

Hubungan Bullying dengan Resiko Depresi pada Remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang Aceh Besar

Corellation between Bullying and the Risk of Depression among Adolescents at SMP Negeri 2 Blang Bintang, Aceh Besar

Indah Rahmatika^{1*}, Muhammad Armiyadi¹, Syarifah Masthura¹.

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, Indonesia

Kata Kunci :

Bullying, resiko depresi, remaja, siswa SMP

ABSTRAK

Pendahuluan: Kejadian bullying pada tatanan sekolah masih menjadi kejadian yang sering muncul dipemberitaan media massa, kejadian ini beresiko menjadi gangguan kesehatan jiwa bagi pelaku maupun korbannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak hubungan bullying dengan resiko depresi pada remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang Aceh. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 140 siswa dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner bullying dan resiko depresi yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. **Hasil:** Sebagian besar responden mengalami bullying (sebagai korban) pada kategori tinggi (52,9%) dan memiliki resiko depresi tinggi (52,1%). Analisis bivariat menunjukkan nilai p-value = 0,030. **Kesimpulan:** Penelitian menunjukan adanya hubungan antara kejadian bullying dengan peningkatan risiko terjadi depresi pada remaja. Rekomendasi penelitian perlunya upaya pencegahan kejadian bullying melalui upaya edukasi anti bullying, pengawasan perilaku remaja disekolah, dan pemberian contoh perilaku anti bullying dalam kehidupan disekolah.

Kata Kunci :

Bullying, Risk of Depression, Adolescents, Junior High School Students

ABSTRACT

Introduction: Incidents of bullying in schools continue to be frequently reported in the mass media; these incidents pose a risk of mental health problems for both the perpetrators and the victims. This study aims to determine whether there is a relationship between bullying and the risk of depression among adolescents at SMP Negeri 2 Blang Bintang, Aceh. **Method:** A quantitative study using a cross-sectional approach. The study population consisted of 140 students, selected using total sampling. Data were collected using a bullying questionnaire and a depression risk questionnaire, both of which had been validated for validity and reliability. Data analysis included univariate and bivariate analyses using the Chi-Square test. **Results:** The majority of respondents experienced bullying (as victims) at a high level (52.9%) and had a high risk of depression (52.1%). Bivariate analysis showed a p-value of 0.030. **Conclusion:** This study demonstrates an association between bullying and an increased risk of depression among adolescents. The study recommends efforts to prevent bullying through anti-bullying education, monitoring of adolescent behavior at school, and modeling anti-bullying behavior in the school environment.

Copyright © 2026 JKBD
All rights reserved

Corresponding Author:

Indah Rahmatika

Email: armiyadi@hotmail.com

Article history

Received date: 27 Agustus 2026

Revised date: 31 Agustus 2026

Accepted date: 12 September 2026

PENDAHULUAN

Bullying merupakan salah satu permasalahan yang masih ditemukan di lingkungan pendidikan dan dapat memberikan dampak negatif terhadap kesehatan mental remaja. Bullying dapat berbentuk fisik, verbal, maupun psikologis dan dilakukan secara sengaja serta berulang terhadap individu yang dianggap lebih lemah. Pada masa remaja, kebutuhan akan penerimaan teman sebaya dan proses pencarian identitas membuat siswa lebih sensitif terhadap penilaian sosial. Pengalaman bullying dapat menurunkan harga diri, menimbulkan tekanan emosional, mengganggu hubungan sosial, dan meningkatkan risiko munculnya masalah psikologis.

Fenomena bullying juga ditemukan di SMP Negeri 2 Blang Bintang. Survei awal melalui wawancara dengan dua guru menunjukkan adanya siswa yang mengalami perundungan oleh teman sebaya, termasuk ejekan terkait perbedaan fisik dan kondisi yang menyebabkan siswa dipindahkan kelas atau bahkan berpindah sekolah. Dari 140 siswa yang diteliti, 74 siswa (52,9%) berada pada kategori bullying tinggi dan 73 siswa (52,1%) berada pada kategori risiko depresi tinggi. Temuan tersebut menunjukkan perlunya penelitian untuk mengetahui hubungan bullying dengan risiko depresi pada remaja di sekolah tersebut.

Penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang beragam. Said dan Jamaluddin (2022) menemukan hubungan bullying dengan perkembangan mental-emosional siswa ($p=0,001$), sedangkan Agustina et al. (2023) melaporkan hubungan kuat antara bullying dan masalah kesehatan mental ($r=-0,718$; $p=0,000$). Di sisi lain, Pineleng et al. (2024) tidak menemukan hubungan bermakna antara bullying dan kesehatan mental ($p=0,980$). Perbedaan hasil tersebut menunjukkan pentingnya penelitian pada konteks sekolah dan karakteristik remaja yang berbeda.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ada atau tidak hubungan kejadian bullying dengan risiko depresi pada remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang Aceh Besar. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar bagi sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan dalam melakukan pencegahan bullying, deteksi dini masalah psikologis, serta penguatan dukungan kesehatan mental bagi siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 2 Blang Bintang, Kecamatan Blang Bintang, Kabupaten Aceh Besar, pada 19–20 Mei 2026. Populasi penelitian berjumlah 140 siswa kelas VII, VIII, dan IX, dan seluruh populasi dijadikan responden dengan teknik total sampling. Variabel independen adalah bullying, sedangkan variabel dependen adalah risiko depresi. Instrumen terdiri atas kuesioner bullying 28 item dan kuesioner risiko depresi 10 item dengan skala Likert empat tingkat. Instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas; pada uji validitas, 28 item bullying dan seluruh 10 item depresi dinyatakan valid berdasarkan r tabel 0,361. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $p<0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden (n=140).

Karakteristik	Kategori	f	%
Usia	12 tahun	5	3,6
	13 tahun	35	25,0
	14 tahun	52	37,1
	15 tahun	48	34,3
Kelas	VII	45	32,1
	VIII	45	32,1
	IX	50	35,7
Jenis kelamin	Laki-laki	57	40,7
	Perempuan	83	59,3
Total		140	100,0

Berdasarkan karakteristik responden menunjukkan bahwa angka/persentase terbanyak adalah usia remaja antara 12,13 dan 14 tahun, jenis kelamin perempuan lebih besar sebanyak 83 siswa (59,3%), berada pada kelas VII, VIII dan IX.

Distribusi kejadian bullying sebagai korban yang tergambar pada tabel 2, sebagian besar responden mengalami bullying pada kategori tinggi, yaitu 74 siswa (52,9%), sedangkan 66 siswa (47,1%) berada pada kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa bullying masih menjadi masalah yang perlu diperhatikan di lingkungan sekolah. Faktor teman sebaya, keluarga, dan lingkungan

sekolah dapat berkontribusi terhadap munculnya perilaku bullying, terutama pada masa remaja ketika pengaruh kelompok sebaya cukup kuat.

Tabel 2. Distribusi bullying responden

Kategori bullying	f	%
Rendah	66	47,1
Tinggi	74	52,9
Total	140	100,0

Tabel 3 menggambarkan resiko depresi Syang akan terjadi sebanyak 73 responden (52,1%) memiliki risiko depresi tinggi, sedangkan 67 responden (47,9%) memiliki risiko depresi rendah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Widyastuti dkk. (2025) yang dalam skripsi dilaporkan menemukan pengaruh signifikan perundungan terhadap tingkat depresi remaja. Berdasarkan teori adaptasi Roy yang digunakan dalam skripsi, bullying dapat menjadi stimulus lingkungan yang mengganggu kemampuan adaptasi remaja pada aspek fisiologis, konsep diri, fungsi peran, dan interdependensi.

Tabel 3. Distribusi risiko depresi responden

Risiko depresi	f	%
Rendah	67	47,9
Tinggi	73	52,1
Total	140	100,0

Tabel 4 tergambar pengaruh bullying terhadap risiko depresi, pada kelompok bullying rendah, 38 responden mengalami risiko depresi rendah dan 28 responden mengalami risiko depresi tinggi. Pada kelompok bullying tinggi, 29 responden mengalami risiko depresi rendah dan 45 responden mengalami risiko depresi tinggi. Dengan demikian, proporsi risiko depresi tinggi lebih besar pada kelompok dengan bullying tinggi. Uji Chi-Square menghasilkan Pearson Chi-Square 4,726 dengan p-value 0,030 ($p < 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara bullying dan risiko depresi.

Tabel 4. Hubungan bullying dengan risiko depresi

Bullying	Risiko depresi rendah, f (%)	Risiko depresi tinggi, f (%)	Total
Rendah	38 (31,6)	28 (34,4)	66
Tinggi	29 (35,4)	45 (38,6)	74
Total	67 (67,0)	73 (73,0)	140

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat bullying yang tinggi lebih banyak ditemukan dibandingkan kategori rendah. Temuan ini konsisten dengan uraian skripsi bahwa pengaruh teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekolah dapat berperan dalam perilaku bullying. Penelitian Said dan Jamaluddin (2022) juga menemukan hubungan antara bullying dan perkembangan mental-emosional siswa dengan $p=0,001$, sedangkan Agustina et al. (2023) menemukan korelasi negatif yang kuat antara bullying dan kesehatan mental ($r=-0,718$; $p=0,000$). Namun, Pineleng et al. (2024) melaporkan tidak adanya hubungan bermakna ($p=0,980$), sehingga konteks sekolah dan karakteristik responden perlu dipertimbangkan dalam menafsirkan hasil.

