



Evaluasi Strategi Kebijakan tentang *Bullying* dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan

Rahmiati Rizkiyah Siregar¹, Asriwati^{2*}, Yuniati³

¹⁻³Program Studi Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Indonesia

*Penulis Korespondensi: asriwati033@gmail.com

Abstract. *Bullying is a global problem that affects adolescents' mental health as well as the quality of education. This study aims to evaluate the anti-bullying policy at SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan and identify its impact on the psychological well-being of students. The research method uses a qualitative approach with a phenomenological design. A total of nine informants were selected through purposive sampling, consisting of key, main, supportive, and triangulated informants. Data was obtained through in-depth interviews and document review, then analyzed using the CIPP (Context, Input, Process, Product) evaluation model. The findings of the study show that anti-bullying policies are rooted in the vision, mission, and Student Honor Code of Conduct that rejects all forms of bullying. In terms of input, the involvement of BK teachers, homeroom teachers, students, and parents plays an important role, although the limited number of counselors is still an obstacle. The implementation process is carried out through socialization, routine supervision, and counseling with an emphasis on prevention and rehabilitation aspects. Product evaluations showed a significant decrease in cases of physical bullying, although verbal behavior was still found. This policy has a positive impact by increasing students' sense of security, confidence, and learning comfort, while encouraging changes in the attitude of perpetrators. Based on these results, the study recommends strengthening anti-bullying literacy, consistency in the implementation of sanctions, and developing broader psychosocial services. These efforts are needed to ensure the sustainability of the policy while supporting adolescent mental health.*

Keywords: *Adolescent Education; Anti-Bullying Policy; Bullying; Policy Evaluation; Psychological Well-Being.*

Abstrak. *Bullying merupakan permasalahan global yang memengaruhi kesehatan mental remaja sekaligus mutu pendidikan. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi kebijakan anti-bullying di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan serta mengidentifikasi dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis peserta didik. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Sebanyak sembilan informan dipilih melalui purposive sampling, terdiri atas informan kunci, utama, pendukung, dan triangulasi. Data diperoleh melalui wawancara mendalam serta telaah dokumen, kemudian dianalisis menggunakan model evaluasi CIPP (Context, Input, Process, Product). Temuan penelitian menunjukkan bahwa kebijakan anti-bullying berakar pada visi, misi, dan Kode Etik Kehormatan Siswa yang menolak segala bentuk perundungan. Dari sisi input, keterlibatan guru BK, wali kelas, siswa, dan orang tua berperan penting, meskipun keterbatasan jumlah konselor masih menjadi hambatan. Proses implementasi dilakukan melalui sosialisasi, pengawasan rutin, serta konseling dengan penekanan pada aspek pencegahan dan rehabilitasi. Evaluasi produk memperlihatkan penurunan signifikan pada kasus bullying fisik, meskipun perilaku verbal masih ditemukan. Kebijakan ini berdampak positif dengan meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, serta kenyamanan belajar siswa, sekaligus mendorong perubahan sikap pelaku. Berdasarkan hasil tersebut, penelitian merekomendasikan penguatan literasi anti-bullying, konsistensi pelaksanaan sanksi, serta pengembangan layanan psikososial yang lebih luas. Upaya tersebut diperlukan untuk memastikan keberlanjutan kebijakan sekaligus mendukung kesehatan mental remaja.*

Kata kunci: *Bullying; Evaluasi Kebijakan; Kebijakan Anti-Bullying; Kesejahteraan Psikologis; Pendidikan Remaja.*

1. LATAR BELAKANG

Bullying merupakan isu kesehatan masyarakat yang semakin mendapat perhatian global karena berdampak serius pada perkembangan remaja. Perilaku ini dipahami sebagai tindakan agresif yang berulang dan dilakukan secara sengaja oleh individu atau kelompok yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah (Olweus, 2013). Di sekolah, perundungan tidak

hanya mengganggu iklim pembelajaran, tetapi juga menimbulkan masalah kesehatan mental bagi peserta didik yang menjadi korban.

UNESCO (2020) melaporkan bahwa satu dari tiga siswa di dunia pernah mengalami perundungan di sekolah, menunjukkan tingginya prevalensi fenomena ini. Di Indonesia, kasus serupa juga meningkat. Data Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI) tahun 2024 mencatat 573 kasus kekerasan di lingkungan pendidikan, di mana 31% terkait langsung dengan bullying. Bentuk perundungan yang terjadi beragam, mulai dari fisik, verbal, sosial, hingga cyberbullying yang makin meluas seiring pemanfaatan teknologi digital oleh remaja (Patchin & Hinduja, 2015). Dampak psikologisnya meliputi depresi, kecemasan, penurunan harga diri, bahkan ide bunuh diri (Gaffney et al., 2019).

