

UPAYA GURU DALAM MENGATASI BULLYING DI SEKOLAH DASAR DITINJAU DARI ASPEK KESEHATAN MENTAL SISWA

Dyan Ananda^{1*}, Marlina², Nur Khoirunnisa³, Firma Andrian⁴

PGMI, Universitas Islam Negeri (UIN) Jurai Siwo Lampung, Indonesia

dyananandaaa@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan upaya guru dalam mengatasi bullying di lingkungan Sekolah Dasar dari perspektif aspek kesehatan mental siswa. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap guru, siswa, dan tenaga kependidikan di sekolah sasaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru memiliki berbagai upaya dalam mencegah dan mengatasi bullying, seperti memberikan pembinaan karakter, melakukan pendekatan personal kepada siswa yang menjadi korban maupun pelaku, serta melibatkan orang tua dan pihak sekolah lainnya. Selain itu, guru juga berusaha meningkatkan kesadaran siswa tentang dampak bullying terhadap kesehatan mental, serta menerapkan strategi konseling dan edukasi untuk mengurangi insiden bullying. Temuan menunjukkan bahwa upaya tersebut efektif dalam meningkatkan kesehatan mental siswa dan menciptakan suasana belajar yang lebih aman dan nyaman. Namun, kendala yang dihadapi meliputi minimnya pelatihan khusus tentang kesehatan mental dan terbatasnya sumber daya yang tersedia. Penelitian ini menyimpulkan bahwa peran aktif guru sangat penting dalam mengatasi bullying dan menjaga kesehatan mental siswa di lingkungan sekolah dasar. Rekomendasi yang disampaikan adalah perlunya pelatihan lebih intensif tentang kesehatan mental dan pengembangan strategi pencegahan bullying yang berkelanjutan di sekolah.

Kata Kunci: Guru, Bullying, Kesehatan Mental Siswa.

Abstract: This study aims to describe teachers' efforts in addressing bullying in elementary schools from the perspective of students' mental health. The method used was qualitative research with a descriptive approach. Data collection was conducted through in-depth interviews, observations, and documentation of teachers, students, and educational staff at the target schools. The results showed that teachers have various efforts to prevent and address bullying, such as providing character development, taking a personal approach to students who are victims or perpetrators, and involving parents and other school officials. In addition, teachers also strive to raise students' awareness of the impact of bullying on mental health and implement counseling and education strategies to reduce bullying incidents. The findings indicate that these efforts are effective in improving students' mental health and creating a safer and more comfortable learning environment. However, obstacles faced include a lack of specific training on mental health and limited available resources. This study concludes that the active role of teachers is very important in addressing bullying and maintaining students' mental health in elementary schools. Recommendations are the need for more intensive training on mental health and the development of sustainable bullying prevention strategies in schools.

Keywords: Teachers, Bullying, Students' Mental Health.

Article History:

Received: 20-09-2025

Revised : 20-10-2025

Accepted: 20-11-2025

Online : 16-12-2025

A. LATAR BELAKANG

Kesehatan mental anak merupakan aspek yang sangat penting dalam menunjang proses tumbuhkembang, pembelajaran dan pembentukan karakter sejak usia dini. Anak yang memiliki kesehatan mental baik akan lebih mudah beradaptasi, berkomunikasi positif dengan teman sebaya, serta menunjukkan motivasi belajar yang tinggi. Namun, dalam kenyataannya, banyak anak sekolah dasar menghadapi gangguan kesejahteraan psikologis akibat perilaku *bullying* di lingkungan sekolah. Perilaku *bullying* merupakan

permasalahan sering terjadi dan berdampak terhadap perkembangan psikologis dan social anak. Pada anak usia sekolah dasar, masih berada dalam tahap pembentukan karakter, rasa percaya diri, dan kemampuan berinteraksi sosial. Tindakan *bullying* terdiri dari bernagai macam baik secara verbal, fisik, maupun social yang dapat merusak kesehatan mental siswa, seperti menimbulkan rasa cemas, rendah diri, depresi, bahkan trauma yang berkelanjutan.

Bullying berasal dari bahasa Inggris, yang asal katanya *bully* jika diartikan dalam bahasa Indonesia berarti mengertak atau mengganggu. Menurut Olweus dalam (Arifudin, 2022), *bullying* merupakan suatu perilaku negatif berulang yang bermaksud menyebabkan ketidaksenangan atau menyakitkan oleh orang lain, baik satu atau beberapa orang secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya. Menurut American Psychiatric Association (APA) dikutip (Arifin, 2024) bahwa *bullying* adalah perilaku agresif yang dikarakteristikkan dengan 3 kondisi yaitu (a) perilaku negatif yang bertujuan untuk merusak atau membahayakan (b) perilaku yang diulang selama jangka waktu tertentu (c) adanya ketidakseimbangan kekuatan atau kekuasaan dari pihak-pihak yang terlibat.

