

INFORMASI ARTIKEL

Received: May, 19, 2024

Revised: September, 25, 2024

Available online: September, 25, 2024

at : <https://ejournal.malahayati.ac.id/index.php/hjk>

Efektivitas penerapan bimbingan konseling islami mengatasi mental korban *bullying* pada siswa sekolah menengah pertama

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com

Abstract

Background: Bullying in the school environment causes students to feel depressed and not want to go to school, which leads to depression, anxiety, stress and suicidal behavior.

Purpose: To analyze the effectiveness of the application of Islamic counseling guidance in overcoming the mental condition of bullying victims in junior high school students.

Method: Quasi-experiment with a control group was used in three junior high schools in Banda Aceh City. Bullying conditions among students at the research location were selected through screening and determining the sample size based on power analysis with a medium effect size, power (0.08), 95% confidence level and alpha 0.05. The total sample was 192 students divided into three groups, namely the Islam-based intervention group (n=64), the health-based intervention group (n=64) and the control group (n=64). The three groups were evaluated at baseline (pre-test), one week after the intervention (post test 1) and 1 week after post-test 1 (post-test 2) using The Olweus Bully Victim Questionnaire and Depression Anxiety and Stress Scales - Youth version (DASS-Y). The intervention was carried out using face-to-face guidelines.

Results: Shows that the Islam-based group experienced a decrease in bullying behavior (p=0.000), stress (p=0.014), anxiety (p =0.014) and depression (p =0.014) after the intervention. Between the Islam-based group, health-based group and control group there were significant differences after one week of intervention (post-test 1) in the conditions of bullying (p =0.000), stress (p =0.002), anxiety (p = 0.030) and depression (p = 0.006). The same thing also happened after one week post-test 1 (post-test 2), where there were significant differences in the conditions of bullying (p =0.000), stress (P=0.000), anxiety (p =0.006) and depression (p = 0.001).

Conclusion: The bullying prevention program has a significant influence on the incidence of bullying or psychological disorders. Islamic-based bullying prevention has been proven to be effective in reducing bullying incidents and improving psychological status.

Keywords: Guidance and Counseling; Bullying; Islam; Students; Victim Mentality.

Pendahuluan: *Bullying* di lingkungan sekolah menimbulkan perasaan depresi pada siswa dan tidak ingin bersekolah sehingga berujung pada depresi, kecemasan, stres dan perilaku bunuh diri.

Tujuan: Untuk menganalisis efektivitas penerapan bimbingan konseling islami mengatasi mental korban *bullying* pada siswa sekolah menengah pertama.

Metode: Quasi eksperimen dengan kelompok kontrol digunakan di tiga SMP di Kota Banda Aceh. Kondisi bullying di kalangan pelajar di lokasi penelitian dipilih melalui *screening* dan penentuan jumlah sampel berdasarkan analisis kekuatan dengan effect size sedang, power (0.08), tingkat kepercayaan 95% dan alpha

0.05. Jumlah sampel sebanyak 192 siswa yang terbagi dalam tiga kelompok yaitu kelompok intervensi berbasis Islam (n=64), kelompok intervensi berbasis kesehatan (n=64) dan kelompok kontrol (n=64). Ketiga kelompok tersebut dievaluasi pada awal (pre-test), satu minggu setelah intervensi (post test 1) dan 1 minggu setelah post-test 1 (post-test 2) menggunakan *The Olweus Bully Victim Questionnaire dan Depression Anxiety and Stress Scales - Youth version* (DASS- Y). Intervensi dilakukan dengan menggunakan pedoman yang dilakukan secara tatap muka.

Hasil: Menunjukkan bahwa kelompok berbasis Islam mengalami penurunan perilaku *bullying* (p=0.000), stres (p=0.014), kecemasan (p=0.014), dan depresi (p=0.014) setelah dilakukan intervensi. Antara kelompok berbasis Islam, kelompok berbasis kesehatan, dan kelompok kontrol terdapat perbedaan yang signifikan setelah satu minggu intervensi (*post-test 1*) pada kondisi *bullying* (p=0.000), stres (p=0.002), kecemasan (p= 0.030) dan depresi (p= 0.006). Hal serupa juga terjadi setelah satu minggu *post-test 1 (post-test 2)*, terdapat perbedaan yang signifikan pada kondisi *bullying* (p=0.000), stress (p=0.000), kecemasan (p=0.006), dan depresi (p= 0.001).

Simpulan: Program konseling *bullying* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian *bullying* ataupun gangguan psikologis. Konseling *bullying* berbasis Islami terbukti efektif mengurangi kejadian *bullying* dan meningkatkan status psikologis.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling; *Bullying*; Islami; Mental Korban; Siswa.

