**Jurnal Politik, Sosial, Hukum dan Humaniora (Mandub)**
**Volume 3, Nomor 3, September 2025**
e-ISSN: 2988-2273; p-ISSN: 2988-2281, Hal. 260-270
DOI: https://doi.org/10.59059/mandub.v3i3.2766
Tersedia: https://journal.staiypiqbaubau.ac.id/index.php/Mandub

# Implementasi Program Anti-Perundungan untuk Melindungi Kesehatan Mental Siswa di SMA Dharma Karya UT Kota Tangerang Selatan

**Iqbal Maulana Saputra[1*], Ati Kusmawati[2]**
[1-2]Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia
*e-mail: Iqbalmaulana0472@gmail.com*

Alamat: Jl. K. H. Ahmad Dahlan, Cirendeu, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419
**Penulis Korespondensi*

***Abstract.*** *Bullying in schools is a serious issue that affects students' mental health and therefore needs to be addressed through specific programs that create a safe, comfortable, and healthy environment. Increasing public awareness of the dangers of bullying has encouraged the emergence of anti-bullying programs in schools, including at SMA Dharma Karya UT. This study aims to analyze the implementation of such a program with four main objectives, namely to understand its execution, assess its effectiveness, identify existing obstacles, and provide relevant recommendations for improvement. The research method employed is quantitative with a descriptive approach using questionnaires developed based on program implementation and mental health indicators, tested for validity and reliability, and analyzed with SPSS version 25. The research sample involved 98 students from grades X, XI, and XII, selected through a representative quota sampling technique. The results show a significant relationship between the anti-bullying program and students' mental health, with a correlation coefficient of 0.760 indicating a strong relationship. The program explains 57.8% of the variance in mental health, while 42.2% is influenced by other external factors. Simple regression analysis produced a constant of 43.783 and a coefficient of 1.814, meaning improvements in program implementation are directly proportional to improvements in mental health. Hypothesis testing confirmed significance with a value of 0.000 < 0.05, thus accepting the alternative hypothesis. The anti-bullying program has proven to be effective and can serve as a reference for other schools.*

***Keywords:*** *Bullying, Implementation, Health, Mental, Student*

**Abstrak**. Masalah perundungan di sekolah merupakan isu serius yang berdampak pada kesehatan mental siswa, sehingga perlu ditangani dengan program khusus yang mampu menciptakan lingkungan aman, nyaman, dan sehat. Kesadaran masyarakat yang meningkat tentang bahaya perundungan mendorong lahirnya program anti-perundungan di sekolah, termasuk di SMA Dharma Karya UT. Penelitian ini bertujuan menganalisis implementasi program tersebut dengan empat sasaran utama, yaitu memahami pelaksanaan, menilai efektivitas, mengidentifikasi hambatan, dan memberikan rekomendasi penguatan yang relevan. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan deskriptif melalui kuesioner yang disusun berdasarkan indikator implementasi program dan kesehatan mental, diuji validitas serta reliabilitasnya, kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 25. Sampel penelitian melibatkan 98 siswa dari kelas X, XI, dan XII yang dipilih dengan teknik quota sampling yang representatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara program anti-perundungan dan kesehatan mental siswa, dengan koefisien korelasi sebesar 0,760 yang mengindikasikan hubungan kuat. Program ini menjelaskan 57,8% variasi kesehatan mental, sedangkan 42,2% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian. Analisis regresi sederhana menghasilkan konstanta 43,783 dan koefisien 1,814, yang berarti peningkatan implementasi program berbanding lurus dengan peningkatan kesehatan mental. Uji hipotesis menegaskan signifikansi hasil dengan nilai 0,000 < 0,05, sehingga hipotesis alternatif diterima. Program anti-perundungan terbukti berdampak positif dan dapat menjadi rujukan bagi sekolah lain.

**Kata Kunci:** Perundungan, Implementasi, Kesehatan, Mental, Siswa

## 1. PENDAHULUAN

Fenomena perundungan di lingkungan sekolah menjadi persoalan penting yang perlu ditangani dengan serius, karena efeknya yang signifikan pada kesehatan mental dan kesejahteraan peserta didik. Pada tahun 2024, KPAI mencatat beberapa kasus perundungan yang signifikan. Data menunjukkan bahwa kekerasan terhadap anak, termasuk bullying, masih

*Naskah Masuk: 04 Agustus 2025; Revisi: 22 Agustus 2025; Diterima: 20 September 2025; Terbit: 23 September 2025*

marak terjadi di lingkungan satuan pendidikan. Dalam laporan terbaru, tercatat bahwa 35% dari 114 kasus kekerasan terhadap anak terjadi di area pendidikan, dan 48% dari insiden tersebut terjadi ketika anak masih mengenakan pakaian seragam sekolah (KPAI, 2024).

