Analisis Fenomena *Mental Health* Pada Kasus *Bullying* di Kalangan Gen Z Sebagai Permasalahan Sosial dalam Perspektif Antropologi Hukum

Tiara Okta Efriana¹, Nurrinda Lestari Lubis¹, Melinda Triananda¹, Muhammad Afandi¹, Asep Suherman¹

¹Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

Corresponding author e-mail: tiaraokta205@gmail.com

Article History: Received on 29 August 2024, Revised on 4 October 2024,
Published on 31 October 2024

Abstrak: Perkembangan zaman telah mengubah komposisi penduduk dengan penurunan jumlah baby boomer dan peningkatan generasi X dan Y. Generasi Z, yang mulai memasuki angkatan kerja, menarik perhatian dengan karakteristik unik seperti kemampuan multitasking yang lebih baik dan ketergantungan pada teknologi digital. Penelitian ini menunjukkan bahwa generasi Z memiliki ambisi besar, praktis, dan menghargai kebebasan, serta memiliki ketertarikan terhadap detail dan keinginan untuk mengakui prestasi mereka. Dalam penelitian Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengartikan bahwa kesehatan mental sebagai keadaan kesejahteraan yang memungkinkan individu mengembangkan potensinya dan mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari. screening kesehatan mental dirancang untuk mengidentifikasi anak-anak dan remaja yang mungkin berisiko mengalami gangguan kesehatan mental, dengan tujuan mengidentifikasi masalah dan menentukan intervensi yang diperlukan. *Bullying*, bentuk kekerasan fisik dan psikologis, juga menjadi perhatian dalam konteks kesehatan mental, terutama pada generasi Z. Fenomena *bullying* dapat mengakibatkan dampak negatif seperti hilangnya rasa percaya diri, stres, trauma, dan balas dendam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penting bagi lembaga pendidikan seperti sekolah ataupun pihak yang bertanggung jawab dalam penyelenggaraan pendidikan untuk melindungi siswa dari intimidasi dan kekerasan.

Kata Kunci: Antropologi Hukum, Generasi Z, Kesehatan Mental, Remaja

Abstract: The development of the times has changed the composition of the population with a decrease in the number of baby boomers and an increase in generations X and Y. Generation Z, which is starting to enter the workforce, attracts attention with unique characteristics such as better multitasking capabilities and dependence on digital technology. This research shows that the Z generation has great ambitions, is practical, and values freedom, and has an interest in detail and a desire to acknowledge their achievements. In research, the World Health Organization (WHO) defines mental health as a state of well-being that allows individuals to develop their potential and overcome the stresses of everyday life. Mental health screening is designed to identify children and adolescents who may be at risk of developing mental health

disorders, with the aim of identifying problems and determining the necessary interventions. Bullying, a form of physical and psychological violence, is also a concern in the context of mental health, especially in generation Z. The phenomenon of bullying can cause negative impacts such as loss of self-confidence, stress, trauma, and revenge. The results of the research show that it is important for educational institutions such as schools or those responsible for the implementation of education to protect students from intimidation and violence.

Keywords: Generation Z, Legal Anthropology, Mental Health, Teenagers

A. Pendahuluan

Kemajuan zaman telah mengubah komposisi penduduk dalam setiap generasi, dengan jumlah anggota kelompok *baby boomers* yang mulai berkurang. Kelompok generasi X dan Y menjadi yang terbanyak dalam usia produktif dan komposisi angkatan kerja. Generasi Z juga muncul sebagai generasi yang baru memasuki angkatan kerja yang banyak menjadi perhatian. Penelitian oleh Bencsik, Csikos, dan Juhez (2016) menunjukkan masuknya Generasi Z ke dalam kelompok generasi, seperti yang tercantum dalam tabel berikut:

Tahun Kelahiran	Nama Generasi
1925 - 1946	<i>Veteran generation</i>
1946 - 1960	<i>Baby boom generation</i>
1960 - 1980	<i>X generation</i>
1980 - 1995	<i>Y generation</i>
1995 - 2010	<i>Z generation</i>
2010+	<i>Alfa generation</i>

Ada enam kelompok generasi yang memiliki ciri karakteristik masing-masing. Generasi terbaru yang mulai memasuki angkatan kerja adalah generasi Z, juga dikenal sebagai iGeneration atau generasi internet. Berdasarkan temuan Bhakti dan Safitri (2017), generasi Z memiliki identitas yang berbeda dengan generasi-generasi sebelumnya. Santosa (2015) mencatat beberapa indikator anak-anak yang termasuk dalam generasi Z:

