang lebih luas. Anak-anak yang memiliki rasa percaya diri rendah, kesulitan dalam mengelola emosi, serta mengalami trauma di masa kecil cenderung lebih mudah menghadapi tekanan psikologis saat menjadi target dari kekerasan lisan atau bentuk perundungan lainnya. Situasi ini menjadi lebih buruk dengan adanya pola pengasuhan yang otoriter, konflik dalam keluarga, serta kurangnya dukungan emosional dari orang tua. Selain itu, lemahnya pengawasan di sekolah dan sikap yang terlalu toleran terhadap kekerasan juga memperparah keadaan. Hubungan sosial yang buruk di antara teman sebaya dan paparan terhadap konten kekerasan di media berkontribusi pada peningkatan kemungkinan mengalami depresi, kecemasan, PTSD, serta penurunan rasa percaya diri. Namun, dukungan keluarga yang penuh kasih, pertemanan yang baik, dan komunikasi yang terbuka dapat mengurangi dampak negatif dari perundungan terhadap kesehatan mental anak. Oleh karena itu, strategi perlindungan dan intervensi yang efektif harus mencakup kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan masyarakat secara menyeluruh untuk menciptakan lingkungan sosial yang aman, mendukung, dan berfokus pada kesejahteraan mental anak-anak di sekolah dasar.

Penindasan secara verbal dan sosial memberikan pengaruh yang paling besar terhadap kondisi psikologis anak-anak di tahap awal, sesuai dengan bukti dari beberapa

studi. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa bentuk-bentuk penganiayaan ini sering terjadi di sekolah dasar, dengan penindasan verbal yang sangat menghancurkan karena hubungannya dengan penarikan diri emosional dan isolasi sosial di antara para korban (Jemperu & Trihastuti, 2023). Tinjauan sistematis menekankan bahwa rendahnya kemampuan memahami emosi dan kurangnya pengawasan berperan dalam tingginya angka kejadian jenis penindasan ini, yang dapat memicu masalah psikologis serius seperti kecemasan, depresi, dan gangguan stres pasca-trauma (PTSD) (Nurdayati dkk, 2021). Selain itu, adanya normalisasi perilaku menjadikan korban, terutama dalam bentuk ancaman dan agresi verbal, semakin memperburuk dampak psikologis pada anak-anak, yang sering kali mengakibatkan kurangnya kesadaran tentang situasi victimisasi yang mereka alami (Sitohang et al., 2025). Secara keseluruhan, hubungan antara penindasan dan efek psikologis yang merugikan menegaskan pentingnya diterapkannya strategi intervensi yang menyeluruh dalam lingkungan pendidikan (Maiti & Bidinger, 2017).

Berdasarkan sumber yang ada, informasi mengenai jenis bullying yang paling berpengaruh pada kondisi psikologis anak-anak di sekolah dasar masih sangat terbatas, namun beberapa temuan penting bisa dikenali. Bullying dalam bentuk verbal adalah jenis perundungan yang paling umum terjadi di sekolah dasar. Penelitian yang dilakukan di SD

Negeri Margadana 7 menunjukkan bahwa sebagian besar insiden bullying terjadi dalam bentuk verbal tanpa adanya tindakan fisik yang mengikutinya (Najah et al., 2022). Jenis perilaku ini mencakup ejekan yang terkait dengan nama orang tua, penampilan fisik seperti tipe tubuh dan warna kulit, serta penghinaan terhadap kemampuan belajar dengan sebutan-sebutan seperti "bodoh" atau "lelet". Meskipun demikian, semua bentuk bullying memiliki efek psikologis yang berarti terhadap korban. Secara umum, bullying diketahui dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya gangguan kecemasan, depresi, rasa rendah diri, kesulitan dalam berinteraksi sosial, dan bahkan munculnya pikiran untuk melakukan bunuh diri (Siahaya et al., 2021). Anak-anak yang mengalami perundungan di tingkat sekolah dasar menunjukkan kerentanan yang lebih besar terhadap depresi, PTSD, gangguan makan, serta penurunan kepercayaan diri (Syahputra, 2022). Dampak yang timbul bisa melibatkan aspek psikologis, sosial, dan akademis, di mana anak sering menunjukkan perilaku lesu, rasa takut, malu, cemas, serta hilangnya rasa percaya diri. Dalam hal sosial, mereka lebih kerap menarik diri dari interaksi dan enggan pergi ke sekolah, sementara dalam bidang akademis, mereka menjadi kurang aktif dalam proses belajar dan mengalami penurunan prestasi (Nisa et al., 2025). Namun, sampai sekarang belum ada bukti empiris yang secara jelas membandingkan jenis bullying mana yang paling berpengaruh pada kondisi

