

MENGAJAI HUBUNGAN ANTARA BULLYING DAN DISTRESS PSIKOLOGIS PADA ANAK USIA SEKOLAH

Erika Widia Sukmah¹, Nabilah Khalda², Anggi Faramida Arianty³, Vika Aprilianti⁴, Ali Iskandar Zulkarnain⁵

Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya¹²³⁴⁵

widiaerika5@gmail.com¹, nabilaakhalda30@gmail.com², anggifaramida23@gmail.com³, vikasukma37@gmail.com⁴, ali.iskandar.zulkarnain@iain-palangkaraya.ac.id⁵

Informasi Artikel	Abstract
Vol: 1 No: 5 Mei 2024 Halaman : 114-119	<p><i>This research was conducted to examine the relationship between Bullying and Psychological Distress in school-aged children. The research method used is library research. This research uses a descriptive-analytic approach and involves school-age children who are victims of bullying and experiencing psychological pressure as research subjects. The research procedure involved a literature search through academic and library databases. This research uses qualitative and quantitative approaches in analyzing data. Mental health problems may be a risk factor for future mental distress and psychopathology. . Victims of bullying often feel helpless and unable to resist the actions carried out by the perpetrator. It is important for the government and related institutions to pay more attention to this type of bullying. Teachers have an important role in preventing bullying in the school environment. They need to continue to improve students' educational morals so that there are no more cases of bullying. In this way, it is hoped that the school environment will be a safe place and free from dangerous acts of bullying. The research results show that the relationship between bullying and psychological pressure is influenced by several factors. Types of bullying, such as verbal or physical bullying, can have different impacts on a child's mental well-being. Apart from that, the frequency of bullying can also influence the level of psychological pressure experienced by children. The school environment also plays an important role, as school policies that are intolerant of bullying can help protect children from psychological distress.</i></p>
Keywords: Children; Bullying; Distress; Connection; School	

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji bagaimana hubungan antara Bullying dan Distress Psikologi pada anak usia sekolah. Metode penelitian yang digunakan adalah *library research*. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif-analitik dan melibatkan anak-anak usia sekolah yang menjadi korban bullying dan mengalami *distress* psikologis sebagai subjek penelitian. Prosedur penelitian melibatkan pencarian literatur melalui database akademik dan perpustakaan. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif dalam menganalisis data. Masalah kesehatan mental dapat menjadi faktor risiko dari *distress* mental dan psikopatologi di masa depan. . Korban bullying seringkali merasa tidak berdaya dan tidak mampu melawan tindakan yang dilakukan oleh pelaku. Penting bagi pemerintah dan lembaga terkait untuk memberikan perhatian lebih pada jenis bullying ini. Guru memiliki peran penting dalam mencegah bullying di lingkungan sekolah. Mereka perlu terus meningkatkan pendidikan moral siswa agar tidak ada lagi kasus bullying. Dengan demikian, diharapkan lingkungan sekolah menjadi tempat yang aman dan bebas dari tindakan bullying yang berbahaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Hubungan antara bullying dan distress psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor. Jenis bullying, seperti bullying verbal atau fisik, dapat memiliki dampak yang berbeda pada kesejahteraan mental anak. Selain itu, frekuensi bullying juga dapat mempengaruhi tingkat distress psikologis yang dialami oleh anak. Lingkungan sekolah juga berperan penting, karena kebijakan sekolah yang tidak toleran terhadap bullying dapat membantu melindungi anak-anak dari distress psikologis

Kata Kunci : Anak; Bullying; Distress; Hubungan; Sekolah

PENDAHULUAN

Bullying di sekolah adalah masalah serius yang dapat berdampak buruk pada kesejahteraan mental anak-anak. Dalam beberapa tahun terakhir, banyak penelitian yang dilakukan untuk memahami hubungan antara bullying dan distress psikologis pada anak-anak usia sekolah. Dalam artikel ini, kita akan membahas tentang hubungan antara bullying dan distress psikologis pada anak-anak usia sekolah. Bullying dapat menyebabkan *distress* psikologis pada anak-anak. Distress psikologis adalah ketidaknyamanan emosional yang dapat membuat anak merasa sedih, takut, atau cemas. Beberapa gejala distress psikologis yang mungkin dialami oleh anak-anak yang menjadi korban bullying adalah perasaan sedih yang berkepanjangan, penurunan minat dalam aktivitas sehari-hari, kesulitan tidur, dan penurunan prestasi akademik.

