

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dari pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti pada BAB IV dapat disimpulkan bahwa dampak tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental peserta didik SMPN 1 Susukan Kabupaten Cirebon adalah:

1. Bentuk-bentuk Tindakan *Bullying* yang Terjadi Pada Peserta Didik SMPN 1 Susukan Kabupaten Cirebon.

Gambaran bentuk tindakan *bullying* secara verbal: mengejek, mengolok-olok dan menyebut dengan nama orang tua. Tindakan *bullying* non verbal/fisik: memukul, mendorong, menendang dan menarik rambut secara paksa. Tindakan *bullying* merupakan bentuk tindakan yang negatif, agresif, mengganggu, menyakiti dan melecehkan dilakukan secara sadar dalam kurun waktu lama secara berulang yang dilakukan oleh individu ataupun secara kelompok, *bullying* ini bentuknya mengganggu kenyamanan orang lain dampak tindakan *bullying* dan perilaku negatif ini sangat marak terjadi di lingkungan sekolah.

2. Kondisi Kesehatan Mental Peserta Didik SMPN 1 Susukan Kabupaten Cirebon.

Kondisi Kesehatan mental sebagai menunjang kesejahteraan pada dirinya sendiri dan pola kehidupan sehari-hari dan sebagai penunjang pendidikan yang baik. Anak yang kondisi kesehatan mentalnya sejahtera maka tumbuh kembangnya akan stabil baik dari pendidikan dan hal lainnya. Namun jika kondisi mentalnya tidak stabil maka kesehatan mentalnya akan terganggu. Oleh sebab itu kesehatan mental penting dan perlu kita perhatikan. Dimulai dengan penerimaan diri/*self accpet, envirotmnt mastery* mengoptimalkan, *personal grow/self actualization*, serta dapat menjalin hubungan positif.

3. Dampak Tindakan *Bullying* Terhadap Kesehatan Mental Peserta didik SMPN 1 Susukan Kabupaten Cirebon.

Perlu menyadari tindakan *bullying* memiliki dampak yang banyak negatifnya ketimbang dampak positifnya baik bagi korban maupun pelaku *bullying* pada kesehatan mentalnya. Dampak negatif: menurunnya rasa percaya diri, menutup diri, perasaan trauma bertemu orang banyak, ketakutan sampai berkeringat dingin, cemas, stres, depresi, kondisi emosional tidak stabil, memar, bahkan bisa terjadinya bunuh diri.

Dampak positif: pengalaman/pembelajaran, belajar bertanggung jawab atas apa yang dilakukan dan kemampuan untuk memanager emosi.

4. Upaya Untuk Mengurangi Tindakan *Bullying* Pada Peserta Didik SMPN 1 Susukan Kabupaten Cirebon.

Bentuk upaya yang bisa dilakukan yaitu menyadari sejak awal terjadinya *bullying*, memberikan sosialisasi terkait *bullying*, memberikan dukungan dan pendampingan pada peserta didik yang menjadi korban *bullying*, perlunya peran orang tua dalam mendidik, kasih sayang dan memberikan *attention* sebab pendidikan pertama adalah keluarga.

## B. Saran

### 1. Bagi orang tua

Hendaknya pola asuh anak harus lebih di fokuskan lagi dengan komunikasi yang lancar, hubungan yang harmonis, dan penuh kasih sayang, tidak mengenal kekerasan dalam mendidik ataupun ketidakpedulian dalam mengasuh anak karena hal ini akan berdampak negatif pada kesehatan mental dan tumbuh kembang anak. Dari adanya penelitian ini diharapkan pihak orang tua bisa lebih memahami dan mengontrol dengan baik kegiatan yang dilakukan untuk menjaga kesehatan mental dari dampak tindakan *bullying*.

Mengenai tindakan *bullying* peneliti harap ada sikap yang konsisten dan tegas yang pihak orang tua lakukan untuk menjaga kesehatan mental anak, maka jadilah tempat pulang ternyaman bagi anak-anak, tempat pulang bukan hanya sebuah bangunan yang kokoh luarnya saja, namun menjadi figur yang diharapkan menjadi tempat ternyaman untuk pulang, komunikasi yang lancar, perhatian, kasih sayang yang luar biasa dan rasa tanggung jawab sebagai orang tua pada anaknya agar terwujudnya kesehatan mental yang baik dan tidak menjadi korban *bullying*.

### 2. Bagi pihak sekolah/Wali kelas

Besar harapan peneliti kepada pihak sekolah untuk lebih menyadari sejak awal akan terjadinya tindakan *bullying*, dengan melakukan pengawasan atau *controlling* kepada peserta didik di setiap kelasnya serta memberikan pendampingan dan perlindungan untuk peserta didik yang mengalami tindakan *bullying*. Serta memberikan pembekalan mengenai dampak bahaya tindakan *bullying* terhadap kesehatan mental kepada peserta didik dan pihak sekolah memberikan sanksi tegas kepada pelaku korban *bullying* agar memberi efek jera.

### 3. Bagi peserta didik

Kepada peserta didik diharapkan untuk lebih ditingkatkan lagi rasa empati antar teman rasa persaudaraan yang terjalin di kelas dan lebih saling merangkul satu sama lain agar kesehatan mental peserta didik tetap sehat aman dan sejahtera, dan agar tidak terjadinya kesalahpahaman, mengejek, mengolok-olok dengan sebutan yang tidak baik, dan lain-lain.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang ingin diteliti dan memperbanyak studi literatur yang berkaitan dengan fokus kajian yang akan diteliti serta meningkatkan ketelitian dari segi kelengkapan data yang diperoleh