PENDAHULUAN

Bullying atau intimidasi merupakan perbuatan yang dilakukan secara sengaja dan berulang yang merugikan antara Kondisi dan pelaku, dapat berbentuk fisik, relasional, verbal dan dunia maya (Barzilay, Klomek, Apter, Carli, Wasserman, Hadlaczky, & Wasserman, 2017). *Bullying* pada remaja menyebabkan berbagai konsekuensi buruk pada kesejahteraan sosial, fisik dan mental (Hertz, Donato, & Wright, 2013). *Bullying* adalah pola perilaku yang terisolasi dan memiliki dampak buruk pada Kondisi, pengganggu dan yang melihat. *Bullying* telah didefinisikan sebagai perilaku agresif yang tidak diinginkan di antara anak-anak usia sekolah yang melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan yang nyata atau yang dirasakan. Perilaku itu diulangi, atau berpotensi diulang, dari waktu ke waktu. *Bullying* dan *cyberbullying* adalah keprihatinan utama bagi anak-anak dan remaja (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, 2017). Keragaman, kompleksitas, dan interaktivitas faktor manusia dan lingkungan dalam menentukan tindakan intimidasi di sekolah (Rigby, 2024).

Kondisi *bullying* sebagai faktor risiko gangguan mental, perilaku bunuh diri dan melukai diri sendiri yang disengaja pada anak-anak dan remaja (Jadambaa, Thomas, Scott, Graves, Brain, & Pacella, 2020). Di Indonesia 2/3 anak perempuan atau laki-laki berusia 13-17 tahun telah mengalami

setidaknya satu jenis kekerasan dalam hidupnya. 3/4 anak-anak dan remaja yang telah mengalami setidaknya satu jenis kekerasan melaporkan bahwa pelaku adalah teman atau teman sebaya.

Data hasil Asesmen Nasional tahun 2021 menunjukkan bahwa 24.4% peserta didik berpotensi mengalami insiden perundungan di satuan pendidikan (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi, 2024). Sebanyak 41% siswa berusia 15 tahun telah mengalami intimidasi setidaknya beberapa kali sebulan. Sebanyak 2.777 anak muda di Indonesia berusia 14-24, sebanyak 45% telah mengalami *cyberbullying*. Anak laki-laki lebih sering daripada anak perempuan (49% dibandingkan dengan 41%). Jenis *cyberbullying* yang paling umum menurut 1.207 responden adalah pelecehan melalui aplikasi *chatting* (45%), penyebaran foto atau video pribadi (41%) dan jenis pelecehan lainnya (14%) (United Nations Children's Fund, 2020). Salah satu penelitian juga menunjukkan bahwa 46.9% siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri di Kota Banda Aceh dilaporkan menjadi Kondisi *bullying* oleh teman sebayanya 2 atau 3 kali sebulan atau lebih sering. Verbal adalah bentuk perilaku *bullying* yang paling umum dilaporkan oleh siswa (Afriani & Denisa, 2021).

Merujuk perkembangan perilaku *bullying* yang semakin meningkat, maka diperlukan upaya

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com

Efektivitas penerapan bimbingan konseling islami mengatasi mental korban *bullying* pada siswa sekolah menengah pertama

konseling terutama oleh pihak sekolah. Beberapa program intervensi berbasis sekolah telah dilakukan dalam upaya mengurangi perilaku *bullying* di sekolah. Efek intervensi berbasis sekolah untuk mencegah terjadinya *bullying* di sekolah menengah menunjukkan hasil bahwa terjadi penurunan jumlah episode *bullying* setelah intervensi yang dilaporkan oleh siswa dalam semua jenis intimidasi yang dieksplorasi (Costantino, Casuccio, Marotta, Bono, Ventura, Mazzucco, Vitale, & Restivo, 2019). 18 dari 27 (67%) studi yang meneliti tentang *bullying* melaporkan efek program terhadap konseling *bullying* di sekolah yang signifikan (Evans, Fraser, & Cotter, 2014).

Pendidikan moral dalam kurikulum dan kegiatan budaya merupakan jalan untuk konseling intimidasi di sekolah. Penyelenggaraan pendidikan agama dan pendidikan kewarganegaraan mendorong terciptanya nilai-nilai dikalangan peserta didik (Noboru, Amalia, Hernandez, Nurbaiti, Affarah, Nonaka, & Kobayashi, 2021). Konseling perilaku *bullying* dengan pendekatan humanistik religius dapat dilakukan dengan cara, strategi coping, pembiasaan, bimbingan, koordinasi dengan orang tua, kasih sayang dan keteladanan, guna memberikan pemahaman kepada siswa mengenai dampak yang terjadi setelahnya intimidasi (Suratno, Wantini, Suyatno, Perawironegoro, & Arqam, 2022). Namun, dari hasil penelusuran yang peneliti lakukan umumnya intervensi yang telah ada belum sepenuhnya sesuai untuk masyarakat Indonesia khususnya Aceh dengan mayoritas penduduk beragama Islam.