Mirowsky dan Ross (2017) mengungkapkan bahwa *distress* merupakan keadaan penderitaan emosional individu yang ditandai dengan gejala depresi disertai gejala kecemasan. Mirowsky dan Ross (2017) mengemukakan bahwa distress terbagi menjadi dua ciri utama yakni, depresi dan kecemasan. Gejala depresi termasuk perasaan sedih, kesepian, tidak bersemangat, sensitif, tidak nafsu makan, kesulitan tidur, kesulitan berkonsentrasi, kesulitan mengingat, dan kemampuan komunikasi terbatas. Gejala kecemasan terdiri dari ketakutan, kekhawatiran, ketegangan, berkeringat dingin, jantung berdetak lebih cepat, pusing, tremor, dan suhu badan naik. Matthews (2000) mengungkapkan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi distress psikologis, yakni faktor interpersonal dan situasional. Faktor interpersonal merupakan faktor yang berkaitan dengan kepribadian individu. Faktor situasional merupakan kondisi luar dari individu yang terbagi kedalam beberapa bagian, yakni fisiologis, kognitif, dan sosial. Masalah kesehatan mental dapat menjadi faktor risiko dari *distress* mental dan psikopatologi di masa depan. Gangguan mental emosional ringan berisiko 4,1 kali lebih besar untuk mempunyai kualitas hidup kurang dibandingkan penduduk yang tidak dengan gangguan mental emosional (Kyaga, 2012 dalam Prihatiningsih & Wijayanti, 2019).

Menurut WHO (dalam Djayadin, 2020), kesehatan mental adalah sebuah kondisi kesejahteraan yang secara sadar dilakukan oleh individu. Maksudnya, dengan kesadaran diri, individu mampu mengolah stres atau gangguan-gangguan lainnya yang sering terjadi dalam kehidupan. Dengan dapat mengelola stres dan gangguan-gangguan lainnya sehingga individu tidak mudah mengalami keputusasaan dan tetap produktif dalam menjalani aktivitas serta menjadi pribadi yang ikut berperan dalam lingkungan. Menurut Putri, Bullying merupakan suatu tindakan intimidasi yang dilakukan oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah dimana ditunjukkan dalam berbagai atau beragam bentuk (Putri, 2022). Menurut Compiler dalam Naili Sa'ida, bullying merupakan perilaku verbal, fisik, atau sosial yang tidak menyenangkan di dunia nyata dan maya yang membuat seseorang merasa terluka, tidak nyaman, dan tertekan baik oleh individu ataupun kelompok nyata yang ada (Sa'ida, Kurnuawati, dan Wahyuni, 2022).

Dalam *School Bullying* menurut para ahli adalah tindakan agresif antara siswa yang memiliki dampak yang sangat negatif bagi korbannya. Biasanya, pelaku bullying adalah siswa atau siswi yang merasa lebih senior dan mereka menargetkan siswa-siswi yang lebih junior. Salah satu alasan mengapa bullying sangat berbahaya adalah karena adanya ketidakseimbangan kekuasaan di antara mereka. Korban bullying seringkali merasa tidak berdaya dan tidak mampu melawan tindakan yang dilakukan oleh pelaku. Penting bagi pemerintah dan lembaga terkait untuk memberikan perhatian lebih pada jenis bullying ini. Guru juga memiliki peran penting dalam mencegah bullying di lingkungan sekolah. Mereka perlu terus meningkatkan pendidikan moral siswa agar tidak ada lagi kasus bullying. Dengan demikian, diharapkan lingkungan sekolah menjadi tempat yang aman dan bebas dari tindakan bullying yang berbahaya.