Masalah ini juga tercermin dari data tahun sebelumnya, dimana sepanjang tahun 2023 tercatat 2.355 peristiwa yang berhubungan dengan pelanggaran hak anak. Dari seluruh imformasi yang diterima, sebanyak 837 kasus tercatat dalam lembaga pendidikan, seperti: anak-anak yang menjadi korban bullying sebanyak 87 kasus, mereka yang terdampak kebijakan pendidikan sebanyak 27 kasus, serta yang mengalami kekerasan fisik maupun psikologis berjumlah 236 kasus, serta anak yang mengalami kekerasan seksual dengan jumlah 487 kasus. Sebaliknya, korban perundungan terbanyak adalah siswa SD (sekitar 26 persen), diikuti oleh siswa tingkat SMP (sekitar 25 persen), dan siswa tingkat SMA (sekitar 18,75 persen). Kekerasan fisik menjadi bentuk perundungan yang paling dominan dialami pada korban, dengan persentase sebesar 55,5%, diikuti dengan bullying secara verbal sebesar 29,3%, dan bullying secara psikologis sebanyak 15,2% (Sekolah Relawan, 2024).

Menurut data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), kasus perundungan di Indonesia banyak melibatkan siswa di jenjang sekolah dasar. Secara global, Indonesia menempati urutan kelima dari 78 negara dengan jumlah siswa terbanyak yang menjadi korban perundungan. Berdasarkan data dari P*rogramme for International Student Assessment* (PISA) tahun 2018 mengungkapkan bahwa 41,1% siswa Indonesia menyatakan pernah mengalami perundungan (Literasi Aktual, 2023).

Perundungan tidak hanya memberikan dampak psikologis berupa kecemasan, stres emosional, hingga penurunan motivasi belajar, tetapi juga menimbulkan rasa takut dan trauma berkepanjangan. Dalam konteks ini, dukungan dari orang dewasa dan pemberlakuan sanksi tegas terhadap pelaku menjadi langkah penting sebagai bagian dari strategi pencegahan dan penanggulangan perundungan. Korban memiliki hak atas perlindungan hukum yang dijamin oleh negara, berdasarkan regulasi yang tercantum UU No. 35 Tahun 2014 mengenai Perlindungan Anak. Undang-undang tersebut menegaskan bahwa setiap anak wajib dilindungi dari berbagai bentuk kekerasan, termasuk perundungan yang berlangsung di lingkungan sekolah.

Sekolah memegang peran strategis dalam membangun suasana belajar yang aman dan nyaman. Tanggung jawab tersebut mencakup implementasi kebijakan anti-perundungan, pelaksanaan edukasi yang menyeluruh kepada warga sekolah, serta penyediaan mekanisme pelaporan dan penanganan yang efektif terhadap kasus-kasus perundungan. Dalam hal ini, SMA Dharma Karya UT termasuk sekolah yang telah mengimplementasikan program anti-

perundungan sebagai respons terhadap adanya laporan kasus perundungan di lingkungan sekolah. Walaupun frekuensi kasus perundungan di sekolah ini tidak tergolong tinggi, pihak sekolah tetap memandang isu ini sebagai masalah serius yang harus ditangani secara preventif.

Pelaksanaan program anti-perundungan di SMA Dharma Karya UT menunjukkan adanya komitmen institusi dalam menciptakan ruang belajar yang mendukung kesehatan mental siswa. Program ini dilaksanakan melalui berbagai kegiatan edukatif dan preventif, seperti penyuluhan tentang bahaya perundungan dan pentingnya menjaga kesehatan mental. Namun demikian, korban perundungan sering kali enggan melapor karena rasa takut terhadap stigma sosial maupun kemungkinan balasan dari pelaku. Oleh karena itu, pengembangan kebijakan pencegahan yang lebih terstruktur menjadi kebutuhan mendesak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji implementasi program anti-perundungan di SMA Dharma Karya UT serta pengaruhnya dalam melindungi kesehatan mental siswa. Temuan penelitian ini diharapkan mampu menjadi acuan bagi sekolah lain untuk merancang dan menerapkan program serupa untuk mengurangi angka perundungan dan menciptakan lingkungan belajar yang sehat secara psikologis.