METODE

Penelitian kuantitatif menggunakan desain *quasi experiment with control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dari 34 SMP yang ada di Kota Banda Aceh. Pengumpulan data menggunakan teknik *cluster random sampling* dalam menentukan 3 sekolah yang menjadi lokasi penelitian, yaitu SMPN 7 sebagai lokasi intervensi berbasis islami, SMPN 16 sebagai lokasi intervensi berbasis kesehatan, dan SMP Inshafuddin sebagai kelompok kontrol. Selanjutnya, secara *random* dengan *medium effect size* dan *power* (0.08), taraf kepercayaan (*confidence level*) 95% dan alpha 0.05, jumlah sampel masing-masing kelompok sebanyak

64, sehingga total sampel seluruh kelompok adalah 192 partisipan. Kelompok intervensi berbasis Islami adalah siswa SMP yang menjadi korban *bullying* dan diberikan konseling terkait *bullying* dari aspek ajaran Islam. Kelompok intervensi berbasis kesehatan adalah siswa SMP yang menjadi korban *bullying* dan diberikan konseling terkait *bullying* dari aspek kesehatan mental.

Pengumpulan data dilakukan sebanyak 3 kali, yaitu *pre-test*, *post-test* 1 (setelah seminggu intervensi), dan *post-test* 2 (setelah seminggu *post-test* 1). Kegiatan intervensi untuk kelompok berbasis islami dilakukan sebanyak 5 sesi, selama 5 hari berturut-turut (jam sekolah) dan setiap sesi berdurasi 60 menit. Hal yang sama juga dilakukan pada kelompok berbasis kesehatan.

Intervensi untuk kelompok berbasis islami sebanyak lima sesi meliputi: 1) sesi pertama tentang pengenalan fenomena *bullying* di kalangan umat Islam; 2) sesi kedua tentang kesehatan mental dari perspektif Islam; 3) sesi ketiga tentang perilaku *bullying* dari perspektif Islam; 4) sesi keempat tentang manajemen stress akibat *bullying* berdasarkan ajaran Islam; dan 5) sesi kelima tentang mengatasi *bullying* dari perspektif Islam. Intervensi untuk kelompok berbasis kesehatan juga terdiri dari lima sesi yaitu: 1) sesi pertama tentang identifikasi masalah/penyebab *bullying*; 2) sesi kedua tentang pengelompokkan masalah *bullying*; 3) sesi ketiga tentang menentukan berbagai solusi masalah; 4) sesi keempat tentang memilih solusi yang tepat; dan 5) sesi kelima tentang *roleplay* cara penyelesaian masalah. Intervensi akan disampaikan secara tatap muka oleh cendekiawan Islam (*uztad*) untuk kelompok berbasis Islami dan psikolog untuk kelompok berbasis kesehatan. Intervensi kepada kelompok berbasis islami dan kesehatan dilakukan berdasarkan pedoman tentang program konseling *bullying* yang disusun oleh peneliti bersama-sama dengan narasumber yang ahli dalam bidangnya, sedangkan untuk kelompok kontrol tidak dilakukan intervensi apapun. Metode intervensi untuk kelompok berbasis Islami dan kelompok berbasis kesehatan meliputi ceramah, demonstrasi, diskusi dan bermain peran.

Instrumen pengumpulan data untuk mengukur korban *bullying* menggunakan *The Olweus Bully/Victim Questionnaire* (OBVQ) yang terdiri dari

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com

Efektivitas penerapan bimbingan konseling islami mengatasi mental korban *bullying* pada siswa sekolah menengah pertama

20 pertanyaan tentang kondisi *bullying* di sekolah. OBVQ menanyakan tentang sembilan jenis penindasan, meliputi (1) menyebut nama kasar atau mengejek; (2) pengecualian; (3) memukul, menendang, dan mendorong; (4) menyebarkan rumor; (5) mengambil uang atau merusak barang; (6) mengancam; (7) melontarkan komentar rasial; (8) melontarkan komentar atau isyarat seksual; dan (9) penindasan di dunia maya. Jawabannya diberi kode dalam skala 5 poin dari 0-4 (0 = hal ini belum pernah terjadi pada saya dalam dua bulan terakhir, 1= hal tersebut hanya terjadi pada saya sekali atau dua kali dalam dua bulan terakhir, 2= hal tersebut terjadi pada saya 2 sampai 3 kali sebulan, 3= terjadi pada saya seminggu sekali, 4 = terjadi pada saya beberapa kali seminggu), OBVQ memiliki skala rasio dengan skor min-maks 0-80.