Hubungan antara bullying dan distress psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor. Jenis bullying, seperti bullying verbal atau fisik, dapat memiliki dampak yang berbeda pada kesejahteraan mental anak. Selain itu, frekuensi bullying juga dapat mempengaruhi tingkat distress psikologis yang dialami oleh anak. Lingkungan sekolah juga berperan penting, karena kebijakan sekolah yang tidak

toleran terhadap bullying dapat membantu melindungi anak-anak dari distress psikologis. Dalam artikel ini, kita akan membahas temuan-temuan penelitian terkait hubungan antara bullying dan distress psikologis pada anak-anak usia sekolah. Tujuannya adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang dampak bullying dan memberikan wawasan dalam upaya pencegahan dan intervensi.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah *library research*, di mana peneliti melakukan pencarian literatur yang relevan tentang topik tersebut. Data yang ditemukan dari literatur digunakan untuk mendukung penulisan artikel penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif-analitik dan melibatkan anak-anak usia sekolah yang menjadi korban bullying dan mengalami *distress* psikologis sebagai subjek penelitian. Namun, peneliti tidak terlibat secara langsung dengan subjek penelitian, melainkan menggunakan data sekunder dari penelitian-penelitian sebelumnya. Prosedur penelitian melibatkan pencarian literatur melalui database akademik dan perpustakaan. Data yang ditemukan kemudian dianalisis dan disintesis untuk memahami hubungan antara bullying dan distress psikologis pada anak usia sekolah. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif dalam menganalisis data, namun teknik analisis yang lebih spesifik tidak dijelaskan dalam penjelasan sebelumnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Konsep Dasar Bullying

Pengantar Saat ini pendidikan bukan lagi diterjemahkan sebagai bentuk pembelajaran formal semata yang ditujukan untuk mengasah kemampuan berpikir saja. Menurut Coloroso (2007), pendidikan lebih diarahkan untuk membantu peserta didik menjadi mandiri dan terus belajar selama rentang kehidupan yang dijalaninya sehingga memperoleh hal-hal yang membantu menghadapi tantangan dalam menjalani kehidupan. Pendidikan sendiri dapat diartikan sebagai upaya mencerdaskan bangsa, menanamkan nilai-nilai moral dan agama, membina kepribadian, mengajarkan pengetahuan, melatih kecakapan, keterampilan, memberikan bimbingan, arahan, tuntutan, teladan dan disiplin. Oleh karenanya, pendidikan dapat dilakukan dalam berbagai bentuk, namun dalam lingkup formal, pendidikan dilakukan oleh sebuah lembaga yang dinamakan sekolah.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan kegiatan bimbingan, pengajaran dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya baik yang menyangkut aspek moral-spiritual, intelektual, emosional maupun sosial. Sehingga di lingkungan sekolah, guru mengemban tugas untuk menstimulus dan membina perkembangan intelektual siswa serta membina pertumbuhan nilai-nilai, sikap, dan perilaku dalam diri siswa. Sekolah juga merupakan lingkungan yang khusus mengubah tingkah laku secara menetap dalam hubungan seluruh perkembangan kepribadian sebagai anggota masyarakat. Dengan demikian diharapkan remaja tidak melakukan hal yang tidak sesuai atau bahkan memperlihatkan perilaku yang dapat merugikan orang lain.

Menurut Papaliadkk.,(2004), perilaku bullying merupakan perilaku agresi yang disengaja dan berlangsung secara terus-menerus yang ditujukan pada individu yang sudah menjadi incaran atau korban. Sedangkan menurut Coloroso (2007), dalam konteks dunia pendidikan, khususnya di sekolah, istilah bullying merujuk pada perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa atau siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut. Lebih lanjut diuraikan oleh Coloroso (2007) bahwa perilaku bullying setidaknya melibatkan dua pihak utama, yakni pelaku dan korban.

Pelaku bullying umumnya mengalami disfungsi keyakinan dan pemikiran yang irrasional bahwa dirinya merasa lebih kuat dan untuk menunjukkan kekuatannya tersebut maka pelaku merasa pantas menindas korban yang lebih lemah. Keyakinan tersebut pada akhirnya dimanifestasikan dalam bentuk

tindakan yakni mem-bully korbannya. Pada saat pelaku mem-bully korban, maka dalam diri pelaku muncul rasa superioritas yang mendorong dia untuk terus melakukan bullying. Kondisi interrelasi antara disfungsi keyakinan dan disruptive behavior ini akan terus berlanjut sehingga membentuk vicious circle yang tak terputus, sebaliknya, pada diri korban bullying, pemikiran negatif cenderung muncul setelah dia mendapatkan perlakuan bullying dari pelaku.