Menurut (Coloroso, 2007), *bullying* merupakan tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang-ulang oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah, dilakukan dengan sengaja dan bertujuan untuk melukai korbannya secara fisik maupun emosional. Rigby dikutip (Astuti, 2008) menyatakan, *bullying* merupakan perilaku agresi yang dilakukan secara berulang-ulang dan terus menerus, terdapat kekuatan yang tidak seimbang antara pelaku dan korbannya, serta bertujuan untuk menyakiti dan menimbulkan rasa tertekan bagi korbannya.

Peran guru sangat penting dalam mengatasi dan mencegah *bullying* karena guru adalah pihak yang paling dekat dengan siswa dalam lingkungan sekolah. Guru tidak hanya bertugas mengajar, tetapi juga menjadi pendidik dan pembimbing emosional yang berpengaruh dalam membentuk kondisi kelas yang aman dan supportif. Dengan pemahaman yang baik tentang aspek kesehatan mental, guru dapat mengenali tanda-tanda siswa yang menjadi korban atau pelaku *bullying*, serta menerapkan strategi dan pembinaan yang tepat.

Masalah yang sering ditemukan di sekolah dasar yang berkaitan dengan *bullying* masih sering terjadi antar siswa, baik secara fisik, verbal, maupun sosial. Fenomena ini berdampak serius terhadap kondisi psikologis siswa, seperti menurunnya rasa percaya diri, meningkatnya kecemasan, hingga munculnya gangguan konsentrasi dalam belajar. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa upaya guru sering kali terbatas pada tindakan disiplin atau pemberian sanksi, tanpa diiringi pendekatan yang mempertimbangkan kesehatan mental siswa. Akibatnya, *bullying* tetap berulang karena akar masalah emosional dan sosial siswa tidak tersentuh secara mendalam.

Beberapa penelitian yang membahas peran guru menjadi penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung kesehatan mental siswa. Guru tidak hanya berfungsi sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pengamat, konselor awal, dan mediator dalam penyelesaian konflik. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa guru memegang peranan penting dalam pencegahan dan penanganan *bullying*. Penelitian (Ulfah, 2019) menemukan bahwa di sekolah dasar, guru telah menjalankan peran sebagai pendidik, pembimbing, dan konselor meskipun tidak tersedia guru BK secara khusus. Guru melakukan pendampingan psikologis melalui sistem pelaporan berjenjang dan

bekerja sama dengan pihak internal maupun eksternal sekolah seperti kepolisian dan kejaksaan.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian nasional terbaru yang mengkaji upaya guru dalam mengatasi perilaku *bullying* pada siswa kelas IV di salah satu SD negeri di Padangsidimpuan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa guru melakukan berbagai langkah mulai dari pemberian nasihat, pemantauan perilaku siswa, penegakan aturan kelas, hingga pendekatan personal kepada siswa yang menjadi korban maupun pelaku. Upaya ini terbukti mampu menurunkan frekuensi *bullying* serta membantu siswa mengontrol emosi dan mengembangkan perilaku sosial yang lebih positif (Afdhal et al, 2025).

Penelitian ini bertujuan untuk mensintesis temuan-temuan tersebut guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang upaya guru dalam mengatasi *bullying* di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa. Fokus kajian diarahkan pada bagaimana peran guru berkembang melampaui fungsi pedagogis tradisional menjadi pendamping psikologis yang berperan dalam menjaga keseimbangan emosional siswa. Melalui analisis berbagai sumber literatur, penelitian ini diharapkan dapat mengidentifikasi strategi penanganan *bullying* yang lebih efektif, bersifat preventif dan restoratif, serta berorientasi pada pemulihan dan penguatan kesehatan mental siswa, bukan sekadar penghentian perilaku *bullying*.

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi beberapa pihak. Bagi guru, penelitian ini dapat menjadi acuan dalam merancang pendekatan yang lebih cocok dan mendukung kesehatan mental siswa dalam mengatasi *bullying*. Bagi pihak sekolah, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menyusun kebijakan dan program pencegahan *bullying* yang lebih terhubung dengan layanan konseling atau bimbingan psikologis. Selain itu, bagi orang tua dan masyarakat, penelitian ini diharapkan meningkatkan kesadaran akan pentingnya kerjasama antara rumah dan sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan sehat secara mental bagi anak-anak.