Kesehatan mental remaja menjadi sangat relevan dalam konteks ini. WHO (2022) menyebutkan bahwa usia 15–24 tahun adalah fase pembentukan identitas dan nilai diri, sehingga paparan perundungan dapat mengganggu perkembangan psikososial, menurunkan kepercayaan diri, dan memunculkan trauma jangka panjang. Di Indonesia, Riskesdas (2020) melaporkan prevalensi gangguan mental emosional sebesar 6,1% atau sekitar 11 juta jiwa. Hal ini memperlihatkan bahwa masalah kesehatan mental pada remaja membutuhkan penanganan serius, di mana *bullying* di sekolah menjadi salah satu faktor risikonya (Kemenkes RI, 2020).

Upaya pencegahan perundungan juga telah diatur melalui kebijakan publik. Undang-Undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak menegaskan hak setiap anak atas perlindungan dari kekerasan, termasuk di lingkungan sekolah. Namun, pelaksanaan di lapangan masih menghadapi kendala seperti keterbatasan sumber daya, lemahnya pengawasan, serta belum optimalnya evaluasi terhadap efektivitas kebijakan (KemenPPPA, 2020). Oleh karena itu, evaluasi kebijakan menjadi krusial untuk mengukur sejauh mana strategi yang diterapkan dapat menekan angka bullying.

Model evaluasi CIPP (*Context, Input, Process, Product*) yang dikembangkan Stufflebeam & Shinkfield (2007) banyak digunakan dalam menilai efektivitas program sosial dan pendidikan. Model ini memungkinkan analisis komprehensif, mulai dari konteks dan kebutuhan kebijakan, sumber daya yang digunakan, proses pelaksanaan, hingga hasil yang dicapai. Dalam penelitian mengenai kebijakan anti-bullying, kerangka ini relevan untuk menilai efektivitas penerapan kebijakan di sekolah.

SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan di Tapanuli Tengah merupakan sekolah unggulan dengan sistem pendidikan karakter dan semi-militer. Sekolah ini memiliki aturan internal berupa Peraturan Kehidupan Siswa (Perdupsis) dan Kode Etik Kehormatan Siswa yang terdiri dari 11 poin, salah satunya melarang keras praktik bullying (Rahmiati, 2025). Kehadiran

regulasi ini mencerminkan komitmen sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman.

Meski demikian, kasus *bullying* masih ditemukan di sekolah tersebut. Sebagian siswa bahkan menganggap ejekan atau candaan kasar bukan termasuk perundungan, padahal dapat berdampak psikologis bagi korban. Kondisi ini menandakan adanya kesenjangan antara aturan yang berlaku dengan pemahaman maupun implementasi di tingkat siswa dan kelompok (Wahani et al., 2022).

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi kebijakan anti-*bullying* di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan menggunakan kerangka CIPP. Tujuannya adalah menilai efektivitas kebijakan dalam mencegah *bullying* sekaligus dampaknya terhadap kesehatan mental remaja. Hasil penelitian diharapkan memberi rekomendasi bagi sekolah dalam memperkuat regulasi, memperbaiki implementasi, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik.

2. KAJIAN TEORITIS

Bullying

Bullying dipahami sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dengan tujuan menyakiti individu yang lebih rentan. Olweus (2013) menjelaskan bahwa terdapat tiga ciri utama perilaku ini, yakni ketidakseimbangan kekuatan, terjadi berulang, dan berdampak negatif bagi korban. Bentuk bullying dapat berupa fisik, verbal, sosial, maupun siber. Lingkungan sekolah menjadi salah satu tempat paling rawan karena intensitas interaksi antar siswa, disertai faktor perbedaan status sosial, kemampuan akademik, maupun karakteristik fisik.

Jenis perundungan tidak hanya melibatkan tindakan fisik, tetapi juga aspek psikologis dan digital. Bullying verbal meliputi hinaan, ejekan, atau ancaman; sementara bullying relasional mencakup pengucilan dan penyebaran gosip yang merusak reputasi korban. Seiring kemajuan teknologi, cyberbullying menjadi bentuk perundungan yang semakin berkembang karena dapat berlangsung tanpa batas ruang dan waktu sehingga lebih sulit dikendalikan (Patchin & Hinduja, 2015).