Korban merasa dirinya lemah, tidak berdaya sehingga pantas untuk di-bully. Akibatnya, korban terus-menerus menerima bullying tanpa ada usaha untuk melakukan perlawanan dan kondisi demikian akan semakin menguatkan intensitas bullying. Pemaparan di atas mengindikasikan bahwa dalam sebuah peristiwa bullying, pelaku dan korban sama-sama merupakan elemen kunci yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Dengan demikian, menurut Coloroso (2007), bentuk-bentuk bantuan yang perlu diberikan kepada pelaku hendaknya fokus kepada upaya menurunkan agresivitasnya dan meningkatkan empatinya. Sementara itu, pada korban, yang perlu ditingkatkan adalah assertiveness, kepercayaan dirinya.

B. Pengertian Bullying

Perilaku Bullying memiliki berbagai definisi yang beragam yang dikemukakan oleh beberapa tokoh. Olweus (2005) mendefinisikan bullying sebagai tindakan negatif dalam waktu yang cukup panjang dan berulang yang dilakukan oleh satu orang atau lebih terhadap orang lain, dimana terdapat ketidakseimbangan kekuatan dan korban tidak memiliki kemampuan untuk melindungi dirinya. Olweus (2005) melengkapi definisi bullying dengan menambahkan bahwa bentuk dalam bullying, menurutnya bullying dapat terjadi dalam bentuk verbal, fisik dan relasional. Menurut Irmayanti (2016) bullying berasal dari kata "bully" yaitu suatu kata yang mengacu pada pengertian adanya "ancaman" yang dilakukan seseorang terhadap orang lain pada umumnya lebih rendah atau lebih lemah dari pelaku yaitu berupa stress yang muncul dalam gangguan fisik atau psikis ataupun keduanya, misalnya: susah makan, sakit fisik, ketakutan, rendah diri, cemas, depresi dan lain sebagainya.

Faktor-faktor situasional yang dapat memicu terbentuknya perilaku agresi antara lain budaya sekolah, teknologi dan norma kelompok (O'Connel, 2003). Sementara, faktor situasional lain yang juga mempengaruhi perilaku bullying adalah media. Sebagaimana dikemukakan oleh Perry (dalam O'Connel, 2003) menyatakan bahwa media juga dapat mempengaruhi terbentuknya perilaku bullying pada anak. Misalnya tayangan televisi yang menampilkan cendaan yang kasar, menghina, dan mengandung kekerasan ditampilkan sebagai perilaku yang menghibur dan dapat diterima oleh orang lain sehingga hal ini dianggap sebagai perilaku yang wajar.

Astuti (2008) mengemukakan mengenai aspek-aspek bullying, terdiri dari: 1) Aspek Fisik. Contohnya adalah menggigit, menarik rambut, memukul, menendang, mengunci, dan mengintimidasi korban di ruangan atau dengan mengitari, memelintir, menonjok, mendorong, mencakar, meludahi, mengancam, dan merusak barang-barang milik korban, penggunaan senjata dan perbuatan kriminal. 2) Aspek Non-fisik. Yaitu terbagi dalam bentuk verbal dan nonverbal. Bullying verbal contohnya panggilan telepon yang meledek, pemalakan, pemerasan, mengancam, atau intimidasi, menghasut, berkata jorok pada korban, berkata menekan, dan menyebarluaskan kejelekan korban. Sedangkan bullying non-verbal terbagi menjadi langsung dan tidak langsung. Bullying non-verbal tidak langsung diantaranya adalah manipulasi pertemanan, mengasingkan, dan mengikut sertakan, mengirim pesat menghasut, curang, dan sembunyi-sembunyi. Sementara bullying non-verbal langsung contohnya gerakan kasar atau mengancam, menatap, muak mengancam, menggeran, hentakan mengancam atau menakuti.