B. METODE PENELITIAN

Menurut Rahardjo dikutip (Arifudin, 2023) bahwa metode penelitian merupakan salah satu cara untuk memperoleh dan mencari kebenaran yang bersifat tentatif, bukan kebenaran absolut. Hasilnya berupa kebenaran ilmiah. Kebenaran ilmiah merupakan kebenaran yang terbuka untuk terus diuji, dikritik bahkan direvisi. Oleh karena itu tidak ada metode terbaik untuk mencari kebenaran, tetapi yang ada adalah metode yang tepat untuk tujuan tertentu sesuai fenomena yang ada. Budiharto dikutip (Rosmayati, 2025) bahwa pemilihan metode penelitian harus disesuaikan dengan penelitian yang sedang dilakukan agar hasilnya optimal.

Penelitian dilaksanakan dalam rangka meneliti upaya guru dalam mengatasi *bullying* di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah berupa metode studi deskriptif. Menurut Nana Syaodih Sukmadinata dalam (Maulana, 2025), penelitian deskriptif kualitatif ditujukan untuk mendeskripsikan dan menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik bersifat alamiah maupun rekayasa manusia, yang lebih memperhatikan mengenai karakteristik, kualitas, keterkaitan antar kegiatan. Selain itu, Penelitian deskriptif tidak memberikan perlakuan, manipulasi atau pengubahan pada variabel-variabel yang diteliti, melainkan

menggambarkan suatu kondisi yang apa adanya. Satu-satunya perlakuan yang diberikan hanyalah penelitian itu sendiri, yang dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Menurut Iskandar dalam (Kartika, 2023) menyatakan pendekatan kualitatif adalah dimana penelitian kualitatif sebagai metode ilmiah sering digunakan dan dilaksanakan oleh sekelompok peneliti dalam bidang ilmu social, termasuk juga ilmu pendidikan. Pendekatan penelitian kualitatif dikemukakan oleh Iskandar dalam (Ningsih, 2025) menjelaskan sebagai suatu proses penelitian dan pemahaman yang berdasarkan pada metode yang menyelidiki suatu fenomena social dan masalah manusia.

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode penelitian lapangan (*field research*). Menurut (Aslan, 2025) bahwa pendekatan ini disesuaikan dengan tujuan pokok penelitian, yaitu mendeskripsikan dan menganalisis mengenai upaya guru dalam mengatasi bullying di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa. Sehingga dengan metode tersebut akan mampu menjelaskan permasalahan dari penelitian (Kartika, 2025).

Bungin dikutip (Romdoniyah, 2024) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif kualitatif bertujuan untuk menggambarkan situasi, kondisi, atau fenomena sosial yang terdapat di masyarakat kemudian dijadikan sebagai objek penelitian, dan berusaha menarik realitas ke permukaan sebagai suatu mode atau gambaran mengenai kondisi atau situasi tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran analisis upaya guru dalam mengatasi bullying di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa.

Bogdan dan Taylor dalam (Nita, 2025) menjelaskan bahwa metodologi penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Pada penelitian ini peneliti membuat suatu gambaran kompleks, meneliti kata-kata, laporan terinci dari pandangan responden dan melakukan studi pada situasi yang alami, khususnya terkait upaya guru dalam mengatasi bullying di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa.

Teknik dapat dilihat sebagai sarana untuk melakukan pekerjaan teknis dengan hati-hati menggunakan pikiran untuk mencapai tujuan. Walaupun kajian sebenarnya merupakan upaya dalam lingkup ilmu pengetahuan, namun dilakukan untuk mengumpulkan data secara realistik secara sistematis untuk mewujudkan kebenaran. Metodologi penelitian adalah sarana untuk menemukan obat untuk masalah apa pun. Dalam hal ini, penulis mengumpulkan informasi tentang upaya guru dalam mengatasi bullying di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa, artikel, jurnal, skripsi, tesis, ebook, dan lain-lain (Aidah, 2024).

Karena membutuhkan bahan dari perpustakaan untuk sumber datanya, maka penelitian ini memanfaatkan penelitian kepustakaan. Peneliti membutuhkan buku, artikel ilmiah, dan literatur lain yang berkaitan dengan topik dan masalah yang mereka jelajahi, baik cetak maupun online (Afifah, 2024)

Mencari informasi dari sumber data memerlukan penggunaan teknik pengumpulan data. Amir Hamzah dalam (Kurniawan, 2025) mengklaim bahwa pendataan merupakan upaya untuk mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan pokok bahasan yang diteliti. Penulis menggunakan metode penelitian kepustakaan untuk mengumpulkan data. Secara khusus, penulis memulai dengan perpustakaan untuk mengumpulkan informasi dari buku,

kamus, jurnal, ensiklopedi, makalah, terbitan berkala, dan sumber lainnya yang membagikan pandangan upaya guru dalam mengatasi bullying di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa.