## 2. KAJIAN TEORI

Kajian teori dalam penelitian ini terdiri dari tiga bagian teori yaitu: Implementasi Program, Perundungan, Kesehatan Mental.

### Implementasi Program

Definisi Implementasi

Implementasi pada dasarnya dipahami sebagai proses yang tidak hanya berhenti pada aktivitas semata, tetapi melibatkan tindakan nyata yang direncanakan, terarah, serta disertai mekanisme tertentu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Gunarta (2018) menjelaskan bahwa implementasi merupakan serangkaian langkah sistematis dalam suatu sistem yang dilaksanakan dengan acuan standar tertentu agar hasil yang ditargetkan tercapai. Rosyad (2019) menambahkan bahwa implementasi adalah bentuk konkret dari sebuah ide atau gagasan yang diarahkan untuk memengaruhi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, yang keberhasilannya memerlukan kerja sama dan komitmen tinggi dari berbagai pihak terkait. Magdalena (2020) memandang implementasi sebagai pekerjaan rekayasa sistem yang disusun dengan cermat, bukan tindakan acak, melainkan mekanisme terstruktur untuk memastikan tujuan dapat dipenuhi secara tepat. Sementara itu, Wahidin (2021) menekankan bahwa implementasi merupakan pelaksanaan tugas yang direncanakan dengan mekanisme tertentu, menuntut

keterampilan, kepemimpinan, serta motivasi agar semua komponen berjalan sesuai rencana dan menghasilkan capaian yang efektif.

Definisi Program

Program pada dasarnya dipahami sebagai serangkaian aktivitas yang dirancang secara sistematis untuk mencapai tujuan tertentu. Sagala (2009) menyebut program sebagai rangkaian kegiatan terstruktur yang melibatkan perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi, serta menuntut adanya kolaborasi dari semua pihak terkait. Arikunto (2012) menekankan bahwa program adalah aktivitas yang direncanakan secara matang, mencakup penetapan tujuan, sasaran, langkah-langkah pelaksanaan, dan evaluasi, sehingga pelaksanaannya dapat berjalan sesuai dengan rencana. Munthe (2015) menambahkan bahwa program merupakan serangkaian langkah yang dilaksanakan secara berkesinambungan oleh suatu organisasi dengan melibatkan banyak orang, sehingga diperlukan kerja sama dan koordinasi agar tujuan dapat dicapai secara efektif. Sementara itu, Fahmi (2021) menyatakan bahwa program adalah bagian dari kebijakan yang disusun dengan cermat untuk mewujudkan hasil yang optimal, di mana efektivitas kebijakan sangat bergantung pada kualitas perencanaan dan pelaksanaan program tersebut.

**Model Implementasi Program**

Implementasi program adalah proses yang terdiri dari berbagai tahapan yang harus dilalui dengan cermat. Menurut Charles O. Jones dalam (Suryana, 2009) mengatakan bahwa terdapat tiga elemen utama yang menjadi dasar dalam pengoperasian program: 1). Pengorganisasian adalah proses membangun struktur dan sistem yang mendukung keberhasilan implementasi program. Dalam tahap ini, dilakukan penetapan peran, tanggung jawab, serta koordinasi antara pihak-pihak yang terlibat, 2). Interpretasi adalah proses memahami dan menerjemahkan kebijakan atau program agar dapat diimplementasikan dengan baik oleh semua pihak yang terlibat, 3). Penerapan atau aplikasi adalah tahap pelaksanaan nyata dari kebijakan atau program yang telah dirancang sebelumnya.

**Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Implementasi Program**

Van Meter dan Van Horn dalam Agustino (2006) faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan implementasi kebijakan yaitu: a). Standar dan sasaran kebijakan/ukuran dan tujuan kebijakan, b). Sumber daya, c). Karakteristik organisasi pelaksana, d). Sikap para pelaksana, e). Komunikasi antar organisasi terkait kegiatan-kegiatan pelaksanaan, f). Lingkungan sosial, ekonomi dan politik.