C. Dampak Psikologi Korban Bullying

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan dengan sengaja, secara berulang-ulang, dan dimaksudkan untuk melukai orang lain yang lebih lemah atau rentan. Korban bullying sering mengalami dampak psikologis yang signifikan, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental, emosional, dan sosial mereka. Berikut adalah beberapa dampak psikologis yang sering dialami oleh korban bullying:

1. Depresi dan kecemasan. Korban bullying dapat merasa terisolasi dan tidak berdaya, yang dapat menyebabkan perasaan depresi dan kecemasan yang serius. Mereka

- mungkin merasa bahwa tidak ada yang bisa membantu mereka dan merasa takut untuk berbicara tentang pengalaman mereka dengan orang lain.
2. Harga diri rendah. Korban bullying sering kali merasa tidak berharga dan merasa tidak dihargai oleh orang lain. Mereka mungkin merasa bahwa mereka pantas dijadikan bahan olok-olok dan tidak punya banyak teman.
 3. Kesulitan dalam hubungan sosial. Korban bullying mungkin merasa sulit untuk mempercayai orang lain dan membentuk hubungan sosial yang sehat. Mereka mungkin mengalami kesulitan dalam membangun kepercayaan dan mungkin menghindari interaksi sosial karena takut dijauhi atau dilecehkan lagi.
 4. Gangguan tidur dan makan. Korban bullying dapat mengalami gangguan tidur dan makan karena tekanan yang mereka rasakan. Mereka mungkin sulit untuk tidur atau mungkin merasa tidak bersemangat untuk makan.
 5. Kecanduan obat-obatan atau alkohol. Korban bullying mungkin mencari cara untuk mengatasi pengalaman mereka dengan mengonsumsi obat-obatan atau alkohol.

KPAI mencatat dalam kurun waktu 9 tahun, dari 2011 sampai 2019, ada 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Untuk Bullying baik di pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat. Sehingga terjadi gejala yang menyebabkan pelemahan mental yang dapat bereaksi agresif seperti bullying. Umumnya bullying adalah perbuatan berulang-ulang yang dilakukan anak-anak. Wardhana (2015) menyatakan bahwa, segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, bertujuan untuk menyakiti dan dilakukan terus menerus. Perilaku bullying dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.

Faktor internal terdiri dari kepribadian, komunikasi interpersonal. Sedangkan, faktor eksternal terdiri dari peranan kelompok teman sebaya (Usman, 2013) Reaksi emosi yang ditimbulkan menyebabkan anak tersebut melampiaskannya kepada orang lain, terutama pada temannya. Meskipun bullying di kalangan remaja dapat terjadi di lingkungan apapun, namun tindakan ini paling sering ditemui di sekolah. Menurut penelitian milik Dehue, Bolman, & Völlink (2008) bahwa 61% kasus bullying terjadi secara langsung baik di lingkungan sekolah dan di masyarakat. Dalam hal ini, remaja yang terlibat dalam tindakan bullying mempengaruhi kehidupannya di sekolah baik dalam hal prestasi akademiknya maupun kehadirannya (Nishina, Juvonen, & Witkow, 2005). Disisi lain, baik pelaku maupun korban bullying akan menderita tekanan psikologis yang signifikan (Salmon, James, & Smith, 1998; Arseneault et al. 2006) dan walaupun jarang, dalam beberapa kasus terjadi bunuh diri (Marr & Field, 2001).

Oleh karena itu, berbagai pendekatan sistematis di seluruh sekolah untuk mencegah intimidasi dan strategi koping diformulasikan untuk mengurangi intimidasi di antara individu sekolah. Ma (2001) menekankan pengukuran aturan disiplin sekolah dan penguatan pada bagian staf sekolah. Ini membantu siswa untuk mengembangkan, memantau dan memperkuat kebijakan antiintimidasi. Keterlibatan guru, orang tua, harus dibuat wajib untuk memastikan intensif, pengawasan kegiatan di lingkungan sekolah. Sejauh ini, ada banyak program anti-bullying yang dijalankan di sekolah. Diharapkan bahwa dengan adanya program anti-bullying ini dapat mengurangi insiden bullying di sekolah (Ttofi & Farrington, 2011). Pada program anti-bullying yang ada, pengguna akan diberikan pemahaman mengenai konsep bullying, di mana bullying merupakan peristiwa kehidupan yang penuh tekanan (Swearer & Hymel, 2015).