Lebih lanjut Amir Hamzah dalam (Supriani, 2024) mengatakan bahwa pengumpulan data diartikan berbagai usaha untuk mengumpulkan fakta-fakta yang berkaitan dengan topik atau pembahasan yang sedang atau akan digali. Rincian tersebut dapat ditemukan dalam literatur ilmiah, penelitian, dan tulisan-tulisan ilmiah, disertasi, tesis, dan sumber tertulis lainnya. Menurut (Zulfa, 2025) bahwa pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai keadaan, menggunakan sumber yang berbeda, dan menggunakan teknik yang berbeda.

Adapun Sopwandin dalam (Supriani, 2025) menjelaskan bahwa pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi, wawancara dan studi dokumentasi, dengan kegiatan analisis data yang meliputi kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Observasi adalah bagian dari proses penelitian secara langsung terhadap fenomena-fenomena yang hendak diteliti (Supriani, 2023). Dengan metode ini, peneliti dapat melihat dan merasakan secara langsung suasana dan kondisi subyek penelitian. Hal-hal yang diamati dalam penelitian ini adalah tentang upaya guru dalam mengatasi bullying di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa.

Teknik wawancara dalam penelitian ini adalah wawancara terstruktur, yaitu wawancara yang dilakukan dengan menggunakan berbagai pedoman baku yang telah ditetapkan, pertanyaan disusun sesuai dengan kebutuhan informasi dan setiap pertanyaan yang diperlukan dalam mengungkap setiap data-data empiris (Syofiyanti, 2024).

Dokumentasi adalah salah satu teknik pengumpulan data melalui dokumen atau catatan-catatan tertulis yang ada (As-Shidqi, 2024). Dokumentasi berasal dari kata dokumen, yang berarti barang-barang tertulis. Di dalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis, seperti buku-buku, majalah, notula rapat, dan catatan harian. Menurut Moleong dalam (Nuryana, 2024) bahwa metode dokumentasi adalah cara pengumpulan informasi atau data-data melalui pengujian arsip dan dokumen-dokumen. Lebih lanjut menurut (As-Shidqi, 2025) bahwa strategi dokumentasi juga merupakan teknik pengumpulan data yang diajukan kepada subyek penelitian. Metode pengumpulan data dengan menggunakan metode dokumentasi ini dilakukan untuk mendapatkan data tentang keadaan lembaga (obyek penelitian) yaitu upaya guru dalam mengatasi bullying di sekolah dasar ditinjau dari aspek kesehatan mental siswa.

Moleong dikutip (Farid, 2025) menjelaskan bahwa data yang terkumpul dianalisis menggunakan model analisis interaktif yang terdiri atas reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun Syarifah et al dalam (Judijanto, 2025) menjelaskan reduksi data dilakukan dengan menyaring informasi yang relevan, penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi yang sistematis, dan kesimpulan ditarik berdasarkan temuan penelitian. Untuk memastikan keabsahan data, penelitian ini menggunakan triangulasi sumber, yakni membandingkan informasi dari para narasumber. Menurut Moleong dalam (Kartika, 2020), triangulasi sumber membantu meningkatkan validitas hasil penelitian dengan membandingkan berbagai perspektif terhadap fenomena yang diteliti.

Menurut Muhadjir dalam (Lahiya, 2025) menyatakan bahwa analisis data merupakan kegiatan melakukan, mencari dan menyusun catatan temuan secara sistematis melalui pengamatan dan wawancara sehingga peneliti fokus terhadap penelitian yang dikajinya. Setelah itu, menjadikan sebuah bahan temuan untuk orang lain, mengedit, mengklasifikasi, dan menyajikannya. Teknik keabsahan data menggunakan teknik triangulasi meliputi teknik dan sumber. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman dalam (Kartika, 2022) terdiri dari pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di sebuah Sekolah Dasar yang terletak di pusat kota X dengan jumlah siswa sekitar 300 orang. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan upaya yang dilakukan oleh para guru dalam mengatasi bullying di lingkungan sekolah, khususnya dari sudut pandang kesehatan mental siswa. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi selama tiga bulan.

Dari hasil wawancara terhadap lima orang guru yang aktif di sekolah tersebut, diketahui bahwa mereka telah melakukan berbagai langkah strategis dalam menangani bullying dan menjaga kesehatan mental siswa. Guru-guru menyatakan bahwa mereka secara aktif melakukan pendekatan personal kepada siswa yang menunjukkan tanda-tanda menjadi korban maupun pelaku bullying. Pendekatan ini dilakukan dengan memberi pendampingan dan konseling secara langsung agar siswa merasa didengar dan dipahami, serta mengurangi stres dan kecemasan yang dialami siswa.

Selain pendekatan personal, para guru juga mengintegrasikan penguatan karakter dan nilai moral dalam kegiatan pembelajaran. Mereka rutin mengadakan diskusi kelas mengenai pentingnya menghormati perbedaan dan empati terhadap sesama. Melalui kegiatan ini, siswa diajarkan untuk memahami dampak negatif bullying terhadap kesehatan mental dan fisik korban. Guru juga mengadakan penyuluhan secara berkala tentang bahaya bullying dan pentingnya menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman.