## Perundungan

Definisi Perundungan

Perundungan dipahami sebagai bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang dengan tujuan menyakiti pihak lain yang dianggap lebih lemah serta menimbulkan dampak negatif terhadap korbannya. Glew (2007) menjelaskan bahwa perundungan merupakan agresi yang dilakukan satu atau lebih anak untuk mengganggu anak lain yang tidak mampu membela diri, yang dapat berdampak panjang pada korban maupun saksi yang menyaksikannya, seperti kecemasan, depresi, dan menurunnya rasa percaya diri. Usman (2013) menambahkan bahwa perundungan kerap terjadi pada masa remaja karena sifat egosentrisme yang tinggi, dengan bentuk yang bervariasi mulai dari memalak, mengejek, hingga pemukulan, yang biasanya dipicu oleh pengaruh teman sebaya, iklim sekolah, dan lemahnya pengawasan guru maupun orang tua. Trisnani (2016) memandang perundungan sebagai perilaku negatif yang menyalahgunakan kekuatan untuk menyakiti korban secara fisik maupun mental, termasuk dalam bentuk cyberbullying, yang jika dibiarkan dapat menimbulkan stres, depresi, hingga gangguan kecemasan. Sejalan dengan itu, Supari (2021) menjelaskan bahwa perundungan, yang berasal dari istilah bullying, merupakan tindakan berulang baik secara fisik, verbal, maupun psikologis yang dilakukan oleh pelaku yang merasa lebih kuat terhadap korban yang tidak berdaya, dan berpotensi menimbulkan kerusakan pada kesehatan mental serta kesejahteraan sosial korban dalam jangka panjang.

## Ciri-ciri Perundungan

Menurut B. Coloroso (2006), terdapat 4 ciri-ciri dalam perilaku perundungan (bullying), yaitu sebagai berikut: a). Ketidakseimbangan kekuatan, b). Niat untuk mencederai, c). Ancaman agresif lebih lanjut, d). Teror

## Kesehatan Mental

Definisi Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan kondisi psikologis yang memungkinkan individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengatasi tekanan hidup, serta mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Menurut Hanurawan (2012), kesehatan mental mencerminkan kemampuan seseorang dalam berpikir, merasakan, dan bertindak secara efektif dalam menghadapi tantangan. Suhaimi (2015) menambahkan bahwa kesehatan mental yang baik terlihat dari keseimbangan fisik, intelektual, emosional, dan spiritual, yang mendorong hubungan positif dengan orang lain. Selanjutnya, Aprilina (2019) menekankan bahwa

kesehatan mental berkaitan dengan pertumbuhan emosi dan psikologi yang membuat individu mampu mengendalikan diri, mengatasi tekanan, dan membangun relasi yang sehat. Sementara itu, Rozali (2021) menjelaskan bahwa kesehatan mental bukan hanya ketiadaan gangguan, tetapi juga kemampuan berfungsi secara produktif, menghadapi stres, serta berkontribusi pada lingkungan sosial.

**Karakteristik Kesehatan Mental**

Karakterisitik pribadi yang sehat mentalnya juga dijelaskan oleh American Psychological Association dalam Notoatmodjo (2010): a). Aspek fisik, kesehatan mental tercermin dalam keseimbangan antara kondisi tubuh dan pikiran yang mendukung aktivitas sehari-hari, b). Aspek psikis, individu ditandai dengan kestabilan emosi, rasa percaya diri, serta kemampuan mengendalikan diri dalam menghadapi berbagai tekanan hidup, c). Aspek sosial, kesehatan mental ditunjukkan melalui kemampuan menjalin interaksi yang sehat dengan lingkungan sekitar, termasuk membangun hubungan harmonis dengan orang lain, d). Aspek moral-religius terlihat dari keterhubungan individu dengan nilai etika dan spiritual, yang menjadi dasar dalam bersikap jujur, bertanggung jawab, serta mampu menjalani kehidupan dengan penuh makna.

## 3. METODE PENELITIAN

Menurut Sugiyono (2019), metode deskriptif kuantitatif dipahami sebagai penelitian yang sejalan dengan variabel yang dikaji, berfokus pada permasalahan serta fenomena nyata, dan menyajikan temuan dalam bentuk data angka yang memiliki arti. Studi ini mengaplikasikan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif untuk mengkaji pengaruh variabel yang diteliti, yakni penerapan program anti-perundungan pengaruh dalam melindungi kesehatan mental siswa di SMA Dharma Karya UT.