Selanjutnya juga diukur status psikologis menggunakan *Depression Anxiety and Stress Scales-Youth version* (DASS-Y). DASS-Y terdiri dari 21 pertanyaan dengan alternatif jawaban 4 skala dari 0-3. DASS-Y merupakan instrumen dalam bentuk laporan diri (*self report*) yang dirancang untuk

mengukur keadaan depresi, kecemasan dan stres. DASS-Y skala depresi menilai disforia, keputusan, devaluasi kehidupan, penghinaan diri, kurangnya minat/keterlibatan, anhedonia dan inersia. Skala kecemasan menilai rangsangan otonom, efek otot rangka, kecemasan situasional dan pengalaman subjektif dari pengaruh cemas. Skala stres menilai tingkat gairah nonspesifik kronis, yaitu menilai kesulitan bersantai, rangsangan gugup dan mudah marah/gelisah, terlalu reaktif dan tidak sabar. DASS-Y memiliki skala rasio dengan skor min-maks 0-61.

Analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik berupa distribusi frekuensi (deskriptif), *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann Whitney U Test* untuk analisis bivariat serta *Friedman Test* dan *Kruskal Wallis Test* untuk analisis multivariat. Kegiatan pengumpulan data dan intervensi dilaksanakan pada tanggal 1 Agustus-30 September 2023. Penelitian ini telah mendapatkan surat etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes Kemenkes Aceh dengan nomor: LB.02.03/042/2023.

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com

HASIL

Tabel 1. Distribusi Demografi Karakteristik Partisipan (N=192)

| Variabel | Hasil | | |
|---------------------------------------|--------------------------|-----------------------------|----------------|
| | Intervensi Islami (n=64) | Intervensi Kesehatan (n=64) | Kontrol (n=64) |
| Umur (Mean±SD)(Rentang)(Tahun) | (13.50±0.943) | (13.50±1.024) | (14.03±0.975) |
| Jenis Kelamin (n/%) | | | |
| Laki-Laki | 26/40.6 | 43/67.2 | 39/60.9 |
| Perempuan | 38/59.4 | 21/32.8 | 25/39.1 |
| Pendidikan Ayah (n/%) | | | |
| Perguruan Tinggi | 10/15.6 | 39/60.9 | 44/68.7 |
| SMA | 54/84.4 | 25/39.1 | 20/31.3 |
| Pendidikan Ibu (n/%) | | | |
| Perguruan Tinggi | 9/14.1 | 16/25.0 | 40/62.5 |
| SMA | 55/85.9 | 48/75.0 | 24/37.5 |
| Pekerjaan Ayah (n/%) | | | |
| PNS/TNI/POLRI | 21/32.8 | 34/53.1 | 35/54.7 |
| Pegawai Kontrak | 3/4.7 | 6/9.4 | 1/1.6 |
| Pegawai Swasta | 6/9.4 | 4/6.2 | 11/17.2 |
| Wirausaha | 34/53.1 | 20/31.3 | 17/26.6 |
| Pekerjaan Ibu (n/%) | | | |
| PNS/TNI/POLRI | 7/10.9 | 9/14.1 | 15/23.4 |
| Pegawai Kontrak | 2/3.1 | 15/23.4 | 3/4.7 |
| Wirausaha | 5/7.8 | 1/1.6 | 1/1.6 |
| Ibu Rumah Tangga | 50/78.2 | 39/60.9 | 45/70.3 |

Pada Tabel 1. menunjukkan bahwa rata-rata umur responden pada kelompok intervensi islami adalah 13.50 tahun, kelompok intervensi kesehatan 13.50 tahun, dan kelompok kontrol 14.03 tahun. Jenis kelamin responden kelompok intervensi islami sebagian besar perempuan yaitu 38 (59.4%), kelompok intervensi kesehatan dan kontrol sebagian besar laki-laki, masing-masing 43 partisipan (67.2%) dan 39 partisipan (60.9%).

Selanjutnya untuk pendidikan ayah, yaitu pada kelompok Islami sebagian besar berpendidikan menengah sebanyak 54 (84.4%), kelompok kesehatan sebagian besar berpendidikan tinggi sebanyak 39 (60.9%), dan kelompok kontrol sebagian besar berpendidikan tinggi sebanyak 44 partisipan (68.7%). Pendidikan ibu diketahui bahwa pada kelompok Islami sebagian besar berpendidikan menengah 55 partisipan (85.9%), kelompok kesehatan berpendidikan menengah sebesar 48 partisipan (75.0%), dan kelompok kontrol sebagian besar berpendidikan tinggi sebesar 40 partisipan (62.5%).