1. Generasi Z memiliki ambisi besar untuk meraih kesuksesan.
2. Mereka cenderung praktis dan menyukai solusi instan dalam memecahkan masalah.
3. Generasi Z sangat menghargai kebebasan dan memiliki tingkat percaya diri yang tinggi.
4. Generasi ini cenderung memiliki ketertarikan terhadap detail.
5. Mereka memiliki keinginan besar untuk diakui atas prestasi dan kompetensi yang mereka miliki.
6. Generasi Z tumbuh di era digital dan teknologi informasi yang berkembang pesat.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kesehatan mental tidak hanya dipahami sebagai ketiadaan penyakit mental, tetapi juga dalam konteks yang lebih luas sebagai keadaan kesejahteraan dimana suatu individu mampu mengembangkan potensinya, mengatasi persoalan dikehidupan sehari-hari, berkontribusi pada produktivitas yang bermanfaat, dan berpartisipasi dalam perbaikan komunitas mereka (WHO, 2004). Pengertian ini menjadi dasar bagi Rencana Aksi Kesehatan Jiwa, yang mengintegrasikan konsep promosi kesehatan mental, pencegahan serta pengobatan penyakit mental, dan rehabilitasi.

Pemeriksaan kesehatan mental merupakan proses sederhana dan sensitif terhadap kebiasaan yang dibuat untuk mengidentifikasi jenis anak-anak dan remaja yang mungkin berisiko mengalami gangguan kesehatan mental. Tujuan utama dari pemeriksaan ini ialah untuk identifikasi permasalahan kesehatan mental dengan penggunaan alat screening yang teruji dan dapat diandalkan, serta menentukan apakah masalah tersebut perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut, intervensi, ataupun rujukan untuk penilaian diagnostik (O'Connell et al., 2009).

Definisi dari Komnas HAM (Hak Asasi Manusia), *bullying* dapat diartikan sebagai bentuk kekerasan fisik dan psikologis yang berlangsung dalam kurun waktu yang panjang, yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap orang lain yang tidak mampu melindungi dirinya dalam situasi keadaan di mana terdapat niat untuk melukai, menakuti, atau membuat orang tersebut merasa tertekan, traumatis, atau depresi, serta merasa tidak berdaya. Fenomena *bullying* juga bisa didefinisikan sebagai tindakan atau perkataan yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain yang bisa menimbulkan adanya rasa takut, sakit, dan tekanan baik secara fisik maupun mental, yang sudah dirancang oleh pihak yang memiliki kekuatan atau kekuasaan lebih terhadap individu yang dianggap tidak berdaya. *Bullying* seringkali terjadi dengan alasan membentuk mental si korban, namun terkadang juga berdasarkan rasa balas dendam dari pelaku yang dulunya juga pernah menjadi korban *bullying*.

Dalam perspektif antropologi hukum, suatu fenomena muncul ketika seseorang melanggar atau menyimpang dari hukum. Hukum sebagai bagian dari budaya manusia, memiliki tanggung jawab untuk menjaga kehidupan masyarakat. Dalam konteks kesehatan mental terutama yang sering terjadi pada generasi Z berbagai faktor seperti lingkungan dan keluarga dapat memicu masalah tersebut.

B. Metode Penelitian

Penelitian dilakukan dengan metode penelitian literatur review, yaitu memberikan hasil yang berkaitan dengan data-data yang tersedia serta wawasan dari penelitian tertentu sehingga dapat tercipta suatu model bagi proses pelaksanaan penelitian guna memperjelas atau memberikan penjelasan yang jelas mengenai permasalahan yang sedang diteliti. Tujuan dari tinjauan literatur ini adalah untuk menjelaskan kesulitan-

kesulitan dalam menyelesaikan masalah yang telah diselesaikan pada iterasi masalah sebelumnya (Sugiyono, 2010).

