

Kesehatan Mental Belajar Terhadap Pencegahan Bullying

Andry Sartika¹, Lussyefrida Yanti², Noveriyanto³

^{1,2,3}, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

Email: andrisartika@umb.ac.id

Article History:

Received: 20 Desember 2023

Revised: 28 Desember 2023

Accepted: 30 Desember 2023

Keywords: *Mental Health, Bullying Prevention*

Abstract

Bullying is the act of using power to hurt a person or group of people verbally, physically or psychologically so that the victim feels depressed, traumatized and helpless. Teenagers who are victims of bullying are more at risk of experiencing various health problems, both physically and mentally. The problems that are more likely to be suffered by children who are victims of bullying include the emergence of various mental problems such as depression, anxiety and sleep problems which may be carried over into adulthood, physical health complaints, such as headaches, stomach aches and muscle tension, feeling unwell, safe when in the school environment, and decreased enthusiasm for learning and academic achievement. In quite rare cases, children who are victims of bullying may show violent traits. As experienced by a 15 year old teenager in Denpasar, Bali, who had the heart to kill his own friend because he had a grudge against the victim. The perpetrator admitted that he had often been the target of bullying since the first grade of junior high school. With the education provided to teenagers and health education, it is hoped that children will maintain their attitudes and respect each other between friends and think about the fatal consequences that will occur in the future for victims of bullying, so that they can prevent an increase in bullying cases. This article aims to determine the factors that cause bullying by teenagers, the roles in bullying, and the types of bullying. The data source for this paper was carried out using the documentation study method. In this article, the results show that the factors that influence bullying can come from individuals, families, play groups, and the perpetrator's community environment. This action is closely related to the world of social work, which in this case is required to become a counselor for bullies.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Pencegahan Bullying

Abstrak

Bullying adalah tindakan penggunaan kekuasaan



untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya. Remaja yang menjadi korban bullying lebih berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental. Adapun masalah yang lebih mungkin diderita anak-anak yang menjadi korban bullying, antara lain munculnya berbagai masalah mental seperti depresi, kegelisahan dan masalah tidur yang mungkin akan terbawa hingga dewasa, keluhan kesehatan fisik, seperti sakit kepala, sakit perut dan ketegangan otot, rasa tidak aman saat berada di lingkungan sekolah, dan penurunan semangat belajar dan prestasi akademis. Dalam kasus yang cukup langka, anak-anak korban bullying mungkin akan menunjukkan sifat kekerasan. Seperti yang dialami seorang remaja 15 tahun di Denpasar, Bali, yang tega membunuh temannya sendiri karena dendamnya kepada korban. Pelaku mengaku kerap menjadi target bullying korban sejak kelas satu SMP. Dengan adanya edukasi yang dilakukan pada anak remaja dan pendidikan kesehatan diharapkan anak-anak lebih menjaga sikap dan saling menghargai antara teman serta memikirkan akibat fatal yang akan terjadi untuk kedepannya bagi korban bullying, sehingga dapat mencegah peningkatan terjadinya kasus bullying. Artikel ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab terjadinya bullying oleh remaja, peran-peran dalam tindakan bullying, dan jenis-jenis bullying. Sumber data tulisan ini dilakukan dengan metode studi dokumentasi. Dalam artikel ini didapatkan hasil bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya bullying bisa datang dari individu, keluarga, kelompok bermain, hingga lingkungan komunitas pelaku. Tindakan ini sangat berhubungan dengan dunia pekerjaan sosial, yang dalam kasus ini dituntut untuk menjadi konselor bagi pelaku bullying