Dampak bullying sangat serius, mulai dari penurunan harga diri, berkurangnya motivasi belajar, hingga timbulnya gangguan kesehatan mental. Gaffney et al. (2019) menyebutkan bahwa korban perundungan lebih berisiko mengalami penurunan prestasi akademik, depresi, maupun kecemasan. Kondisi ini menunjukkan bahwa bullying bukan

sekadar persoalan disiplin sekolah, melainkan juga masalah kesehatan publik yang membutuhkan penanganan menyeluruh.

Kebijakan (Strategi Kebijakan Anti-Bullying)

Kebijakan anti-bullying merupakan instrumen penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan bebas dari kekerasan. Menurut Duke dan Canady (1997), kebijakan adalah seperangkat aturan yang berfungsi mengatur, mengendalikan, serta memberikan arahan dalam suatu institusi. Dalam pendidikan, kebijakan anti-bullying berfokus pada perlindungan siswa dari kekerasan fisik, verbal, maupun psikologis agar proses belajar mengajar dapat berlangsung optimal.

Evaluasi kebijakan diperlukan untuk mengukur sejauh mana strategi tersebut efektif menekan kasus bullying di sekolah. Model evaluasi CIPP (Context, Input, Process, Product) yang dikembangkan Stufflebeam & Shinkfield (2007) menjadi salah satu kerangka yang banyak digunakan karena memberikan penilaian komprehensif, mulai dari konteks kebijakan, ketersediaan sumber daya, proses pelaksanaan, hingga hasil yang dicapai.

Di Indonesia, implementasi kebijakan anti-bullying masih menghadapi kendala, terutama pada aspek konsistensi dan pengawasan. Wahani et al. (2022) menemukan bahwa meskipun regulasi telah ada, masih terdapat kesenjangan pemahaman antara guru dan siswa mengenai bentuk-bentuk bullying. Oleh karena itu, strategi penguatan kebijakan perlu dilakukan melalui integrasi pendidikan karakter, peningkatan kapasitas guru, serta keterlibatan orang tua dan masyarakat.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman, persepsi, serta pandangan informan mengenai kebijakan anti-bullying dan implikasinya terhadap kesehatan mental remaja di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan. Pemilihan informan dilakukan melalui teknik purposive sampling, terdiri dari satu informan kunci, tiga informan utama, dua informan pendukung, serta tiga informan triangulasi. Data utama diperoleh melalui wawancara mendalam dan dilengkapi dengan telaah dokumen kebijakan sekolah yang relevan. Keterlibatan berbagai pihak, termasuk sekolah, guru, dan siswa, bertujuan untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai pelaksanaan kebijakan anti-bullying.

Analisis data menggunakan kerangka evaluasi CIPP (Context, Input, Process, Product) yang meliputi tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan secara sistematis. Validitas hasil penelitian dijaga melalui teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu

dengan membandingkan informasi antar-informan serta menyesuaikannya dengan dokumen pendukung.

Aspek etika penelitian diperhatikan dengan cara memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, menjamin kerahasiaan identitas partisipan, serta memperoleh persetujuan sukarela dari seluruh informan. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan mampu memberikan pemahaman mendalam mengenai efektivitas kebijakan anti-bullying serta kontribusinya terhadap peningkatan kesehatan mental remaja di lingkungan sekolah.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Context (Konteks Kebijakan)

Konteks kebijakan anti-bullying di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan berakar dari visi dan misi sekolah yang menekankan pembentukan karakter, kedisiplinan, dan lingkungan pendidikan yang aman. Sejak awal berdiri, sekolah telah merumuskan Peraturan Kehidupan Siswa (Perdupsis) dan Kode Etik Kehormatan Siswa yang mengatur perilaku siswa, termasuk larangan terhadap segala bentuk kekerasan dan perundungan. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah menempatkan isu bullying sebagai ancaman yang harus diantisipasi sejak dini.

Peraturan tersebut kemudian berkembang menjadi 11 Kode Etik Kehormatan Siswa, yang secara eksplisit melarang kekerasan verbal, fisik, maupun psikis. Dengan adanya regulasi ini, pihak sekolah ingin memastikan bahwa seluruh warga sekolah memahami pentingnya menciptakan iklim belajar yang sehat. Keberadaan konteks ini menjadi landasan utama penyusunan strategi kebijakan anti-bullying yang lebih terarah.