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Dharma Karya UT Kota Tangerang Selatan yang telah menerapkan program anti-perundungan (*bullying*) secara efektif dalam membantu menjaga kesehatan mental dan mewujudkan suasana belajar yang nyaman serta aman untuk siswa.

Sugiyono (2019) mengatakan bahwa populasi adalah wilayah secara general yang mencakup entitas atau individu yang diidentifikasi oleh peneliti sebagai objek pengamatan. Populasi dalam penelitian ini mencakup siswa kelas X, XI, dan XII dengan total 450 orang yang berada pada rentang usia 15–18 tahun. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *nonprobability sampling* berdasarkan kuota, yakni ditentukan berdasarkan jumlah responden yang menjawab kuesioner yang disebarkan. Kriteria inklusi waktu sampel penelitian

adalah berstatus aktif sebagai siswa, terlibat dalam kegiatan sekolah, dan bersedia mengisi kuesioner secara sukarela.

Menurut Sugiyono (2019:102) menjelaskan bahwa instrumen penelitian merupakan sarana yang dipakai untuk menilai kondisi alam maupun sosial yang sedang diteliti. Penelitian ini memanfaatkan kuesioner berbasis skala Likert untuk mengukur indikator variabel, dengan pilihan jawaban yang terdiri dari empat kategori jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), serta Sangat Tidak Setuju (STS).

Analisis data pada penelitian ini dilakukan menggunakan bantuan program SPSS versi 25, yang digunakan untuk menguji validitas, reliabilitas, asumsi, hipotesis, koefisien korelasi, koefisien determinasi, serta analisis regresi linear sederhana. Hipotesis ditentukan berdasarkan nilai keberartian; Ho diterima jika nilainya lebih dari 0,05 (menunjukan tidak ada pengaruh), sedangkan H1 diterima apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (berpengaruh). Dalam penelitian ini, variabel X adalah pelaksanaan program anti-perundungan, dan variabel Y adalah kesehatan mental.

## 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji Validitas seluruh 15 item pernyataan variabel implementasi menunjukkan hasil yang valid, begitupun pada 40 item pernyataan variabel kesehatan mental menunjukkan hasil yang valid. Hasil uji reliabilitas memperoleh nilai 0,936 yang lebih besar dari 0,6 memperlihatkan bahwa tingkat reliabilitas variabel X sangat reliabel. Uji normalitas melalui Kolmogorov-Smirnov menghasilkan nilai 0,094 dengan Asymp. Sig mencapai 0,032, lebih besar dari 0,05, berdasarkan hasil normal *Probability Plot* dan nilai kolmogorov-smirnov, seluruhan data telah dinyatakan terdistribusi normal.

**Tabel 1.** Hasil Uji Koefisien Determinasi.

**Model Summary[b]**

| MODEL | R | R SQUARE | ADJUSTED R SQUARE | STD. ERROR OF THE ESTIMATE |
|---|---|---|---|---|
| **1** | .760[a] | .578 | .573 | 10.597 |

a. Predictors : (Constant), Implementasi
b. Dependent Variable : Kesehatan Mental

Hasil uji korelasi *pearson product moment* menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,760. Dengan nilai signifikan 0,000 < 0,05 maka dapat disimpulkan adanya hubungan signifikan antara variabel implementasi dan kesehatan mental. Hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai R square sebesar 0,578, yang berarti variabel dependen Kesehatan Mental

(Y) dipengaruhi sebesar 57,8% oleh variabel independen Implementasi (X), serta 42,2% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

**Tabel 2.** Hasil Anlisis Regresi Linear Sederhana.

**Coefficients[a]**

| MODEL | | UNSTANDARDIZED B | COEFFICIENTS STD. ERROR | STANDARDIZED COEFFICIENT BETA | T | SIG. |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | (Constant) | 43.783 | 7.656 | | 5.719 | .000 |
| | Implementasi | 1.814 | .158 | .760 | 11.459 | .000 |

a. Dependent Variable : Kesehatan Mental

Hasil analisis linear sederhana menunjukkan pengaruh variabel independen Implementasi Program (X) terhadap variabel Kesehatan Mental (Y). Dari hasil pengolahan data diperoleh nilai Kontan a adalah 43.783 dan nilai b adalah 1.814. Dengan nilai konstanta a sebesar 43.783 artinya jika tidak ada implementasi program anti-perundungan, maka nilai prediksi kesehatan mental siswa (Y) adalah 43.783. Dengan angka konstanta b 1.814, maka setiap kenaikan 1% dalam implementasi (X) meningkatkan kesehatan mental (Y) siswa sebesar 1,814. Karena koefisien regresi bernilai positif, maka implementasi program berpengaruh positif terhadap kesehatan mental siswa. Dengan persamaan regresinya adalah Y = a + bX = 43,783 + 1,814X.