Penulis mencari informasi atau bahan literatur dari jurnal atau artikel serta referensi buku agar dapat tercipta landasan yang kuat dalam sebuah karangan atau kajian. Terdapat beberapa informasi dari penelitian ini terkait penggunaan metode penelitian tinjauan literatur sistematis.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Maraknya Fenomena Mental Health Pada Kasus Pembullying dikalangan gen z dalam perspektif Antropologi Hukum

Secara etimologi kata *bully* yakni penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Sedangkan secara terminology menurut definisi *bullying* menurut Ken Rigby dalam Astuti (2008:3, dalam Ariesto, 2009) adalah “sebuah hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan ke dalam aksi, menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau sekelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan perasaan senang”. *Bullying* termasuk bentuk-bentuk perilaku kekerasan dimana terjadi pemaksaan secara psikologis ataupun fisik terhadap seseorang yang lebih lemah oleh seseorang atau sekelompok orang. Pelaku *bullying* yang biasa disebut *bully* bisa seseorang, bisa juga sekelompok orang, mereka mempersepsikan dirinya mempunyai power (kekuasaan) untuk melakukan apa saja terhadap korbannya. Korban juga mempersepsikan dirinya sebagai pihak yang lemah, tidak berdaya dan selalu merasa terancam oleh *bully*. Sedangkan secara etimologis, Mental Hygiene berasal dari kata mental dan hygiene. Kata “mental” berasal dari kata latin “mens” atau “mentis” artinya jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat. Dalam bahasa Yunani, kata hygiene berarti ilmu kesehatan. Maka kesehatan mental merupakan bagian dari hygiene mental (ilmu kesehatan mental). Mental hygiene sering disebut pula psikohygiene. (Yusak Burhanuddin, 1999).

Menurut Jalaludin (2010) Kesehatan mental merupakan terhindarnya seseorang dari keluhan dan gangguan mental baik berupa neurosis maupun psikosis (penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial). Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit jiwa.

Pada generasi Z dapat diartikan sebagai pilar masa depan yang diharapkan akan memimpin Indonesia menuju Era Emas 1945. Namun, banyak individu yang lahir antara tahun 2000 hingga 2010 ini menghadapi tantangan dalam kesehatan mental mereka, yang berpotensi menyebabkan dampak sosial dan ekonomi jangka panjang yang merugikan kehidupan mereka di masa yang akan datang jika tidak ditangani secara adekuat sejak awal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh American Psychological Association (APA), Generasi Z memiliki tingkat stres yang lebih tinggi

dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Hanya sekitar 45% dari mereka yang memiliki kesehatan mental yang baik atau sangat baik.

Generasi Z, yang tumbuh dengan keberadaan YouTube yang dapat mengajari mereka segala hal, memiliki keyakinan bahwa mereka bisa melakukan segalanya sendiri. Mereka sangat mandiri dan cenderung bertentangan dengan budaya kolektif yang diperjuangkan oleh para milenial sebelumnya. Sebanyak 71% dari Gen Z percaya pada ungkapan, "jika ingin melakukan sesuatu dengan benar, lakukanlah sendiri". Sebagai contoh, untuk menguasai bahasa Inggris, mereka cukup menonton dan mempraktekkan materi yang mereka dapatkan dari YouTube.

Mereka juga terpacu oleh lingkungan sekitarnya. Orangtua mereka sering kali menekankan bahwa partisipasi bukanlah penghargaan yang sebenarnya, dan bahwa dalam hidup ada pemenang dan pecundang. Pengaruh resesi yang membuat generasi sebelumnya goyah, serta percepatan perubahan yang sulit dikejar, menjadikan Generasi Z sebagai generasi yang terpacu. Mereka cenderung lebih kompetitif dan tertutup daripada generasi sebelumnya. Contohnya, di tempat kerja, Gen Z cenderung merasa terpacu untuk bersaing dengan rekan-rekan yang memiliki pekerjaan serupa.

Menurut Stillman (2019), Gen Z memiliki 5 sifat utama, yakni figital, hiper-kustomisasi, realistis, FOMO (*fear of missing out*), weconomist, DIY (*do it yourself*), dan terpacu. Berikut adalah penjelasan singkat mengenai ketujuh sifat utama Gen Z:

1. Figital: Gen Z merupakan generasi yang menduduki generasi pertama yang lahir di dunia yang mana segala aspek fisik (manusia dan tempat) memiliki versi digitalnya. Menurut generais ini dunia nyata dan dunia virtual saling berkaitan erat.
2. Hiper-Kustomisasi: Gen Z memiliki kecenderungan untuk secara aktif mengidentifikasi dan menyesuaikan identitas mereka sendiri agar mencerminkan diri mereka dalam berbagai cara. Mereka memiliki kemampuan untuk mengkustomisasi berbagai hal, yang menciptakan harapan bahwa preferensi dan keinginan mereka sudah sangat dipahami.
3. Realistis: Dengan pengalaman terorisme menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari dan menghadapi krisis-krisis berat sejak usia dini, Gen Z cenderung memiliki sikap realistis dalam merencanakan masa depan mereka.
4. FOMO (Fear of Missing Out): Gen Z memiliki ketakutan yang besar akan ketinggalan sesuatu. Mereka selalu ingin terlibat dalam tren dan kompetisi terbaru. Namun, ketakutan ini juga membuat mereka khawatir akan tertinggal atau tidak mengikuti arah yang benar.
5. Weconomist: Gen Z tumbuh dalam era ekonomi berbagi, di mana kolaborasi dan penggunaan sumber daya bersama menjadi norma. Mereka menggunakan kekuatan "kami" dalam peran mereka sebagai filantropis, memanfaatkan berbagai sumber daya yang tersedia secara kolektif.