Mayoritas pekerjaan ayah pada kelompok intervensi islami adalah wirausaha sebanyak 34 partisipan (53.1%), kelompok kesehatan, dan kontrol sebagian besar bekerja sebagai PNS/TNI/POLRI, masing-masing 34 (53.1%), dan 35 partisipan (54.7%). Pekerjaan ibu diketahui bahwa pada ketiga kelompok sebagian besar sebagai ibu rumah tangga, kelompok intervensi islami sebanyak 50 partisipan (78.2%), kelompok intervensi kesehatan sebanyak 39 partisipan (60.9%), dan kelompok kontrol sebanyak 45 partisipan (70.3%).

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com

Efektivitas penerapan bimbingan konseling islami mengatasi mental korban *bullying* pada siswa sekolah menengah pertama

Tabel 2. Perbedaan Kondisi *Bullying* dan Psikologis (N=192)

| Variabel | Intervensi Islami (n=64) | | Intervensi Kesehatan (n=64) | | Kontrol (n=64) | |
|----------------------------------|--------------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|------------------|-------------------|
| | <i>p-value</i> * | <i>p-value</i> ** | <i>p-value</i> * | <i>p-value</i> ** | <i>p-value</i> * | <i>p-value</i> ** |
| Kondisi <i>Bullying</i> | | | | | | |
| <i>Pre-test – Post-test 1</i> | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | 0.157 | 0.097 |
| <i>Post-test 1 – Post-test 2</i> | 0.317 | | 0.879 | | 0.317 | |
| Stres | | | | | | |
| <i>Pre-test – Post-test 1</i> | 0.014 | 0.002 | 0.034 | 0.004 | 0.157 | 0.097 |
| <i>Post-test 1 – Post-test 2</i> | 0.157 | | 0.157 | | 0.317 | |
| Kecemasan | | | | | | |
| <i>Pre-test – Post-test 1</i> | 0.014 | 0.002 | 0.001 | 0.025 | 0.102 | 0.069 |
| <i>Post-test 1 – Post-test 2</i> | 0.157 | | 0.819 | | 0.317 | |
| Depresi | | | | | | |
| <i>Pre-test – Post-test 1</i> | 0.014 | 0.002 | 0.047 | 0.013 | 0.157 | 0.368 |
| <i>Post-test 1 – Post-test 2</i> | 0.317 | | 1.000 | | 0.317 | |

Note: * Wilcoxon Signed Rank Test; ** Friedman Test

Pada Tabel 2 hasil analisis multivariat untuk intervensi konseling *bullying* berbasis Islami, menunjukkan terdapat perbedaan kondisi *bullying* (*p-value* = 0.000), kondisi stres (*p-value* = 0.002), kondisi kecemasan (*p-value* = 0.002), dan depresi (*p-value* = 0.002) antara *pre-test*, *post-test 1*, dan *post-test 2*. Sedangkan untuk intervensi konseling *bullying* berbasis kesehatan juga terdapat perbedaan kondisi *bullying* (*p-value* = 0.000), kondisi stres (*p-value* = 0.004), kondisi kecemasan (*p-value* = 0.025), dan depresi (*p-value* = 0.013) pada siswa antara *pre-test*, *post-test 1*, dan *post-test 2*. Kelompok kontrol menunjukkan tidak ada perbedaan kondisi *bullying* (*p-value* = 0.097), kondisi stres (*p-value* = 0.097), kondisi kecemasan (*p-value* = 0.069), dan depresi (*p-value* = 0.368).

Tabel 3. Perbedaan antar Kelompok terhadap Kondisi *Bullying* dan Psikologis (N=192)

| Variabel | Intervensi Islami (n=64) | Intervensi Kesehatan (n=64) | Kontrol (n=64) | <i>Kruskal-Wallis Test</i> |
|------------------------|--------------------------|-----------------------------|------------------|----------------------------|
| | <i>p-value</i> * | <i>p-value</i> * | <i>p-value</i> * | |
| <i>Bullying</i> | | | | |
| <i>Pre-test</i> | 95.35 | 103.27 | 90.88 | 0.279 |
| <i>Post-test 1</i> | 127.25 | 129.19 | 33.06 | 0.000 |
| <i>Post-test 2</i> | 127.23 | 129.17 | 33.09 | 0.000 |
| Stres | | | | |
| <i>Pre-test</i> | 97.98 | 95.02 | 96.50 | 0.883 |
| <i>Post-test 1</i> | 92.50 | 89.50 | 107.50 | 0.002 |
| <i>Post-test 2</i> | 91.00 | 88.00 | 110.50 | 0.000 |
| Kecemasan | | | | |
| <i>Pre-test</i> | 94.20 | 94.20 | 98.34 | 0.849 |
| <i>Post-test 1</i> | 92.88 | 89.61 | 107.01 | 0.030 |
| <i>Post-test 2</i> | 91.66 | 88.69 | 109.16 | 0,006 |