**Tabel 3.** Hasil Uji Hipotesis.

**Coefficients[a]**

| MODEL | | UNSTANDARDIZED B | COEFFICIENT STD. ERROR | STANDARDIZED COEFFICIENT BETA | T | SIG |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | (Constant) | 43.783 | 7.656 | | 5.719 | .000 |
| | Implementasi | 1.814 | .158 | .760 | 11.459 | .000 |

a. Dependent Variable : Kesehatan Mental

Hasil uji hipotesis memperlihatkan nilai signifikansi pengaruh variabel X dan variabel Y sebesar 0,000 < 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa pengaruh implementasi program anti-perundungan terhadap kesehatan mental siswa di SMA Dharma Karya UT. Dengan hasil T hitung sebesar 11,459 > 0,05 dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H1) diterima sedangkan hipotesis nol (H0) di tolak, sehingga menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara variabel X (implementasi) terhadap variabel Y (kesehatan mental).

Berdasarkan hasil analisis data program anti-perundungan berpengaruh signifikan terhadap kondisi kesehatan mental siswa di SMA Dharma Karya UT Kota Tangerang Selatan, hal ini ditunjukan melalui hasil uji hipotesis yang menghasilkan dengan nilai signifikansi sebesar 0,00 < 0,05 dan T hitung sebesar 11,459 > 1,993. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana adalah implementasi program anti-perundungan berpengaruh positif terhadap

kesehatan mental siswa di SMA Dharma Karya UT dengan kontribusi pengaruh sebesar 57,8%. Pengaruh ini menunjukkan bahwa semakin tinggi implementasi program anti-perundungan, maka semakin besar dampak terhadap kesehatan mental siswa di SMA Dharma Karya UT.

## 5. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa Implementasi Program Anti-Perundungan di SMA Dharma Karya UT memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap kesehatan mental siswa. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa setiap kenaikan 1% dalam penerapan program ini memberikan kontribusi pada peningkatan kesehatan mental sebesar 1,814. Hasil pengujian hipotesis membuktikan bahwa penerapan program perundungan memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental siswa di SMA Dharma Karya UT. Dengan nilai T hitung sebesar 11,459 yang melebihi nilai T tabel sebesar 1,993 serta signifikansi sebesar 0,00 < 0,05, sehingga hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. Dengan demikian dapat ditegaskan bahwa semakin baik penerapan program anti-perundungan, semakin positif dampaknya terhadap kesehatan mental siswa.

Nilai koefisien determinasi ($R^2$) sebesar 57,8% menunjukkan bahwa penerapan Program Anti-Perundungan di SMA Dharma Karya UT menjelaskan sebagian besar variasi kesehatan mental siswa. Sebesar 57,8% dari perubahan kesehatan mental siswa dipengaruhi oleh keberhasilan program ini, sedangkan 42,2% lainnya disebabkan oleh faktor eksternal seperti kondisi keluarga dan lingkungan sosial. Validitas variabel kesehatan mental siswa menunjukkan hasil yang kuat, dengan nilai R Hitung sebesar 0,199 yang lebih tinggi dibandingkan R Tabel. Hal ini menegaskan bahwa aspek kesehatan mental, mencakup fisik, psikis, sosial, dan moral/religius, dapat diukur secara akurat dalam penelitian ini. Dengan demikian, program anti perundungan berkontribusi terhadap peningkatan kualitas kesehatan mental siswa secara menyeluruh.

## DAFTAR PUSTAKA

Aprilina, N. (2019). Mental health: Pengertian, faktor-faktor yang mempengaruhinya, dan cara menjaganya. Jurnal Psikologi, 13(1), 1–10. https://doi.org/10.26555/jptp.v1i2.15132

Argiati, S. H. B. (2010). Studi kasus perilaku bullying pada siswa SMA di Kota Yogyakarta. Jurnal Penelitian BAPPEDA, 5(7), 54–62.

Arikunto, S. (2012). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik. Rineka Cipta.