Pendahuluan

Bullying berasal dari bahasa Inggris, yaitu dari kata bull yang berarti banteng yang senang menyeruduk kesana kemari. Istilah ini akhirnya diambil untuk menguraikan suatu tindakan destruktif. Berbeda dengan negara lain seperti Norwegia, Finlandia, dan Denmark yang menyebut bullying dengan istilah mobbing atau mobbing. Istilah aslinya berasal dari bahasa Inggris, yaitu mob yang menekankan bahwa biasanya mob adalah kelompok orang yang anonim dan berjumlah banyak serta terlibat kekerasan (Wiyani, 2012). Bullying



adalah tindakan agresif yang dilakukan secara berulang-ulang terhadap seseorang yang memiliki kekuatan yang lebih rendah atau dianggap lemah oleh pelaku. Tindakan ini bisa berupa ancaman, penghinaan, pelecehan, pengucilan, atau kekerasan fisik terhadap korban. Bullying biasanya terjadi dalam lingkungan sekolah, tempat kerja, lingkungan sosial, atau melalui media sosial. Latar belakang bullying melibatkan berbagai faktor yang bisa berbeda-beda dari kasus ke kasus. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya bullying antara lain:

1. Keluarga

Pelaku bullying seringkali berasal dari keluarga yang bermasalah : orang tua yang sering menghukum anaknya secara berlebihan, atau situasi rumah yang penuh stress, agresi, dan permusuhan. Anak akan mempelajari perilaku bullying ketika mengamati konflik-konflik yang terjadi pada orang tua mereka, dan kemudian menirunya terhadap teman-temannya. Jika tidak ada konsekuensi yang tegas dari lingkungan terhadap perilaku cobacobanya itu, ia akan belajar bahwa “mereka yang memiliki kekuatan diperbolehkan untuk berperilaku agresif, dan perilaku agresif itu dapat meningkatkan status dan kekuasaan seseorang”. Dari sini anak mengembangkan perilaku bullying.

2. Sekolah

Pihak sekolah sering mengabaikan keberadaan bullying ini. Akibatnya, anakanak sebagai pelaku bullying akan mendapatkan penguatan terhadap perilaku mereka untuk melakukan intimidasi terhadap anak lain. Bullying berkembang dengan pesat dalam lingkungan sekolah sering memberikan masukan negatif pada siswanya, misalnya berupa hukuman yang tidak membangun sehingga tidak mengembangkan rasa menghargai dan menghormati antar sesama anggota sekolah.

3. Faktor Kelompok Sebaya

Anak-anak ketika berinteraksi dalam sekolah dan dengan teman di sekitar rumah, kadang kala terdorong untuk melakukan bullying. Beberapa anak melakukan bullying dalam usaha untuk membuktikan bahwa mereka bisa masuk dalam kelompok tertentu, meskipun mereka sendiri merasa tidak nyaman dengan perilaku tersebut.

4. Kondisi lingkungan sosial

Kondisi lingkungan sosial dapat pula menjadi penyebab timbulnya perilaku bullying. Salah satu faktor lingkungan social yang menyebabkan tindakan bullying adalah kemiskinan. Mereka yang hidup dalam kemiskinan akan berbuat apa saja demi memenuhi kebutuhan hidupnya, sehingga tidak heran jika di lingkungan sekolah sering terjadi pemalakan antar siswanya.

5. Tayangan televisi dan media cetak

Televisi dan media cetak membentuk pola perilaku bullying dari segi tayangan yang mereka tampilkan. Survey yang dilakukan Kompas (Saripah, 2006) memperlihatkan bahwa 56,9% anak meniru adegan-adegan film yang



ditontonnya, umumnya mereka meniru geraknya (64%) dan kata-katanya (43%).

Metode

Metode yang digunakan untuk memecahkan permasalahan kesehatan tersebut adalah dengan mengadakan promosi kesehatan. Hal ini tentu tidak terlepas dari permintaan dan kebutuhan yang diperlukan di masyarakat khususnya pada kalangan remaja sekolah. Sebelum melaksanakan kegiatan promosi kesehatan, terlebih dahulu dilakukan koordinasi dengan Kepala sekolah SMKS Agro Maritim Kota Bengkulu. Selain itu banyak persiapan dari tenaga promosi kesehatan yang ada di fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, yang terdiri dari dosen program studi dan mahasiswa ilmu keperawatan terkait yang membantu pelaksanaan kegiatan, persiapan alat, transportasi, serta sarana prasarana pendukung lainnya. Di dalam pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan ini akan dilaksanakan oleh civitas akademik fakultas ilmu kesehatan. Peserta kegiatan promosi kesehatan ini yaitu siswa-siswi SMKS Agro Maritim yang diperkirakan berjumlah murid dan guru. Tahapan pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan antara lain:

1. Absen
2. Siswa-siswi dikumpulkan di ruang kelas
3. Tahap pelaksanaan edukasi/promosi kesehatan dengan diawali pembukaan, pemberian materi, diskusi, pengisian Kuisisioner dan ditutup dengan pembagian doorprice.
4. Tahap penyuluhan, pada tahapan ini dilakukan pemberian materi kepada para siswa-siswi. Indikator pencapaiannya siswa-siswi dapat memahami materi yang telah disampaikan terkait Kesehatan Mental Belajar Terhadap Pencegahan Bullying.
5. Tahap diskusi, pada tahapan ini dilakukan sesi tanya jawab terkait materi yang sudah diberikan. Indikator pencapaiannya peserta dapat antusias dalam memberikan pertanyaan dan mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri terkait cara pencegahan bullying pada anak remaja
6. Tahap pengisian kuisisioner, Pada tahap ini Siswa-siswi diberikan lembaran kuisisioner untuk diisi dan memahami sampai mana tahap pemahaman mereka tentang materi yang telah disampaikan oleh pemateri.
7. Tahap pembagian doorprice, Pada tahap ini siswa-siswi diberikan kesempatan untuk aktif dalam menjawab dan memberikan pertanyaan kepada narasumber, kemudian pihak penyelenggara promosi kesehatan akan memberikan doorprice yang telah disediakan.

Hasil Dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan ini telah dilaksanakan pada hari Selasa, 13 Juni 2023 pada pukul 09.00 WIB sampai selesai. Kegiatan promosi kesehatan ini dihadiri oleh siswa-siswi di SMKS Agro Maritim Kota Bengkulu

serta para dosen pembimbing. Secara umum program fisik maupun non fisik kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Kegiatan promosi kesehatan ini mendapat sambutan yang baik dari semua pihak, yang diwujudkan dengan memberikan dukungan moril maupun pengetahuan demi wujud nyata kegiatan.

Proses kegiatan dimulai dengan pelaksanaan persiapan tempat, dilanjutkan dengan penyampaian materi promosi kesehatan. Dilanjutkan dengan diskusi tanya-jawab interaktif untuk mendiskusikan terkait materi promosi kesehatan dengan hasil yang di peroleh oleh siswa-siswi yang mengikuti kegiatan promosi kesehatan. Untuk menilai keberhasilan proses promosi kesehatan dilakukan evaluasi di akhir kegiatan. Pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan di SMKS Agro Maritim Kota Bengkulu, telah dilaksanakan pada hari Selasa, 13 Juni 2023 pada pukul 09.00 WIB sampai selesai. Kegiatan promosi kesehatan ini kali ini dihadiri oleh Dosen, dan Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu kemudian di hadiri juga oleh siswa-siswi SMKS Agro Maritim Kota Bengkulu. Secara umum program fisik maupun non fisik kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Proses kegiatan dimulai dengan pelaksanaan persiapan tempat, dilanjutkan dengan penyampaian materi promosi kesehatan. Dilanjutkan dengan diskusi tanya-jawab interaktif untuk mendiskusikan terkait materi promosi kesehatan dengan hasil yang di peroleh oleh siswa-siswi yang mengikuti kegiatan promosi kesehatan. Untuk menilai keberhasilan proses promosi kesehatan dilakukan evaluasi di akhir kegiatan.



Gambar 6.1 Pemberitahuan prosedur pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan

Dari kegiatan promosi kesehatan yang di berikan, terdapat cukup banyak yang mengikuti terutama siswa-siswi SMKS Agro Maritim Kota Bengkulu, dan beberapa dosen pembimbing kegiatan, terdapat 22 siswa yang sudah di berikan



penyuluhan promos kesehatan tentang kesehatan mental belajar terhadap pencegahan bullying.