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com

Efektivitas penerapan bimbingan konseling islami mengatasi mental korban *bullying* pada siswa sekolah menengah pertama

| Depresi | | | | |
|-------------|-------|-------|--------|-------|
| Pre-test | 98.00 | 93.50 | 98.00 | 0.578 |
| Post-test 1 | 92.00 | 93.50 | 104.00 | 0.006 |
| Post-test 2 | 90.50 | 93.50 | 105.50 | 0.001 |

Note: * Mann Whitney U Test

Tabel 3. menunjukkan data pre-test kondisi *bullying* antara berbasis Islami, berbasis kesehatan, dan kontrol adalah $p\text{-value} = 0.279$, sedangkan data *post-test 1* adalah $p\text{-value} = 0.000$, dan data *post-test 2* adalah $p\text{-value} = 0.000$. Selanjutnya untuk data pre-test tingkat stres antara berbasis Islami, berbasis kesehatan, dan kontrol adalah $p\text{-value} = 0.883$, sedangkan data *post-test 1* $p\text{-value} = 0.002$ dan data *post-test 2* adalah $p\text{-value} = 0.000$. Selanjutnya untuk data pre-test tingkat kecemasan antara berbasis Islami, berbasis kesehatan, dan kontrol adalah $p\text{-value} = 0.849$, sedangkan data *post-test 1* adalah $p\text{-value} = 0.030$ dan data *post-test 2* adalah $p\text{-value} = 0.006$. Selanjutnya untuk data pre-test tingkat depresi antara berbasis Islami, berbasis kesehatan, dan kontrol adalah $p\text{-value} = 0.578$, sedangkan data *post-test 1* adalah $p\text{-value} = 0.006$ dan data *post-test 2* adalah $p\text{-value} = 0.001$.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan kondisi *bullying* dan status psikologis (stres, kecemasan dan depresi) pada siswa kelompok berbasis Islami antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi konseling *bullying*. Penelitian ini menemukan adanya perbedaan yang signifikan terkait dengan kondisi *bullying* antara sebelum intervensi (*pre-test*), satu minggu setelah intervensi (*post-test 1*) dan satu minggu setelah pengukuran *post-test 1* (*post-test 2*) pada kelompok berbasis Islami. Nilai rata-rata kondisi *bullying* menurun secara signifikan pada ketiga pengukuran. Keyakinan Islam dapat membantu mengatasi *bullying* di kalangan remaja. Ajaran Islam memberikan penekanan sejak dini pada pembentukan rasa hormat, empati, dan kasih sayang terhadap orang lain pada diri anak. Penurunan angka *bullying* adalah hasil langsung dari kasih sayang, pengertian dan rasa hormat terhadap orang lain yang diajarkan dalam pendidikan Islam (Siddique & Khan, 2023). Konseling *bullying* berbasis Islami terbukti efektif untuk menurunkan

angka korban *bullying* pada remaja di sekolah. Program konseling terbukti efektif dalam mengurangi *bullying* di sekolah (Evans & Smokowski, 2016).

Adanya perbedaan yang signifikan pada status psikologis (stres, kecemasan dan depresi) pada kelompok berbasis Islami antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi konseling *bullying*. Nilai rata-rata status psikologis menurun secara signifikan antara sebelum intervensi (*pre-test*), satu minggu setelah intervensi (*post-test 1*) dan satu minggu setelah pengukuran *post-test 1* (*post-test 2*). Program konseling *bullying* berbasis Islami terbukti efektif untuk mengurangi stres, kecemasan dan depresi pada siswa akibat *bullying* di sekolah. Namun, sepanjang penelusuran yang peneliti lakukan, belum ditemukan penelitian atau konsep yang mengaitkan antara konseling *bullying* berbasis Islami dengan kondisi psikologis. Spiritualitas merupakan faktor yang meningkatkan kebahagiaan, kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental di kalangan umat Islam Indonesia. Spiritualitas secara positif dan signifikan mengurangi kecemasan, depresi, dan stres (Hamka, Suen, Ramadhan, Yusuf, & Wang, 2022). Keyakinan spiritual umat Islam di Indonesia dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan kesehatan mental. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengendalian penyakit mental dapat dilakukan berdasarkan teori dan praktik spiritualitas.