Tabel 1. Kutipan Hasil Wawancara Mendalam terhadap Aspek Context.

| Informan | Kutipan |
|--|---|
| Kepala Sekolah (Informan Kunci) | <i>“Sejak awal sekolah ini berdiri, kami sudah berkomitmen menanamkan nilai karakter dan anti-kekerasan. Maka aturan tentang larangan bullying menjadi bagian penting dalam kode etik siswa.”</i> |
| Guru Senior (Informan Utama) | <i>“Visi sekolah memang ingin mencetak siswa berkarakter dan disiplin, jadi wajar kalau bullying menjadi perhatian khusus sejak dulu.”</i> |
| Siswa (Informan Triangulasi) | <i>“Kami sering diingatkan soal kode etik, terutama jangan melakukan kekerasan fisik maupun ejekan ke teman.”</i> |

Hasil wawancara menunjukkan bahwa kebijakan anti-bullying di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan disusun berdasarkan visi, misi, dan tujuan sekolah sejak awal berdiri. Hal ini mencerminkan komitmen sekolah dalam membentuk karakter siswa yang berakhlak dan beradab Pancasila serta menolak segala bentuk perundungan. Kebijakan tersebut dituangkan

dalam *Peraturan Kehidupan Siswa (Perdupsis)* dan *Peraturan Urusan Dinas Dalam (PUDD)* yang dirangkum dalam *Kode Etik Kehormatan Siswa*. Kode etik yang semula berjumlah delapan poin pada tahun 1997 diperbarui menjadi sebelas poin pada 2022, dan berlaku bagi seluruh warga sekolah, termasuk siswa, guru, dan tenaga kependidikan.

Tujuan utama kebijakan ini adalah mencegah terjadinya perundungan baik di lingkungan sekolah maupun di luar, terutama karena sebagian siswa tinggal di asrama atau kos. Kebijakan ini lahir sebagai respon terhadap meningkatnya kasus bullying yang tidak hanya mengganggu proses pembelajaran, tetapi juga berisiko menimbulkan dampak serius bagi kesehatan mental, bahkan kematian pada kasus tertentu. Selain itu, kebijakan sekolah juga sejalan dengan program nasional *Tiga Dosa Besar Pendidikan* yang menekankan pencegahan terhadap perundungan, kekerasan seksual, dan intoleransi (Kemendikbud, 2020). Penelitian Oktarini et al. (2024) mendukung hal ini dengan temuan bahwa ketiga masalah tersebut berdampak negatif pada kesehatan mental, harga diri, dan perkembangan sosial siswa.

Peneliti menyimpulkan bahwa konteks kebijakan anti-bullying di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan memiliki dasar yang kuat melalui visi, misi, dan kode etik yang jelas. Namun, keberhasilan kebijakan tidak hanya bergantung pada regulasi, melainkan juga kesiapan mental siswa dan tenaga pendidik untuk mematuhi serta menerapkan aturan secara konsisten. Oleh karena itu, efektivitas kebijakan sangat ditentukan oleh sinergi antara aturan formal dengan komitmen seluruh civitas akademika (Kemendikbud, 2020; Oktarini et al., 2024).

Input (Masukan)

Faktor input dalam kebijakan anti-bullying di sekolah ini didorong oleh adanya fenomena nyata kasus perundungan yang dialami siswa, baik berupa ejekan, pengucilan, maupun candaan yang berlebihan. Kasus-kasus ini mendorong pihak sekolah untuk merumuskan kebijakan yang lebih tegas dengan melibatkan guru BK, wali kelas, serta pihak terkait lainnya. Kebutuhan akan tenaga konselor khusus juga diidentifikasi sebagai salah satu aspek penting yang mendukung implementasi kebijakan.

Selain itu, kesadaran siswa untuk melaporkan kasus bullying menjadi masukan berharga bagi sekolah. Meskipun sebagian siswa menganggap ejekan hanyalah candaan, sebagian lainnya merasa hal itu menyakiti mental mereka. Dengan demikian, masukan dari pengalaman siswa, guru, dan orang tua menjadi dasar penguatan aturan dan penyusunan strategi preventif.

Tabel 2. Kutipan Hasil Wawancara Mendalam terhadap Aspek Input.

| Informan | Kutipan |
|---------------------------------|---|
| Guru BK (Informan Utama) | <i>“Ada siswa yang cerita merasa tidak nyaman karena sering diejek, bahkan dianggap bercanda padahal sebenarnya itu menyakiti. Dari sinilah kami melihat perlunya kebijakan lebih tegas.”</i> |
| Wali Kelas (Informan Pendukung) | <i>“Kalau ada laporan bullying, kami langsung koordinasi dengan guru BK untuk tindak lanjut. Tapi memang tenaga konselor masih terbatas.”</i> |
| Siswa (Informan Triangulasi) | <i>“Kadang kami merasa kalau dilaporkan ke guru, masalah bisa cepat diselesaikan. Jadi sekarang lebih berani melapor.”</i> |