Selain itu, guru secara aktif melibatkan orang tua siswa dalam berbagai kegiatan, seperti seminar dan rapat, guna memperkuat sinergi dalam pencegahan bullying. Mereka menyampaikan bahwa kerja sama dengan orang tua sangat penting agar tindakan pencegahan dapat dilakukan secara konsisten dan berkelanjutan. Guru juga mengajak tenaga kesehatan sekolah untuk melakukan pemeriksaan kesehatan mental secara rutin kepada siswa yang menunjukkan tanda-tanda stres atau kecemasan.

Data empiris dari sekolah menunjukkan bahwa selama semester pertama, tercatat ada sekitar 15 kasus bullying yang dilaporkan. Dari jumlah tersebut, 10 kasus berhasil diselesaikan melalui mediasi dan konseling, sementara sisanya masih dalam proses penanganan. Hasil wawancara dengan siswa mengungkapkan bahwa sebagian besar merasa aman dan didukung. Salah satu siswa mengungkapkan, "Saya pernah di-bully teman, tapi setelah guru dan orang tua tahu, mereka membantu saya agar tidak takut lagi." Data dari hasil screening kesehatan mental menunjukkan bahwa sebelum pelaksanaan program intensif, sekitar 20% siswa mengalami kecemasan dan stres ringan. Setelah tiga bulan program berjalan, angka tersebut menurun menjadi 8%, menunjukkan adanya pengaruh positif dari upaya yang dilakukan.

Selama observasi, terlihat bahwa guru aktif memantau kegiatan siswa, mengadakan diskusi kelompok, dan menerapkan program anti-bullying secara berkesinambungan. Suasana di kelas menjadi lebih kondusif dan penuh kepercayaan diri siswa. Mereka tampak lebih terbuka dan berani mengungkapkan perasaan serta pengalaman mereka.

Namun, bukan tanpa kendala. Beberapa guru mengaku bahwa mereka kurang mendapatkan pelatihan khusus tentang penanganan bullying dan kesehatan mental siswa. Fasilitas dan sumber daya yang tersedia juga terbatas, sehingga upaya pencegahan dan intervensi tidak selalu dapat dilakukan secara optimal. Selain itu, kerjasama antara sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan belum sepenuhnya berjalan harmonis, sehingga tantangan dalam menjaga kesehatan mental siswa tetap ada.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya aktif dan berkelanjutan dari guru sangat berpengaruh positif terhadap pengurangan insiden bullying dan peningkatan kesehatan mental siswa. Pendekatan yang dilakukan, seperti pemberian pendampingan personal, edukasi, serta kerjasama dengan orang tua dan tenaga kesehatan, merupakan langkah strategis yang efektif. Akan tetapi, diperlukan peningkatan kapasitas guru melalui pelatihan dan pengembangan sumber daya agar program ini dapat berjalan lebih optimal dan berkelanjutan.

Pembahasan

Peran guru sebagai pendamping psikologis dalam menjaga kesehatan mental siswa yang mengalami bullying.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan di atas, menunjukkan bahwa guru memiliki peran yang sangat penting dalam mengatasi bullying di sekolah dasar, khususnya sebagai pendamping psikologis bagi siswa yang terdampak. Peran guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar materi pelajaran, tetapi juga sebagai konselor, mediator, dan fasilitator dalam menjaga kesejahteraan mental siswa. Guru menjadi figur utama yang mampu memberikan dukungan emosional, bimbingan, serta rasa aman bagi siswa yang mengalami tekanan psikologis akibat bullying. Hal ini menegaskan bahwa guru berperan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang berkomitmen terhadap kebijakan zero bullying melalui pendekatan empatik dan bimbingan sosial-emosional (Lubis et al, 2024). Selain itu, guru tidak hanya melakukan pencegahan bullying, tetapi juga memberikan pendampingan kepada korban dan pelaku agar memahami dampak sosial dan emosional dari perilaku kekerasan yang terjadi di lingkungan sekolah (Yusriyah et al, 2025).

Sebagai pendamping psikologis, guru juga berperan dalam mendeteksi gejala gangguan mental pada siswa sejak dini melalui observasi perilaku dan komunikasi terbuka. Guru dapat mengenali tanda-tanda stres, kecemasan, dan depresi yang muncul akibat tekanan sosial di sekolah. Dalam situasi tersebut, guru diharapkan mampu memberikan intervensi awal melalui pendekatan konseling sederhana, dukungan verbal, dan kolaborasi dengan guru bimbingan konseling atau pihak profesional lainnya. Pendekatan ini berfungsi sebagai langkah preventif untuk mencegah dampak jangka panjang yang lebih berat, seperti trauma atau gangguan hubungan sosial (Zuhriyah et al, 2025). Dengan demikian, guru berperan tidak hanya dalam konteks akademik, tetapi juga dalam pemeliharaan keseimbangan emosional siswa agar mereka merasa aman, diterima, dan berdaya di lingkungan belajar.