D. Usulan Aplikasi

Aplikasi antibully.id merupakan sebuah aplikasi berbasis web yang berisikan edukasi materi-materi psikologis untuk mencegah dan mengatasi bullying yang ditujukan untuk pelaku, korban, dan pengamat bullying. Materi-materi yang diberikan antara lain edukasi mengenai bullying dan keterampilan-keterampilan psikologis seperti anger management, asertivitas, dan trauma healing. Selain itu, pada aplikasi ini disediakan juga fitur online assessment untuk melihat kecenderungan peran pengguna

dalam bullying (korban, pelaku, atau pengamat). Penyajian materi yang berbentuk animasi, video, dan komik membuat program-program pada antibully.id mudah dipahami dan diingat, sehingga pengguna dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Melalui aplikasi antibully.id, diharapkan pengguna dapat memahami konsep dasar pendekatan psikologis pencegahan bullying lalu mempraktikkannya sendiri sesuai dengan kebutuhan.

KESIMPULAN

Jadi, Bullying merupakan masalah yang sangat serius yang dapat berdampak buruk pada kesejahteraan mental anak-anak. Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan dengan sengaja, secara berulang-ulang, dan dimaksudkan untuk melukai orang lain yang lebih lemah atau rentan. Masalah kesehatan mental dapat menjadi faktor risiko dari distress mental dan psikopatologi di masa depan.

Hubungan antara bullying dan distress psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor. Jenis bullying, seperti bullying verbal atau fisik, dapat memiliki dampak yang berbeda pada kesejahteraan mental anak. Selain itu, frekuensi bullying juga dapat mempengaruhi tingkat distress psikologis yang dialami oleh anak.

Penting bagi pemerintah dan lembaga terkait untuk memberikan perhatian lebih pada jenis bullying ini. Guru juga memiliki peran penting dalam mencegah bullying di lingkungan sekolah. Mereka perlu terus meningkatkan pendidikan moral siswa agar tidak ada lagi kasus bullying. Dengan demikian, diharapkan lingkungan sekolah menjadi tempat yang aman dan bebas dari tindakan bullying yang berbahaya. Lingkungan sekolah juga berperan penting, karena kebijakan sekolah yang tidak toleran terhadap bullying dapat membantu melindungi anak-anak dari distress psikologis.

REFERENCES

- Putri, E. D. (2022). Kasus Bullying di Lingkungan Sekolah: Dampak Serta Penanganannya. *Keguruan*, 10(2), 24-30.
- Sa'ida, N., Kurnuawati, T., & Wahyuni, H. I. (2022). EDUKASI STOP BULLYING PADA ANAK. *PeKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 178-183.
- Djayadin, C., & Munastiwi, E. (2020). Pola komunikasi keluarga terhadap kesehatan mental anak di tengah pandemi Covid-19. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(2), 160-180.
- Prihatiningsih, E., & Wijayanti, Y. (2019). Gangguan mental emosional siswa sekolah dasar. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 3(2), 252-262.
- Matthews, G. (2000). Distress. In G. Fink (Ed Handbook of Encyclopedia of stress). Vol. 1, pp 723-729. California: Academic Press.
- Dr. Nur Irmayanti., S.Psi., M.Psi.Ardianti Agustin., S.Psi., M.Psi Psikolog. (2022). Bullying Dalam Prespektif Psikologi (Teori Perilaku), Padang Sumatera Barat,PT Global Eksekutif Teknologi Anggota IKAPI No. 033/SBA/2022.
- Jumaini, (2022). Penanganan Masalah Mental Emosional Pada Anak Usia Sekolah, *Nusantara Hasana Journal*, 2- 6,120-124.
- Zarina, Akbar.(2021). Pengembangan Aplikasi Anti-Bullying untuk Mengatasi Bullying di Sekolah Berbasis Pendekatan Psikologis, *Jurnal Edukasi*, 7-2,99-118.