Bullying merupakan perilaku agresif individu secara fisik ataupun verbal. Dampak bullying secara umum terhadap kesehatan mental korban yaitu ia mengalami trauma terhadap pelaku, depresi yang mengakibatkan penurunan konsentrasi, penurunan rasa tidak percaya diri, muncul keinginan membully sebagai bentuk balas dendam, phobia sosial dengan ciri takut dilihat atau diperhatikan di depan umum, gangguan kecemasan yang berlebihan, putus sekolah, dan bunuh diri. Selain itu, dampak bullying bagi kesehatan mental anak adalah korban merasa paling bersalah diantara yang lain sehingga korban bully cenderung sering menyendiri, kepercayaan diri korban menurun, semangat hidup berkurang sehingga mereka lebih suka murung dan cenderung tidak bergairah.

Bagi sebagian orang emosi mereka semakin meningkat sehingga mereka cenderung dendam dan berniat melakukan apa yang telah mereka alami terhadap orang lain. Riauskina, Djuwita, dan Soesetio (2005) mendefinisikan school bullying sebagai perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut.

Bullying adalah tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya (Sejiwa, 2008). Tindak bullying yang dilakukan dapat menyebabkan kecemasan hingga depresi pada korban bully. Depresi yang disebabkan oleh tindak bullying bahkan dapat menimbulkan perilaku bunuh diri pada korban. Tindak bullying dari masa dini dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan mental anak.

Bullying yang marak terjadi dilatar belakangi oleh beberapa faktor. dalam buku Rosen et al. (2017) menjelaskan beberapa faktor yang menyebabkan bullying, diantaranya ialah faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang menyebabkan bullying adalah faktor temperamental dan faktor psikologi terhadap intensitas melakukan tindakan agresi.

Pelaku bertindak impulsif dan minimnya kemampuan regulasi diri. Pada waktu mereka melakukan tindakan kekerasan, mereka tidak merasa bersalah ataupun berempati terhadap korban. Demikian individu yang melakukan tindakan bullying memiliki kemampuan sosial yang rendah (Rosen et al., 2017). Selanjutnya, Menesini et al. (2013) meneliti terkait aspek moral pada perilaku dan tindakan bullying. Penelitian bertujuan menguji peran perilaku tidak bermoral terhadap keterlibatan dalam bullying. Hasil penelitian mengungkapkan moral berperan pada tindakan pelaku bullying. Faktor eksternal yang mengakibatkan tindakan bullying ialah pola asuh orang tua (Lereya et al., 2013). Hal itu meliputi bagaimana orang tua melakukan kekerasan kepada mereka dan pola asuh dengan kontrol yang rendah dengan kehangatan yang tinggi,

mengamati perilaku dan tindakan kekereasaan pengamatan termasuk bagaimana orang tua

araupun orang lain yang mereka lihat bertindak afresi terhapa orang lain, kemudian mereka melakukan tindakan yang mereka amati tersebut.

Pengaruh teman terbentuk ketika lingkaran pertemanan umumnya menyamakan dengan karakter yang sama sehingga mereka akan menjalin pertemanan dengan teman dengan individu agresif yang kemudian berimplikasi terhadap perilaku anti-sosial, pemaparan informasi melalui media, film yang menunjukkan tindakan agresif juga menjadi model untuk melakukan tindakan bullying, dan mendengarkan lagu dengan lirik mengindikasikan terhadap tindakan agresif, serta bermain video games (Rosen et al, 2017). Sebagai itu, faktor yang mendasari individu dalam melakukan tindakan kekerasan merupakan lingkungan sosial.