Risiko depresi yang tinggi pada lebih dari separuh responden menunjukkan bahwa kondisi psikologis siswa perlu mendapat perhatian. Dalam teori adaptasi Roy, tekanan lingkungan seperti bullying dapat menjadi stimulus yang mengganggu proses adaptasi remaja. Apabila pengalaman ejekan, penghinaan, pengucilan, atau perlakuan tidak menyenangkan berlangsung berulang dan tidak diimbangi dukungan dari guru, keluarga, maupun teman sebaya, remaja dapat mengalami tekanan emosional, penurunan harga diri, menarik diri dari lingkungan sosial, dan gangguan fungsi sehari-hari yang berkaitan dengan risiko depresi.

Hasil bivariat memperlihatkan bahwa 45 dari 74 siswa dengan bullying tinggi berada pada kategori risiko depresi tinggi, sedangkan pada kelompok bullying rendah terdapat 28 dari 66 siswa dengan risiko depresi tinggi. Nilai $p=0,030$ menunjukkan bahwa hubungan tersebut bermakna secara statistik. Temuan ini mendukung kesimpulan penelitian bahwa semakin tinggi tingkat bullying yang dialami remaja, semakin besar kecenderungan risiko depresi. Secara praktis, hasil ini memperkuat perlunya edukasi anti-bullying, pengawasan lingkungan sekolah, layanan konseling, deteksi dini risiko depresi, dan keterlibatan orang tua serta tenaga kesehatan.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara bullying dengan risiko depresi pada remaja di SMP Negeri 2 Blang Bintang. Dari

140 responden, 74 siswa mengalami bullying tinggi dan 45 di antaranya memiliki risiko depresi tinggi, sedangkan pada 66 siswa dengan bullying rendah terdapat 28 siswa dengan risiko depresi tinggi. Uji Chi-Square menghasilkan Pearson Chi-Square 4,726 dengan $p=0,030$ ($p<0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Semakin tinggi tingkat bullying yang dialami remaja, semakin besar kecenderungan mengalami risiko depresi.

Sekolah disarankan memperkuat edukasi dan pencegahan bullying, pengawasan lingkungan sekolah, layanan konseling, serta deteksi dini masalah psikologis. Orang tua perlu meningkatkan komunikasi dan dukungan emosional, sedangkan tenaga kesehatan dapat berperan dalam edukasi kesehatan mental dan deteksi dini. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor lain yang berkaitan dengan risiko depresi dan melibatkan responden yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T., & Andayani, B. (2018). Psikologi Perkembangan Remaja. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Afrilia, H., Oresti, S., & Deski, F. I. (2026). Hubungan Perilaku Bullying Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di Smp N 28 Padang Tahun 2025. *Menulis: Jurnal Penelitian Nusantara*, 2(7), 187-191.
- Astuti, R. D. (2020). Meredam Bullying: Mengatasi Kekerasan Anak dan Remaja. Jakarta: Grasindo.
- Azwar, S. (2017). Metode Penelitian Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Coloroso, B. (2016). The Bully, the Bullied, and the Bystander: From Preschool to High School—How Parents and Teachers Can Help Break the Cycle. New York: HarperCollins.
- Hawari, D. (2019). Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Situasi Kesehatan Mental pada Remaja di Indonesia. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia: Indikator Kesehatan Mental Remaja. Jakarta: Kemenkes RI.
- Maharani, J. O., & Wandini, R. (2026). Hubungan Perilaku Bullying Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Bandar Lampung Tahun 2025. *Health Research Journal of Indonesia*, 4(5), 494-503.
- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Zhao, N., & Veed, G. (2024). Bullying, depression, and suicide in adolescence: A meta-analysis. *Pediatrics*, 153(1), e2023061234.
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (Ed. 5). Jakarta: Salemba Medika.
- Olweus, D. (2017). Bullying at School: What We Know and What We Can Do. Oxford: Blackwell Publishing.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). Experience Human Development (14th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2019). Fundamentals of Nursing (10th ed.). St. Louis: Elsevier.
- Pratiwi, R., & Lestari, D. (2023). Hubungan perilaku bullying dengan tingkat depresi pada remaja di SMP. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 201-210.
- Rahmawati, S., & Hidayat, A. (2024). Efektivitas program anti-bullying terhadap penurunan gejala depresi pada remaja. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 8(1), 45-56.
- Rigby, K. (2018). Bullying in Schools: And What to Do About It. Camberwell: ACER Press.
- Santrock, J. W. (2019). Adolescence (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Stuart, G. W. (2021). Principles and Practice of Psychiatric Nursing (11th ed.). St. Louis: Elsevier.
- Sugiyono. (2019). Statistika untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- UNICEF Indonesia. (2022). Laporan Situasi Anak Indonesia: Dampak Kekerasan dan Bullying di Sekolah. Jakarta: UNICEF.
- Widayanti, K. A. (2022). Dampak bullying terhadap kesejahteraan psikologis siswa di sekolah menengah pertama. *Jurnal Keperawatan Vokasi*, 10 (2), 115-125.