Sehingga dalam uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi tentang maraknya Fenomena Mental Health pada kasus pembullying dikalangan Gen Z yakni dapat berupa dari lingkungan keluarga, sekolah, Faktor kelompok sebaya, Kondisi lingkungan sosial, terutama kemiskinan atau pula melalui tayangan televisi dan media cetak. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental pada remaja lainnya meliputi: Pola Asuh Otoriter, Pola Asuh Permisif, Pengaruh Teman Sebaya, Rasa Syukur.

Dengan demikian, penting bagi orang tua, pendidik, dan masyarakat secara keseluruhan untuk memahami dan mengatasi faktor-faktor ini dalam mendukung kesehatan mental pada remaja. Adapun untuk mengatasi perilaku bullying tersebut, perlu dilakukan penanganan terhadap pelaku atau anak yang melakukan tindakan *bullying*. Adapun bentuk Tindakan penanganannya seperti memperkuat karakter dalam hal pendidikan, pendalaman pendidikan agama, kerja sama tenaga pendidik dalam hal memberikan pemahaman tentang pentingnya faktor yang ditimbulkan oleh perilaku *bullying*, dan pentingnya pengawasan orangtua serta adanya pendekatan psikologis dengan anak. Melalui langkah-langkah ini, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi generasi Z, serta mengurangi kasus-kasus bullying.

Sehingga jika dikaitkan dalam perspektif antropologi hukum kasus bullying dapat disebabkan oleh budaya dalam kehidupan sehari-hari baik para pelaku maupun korban, kasus bullying menunjukkan adanya ketidak teraturan dalam lingkungan sekolah, hukum pada dasarnya menjamin keadilan bagi seluruh rakyat, sehingga hukum dipandang sebagai komponen penting dalam kebudayaan dan keberlangsungan tatanan kehidupan, kasus bullying menimbulkan masalah kesehatan mental bagi para korban yang berarti adanya ketidak wajaran mengenai cara berperilaku dalam masyarakat, antropologi hukum secara khusus mengamati perilaku manusia dalam kaitannya dengan aturan hukum, aturan hukum yang dimaksud tidak hanya terbaats pada hukum normatif, tetapi juga meliputi hukum adat dan juga budaya perilaku manusianya.

Dalam persepektif antropologi, hukum adalah bagian integral dari kebudayaan secara keseluruhan, dan karena itu hukum dipelajari sebagai produk dari interaksi sosial yang dipengaruhi oleh aspek-aspek kebudayaan yang lain, seperti politik, ekonomi, ideologi, religi, dan lain lain. antropologi, hukum adalah bagian integral dari kebudayaan secara keseluruhan, dan karena itu hukum dipelajari sebagai produk dari interaksi sosial yang dipengaruhi oleh aspek-aspek kebudayaan yang lain, seperti politik, ekonomi, ideologi, religi, dan lain lain. dapat disimpulkan bahwa dalam persepektif antropologi hukum kasus pembullying manandakan bahwa adanya ketidak teraturan dalam kehidupan masyarakat, yang menimbulkan banyak permasalahan sosial, hukum sebagai pengendali sosial disini diharapkan dapat memberikan perlindungan bagi korban, serta penanganan bagi pelaku secara adil, dan juga

pemulihan keteraturan dalam masyarakat harus dipulihkan kembali agar terciptanya keamanan serta kerertiban dalam masyarakat, dan menciptakan keadilan hukum sesuai dengan aspek kebudayaan yang dugunakan oleh kekuasaan masyarakat yang teratur dalam mengatur perilaku masyarakat, agar tidak terjadi penyimpangan. serta penyimpangan yang terjadi dapat diperbaiki.