psikologis anak-anak di sekolah dasar, sehingga penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menentukan jenis perundungan yang memiliki dampak mental yang paling signifikan.

Bentuk perundungan lewat kata-kata dan interaksi sosial memberikan dampak paling besar terhadap kondisi mental anak-anak di tingkat sekolah dasar karena kedua hal ini langsung mempengaruhi sisi emosional dan sosial yang penting dalam perkembangan identitas diri di fase ini. Tindakan seperti ejekan, penghinaan, dan pengucilan dari teman terbukti dapat menimbulkan masalah psikologis yang serius, termasuk kecemasan, depresi, harga diri yang rendah, keengganan untuk bersosialisasi, serta gejala gangguan stres pascatrauma (PTSD). Anak-anak yang mengalami perundungan semacam ini cenderung merasakan penurunan rasa aman, kehilangan penerimaan dari lingkungan sosial, dan kesulitan beradaptasi dalam lingkungan belajar. Beberapa faktor, seperti kurangnya pengawasan dari pihak sekolah, penerimaan terhadap perilaku agresif, serta kurangnya dukungan emosional dari keluarga, dapat memperburuk kondisi psikologis yang dialami oleh para korban. Sebaliknya, adanya hubungan sosial yang sehat, dukungan kuat dari keluarga, dan komunikasi yang baik berperan sebagai penangkal yang mampu mengurangi kemungkinan timbulnya masalah mental akibat perundungan. Oleh karena itu, perundungan verbal dan sosial harus menjadi perhatian utama dalam upaya pencegahan dan penanganan di

lingkungan pendidikan untuk mendukung kesehatan mental siswa di tingkat sekolah dasar.

E. Kesimpulan

Hasil dari evaluasi komprehensif terhadap berbagai studi menunjukkan bahwa tindakan perundungan, terutama yang bersifat verbal dan sosial, memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan mental anak-anak di tingkat sekolah dasar. Pengaruh ini mencakup meningkatnya risiko masalah emosional seperti kecemasan, depresi, gangguan stres pascatrauma (PTSD), penurunan harga diri, serta timbulnya pemikiran untuk mengakhiri hidup. Selain itu, perundungan berdampak negatif pada motivasi belajar yang menurun, kesulitan dalam berinteraksi sosial, dan terciptanya suasana sekolah yang kurang mendukung perkembangan psikologis anak. Kerentanan anak terhadap efek negatif ini diperparah oleh berbagai faktor, seperti karakter individu yang cenderung merasa rendah diri dan tidak mampu mengelola emosi, situasi keluarga yang tidak harmonis dengan pola asuh yang otoriter atau kurang perhatian, serta lingkungan sekolah yang lemah dalam pengawasan dan lebih toleran terhadap kekerasan. Di sisi lain, dukungan sosial yang baik dari keluarga, teman, dan guru dapat berfungsi sebagai perlindungan yang efektif dalam mengurangi risiko masalah psikologis. Namun, masih ada beberapa kekurangan dalam penelitian, seperti kurangnya studi