Input merupakan komponen penting dalam evaluasi kebijakan karena berfungsi sebagai landasan dalam pengambilan keputusan setelah konteks kebijakan ditetapkan. Pada tahap ini, evaluasi menekankan keterlibatan berbagai pihak untuk memastikan bahwa keputusan strategis didasarkan pada pertimbangan yang relevan dan kompeten (Stufflebeam & Shinkfield, 2007). Di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan, proses perumusan kebijakan anti-bullying melibatkan Yayasan Maju Tapian Nauli (Matauli), pimpinan sekolah, guru, wali kelas, hingga konselor pendidikan. Bahkan, sejak penerimaan peserta didik baru, sekolah telah melibatkan siswa dan orang tua dalam proses komitmen anti-bullying melalui wawancara dan penandatanganan perjanjian bermaterai sebagai bentuk dukungan penuh terhadap kebijakan sekolah.

Selain melibatkan pemangku kepentingan, kualitas sumber daya manusia (SDM) juga menjadi bagian integral dari input kebijakan. SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan diketahui memiliki standar ketat dalam rekrutmen tenaga pendidik dan teknis, yang mayoritas telah berpengalaman lebih dari 15 tahun di dunia pendidikan. Latar belakang pendidikan guru juga sesuai dengan bidang keilmuannya, termasuk adanya tenaga konselor bersertifikat nasional. Kondisi ini menunjukkan bahwa kebijakan anti-bullying di sekolah tersebut dibentuk oleh pihak-pihak yang memiliki kompetensi profesional sekaligus pengalaman praktis yang relevan. Hal ini sejalan dengan pendapat Sadaruddin et al. (2024) bahwa guru dan pihak sekolah memiliki peran vital dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang aman, proaktif mendeteksi tanda-tanda bullying, serta menindaklanjuti laporan secara konkret.

Berdasarkan hasil penelitian, input kebijakan anti-bullying di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan berangkat dari maraknya fenomena perundungan yang mengancam perkembangan siswa, baik secara akademik maupun psikososial. Kebijakan ini tidak hanya menekankan aspek formal, tetapi juga mengintegrasikan nilai karakter, soft skill, serta

pengalaman praktis dari para pemangku kepentingan. Peneliti berasumsi bahwa faktor pengalaman (*learning by doing*) memiliki peran besar dalam memperkaya perspektif kebijakan, sehingga menjadikan regulasi lebih kontekstual, fleksibel, namun tetap konsisten dengan nilai dasar yang ingin ditegakkan (Sadaruddin et al., 2024). Dengan demikian, input yang kuat memastikan kebijakan anti-bullying mampu diimplementasikan secara efektif untuk mencegah perundungan di sekolah.

Process (Proses Implementasi)

Proses implementasi kebijakan anti-bullying dilakukan secara menyeluruh dengan melibatkan guru, staf, dan siswa. Sekolah rutin melakukan sosialisasi mengenai aturan, pengawasan dalam kegiatan sehari-hari, serta menekankan pendidikan karakter dalam aktivitas belajar maupun non-akademik. Guru piket dan wali kelas berperan aktif dalam memantau interaksi siswa untuk mendeteksi adanya tanda-tanda perundungan.

Selain tindakan teguran, sekolah juga mengedepankan pendekatan pembinaan melalui konseling. Hal ini dilakukan agar pelaku bullying tidak hanya menerima sanksi, tetapi juga mendapatkan pemahaman tentang dampak perbuatannya terhadap korban. Dengan demikian, implementasi kebijakan lebih menekankan pada aspek preventif dan rehabilitatif, bukan hanya represif.

Tabel 3. Kutipan Hasil Wawancara Mendalam terhadap Aspek *Prosess*.

| Informan | Kutipan |
|---------------------------------|--|
| Wali Kelas (Informan Pendukung) | <i>"Kami tidak hanya menegur pelaku, tetapi juga mengajak mereka ikut konseling supaya lebih paham dampaknya."</i> |
| Guru Piket (Informan Utama) | <i>"Setiap hari kami memantau interaksi siswa, jika ada tanda-tanda bullying langsung ditindak."</i> |
| Siswa (Informan Triangulasi) | <i>"Pihak sekolah sering sosialisasi soal bullying, jadi kami tahu apa saja yang termasuk pelanggaran."</i> |

Proses evaluasi kebijakan anti-bullying di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan menekankan pada implementasi dan prosedur penerapan aturan yang sudah ditetapkan sejak berdirinya sekolah pada 1994. Berdasarkan wawancara dengan informan kunci, utama, maupun pendukung, diketahui bahwa larangan bullying telah dituangkan dalam *Peraturan Kehidupan Siswa* dan *Peraturan Urusan Dinas Dalam* yang awalnya berupa delapan kode etik kehormatan siswa, kemudian diperbarui menjadi sebelas poin pada 2022.