Penelitian Rosen et al. (2017), Lereya et al. (2013), Menesini et al. (2013) hanya menginformasikan mengenai faktor internal dan eksternal yang berkontribusi terhadap perilaku bullying saja. Mereka tidak menjelaskan dampak bullying dan program intervensi yang berguna untuk menanggulangi perilaku bullying kedepannya. Sudah dijelaskan di atas dampak bullying secara umum, namun secara khusus dampak bullying terhadap kesehatan mental sendiri yakni korban mendapat trauma terhadap pelaku, depresi atau tekanan mental yang mengakibatkan korban mengalami degradasi konsentrasi, penurunan rasa tidak percaya diri, tumbuh keinginan membully sebagai bentuk balas dendam, phobia sosial dengan ciri takut dilihat atau diawasi di depan umum, cemas berlebihan, putus sekolah dan bunuh diri.

Selain dari pemaparan diatas, dampak bullying bagi kesehatan mental anak yaitu semangat korban menurun, korban menjadi sakit hati akibat dibully, korban merasa paling bersalah diantara yang lain sehingga biasanya korban bully cenderung lebih sering menyendiri, kepercayaan diri korban menurun, semangat hidup berkurang sehingga korban bully lebih suka murung dan cenderung tidak bergairah, bagi sebagian orang emosi mereka semakin meningkat sehingga mereka cenderung dendam dan berniat melakukan apa yang telah mereka alami terhadap orang lain.



Gambar. 2 Kegiatan Penyampaian materi promosi kesehatan tentang bullying

Dari kegiatan promosi kesehatan yang telah dilakukan siswa-siswi sangat antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut, mereka sangat memperhatikan dan menyimak materi yang disampaikan oleh pemateri dengan baik.

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Dimana pada masa ini remaja memiliki kematangan emosi, sosial, fisik dan psikis. Remaja juga merupakan tahapan perkembangan yang harus dilewati dengan berbagai kesulitan. Pada masa ini juga kondisi psikis remaja sangat labil. Karena masa ini merupakan fase pencarian jati diri. Biasanya mereka selalu ingin tahu dan mencoba sesuatu yang baru dilihat atau diketahuinya dari lingkungan sekitarnya, mulai lingkungan keluarga, sekolah, teman sepermainan dan masyarakat. Semua pengetahuan yang baru diketahuinya diterima dan ditanggapi oleh remaja sesuai dengan kepribadian masing-masing. Disinilah peran lingkungan sekitar sangat diperlukan untuk membentuk kepribadian seorang remaja.

Dalam pembentukan kepribadian seorang remaja, akan selalu ada beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu faktor risiko dan faktor protektif. Faktor risiko ini dapat bersifat individual, konstekstual (pengaruh lingkungan), atau yang dihasilkan melalui interaksi antara individu dengan lingkungannya. Faktor risiko yang disertai dengan kerentanan psikososial, dan resilience pada seorang remaja akan memicu terjadinya gangguan emosi dan perilaku yang khas pada seorang remaja.

Sedangkan faktor protektif merupakan faktor yang memberikan penjelasan bahwa tidak semua remaja yang mempunyai faktor risiko akan mengalami masalah perilaku atau emosi, atau mengalami gangguan tertentu. Rutter (1985) menjelaskan bahwa faktor protektif merupakan faktor yang memodifikasi,

merubah, atau menjadikan respons seseorang menjadi lebih kuat menghadapi berbagai macam tantangan yang datang dari lingkungannya. Faktor protektif ini akan berinteraksi dengan faktor risiko dengan hasil akhir berupa terjadi tidaknya masalah perilaku atau emosi, atau gangguan mental kemudian hari.

Lemahnya emosi seseorang akan berdampak pada terjadinya masalah di kalangan remaja, misalnya bullying yang sekarang kembali mencuat di media. Kekerasan di sekolah ibarat fenomena gunung es yang nampak ke permukaan hanya bagian kecilnya saja. Akan terus berulang, jika tidak ditangani secara tepat dan berkesinambungan dari akar persoalannya.

Berdasarkan hasil evaluasi didapatkan bahwa siswa-siswi dapat mengingat dan menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan meskipun masih memerlukan bantuan penyuluh kegiatan untuk menjawab pertanyaan.