longitudinal tentang dampak jangka panjang perundungan pada perkembangan anak, sedikitnya penelitian empiris mengenai efektivitas intervensi berbasis sekolah dan keluarga di Indonesia, dan kurangnya kajian tentang fenomena *cyberbullying* di kalangan siswa sekolah dasar. Oleh karena itu, penelitian di masa depan harus difokuskan pada pengembangan model intervensi yang integratif baik untuk pencegahan maupun penyembuhan, penelitian longitudinal yang menelaah dampak psikologis jangka panjang, serta evaluasi efektivitas kebijakan dan program anti-bullying di tingkat sekolah dasar untuk memperkuat perlindungan dan kesejahteraan mental anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, N., Yusuf, A., Ahsan, A., & Fanani, Q. (2024). The impact of bullying and cyberbullying on mental health: a systematic review. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 13(2), 513. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v13i2.23683>
- Anggraini, N. D., Sadtyadi, H., & Widodo, U. (2024). Deteksi Dini Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 4(1), 476–491. <https://doi.org/10.51574/jrip.v4i1.1385>
- Arshy Prodyanatasari, & Lauretha Devi Fajar Vantie. (2024). From Bullying to Cyberbullying: Educational Impacts and Prevention Strategies in Indonesia. *EDUTREND: Journal of Emerging Issues and Trends in Education*, 1(3), 152–162. <https://doi.org/10.59110/edutrend.421>
- Cahyadi, A. T., Sulistyaningtyas, N., & Hairunis, M. N. (2024). The Relationship between School Social Environment and Mental Health of Adolescents. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 8(3), 2052. <https://doi.org/10.58258/jisip.v8i3.7218>
- Dasar, D. I. S. (2025). *ANALISIS FAKTOR PENYEBAB TERJADINYA PERILAKU BULLYING caXra : Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*. 05(01), 181–189.
- Dr. Yusnidar Yusuf, M. S. (2018). Disusun Oleh : Disusun Oleh : Pelaksanaan Pekerjaan Galian Diversion Tunnel Dengan Metode Blasting Pada Proyek Pembangunan Bendungan Leuwikeris Paket 3, Kabupaten Ciamis Dan Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat, 1(11150331000034), 1–147.
- Eni, R., Rinancy, H., & Siagian, S. H. (2025). Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku bullying pada anak usia sekolah : A systematic literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(3), 554–562.
- Helmy Astiza Rut Hanani, & Satria Yudistira. (2024). Kekerasan Mental (Bullying) sebagai Isu Kesehatan Masyarakat di Indonesia. *VISA: Journal of Vision and Ideas*, 4(3), 2512–2524. <https://doi.org/10.47467/visa.v4i3.4579>