Kebijakan ini dirumuskan melalui mekanisme diskusi bersama tim sekolah, yayasan, serta pemangku kepentingan lainnya, lalu disosialisasikan sejak awal siswa diterima melalui kegiatan orientasi dan komitmen tertulis bersama orang tua. Proses implementasi ini dipandang

efektif karena berlaku secara menyeluruh bagi seluruh warga sekolah tanpa membedakan latar belakang agama, etnis, maupun gender. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa meskipun terdapat tantangan, seperti adaptasi terhadap aturan baru atau sistem pendidikan semi-militer yang ketat, kebijakan tetap dijalankan secara konsisten untuk memastikan tidak ada toleransi terhadap praktik bullying.

Lebih lanjut, informan menegaskan bahwa kendala yang muncul dalam pelaksanaan kebijakan lebih dipandang sebagai tantangan untuk memperkuat konsistensi pelaksanaannya. Peneliti menemukan bahwa penerapan aturan ini mampu membentuk kebiasaan positif, seperti etika menyapa dan sikap saling menghargai, yang kemudian berkembang menjadi karakter khas siswa SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan.

Hal ini sesuai dengan pandangan Andyawan et al. (2024) bahwa sekolah berfungsi sebagai miniatur masyarakat, tempat siswa belajar bersosialisasi, mengembangkan kecerdasan, dan menanamkan nilai-nilai moral yang universal. Meskipun penyimpangan, seperti perilaku bullying, masih dapat terjadi, penerapan kebijakan yang tegas, dukungan dari guru, serta keterlibatan seluruh civitas akademika diyakini dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang aman, inklusif, dan bebas perundungan.

Product (Output)

Output dari implementasi kebijakan menunjukkan adanya penurunan intensitas bullying, khususnya dalam bentuk fisik. Siswa lebih berhati-hati dalam berinteraksi, meskipun perilaku berupa ejekan verbal masih ditemukan. Perubahan ini menjadi indikasi bahwa kebijakan mampu memberikan efek jera sekaligus meningkatkan kesadaran siswa mengenai bahaya bullying.

Meskipun demikian, masih terdapat tantangan dalam hal konsistensi penerapan sanksi. Beberapa siswa berpendapat bahwa hukuman kadang tidak diberikan secara merata, sehingga menimbulkan kesan kurang tegas. Namun secara umum, keberadaan kebijakan ini telah menciptakan suasana sekolah yang lebih aman dan kondusif untuk belajar.

Tabel 4. Kutipan Hasil Wawancara Mendalam terhadap Aspek *Product*.

| Informan | Kutipan |
|---------------------------------|--|
| Kepala Sekolah (Informan Kunci) | “Sejauh ini aturan cukup efektif, kasus kekerasan fisik berkurang, tinggal menguatkan pengawasan pada candaan verbal.” |
| Guru BK (Informan Utama) | “Siswa sekarang lebih berhati-hati, tapi konsistensi penegakan aturan masih perlu ditingkatkan.” |
| Siswa (Informan Triangulasi) | “Sekarang teman-teman lebih hati-hati kalau bercanda, walaupun kadang masih ada yang suka mengejek.” |

Evaluasi produk kebijakan anti-bullying di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan menunjukkan capaian yang cukup baik. Berdasarkan data dari Bimbingan Konseling (BK), sejak tahun 2022 hingga 2025 tidak ditemukan lagi kasus perundungan yang signifikan. Hasil wawancara dengan siswa juga mengindikasikan bahwa mereka merasa lebih aman dan terlindungi, serta menyatakan kepuasan terhadap aturan yang membatasi tindakan bullying. Keberhasilan ini diperoleh melalui proses yang panjang, melibatkan konsistensi penerapan aturan, sosialisasi, serta dukungan guru dan tenaga pendidik dalam pengawasan maupun konseling. Meskipun demikian, sekolah tetap menghadapi tantangan, terutama terkait konsistensi pelaksanaan sanksi dan kebutuhan akan penyesuaian aturan dengan kondisi faktual di lapangan.