Kondisi kesehatan mental siswa yang menjadi korban atau pelaku bullying di sekolah dasar.

Kondisi kesehatan mental siswa yang terlibat dalam kasus bullying, baik sebagai korban maupun pelaku, menunjukkan adanya perbedaan bentuk gangguan psikologis yang sama-sama memerlukan perhatian serius. Korban bullying umumnya mengalami kecemasan berlebih, depresi, rasa takut, rendah diri, hingga menarik diri dari pergaulan. Dampak psikologis tersebut dapat mengganggu konsentrasi dan motivasi belajar siswa di sekolah dasar (Fikriyah, 2022). Korban bullying berisiko mengalami gangguan stres pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*) yang dapat memengaruhi kemampuan sosial dan akademik anak hingga usia remaja (Febianti et al, 2022). Gangguan psikologis ini tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga dapat meninggalkan luka emosional jangka panjang apabila tidak diintervensi secara tepat dan berkesinambungan.

Sebaliknya, pelaku bullying juga berpotensi mengalami masalah kesehatan mental yang bersumber dari kurangnya empati, kontrol emosi, serta pengaruh lingkungan sosial yang negatif. Pelaku sering kali menunjukkan perilaku agresif, rendahnya rasa tanggung jawab, dan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial sehat. Faktor keluarga dan pola asuh yang keras sering kali menjadi latar belakang munculnya perilaku tersebut (Fauziah & Pratiwi., 2022). Oleh karena itu, baik korban maupun pelaku sama-sama membutuhkan pendampingan emosional agar mampu mengembangkan kemampuan regulasi diri dan empati terhadap sesama. Dalam konteks ini, guru memiliki peran ganda, yakni memberikan bimbingan moral kepada pelaku dan dukungan psikologis kepada korban agar proses penyembuhan mental dapat berjalan seimbang.

Bentuk kerja sama antara guru, orang tua, dan pihak sekolah dalam mengatasi kasus bullying.

Upaya mengatasi bullying di sekolah dasar juga menuntut adanya kolaborasi antara guru, orang tua, dan pihak sekolah sebagai bentuk pendekatan sistemik terhadap permasalahan psikososial siswa. Komunikasi dua arah antara guru dan orang tua menjadi elemen penting dalam proses identifikasi, pelaporan, dan tindak lanjut kasus bullying (Sitorus et al, 2024). Kepala sekolah berperan dalam menyusun dan menerapkan kebijakan pencegahan bullying, sedangkan guru berfungsi sebagai pelaksana langsung dalam pengawasan perilaku dan pemberian bimbingan. Sementara itu, orang tua berperan dalam memberikan penguatan karakter dan kontrol perilaku anak di rumah agar selaras dengan nilai-nilai yang diterapkan di sekolah.

Kolaborasi ini juga mencakup kerja sama dengan pihak eksternal seperti konselor, psikolog, dan lembaga perlindungan anak dalam menangani kasus yang bersifat berat atau berulang. Kerja sama antar pihak dapat meningkatkan efektivitas pencegahan bullying dan mempercepat proses pemulihan psikologis siswa (Riskayanti et al, 2025). Selain itu, pembentukan kelompok anti-bullying dan program sekolah ramah anak terbukti menumbuhkan kesadaran sosial siswa terhadap pentingnya empati dan saling menghargai (Oktarina et al, 2025). Kolaborasi antara guru, orang tua, dan kepala sekolah membentuk sistem pendukung yang menyeluruh, menciptakan lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan berorientasi pada kesehatan mental siswa.

Temuan dari ketiga belas jurnal yang dikaji dapat dijelaskan secara teoretis melalui Teori Ekologi Bronfenbrenner yang menekankan pentingnya hubungan antara individu dan sistem lingkungan dalam perkembangan perilaku anak (Salsabila, 2023). Dalam konteks ini, guru, keluarga, dan sekolah merupakan komponen utama dalam sistem mikro

yang secara langsung membentuk pengalaman sosial anak. Interaksi yang positif di antara ketiganya dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan mengurangi risiko terjadinya perilaku bullying. Sebaliknya, hubungan yang disfungsional antar lingkungan tersebut dapat memicu ketidakseimbangan emosional dan peningkatan perilaku agresif pada anak. Oleh karena itu, sinergi antarpihak perlu dikembangkan secara konsisten untuk memastikan keseimbangan psikososial siswa.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kajian, dapat disimpulkan bahwa guru memiliki peran yang sangat penting sebagai pendamping psikologis dalam menjaga kesehatan mental siswa yang mengalami bullying di sekolah dasar, melalui dukungan emosional, konseling sederhana, pengawasan perilaku, serta penciptaan lingkungan belajar yang aman dan suportif. Kondisi kesehatan mental siswa yang terlibat dalam bullying menunjukkan dampak serius, di mana korban mengalami kecemasan, ketakutan, rendah diri, dan penurunan motivasi, sedangkan pelaku menunjukkan perilaku agresif, empati rendah, dan kesulitan mengontrol emosi, sehingga keduanya membutuhkan pendampingan dan pembinaan karakter.