Daya ingat atau memori lebih erat kaitannya dengan IQ serta EQ seseorang. Dan salah satu efek dari bullying yang sudah teramati adalah kurangnya kepercayaan diri, performa (kemampuan akademis di sekolah), serta kemampuan dalam berinteraksi dengan banyak orang.



Gambar . 3 Sesi Tanya jawab dan pembagian doorprice



Gambar. 4 Pengisian Kuesioner



Gambar. 5 Foto Bersama

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan

Kegiatan yang diikuti oleh Siswa-siswi SMKS Agro Maritim Kota Bengkulu ini berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan ini menambah informasi bagi peserta bagaimana kondisi kesehatan mental masing-masing orang terutama kondisi kesehatan siswa-siswi yang hadir dalam kegiatan ini.

Diharapkan siswa-siswi kesehatan dapat menjaga dan mengendalikan mental dengan baik, saling menyayangi dan menghargai sesama teman, menambah kegiatan kegiatan yang positif, menjauhi tindakan-tindakan yang dapat menuju ke arah tindakan bullying dan menerapkan informasi penting apa yang sudah dijelaskan dalam materi yang sudah disampaikan.

Saran

Sesuai dengan hasil kegiatan yang telah dilakukan, maka saran-saran dari kami selaku pelaku penyuluhan adalah: Pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan ini mampu membantu siswa-siswi SMKS Agro Maritim Kota Bengkulu dalam memecahkan permasalahan kesehatan mental belajar terhadap pencegahan bullying yang dihadapi.

Kegiatan promosi kesehatan dalam memberikan penyuluhan kesehatan, menjadikan siswa-siswi mengetahui apa saja faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan tindakan bullying, siswa-siswi dapat memahami apa saja dampak yang akan terjadi ketika tindakan bullying terjadi, siswa-siswi juga mengetahui langkah yang harus dilakukan ketika terjadi bullying di sekolah dan berbagai macam bentuk bullying yang sering terjadi. Adanya kegiatan ini, semoga bisa bermanfaat bagi para siswa-siswi dan guru agar kedepannya semoga bisa dilaksanakan kembali promosi kesehatan dengan lingkup pelayanan kesehatan.

Daftar Pustaka

- Usman, I. (2013). Perilaku Bullying Ditinjau Dari Peran Kelompok Teman Sebaya Dan Iklim Sekolah Pada Siswa SMA Di Kota Gorontalo. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CB09781107415324.004>
- Suranto. (2009). "Hubungan antara Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar dengan Kedisiplinan Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Purbalingga Kabupaten Purbalingga Tahun Ajaran 2008/2009". Tesis tidak diterbitkan. Surakarta: Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret.
- Nurhayanti, R., Novotasari, D., & Natalia. (2013). Tipe Pola Asuh Orang Tua Yang Berhubungan Dengan Perilaku Bullying di SMA Kabupaten Semarang. *Jurnal Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(1), 49–59. <https://www.alodokter.com/komunitas/topic/gangguan-dari-masa-kanak-kanak>
- P.Muphopilah 2019, *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan* ISSN:2715 2456 *Faktor-faktor perilaku bullying*.
- Tim Redaksi, CNBC Indonesia 2022. *Memahami apa itu Bullying, Penyebab, dan cara Mengatasinya* Jakarta, CNBC Indonesia.
- Yunika, R., Alizamar, A., & Sukmawati, I. (2013). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Perilaku Bullying di SMA Negeri Se Kota Padang. *Konselor; Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(3), 21–25. <https://doi.org/10.24036/02013232163-0-00>. <https://www.kemenpppa.go.id/lib/uploads/list/8e022-januari-ratas-bullying-kpp-pa.pdf>



Sulfemi, Wahyu Bagja. (2019). *Menanggulangi Prilaku Bullying Di Sekolah*. Bogor : Visi Nusantara Maju.

Zakiah, EZ., dkk. 2017. *Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying*. Jurnal Penelitian & PPM. 4(2): 129-389