Upaya Yang Dapat Dilakukan Untuk Dapat Mengurangi Tingginya Kasus Mental Health

Tingginya kasus kesehatan mental di Indonesia merujuk pada prevalensi yang signifikan dari masalah kesehatan mental di antara penduduk Indonesia. Istilah ini mencerminkan peningkatan yang berarti dalam jumlah individu yang mengalami gangguan kesehatan mental atau kondisi psikologis yang memengaruhi fungsi kognitif, emosional, dan perilaku mereka. Tingginya kasus kesehatan mental dapat tercermin dalam berbagai kondisi, termasuk depresi, kecemasan, gangguan makan, gangguan tidur, dan gangguan kesehatan mental lainnya. Dalam pembahasan ini lebih spesifik membahas mengenai tentang bullying didefinisikan sebagai perilaku agresif yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang melalui tindakan berulang yang berlangsung sepanjang waktu dengan target individu yang posisinya tidak memungkinkan untuk melakukan perlawanan, bullying sendiri merupakan perilaku yang dilakukan secara sengaja dan meliputi kekuasaan atau kekuatan tidak imbang yang tidak terjadi sekali atau dua kali tetapi beberapa kali, Bullying bisa dilakukan secara langsung dalam bentuk physical bullying (fisik), dan verbal bullying (ancaman, menghina) dan tidak langsung dengan menyebarkan fitnah, pengasingan secara sosial, menyebar rumor untuk merusak hubungan korban. Bullying meliputi tindakan atau ucapan intimidasi yang ditujukan kepada seseorang. Bullying tradisional terjadi ketika siswa pergi dan pulang dari sekolah, di tempat umum dan selama jam pelajaran sekolah Sebagian besar korban traditional bullying duduk di bangku sekolah dasar.

Menangani tingginya kasus masalah kesejahteraan mental akibat pembulian di kalangan Generasi Z melalui perspektif antropologi hukum melibatkan pemahaman dan penanganan masalah ini dengan mempertimbangkan aspek budaya, sosial, dan hukum. Berikut beberapa upaya yang dapat dilakukan:

Pendidikan Hukum dan Etika:

1. Memasukkan materi pendidikan hukum dan etika di sekolah-sekolah untuk meningkatkan pemahaman tentang konsekuensi hukum dari perilaku pembulian.
2. Mendorong dialog dan diskusi di kelas untuk memahami nilai-nilai etika dan norma sosial dalam masyarakat.

Pemberdayaan Komunitas:

1. Membangun program pemberdayaan di tingkat komunitas untuk mendorong kolaborasi antara anggota masyarakat dalam mendukung satu sama lain.
2. Melibatkan tokoh-tokoh masyarakat, seperti pemuka adat atau tokoh agama, untuk memberikan panduan moral dan etika.

Perubahan Budaya dan Norma Sosial:

1. Mendorong perubahan budaya yang menghargai keragaman dan mengurangi stigma terhadap perbedaan.
2. Kampanye publik untuk meningkatkan kesadaran akan dampak mental health dari perilaku pembulian.

Pelibatan Keluarga:

1. Melibatkan keluarga dalam mendukung individu yang mungkin mengalami masalah mental akibat pembulian.
2. Menyediakan sumber daya dan dukungan untuk keluarga yang mungkin tidak menyadari konsekuensi perilaku pembulian terhadap kesejahteraan mental anak-anak mereka.
3. Hal ini juga mustahak. Semangat yang berkobar-kobar dalam jiwa golongan muda memerlukan panduan dan buah pengalaman daripada orang tua. Jurang komunikasi yang wujud antara generasi perlu dirapatkan bagi memastikan setiap ilmu, pengalaman, idea dapat dikongsi bersama dalam melahirkan generasi baru yang lebih dinamik. Kaedah dan cara komunikasi, mendidik dan menyusun generasi Z ini perlu diperhalusi terutama bagi menghadapi revolusi industri

Sistem Hukum yang Responsif:

1. Memastikan bahwa sistem hukum merespons dengan tegas terhadap kasus-kasus pembulian.
2. Mengembangkan kebijakan dan sanksi yang efektif untuk memerangi perilaku pembulian.

Layanan Kesehatan Mental:

1. Menyediakan akses mudah dan terjangkau ke layanan kesehatan mental untuk individu yang membutuhkan.
2. Memperkuat sistem dukungan dan konseling di sekolah dan komunitas.

Kerjasama Lintas-Sektor:

1. Mendorong kerjasama antara sektor pemerintah, swasta, dan nirlaba untuk menyatukan upaya dalam menangani masalah ini.
2. Melibatkan media dan teknologi dalam menyebarkan pesan positif dan edukatif.