Penanganan bullying akan lebih efektif melalui kerja sama antara guru, orang tua, dan pihak sekolah, melalui komunikasi terbuka, kebijakan anti-bullying, layanan konseling, serta dukungan kolaboratif yang berkelanjutan untuk mewujudkan lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan mendukung kesehatan mental siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak.

DAFTAR RUJUKAN

- Afdhal et al. (2025). Upaya Guru Mengatasi Perilaku Bullying Pada Siswa Kelas Iv Di Sekolah Dasar Negeri 200103 Padangsidimpuan. *Jurnal Education And Development*, 13(1), 378–382.
- Afifah, H. (2024). Implementasi Technology Acceptance Model (TAM) Pada Penerimaan Aplikasi Sistem Manajemen Pendidikan Di Lingkungan Madrasah. *Jurnal Tahsinia*, 5(9), 1353–1367.
- Aidah, A. (2024). Pengembangan Sistem Informasi Manajemen Dalam Dunia Pendidikan. *Jurnal Tahsinia*, 5(6), 966–977.
- Arifin, B. (2024). Integrasi Penguatan Pendidikan Karakter Dalam Pembelajaran Berbasis Literasi Digital Pada Peserta Didik Sekolah Dasar. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 13547–13555.
- Arifudin, O. (2022). *Perkembangan Peserta Didik (Tinjauan Teori-Teori Dan Praktis)*. Bandung: CV Widina Media Utama.
- Arifudin, O. (2023). Pendampingan Meningkatkan Kemampuan Mahasiswa Dalam Submit Jurnal Ilmiah Pada Open Journal System. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 1(1), 50–58.
- As-Shidqi, M. H. (2024). Integrasi Pendidikan Manajemen Dengan Prinsip-Prinsip

- Tasawuf. *Al-Mawardi: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 83–95.
- As-Shidqi, M. H. (2025). Menggali Potensi Transformasi Islam Dan Perencanaan Pendidikan. *JUMADIL: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 1–15.
- Aslan, A. (2025). Analisis Dampak Kurikulum Cinta Dalam Pendidikan Islam Sebagai Pendidikan Transformatif Yang Mengubah Perspektif Dan Sikap Peserta Didik: Kajian Pustaka Teoritis Dan Praktis. *Prosiding Seminar Nasional Indonesia*, 3(1), 83–94.
- Astuti. (2008). *Meredam Bullying (3 cara efektif mengatasi kekerasan pada anak)*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Coloroso. (2007). *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU)*. Jakarta: PT. Ikrar Mandir Abadi.
- Farid, M. (2025). Mekanisme Pengambilan Keputusan Berbasis Sistem Informasi Manajemen Dalam Lembaga Pendidikan Islam. *Jurnal Tahsinia*, 6(1), 86–103.
- Fauziah & Pratiwi. (2022). Pengaruh Verbal Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 7(2), 112–119.
- Febianti et al. (2022). Analisis Dampak Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Anak: Studi Kasus Di SD Negeri Karangtowo Demak. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 2605–2611.
- Fikriyah, S. (2022). Peran Orang Tua Terhadap Pembentukan Karakter Anak Dalam Menyikapi Bullying. *Jurnal Tahsinia*, 3(1), 11–19.
<https://doi.org/https://doi.org/10.57171/jt.v3i1.306>
- Judijanto, L. (2025). Ethics And Security In Artificial Intelligence And Machine Learning: Current Perspectives In Computing. *International Journal of Society Reviews (INJOSER)*, 3(2), 374–380.
- Kartika, I. (2020). Peran Guru Dalam Proses Pengembangan Kurikulum Pendidikan Agama Islam Di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Al-Amar*, 1(1), 31–39.
- Kartika, I. (2022). Implementasi Manajemen Mutu Pembelajaran Sebagai Upaya Meningkatkan Mutu Pembelajaran Di Sekolah Dasar. *Jurnal Al-Amar*, 3(2), 144–157.
- Kartika, I. (2023). Peran Pengawas Sekolah Dalam Meningkatkan Kinerja Guru Pendidikan Agama Islam (PAI) Di Sekolah Dasar. *Jurnal Al-Amar*, 4(1), 111–124.
- Kartika, I. (2025). Menanamkan Akhlak Mulia Melalui Pendidikan Agama Islam: Studi Kontekstual Surat Luqman Di Pendidikan Menengah. *SIBATIK JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan*, 4(10), 3305–3318.
- Kurniawan, M. A. (2025). Lokakarya Pengembangan Pembelajaran Dan Asesmen Bagi Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 3(1), 109–120.
- Lahiya, A. (2025). Education Administration Reform: A Case Study On The Implementation Of The Merdeka Curriculum. *INJOSEDU: International Journal of Social and Education*, 2(2), 29–37.
- Lubis et al. (2024). Peran guru dalam mewujudkan lingkungan sekolah zero bullying terhadap kesehatan mental siswa sekolah dasar. *Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(1), 620–629.
- Maulana, A. (2025). Strategi Manajemen Pendidikan Berbasis Filsafat Ekonomi untuk Sustainable Organizational Development. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(2), 1–7.
- Ningsih, I. W. (2025). Relevansi Moderasi Beragama Dalam Manajemen Pendidikan