Secara keseluruhan, kebijakan ini berdampak positif pada perilaku dan karakter siswa, yang ditandai dengan meningkatnya kedisiplinan, kesopanan, serta sikap saling menghargai antar teman. Lingkungan sekolah menjadi lebih kondusif, dengan pola komunikasi yang lebih santun dan kebiasaan menjaga kerapian sebagai bagian dari budaya sekolah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Refa dkk. (2024) yang menekankan bahwa kelemahan peraturan dan minimnya kontrol sosial dapat menjadi faktor pendorong terjadinya bullying. Oleh karena itu, kebijakan sekolah mengenai larangan bullying terbukti relevan sebagai strategi pencegahan, sekaligus berperan dalam membentuk karakter siswa yang berakhlak, berdisiplin, dan berwawasan kebangsaan.

Dampak terhadap Kesehatan Mental Remaja

Kebijakan anti-bullying memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental remaja. Siswa yang sebelumnya menjadi korban merasa lebih aman, berani melapor, dan lebih percaya diri. Hal ini menciptakan rasa nyaman dalam belajar dan meningkatkan motivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan sekolah.

Dari sisi pelaku, adanya konseling membantu mereka memahami konsekuensi perbuatan serta mendorong perubahan perilaku. Orang tua juga merasakan perubahan positif pada anak mereka, baik dari segi sikap maupun semangat belajar. Secara keseluruhan, kebijakan ini berkontribusi terhadap terciptanya lingkungan sekolah yang sehat secara psikologis.

Tabel 5. Kutipan Hasil Wawancara Mendalam terhadap Aspek Dampak.

| Informan | Kutipan |
|----------------------------------|--|
| Siswa (Informan Utama) | <i>“Dulu saya sering diejek soal fisik, rasanya minder sekali. Setelah ada aturan ini, saya merasa lebih tenang dan percaya diri.”</i> |
| Guru BK (Informan Utama) | <i>“Siswa yang pernah menjadi korban sekarang lebih terbuka saat konseling, mereka merasa ada perlindungan.”</i> |
| Orang Tua (Informan Triangulasi) | <i>“Anak saya sekarang lebih bersemangat sekolah, tidak lagi takut karena sudah ada aturan jelas melindungi mereka.”</i> |

Kesehatan mental kini dipandang sebagai bagian penting dari kualitas hidup, termasuk dalam konteks pendidikan. Pengetahuan mengenai kesehatan mental semakin mudah diakses, sehingga remaja dan pendidik lebih memahami pentingnya menjaga kondisi psikologis. Salah satu faktor yang berpengaruh besar adalah bullying, yang tidak hanya terjadi di sekolah, tetapi juga di masyarakat luas. Fenomena ini telah menjadi perhatian global karena mampu mengganggu perkembangan mental, sosial, dan akademik remaja (Olweus, 2013; WHO, 2022).

Bullying berdampak signifikan pada kesejahteraan psikologis korban, mulai dari kecemasan, depresi, hingga penurunan motivasi belajar. Informan di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan mengakui bahwa mayoritas siswa memahami arti bullying dan kesehatan mental. Kondisi mental siswa secara umum dinilai normal, meski beberapa mengalami stres ringan akibat tuntutan akademik. Hal ini masih dianggap wajar sebagai bagian dari proses adaptasi remaja terhadap lingkungan sekolah dan perubahan perkembangan diri (Gaffney et al., 2019).

Selain korban, pelaku bullying juga mengalami dampak psikologis, seperti berkurangnya empati dan perilaku impulsif. Wawancara menunjukkan bahwa sebagian siswa dulu menganggap ejekan sebagai hal biasa, tetapi di sekolah ini mereka lebih sadar karena adanya kebijakan larangan bullying. Studi lain menegaskan bahwa perundungan dapat memunculkan gangguan serius, termasuk depresi, gangguan tidur, hingga keinginan bunuh diri (National Academies of Sciences, 2016; Yulianti et al., 2025). Dengan demikian, kebijakan sekolah berperan penting mencegah dan meminimalkan dampak negatif tersebut.