- Jemperu, M. S., & Trihastuti, M. C. W. (2023). STUDI KASUS KECERDASAN EMOSIONAL SISWA KORBAN BULLYING MONIKA SUSANTI JEMPRU dan MARIA CLAUDIA WAHYU TRIHASTUTI *. *Jurnal Psiko Edukasi Jurnal Pendidikan, Psikologi, Dan Konseling*, 21(2), 123–140. <https://doi.org/10.25170/psikoedu kasi.v21i2.4960>
- Jesslin. (2020). Prespektif Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Inklusi. In *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen: Vol. Volume 3*.
- Karismawati, I., Khoirunnisa, A., Aziza, M. J., & Azra, U. (2024). *Pengembangan Program Sosialisasi Partisipatif Mahasiswa KKN UIN Bandung Kelompok 318 Dalam Meningkatkan Kesadaran Anti-Bullying dan Toxic relationship Siswa SMP NEGERI EGGERlegeri 6 Lembang*. 15, 1–21.
- Kinkin Yuliaty Subarsa Putri, Rayni Delya Hafni, Risma Hasna Dwiwina, Yesi Andriani, & Kiki Dwi Arviani. (2021). Komunikasi Pemasaran Merupakan Live Bridging Pada Era Pandemi 2020-2021. *Parameter*, 33(1), 1–10. <https://doi.org/10.21009/paramet er.331.01>
- Maha, S., Sohna Simangunsong, I., & Martiati. (2025). Analisis Kesehatan Mental pada Remaja: Literatur Review. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 3(3), 66–89.
- Maiti, & Bidinger. (2017). Landasan Teoritis. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 8–33.
- Muhopilah, P., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bullying. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(2), 99. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i2.15132>
- Nadhira, S., & Rofi'ah. (2023). DEWANTECH: Jurnal Teknologi Pendidikan. *DEWANTECH: Jurnal Teknologi Pendidikan*, 1(1), 49–53. <https://journal.awatarapublisher.com/index.php/dewantech>
- Najah, N., Sumarwiyah, S., & Kuryanto, M. S. (2022). Verbal Bullying Siswa Sekolah Dasar dan pengaruhnya terhadap hasil belajar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(3), 1184–1191. <https://doi.org/10.31949/educatio .v8i3.3060>
- Ningsih, A. U., Juliawati, D., & Kholidin, F. I. (2025). The Impact of School Climate and Social Support on Bullying Tendencies in Vocational High School Students. *Mitra Ash-Shibyan: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 8(01), 33–46. <https://doi.org/10.46963/mash.v8i01.2354>
- Niriyah, S., Utami, A., & Roslita, R. (2024). Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Terkait Perilaku Bullying pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 12(2), 145–154. <https://doi.org/10.20527/jdk.v12i2.728>
- Nisa, S. S., Fitriana, A. Q. Z., & Adibah, D. F. (2025). Ketidaknyamanan akademik: Pergulatan mahasiswa antara minder dan tuntutan lingkungan sosial. *Jurnal Penelitian Nusantara*, 1(5), 527–535. <https://padangjurnal.web.id/index .php/menulis/article/view/305%0>

- A
- Nurdayati dkk. (2021). *No 主觀的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析*. *Title*. 3(5), 6.
- Pebriyanti, A., Arnelita, F., Astuti, F. N., Solihah, K. R., & Komalasari, M. D. (2025). Peran Teman Sebaya Dalam Pembentukan Identitas Diri Anak Sekolah Dasar. *EDUCREATIVA: Jurnal Seputar Isu Dan Inovasi Pendidikan*, 1(1), 115–120.
- Permata Sari, D., Dwi Krisphianti, Y., & Sukma Hanggara, G. (2025). *Bullying dan Kesehatan Mental: Studi Literatur Tentang Dampak Di Berbagai Tingkat Sekolah*. 4, 320–326.
- Pradita, F., & Nurpratiwiningsih, L. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying pada Siswa di Kalangan Sekolah Dasar. *JLEB: Journal of Law, Education and Business*, 2(1), 195–199. <https://doi.org/10.57235/jleb.v2i1.1987>
- Purwaningsih, K. (2022). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Akademisi Jurnal Pengabdian Masyarakat Akademisi*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(4), 54–59.
- Puspitasari, W., Hitta Alfi Muhimmah, Mochammad Nursalim, Nurul Istiq'faroh, & Budi Purwoko. (2025). Tinjauan Literatur Sistematis Tentang Perundungan Di Sekolah Dasar: Pola, Penyebab, Dan Intervensi Pencegahan. *AL IBTIDAIYAH: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 6(1), 1–13. <https://doi.org/10.46773/ibtidaiyah.v6i1.1884>
- Putrikasari, N. A., & Atmaja, I. K. (2022). Analisis Dampak Kekerasan Verbal Orang Tua terhadap Kepercayaan Diri Anak Usia 9-12 Tahun (Studi Kasus di Desa Kepuh Kiriman Dalam, Kecamatan Waru, Kabupaten Sidoarjo). *J+Plus: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Luar Sekolah*, 11(1), 599–609.
- Ringdal, R., Espnes, G. A., Eilertsen, M. E. B., Bjørnson, H. N., & Moksnes, U. K. (2020). Social support, bullying, school-related stress and mental health in adolescence. *Nordic Psychology*, 72(4), 313–330. <https://doi.org/10.1080/19012276.2019.1710240>
- Rodríguez, T. L., de la O Toscano Cruz, M., Vélez, S. C., & Carreño, Á. B. (2023). Psychological Factors and Effects of Bullying on Primary Education Students. *Revista Espanola de Orientacion y Psicopedagogia*, 34(1), 141–158. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.34.num.1.2023.37422>
- Sari, E. N., Syafrudin, U., Yulistia, A., & Artikel, R. (2024). AUDIENSI: *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Anak Dampak Kekerasan Verbal Orang Tua Pada Perkembangan Sosioemosional Anak Usia Dini I N F O A R T I K E L*. AUDIENSI: *Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*, 3(2), 74–91. <https://ejournal.uksw.edu/audiensi>
- Siahaya, S. K. V., Muaja, H. S., & Ngantung, C. M. (2021). Penegakan Hukum Terhadap Pelaku Penindasan Atau Bullying Disekolah. *Lex Crimen*, 10(3), 3. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/lexcrimen/article/view/33>