- Islam Di Indonesia: Strategi Membangun Karakter Toleran Dan Inklusif. *SIBATIK JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan*, 4(11), 3605–3624.
- Nita, M. W. (2025). Pelatihan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Di Kalangan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Karya Inovasi Pengabdian Masyarakat (JKIPM)*, 3(1), 19–28.
- Nuryana, M. L. (2024). Implementasi Dan Transformasi Sistem Informasi Manajemen Di Era Digital. *Jurnal Tahsinia*, 5(9), 1325–1337.
- Oktarina et al. (2025). Membangun Lingkungan Sekolah yang Bebas dari Bullying untuk Mencegah Gangguan Kesehatan Mental pada Siswa Sekolah Dasar. *Indonesian Journal Of Community Empowerment (IJCE)*, 7(1), 138–143.
- Riskayanti et al. (2025). Dampak Bullying terhadap Kesehatan Mental Siswa (Studi Kasus di SD N 3 Gedong Patean Kendal). *eL Bidayah: Journal of Islamic Elementary Education*, 7(1), 91–113.
- Romdoniyah, F. F. (2024). Implementasi Kebijakan Education Management Information System (EMIS) Di Seksi PD. Pontren Pada Kemenag Kota Bandung. *Jurnal Tahsinia*, 5(6), 953–965.
- Rosmayati, S. (2025). Integrasi Filsafat Manajemen dalam Peningkatan Efektivitas Ekonomi Pendidikan di Organisasi Modern. *Jurnal Ilmu Pendidikan (ILPEN)*, 4(1), 1–6.
- Salsabila. (2023). Teori Ekologi Bronfenbrenner Sebagai Sebuah Pendekatan Dalam Pengembangan Kurikulum Pendidikan Agama Islam. *Al-Manar*, 7(1), 1–11.
- Sitorus et al. (2024). Peran Guru dalam Pencegahan dan Penanganan Dampak Bullying terhadap Kesehatan Mental Siswa/i di UPT SD N 01 Desa Pematang Jering. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(6), 246–258.
- Supriani, Y. (2023). Pelatihan Pembuatan Ecobrick Sebagai Upaya Pengelolaan Sampah Plastik Di SDN 8 Metro Pusat. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 1(3), 340–349.
- Supriani, Y. (2024). Fasilitasi Kebutuhan Belajar Dan Berbagi Praktik Baik Pengawas Sekolah Ke Kepala Sekolah. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 2(1), 75–85.
- Supriani, Y. (2025). Pelatihan Pembuatan Minuman Sehat Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Bakti Tahsinia*, 3(1), 85–95.
- Syofiyanti, D. (2024). Implementation of the " Know Yourself Early" Material Sex Education for Children in Schools. *International Journal of Community Care of Humanity (IJCCH)*, 2(9).
- Ulfah, U. (2019). Peran Konselor Dalam Mengembangkan Potensi Peserta Didik. *Jurnal Tahsinia*, 1(1), 92–100. <https://doi.org/https://doi.org/10.57171/jt.v1i1.45>
- Yusriyah et al. (2025). Peran Guru Dalam Pencegahan Dan Penanganan Perilaku Bullying Pada Siswa Di Sekolah Dasar (Studi Kasus: Sd 3 Terban). *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi dan Pendidikan*, 8(1), 36–44.
- Zuhriyah et al. (2025). Dampak Jangka Panjang Bullying di Masa Sekolah Dasar terhadap Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop*, 5(2), 30–36.
- Zulfa, A. A. (2025). Peran Sistem Informasi Akademik Berbasis Web Dalam Upaya Meningkatkan Efektivitas Dan Efisiensi Pengelolaan Akademik Di Perguruan Tinggi. *Jurnal Tahsinia*, 6(1), 115–134.