Penelitian dan Evaluasi:

1. Mendukung penelitian yang fokus pada pemahaman lebih lanjut tentang hubungan antara pembulian dan kesejahteraan mental.

2. Mengevaluasi efektivitas program-program intervensi dan menyesuaikannya sesuai dengan temuan.

Pemilihan Rekan Sebaya:

Rekan sebaya juga adalah faktor seseorang itu boleh berubah pribadi dan corak pemikirannya. Rakan Sebaya bererti orang pada peringkat yang sama dan tujuan utama remaja adalah menjadi anggota kelompok sebaya tertentu. Ibu bapa dan guru perlu membantu anak-anak dalam menjelaskan dan memilih rakan yang mampu mencorak pemikiran dan akhlak yang murni. Dengan usaha bersama ini, ibu bapa tidak akan risau lagi dengan sebarang aktiviti yang dilakukan anak-anak di luar pengawasan mereka. Justeru, pemilihan rakan sebaya juga amat penting bagi memastikan anak-anak terus dikelilingi dengan suasana yang baik untuk pertumbuhan karakter dan pemikiran.

D. Kesimpulan

Bahwa perilaku bullying tidak terlepas dari adanya suatu faktor yang mempengaruhinya. faktor yang mempengaruhi terhadap Fenomena Mental Health pada Kasus Pembulian tersebut bisa disebabkan dari faktor keluarga, sekolah, kelompok sebaya, kondisi lingkungan sekitar serta tayangan tayangan pada media seperti televisi. adapun upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingginya kasus mental health ini yakni meningkatkan pemahaman tentang konsekuensi hukum dari perilaku pembulian tersebut melakukan pemberdayaan komunitas salah satunya seperti membangun program pemberdayaan ditingkat komunitas untuk mendorong kolaborasi antara anggota masyarakat dalam mendukung satu sama lain, melakukan perubahan budaya dan norma sosial, melibatkan keluarga dalam mendukung individu yang mungkin mengalami masalah mental akibat pembulian, memastikan bahwa sistem hukum merespons dengan tegas terhadap kasus-kasus pembulian, melakukan layanan kesehatan.

Referensi

- Arrahmi Thahir, Fatiha, dkk. (2023). Kesehatan Mental Di Era Generasi Z Dalam Studi Kasus SMP Negeri 36 Medan. *Jurnal Media Akademik (JMA)*. Vol. 1. No. 1. 223-231.
- Dewi, K. S. (2012). *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Semarang: UPT UNDIP Press
- Handayani, Eka Sri. (2022). *Kesehatan Mental*. Banjarmasin. Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin.
- Ivan, Muhammad, dkk. (2020). *Bunga Rampai: Pendidikan Dan Human Capital*. Jakarta. PT. Rajawali Buana Pusaka.

- Oliver Pruba, David. (2023). Siswi SMA di Bengkulu 2 Tahun Di-"bully" Guru dan Teman Sekelas, Korban Takut ke Sekolah. Diakses pada 25 Februari 2024. Dari https://regional.kompas.com/read/2023/08/01/175048778/siswi-sma-di-bengkulu-2-tahun-di-bully-guru-dan-teman-sekelas-korban-takut?lgn_method=google
- Rahmawaty Fetty, dkk. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Surya Medika (JSM)*. Vol. 8 No. 3. 276 - 281.
- Setiawan, Fajar. (2018). Dampak Perilaku Bullying Terhadap Kehidupan Sosial Siswa Sekolah Dasar Di Kecamatan Driyorejo Kabupaten Gresik. *Jurnal Inventa Vol II*. No. 1. 87-92.
- Suci Darma Jelita, Nabilla, dkk. (2021). Dampak Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Anak. *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan Volume 11*. No.2. 233-240.
- Tim detikEdu. (2024). 17 Juta Remaja Indonesia Memiliki Masalah Mental, Ternyata Ini Penyebabnya. Diakses pada 25 Februari 2024. Dari <https://www.detik.com/sumut/berita/d-7151847/17-juta-remaja-indonesia-memiliki-masalah-mental-ternyata-ini-penyebabnya/amp>
- Veno Dwi Krisnanda, Fijriani Fijriani, Wibowo Hariyanto. (2021). Fenomena Perilaku Bullyin di Sekolah. *Jurnal Orien Cakrawala Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*. Vol. 1 No. 2. 158-162.
- Wahyi Sholihah Erdah Suswati, M. E. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*. Vol. 11, No. 3. 538-540.
- Zakiah, Ela Zain, dkk. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian & PPM Vol 4*, No: 2. 129 - 389.