Ditemukan adanya perbedaan kondisi *bullying* dan status psikologis (stres, kecemasan dan depresi) pada siswa kelompok berbasis kesehatan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi konseling *bullying*. Penelitian ini menemukan adanya perbedaan yang signifikan terkait dengan kondisi *bullying* antara sebelum intervensi (*pre-test*), satu minggu setelah intervensi (*post-test 1*) dan satu minggu setelah pengukuran *post-test 1* (*post-test 2*) pada kelompok berbasis kesehatan. Nilai rata-rata kondisi *bullying* menurun secara signifikan pada ketiga pengukuran. Program *Friendly Schools Project* (FS) yang dilakukan untuk mengatasi

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com

bullying di sekolah terbukti mengurangi tindakan *bullying* sebesar 12.5% (Gaffney, Ttofi, & Farrington, 2021). Selain itu, sikap guru terhadap *bullying* dan pengetahuan orang tua tentang *bullying* juga merupakan komponen penting dalam intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan konseling *bullying* di sekolah yang memasukkan komponen-komponen tersebut secara kolektif dapat mengurangi tindakan *bullying* sekitar 11% secara lebih signifikan.

Penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada status psikologis (stres, kecemasan dan depresi) pada kelompok berbasis kesehatan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi konseling *bullying*. Nilai rata-rata status psikologis menurun secara signifikan antara sebelum intervensi (*pre-test*), satu minggu setelah intervensi (*post-test 1*) dan satu minggu setelah pengukuran *post-test 1* (*post-test 2*). Hal ini menunjukkan bahwa program konseling *bullying* berbasis kesehatan juga terbukti efektif untuk mengurangi stres, kecemasan dan depresi pada siswa akibat *bullying* di sekolah. Program konseling *bullying* di sekolah mampu membuat siswa merasa lebih aman dan memiliki tingkat emosi negatif yang lebih rendah (misalnya depresi, kecemasan dan stres) (Gaffney, Ttofi, & Farrington, 2021).

Tidak adanya perbedaan kondisi *bullying* dan status psikologis (stres, kecemasan dan depresi) pada siswa kelompok kontrol pada pengukuran *pre-test*, *post-test 1* dan *post-test 2*. Nilai rata-rata kondisi *bullying* tidak jauh berbeda pada ketiga pengukuran. Penelitian ini juga menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan pada status psikologis (stres, kecemasan dan depresi) pada kelompok kontrol pada pengukuran *pre-test*, *post-test 1* dan *post-test 2*. Nilai rata-rata status psikologis tidak berbeda pada ketiga pengukuran. Viktimisasi oleh teman sebaya pada masa remaja dikaitkan dengan peningkatan risiko terjadinya depresi saat dewasa (Bowes, Joinson, Wolke, & Lewis, 2015). Kondisi akibat *bullying* di sekolah dapat menimbulkan konsekuensi yang besar dan berjangka panjang bagi semua orang yang terlibat. Selain itu, *bullying* pada masa kanak-kanak sangat terkait dengan gangguan kejiwaan di masa dewasa, seperti kecemasan dan depresi (Wang, 2023).

Adanya perbedaan yang signifikan terkait dengan kondisi *bullying* antara kelompok berbasis Islami, kelompok berbasis kesehatan, dan kelompok kontrol. Nilai rata-rata kondisi *bullying* menurun lebih signifikan pada pada kelompok berbasis Islami dibandingkan dengan kelompok berbasis kesehatan dan kelompok kontrol. Penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada status psikologis (stres, kecemasan dan depresi) antar kelompok berbasis Islami, kelompok berbasis kesehatan, dan kelompok kontrol. Nilai rata-rata status psikologis lebih signifikan menurun pada pada kelompok berbasis Islami dibandingkan dengan kelompok berbasis kesehatan dan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa status psikologis (stres, kecemasan dan depresi) pada siswa kelompok berbasis Islami menjadi lebih baik setelah diberikan intervensi. Namun sepanjang penelusuran yang peneliti lakukan, belum ada penelitian yang mengangkat program konseling *bullying* berbasis Islami. Sosial profetik dalam pendidikan agama islam mampu mencegah terjadinya *bullying* dengan kerja keras seluruh elemen di sekolah baik kepala sekolah, guru dan karyawan serta kurikulum (Aziz & Suratno, 2023). Hal ini wajib dilakukan karena dapat memaksimalkan program konseling *bullying*, khususnya di sekolah.