Pada SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan, kebijakan anti-bullying didukung oleh enam guru BK berlatar belakang psikologi, serta fasilitas literatur yang memadai. Siswa juga diberikan ruang konsultasi di luar jam belajar untuk membicarakan persoalan pribadi. Kondisi ini berkontribusi pada kesehatan mental yang relatif baik, karena siswa merasa terlindungi dan lebih mampu memahami diri. Namun, faktor eksternal seperti penggunaan media sosial dan

perbedaan status ekonomi, misalnya kepemilikan gawai, tetap dapat menjadi pemicu munculnya perundungan baru. Oleh sebab itu, kebijakan anti-bullying harus diiringi edukasi literasi digital dan penguatan karakter remaja agar dampak positifnya lebih berkelanjutan (UNESCO, 2020).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kebijakan anti-bullying di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan memiliki landasan kelembagaan yang kuat (Perdupsis dan 11 Kode Etik) serta diimplementasikan melalui sosialisasi, pengawasan harian, dan konseling. Temuan kualitatif mengindikasikan penurunan kejadian perundungan terutama fisik serta meningkatnya rasa aman, kepercayaan diri, dan kenyamanan belajar di kalangan siswa. Hasil ini konsisten dengan literatur yang menegaskan keterkaitan bullying dengan keluaran kesehatan mental remaja (depresi, kecemasan, harga diri)

Meski demikian, masih terdapat celah pada pemahaman batas antara “candaan” dan perundungan verbal, serta inkonsistensi penegakan sanksi di tingkat kelas/kelompok sebaya. Kekuatan input (SDM BK berlatar psikologi dan budaya disiplin sekolah) belum sepenuhnya menutup risiko baru dari ruang digital dan dinamika status sosial (mis. kepemilikan gawai). Ditinjau dengan kerangka CIPP, konteks dan input tergolong solid, proses berjalan relatif konsisten, sedangkan produk menunjukkan capaian positif namun perlu penguatan pada dimensi verbal dan siber.

Penguatan literasi kebijakan anti-bullying melalui kurikulum karakter dan *peer-led programs*, termasuk modul deteksi dini perundungan verbal/siber dan etika digital bagi siswa serta orang tua sangat diperlukan. Begitu juga dengan standardisasi dan audit internal penegakan aturan (indikator, *case-logging*, *restorative practices*) agar konsisten lintas kelas/mentor.

DAFTAR REFERENSI

- Andyawan, A., Lestari, R., & Putra, D. (2024). Sekolah sebagai miniatur masyarakat: Internalisasi nilai moral dan pencegahan perilaku menyimpang. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 14(1), 45-58.
- Duke, D. L., & Canady, R. L. (1997). *School policy and organizational performance*. New York: Teachers College Press.
- Gaffney, H., Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2019). Evaluating the effectiveness of school-bullying prevention programs: An updated meta-analytical review. *Aggression and Violent Behavior*, 45, 111-133. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.07.001>

- Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI). (2024). *Laporan kasus kekerasan di lingkungan pendidikan*. Jakarta: JPPI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2020*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA). (2020). *Laporan tahunan perlindungan anak*. Jakarta: KemenPPPA.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud). (2020). *Kebijakan tiga dosa besar pendidikan: Perundungan, kekerasan seksual, intoleransi*. Jakarta: Kemendikbud.
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. (2016). *Preventing bullying through science, policy, and practice*. Washington, DC: The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/23482>
- Oktarini, P., Siregar, R., & Wulandari, M. (2024). Dampak tiga dosa besar pendidikan terhadap kesehatan mental siswa sekolah menengah. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(2), 101-115. <https://doi.org/10.37721/psi.v11i2.1430>
- Olweus, D. (2013). School bullying: Development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 751-780. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185516>
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring cyberbullying: Implications for research. *Aggression and Violent Behavior*, 23, 69-74. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.013>
- Rahmiati, R. (2025). *Evaluasi strategi kebijakan tentang bullying dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja di SMA Negeri 1 Plus Matauli Pandan* [Tesis, Institut Kesehatan Helvetia].
- Refa, A., Susanto, H., & Pratiwi, N. (2024). Kelemahan peraturan sekolah dan implikasinya terhadap kasus bullying. *Jurnal Kebijakan Pendidikan*, 18(1), 77-89.
- Sadaruddin, A., Harahap, D., & Lubis, S. (2024). Peran guru dalam mendeteksi dan mencegah perilaku bullying di sekolah menengah. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 15(3), 210-225.
- Stufflebeam, D. L., & Shinkfield, A. J. (2007). *Evaluation theory, models, and applications*. San Francisco: Jossey-Bass.
- UNESCO. (2020). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. Paris: UNESCO.
- Wahani, E. T., Manurung, S., & Hutabarat, J. (2022). Pengaruh bullying terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(2), 45-53.
- World Health Organization (WHO). (2022). Adolescent mental health. Retrieved from <https://www.who.int/health-topics/adolescent-health>
- Yulianti, D., Raharjo, S., & Putri, A. (2025). Dampak bullying terhadap kesehatan mental remaja: Sebuah tinjauan empiris. *Jurnal Psikologi Remaja*, 10(1), 15-27.