Coloroso, B. (2006). Penindasan, tertindas, dan penonton: Resep pemutus rantai kekerasan anak dari prasekolah hingga SMU (Terj. Serambi). Serambi.

Fahmi, A. (2021). Implementasi program sekolah ramah anak dalam proses pembelajaran. Jurnal Visionary (VIS), 6(1), 36.

Glew, G., Rivara, F., & Feudtner, C. (2007). Bullying: Children hurting children. Pediatrics in Review, 21(6), 183–190.

Goodwin, D. (2009). Strategies to deal with bullying (Strategi mengatasi bullying) (C. Evi, Penerj.). Kidsresearch Inc.

Gunarta, I. K. (2018). Implementasi pembelajaran yoga dalam meningkatkan konsentrasi belajar di Sekolah Dasar Negeri 1 Sumerta. Jurnal Penjaminan Mutu, 3(2), 180. https://doi.org/10.25078/jpm.v3i2.198

Hanurawan, F. (2012). Strategi pengembangan kesehatan mental di lingkungan sekolah. Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 1(1). https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v1i1.2572

Jones, C. O. (1991). Pengantar kebijakan publik (R. Istamto, Penerj.). Rajawali.

LiterasiAktual. (2023, April 26). Mengalami peningkatan, angka kasus bullying di Indonesia tembus 1000 kasus. https://literasiaktual.com/2023/berita/mengalami-peningkatan-angka-kasus-bullying-di-indonesia-lebih-dari-1000-kasus/

Magdalena, I., dkk. (2020). Pengelolaan pembelajaran daring yang efektif selama pandemi di SDN 1 Tanah Tinggi. EDISI: Jurnal Edukasi dan Sains, 2(2).

Munthe, A. (2015). Pentingnya evaluasi program di institusi pendidikan: Sebuah pengantar, pengertian, tujuan, dan manfaat. Scholaria, 5(1), 1–14. https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2015.v5.i2.p1-14

Notoatmodjo, S. (2010). Ilmu perilaku kesehatan. Rineka Cipta.

Pramudia, R., & Wardani, S. Y. (2016). Perilaku bullying di sekolah. GCOUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 1(1), 110.

Rosyad, A. M. (2019). Implementasi pendidikan karakter melalui kegiatan pembelajaran di lingkungan sekolah. Tarbawi: Jurnal Keilmuan Manajemen Pendidikan, 5(2), 176. https://doi.org/10.32678/tarbawi.v5i02.2074

Rozali, Y. A., Sitasari, N. W., & Lenggogeni, A. (2021). Meningkatkan kesehatan mental di masa pandemi. Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas, 7(2). https://doi.org/10.47007/abd.v7i2.3958

Sagala, S. (2009). Manajemen strategi dalam pengembangan program pendidikan. Jurnal Manajemen Pendidikan, 15(3), 56–67.

Sejiwa. (2008). Bullying: Mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan anak. Grasindo.

Sekolah Relawan. (2024, Mei 8). Kasus bullying di sekolah meningkat, KPAI sebut ada 2.355 kasus pelanggaran perlindungan anak selama 2023. https://sekolahrelawan.org/artikel/kasus-bullying-di-sekolah-meningkat-kpai-sebut-ada-2355-kasus-pelanggaran-perlindungan-anak-selama-2023

Sugiyono. (2019). Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.

Suhaimi. (2015). Gangguan jiwa dalam perspektif kesehatan mental Islam. Risalah, 26(4), 197–205.

Supari. (2021). Perundungan dalam lingkungan pendidikan: Dampak psikologis dan strategi penanganan. Jurnal Psikologi Pendidikan, 10(2), 45–58.

Suryana, S. E. L. (2009). Implementasi kebijakan tentang pengujian kendaraan bermotor di Kabupaten Aceh Tamiang (Tesis Master). Universitas Sumatera Utara.

Trisnani, R. P., & Wardani, S. Y. (2016). Perilaku bullying di sekolah. GCOUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 1(1).

Usman. (2013). Perilaku bullying ditinjau dari peran kelompok teman sebaya dan iklim sekolah pada siswa SMA di Kota Gorontalo. Jurnal Pendidikan, 5(4), 1–4.

Wahidin, U., dkk. (2021). Implementasi pembelajaran agama Islam berbasis multimedia di pondok pesantren. Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam, 10(1), 21. https://doi.org/10.30868/ei.v10i01.1203