SIMPULAN

Program konseling *bullying* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian *bullying* ataupun gangguan psikologis. Konseling *bullying* berbasis Islami terbukti efektif mengurangi kejadian *bullying* dan meningkatkan status psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, A., & Denisa, D. (2021). Bullying Victimization Among Junior High School Students in Aceh, Indonesia: Prevalence and its Differences in Gender, Grade, and Friendship Quality. *Jurnal Ilmiah Peuradeun*, 9(2), 251-274.
- Aziz, A., & Suratno, S. (2023). The Relevance Of Prophetic Social Concept According To Kuntowijoyo In Islamic Education To Prevent Bullying. *Edusoshum: Journal of Islamic Education and Social Humanities*, 3(1), 8-19.

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com

Efektivitas penerapan bimbingan konseling islami mengatasi mental korban *bullying* pada siswa sekolah menengah pertama

- Barzilay, S., Klomek, A. B., Apter, A., Carli, V., Wasserman, C., Hadlaczky, G., & Wasserman, D. (2017). Bullying victimization and suicide ideation and behavior among adolescents in Europe: A 10-country study. *Journal of Adolescent Health, 61*(2), 179-186.
- Bowes, L., Joinson, C., Wolke, D., & Lewis, G. (2015). Peer victimisation during adolescence and its impact on depression in early adulthood: prospective cohort study in the United Kingdom. *bmj, 350*.
- Copeland, W. E., Wolke, D., Angold, A., & Costello, E. J. (2013). Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA psychiatry, 70*(4), 419-426.
- Costantino, C., Casuccio, A., Marotta, C., Bono, S. E., Ventura, G., Mazzucco, W., Vitale, F., & Restivo, V. (2019). Effects of an intervention to prevent the bullying in first-grade secondary schools of Palermo, Italy: the BIAS study. *Italian journal of pediatrics, 45*, 1-9.
- Evans, C. B., & Smokowski, P. R. (2016). Theoretical explanations for bullying in school: How ecological processes propagate perpetration and victimization. *Child and adolescent social work journal, 33*, 365-375.
- Evans, C. B., Fraser, M. W., & Cotter, K. L. (2014). The effectiveness of school-based bullying prevention programs: A systematic review. *Aggression and violent behavior, 19*(5), 532-544.
- Gaffney, H., Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2021). What works in anti-bullying programs? Analysis of effective intervention components. *Journal of school psychology, 85*, 37-56.
- Hamka, Suen, M. W., Ramadhan, Y. A., Yusuf, M., & Wang, J. H. (2022). Spiritual well-being, depression, anxiety, and stress in Indonesian Muslim communities during COVID-19. *Psychology Research and Behavior Management, 30*13-3025.
- Hertz, M. F., Donato, I., & Wright, J. (2013). Bullying and suicide: A public health approach. *Journal of Adolescent Health, 53*(1), S1-S3.
- Jadambaa, A., Thomas, H. J., Scott, J. G., Graves, N., Brain, D., & Pacella, R. (2020). The contribution of bullying victimisation to the burden of anxiety and depressive disorders in Australia. *Epidemiology and psychiatric sciences, 29*, e54.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi. (2024). Stop Perundungan atau Bullying. Direktorat Sekolah Dasar. Diakses dari: <https://ditpsd.kemdikbud.go.id/artikel/detail/stop-perundungan-atau-bullying>
- Noboru, T., Amalia, E., Hernandez, P. M. R., Nurbaiti, L., Affarah, W. S., Nonaka, D., & Kobayashi, J. (2021). School-based education to prevent bullying in high schools in Indonesia. *Pediatrics international, 63*(4), 459-468.
- Rigby, K. (2024). Theoretical perspectives and two explanatory models of school bullying. *International Journal of Bullying Prevention, 6*(2), 101-109.
- Siddique, B., & Khan, W. (2023). Bullying Behavior in Children: Prevention in the light of Islamic Teachings. *AL-ASAR Islamic Research Journal, 3*(2).
- Suratno, S., Wantini, W., Suyatno, S., Perawironegoro, D., & Arqam, M. L. (2022). Bullying Prevention Method in High School with Humanistic-Religious Approach. *Journal of Social Science, 3*(6), 1255-1265.
- United Nations Children's Fund. (2020). Bullying In Indonesia: Key Facts, Solutions, and Recommendations. Diakses dari: <https://www.unicef.org/indonesia/media/5606/file/Bullying%20in%20Indonesia.pdf>
- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2017). School violence and bullying: Global status report. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. Diakses dari: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000246970>
- Wang, J. (2023). The Impacts and Interventions of School Bullying. In *SHS Web of Conferences* (Vol. 157, p. 04023). EDP Sciences.

Said Devi Elvin^{1*}, Sofyan Sufri¹, Isneini¹, Marty Mawarpury², Fithria²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

²Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Korespondensi penulis: Said Devi Elvin. *Email: sd_elvin@yahoo.com