- 137
- Sitohang, D. P., Fatmariza, Maria Montessori, & Rinia Zatalini. (2025). Darurat Normalisasi Cyber Sexual Harassment terhadap Perempuan di Media Sosial Instagram Era Digital. *Journal of Practice Learning and Educational Development*, 5(1), 6–21. <https://doi.org/10.58737/jpled.v5i1.414>
- Solihin, S. A. H., Ahmad Razak, & Basti Tetteng. (2025). Dampak dan Intervensi Bullying di Sekolah. *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 4(4), 6683–6697. <https://doi.org/10.56799/peshum.v4i4.9704>
- Sunanih Sunanih, Arsi Nurhaliza, Amelia Shakila, Desi Nadia Ulpah, Dika Rahmaldi, Dinda Nur Farida, Intan Maulida, Maitsa Ashilah, Nisa Amalia Rahmawati, Reja Firman Saputra, Syiva Nurul Qurani, Wilda Utami, & Diana Santi. (2025). Analisis Pengaruh Perilaku Bullying terhadap Prestasi Akademik Siswa di Sekolah Dasar. *Dewantara : Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 4(1), 31–45. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v4i1.3767>
- Syahputra, W. A. (2022). *Serti fi kat.* 113, 2022.
- Syifa, N., Fitri, A., Luthfiana, A. P., & Hafidzi, A. (2025). Peran Komisi Perlindungan Anak dalam Mengatasi Kasus Bullying. *Interdisciplinary Explorations in Research Journal*, 3(1), 104–112. <https://doi.org/10.62976/ierj.v3i1.943>
- Trihadi, D., & Yani Hamid, A. S. (2022). Journal of Medical and Health Studies Bullying: Analysis of Risk Factors, Protective Factors and Their Impact on Children's Mental Health in the Future Teaching Staff of the Faculty of Nursing, Universitas Indonesia. *Journal of Medical and Health Studies*, 3(4), 50–59. <https://doi.org/10.32996/jmhs>
- Veronica, V. (2022). Bullying in School-Age Children. *Scientia Psychiatrica*, 3(2), 198–206. <https://doi.org/10.37275/scipsy.v5i1.136>
- Wetik, S. V., Laka, A. A. M. L., & Sumilat, V. J. (2024). Pengaruh Dukungan Psikologis Lingkungan Sekolah Melalui Kegiatan Skrining Dan Stimulasi Psikososial. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Jurnal Lintas Karsa*, 1(1), 1–10.
- Winda Manik, Meliana Yulan Sari Sagala, Dea Anestia Tampubolon, & Damayanti Nababan. (2024). Peran Penting Sikap Disiplin Pada Anak. *WISSEN : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 157–166. <https://doi.org/10.62383/wissen.v2i2.107>
- Zhao, N., Yang, S., Zhang, Q., & Wang, J. (2022). *School bullying results in poor psychological conditions : evidence from a survey of , subjects.*