

Hubungan Bullying Dengan Resiko Bunuh Diri Pada Remaja Di SMA Negeri 3 Pekanbaru

Chanda Natalya¹, Yeni Devita², Rina Herniyanti³, Fitri Erlyn⁴

¹²³⁴Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email Penulis Korespondensi: chandanatalya7@email.com

Article History:

Received Feb 24th, 2026

Accepted Apr 11st, 2026

Publish Apr 16th, 2026

Abstrak

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan, baik secara fisik, verbal, relasional, maupun melalui media digital, yang dapat berdampak serius terhadap kesehatan mental remaja. Salah satu dampak psikologis yang paling berat dari bullying adalah meningkatnya risiko bunuh diri. Remaja sebagai kelompok usia transisi sangat rentan mengalami tekanan emosional, perasaan tidak berharga, depresi, dan keputusan akibat pengalaman bullying di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan bullying dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMA Negeri 3 Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan rancangan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 322 siswa SMA Negeri 3 Pekanbaru yang dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner bullying dan kuesioner risiko bunuh diri yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami bullying pada kategori sedang hingga tinggi, dengan tingkat risiko bunuh diri yang bervariasi. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak, yang menandakan adanya hubungan yang signifikan antara bullying dengan risiko bunuh diri pada remaja. Semakin tinggi tingkat bullying yang dialami, semakin tinggi pula risiko bunuh diri yang dimiliki responden. Disimpulkan bahwa bullying berhubungan secara signifikan dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMA Negeri 3 Pekanbaru. Oleh karena itu, diperlukan upaya pencegahan bullying serta deteksi dini risiko bunuh diri melalui peran aktif sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan, khususnya perawat.

Kata Kunci : *bullying*, risiko bunuh diri, remaja, kesehatan mental.

Abstract

Bullying is an aggressive behavior carried out intentionally and repeatedly, characterized by an imbalance of power, whether in physical, verbal, relational, or digital forms, which can have serious consequences for adolescents' mental health. One of the most severe psychological impacts of bullying is an increased risk of suicide. Adolescents, as a transitional age group, are particularly vulnerable to emotional distress, feelings of worthlessness, depression, and hopelessness resulting from bullying experiences in the school environment. This study aimed to examine the relationship between bullying and suicide risk among adolescents at SMA Negeri 3 Pekanbaru. This study employed a quantitative research design with a correlational approach and a cross-sectional method. The sample consisted of 322 students of SMA Negeri 3 Pekanbaru, selected using stratified random sampling. Data were collected using a bullying questionnaire and a suicide risk questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted through univariate and bivariate analyses using the Chi-Square test. The results showed that most respondents experienced bullying at moderate to high levels, with varying levels of suicide risk. The Chi-Square test yielded a p-value of less than 0.05, leading to the rejection of the null hypothesis, indicating a statistically significant relationship between bullying and suicide risk among adolescents. Higher levels of bullying exposure were associated with a greater risk of suicidal thoughts and behaviors. It can be concluded that bullying is significantly associated with suicide risk among adolescents at SMA Negeri 3 Pekanbaru. Therefore,

comprehensive bullying prevention efforts and early detection of suicide risk are essential through the active involvement of schools, families, and health professionals, particularly nurses. Future studies are recommended to include additional variables such as social support and mental health factors, as well as larger sample sizes, to enhance the generalizability of the findings.

Keyword : *bullying, suicide risk, adolescents, mental health.*

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan proses pencarian identitas diri serta perubahan fisik, psikologis, sosial, dan emosional [1]. Pada masa transisi ini, remaja cenderung mudah dipengaruhi oleh lingkungan sehingga rentan mengalami kebingungan, kecemasan, dan tekanan psikososial. Masa remaja menjadi periode yang krusial karena sangat menentukan tingkat kematangan individu di masa dewasa [2].

Secara global, jumlah remaja mencapai sekitar 1,2 miliar atau 16% dari populasi dunia (UNICEF, 2019). Di Indonesia terdapat sekitar 64,19 juta remaja, dengan proporsi yang hampir seimbang antara laki-laki dan perempuan. Besarnya populasi remaja ini berimplikasi pada meningkatnya potensi munculnya berbagai permasalahan sosial, salah satunya adalah perilaku bullying (Anggraeni et al., 2022).

Indonesia termasuk salah satu negara dengan tingkat bullying tertinggi di kawasan Asia. Berbagai laporan menunjukkan bahwa sebagian besar remaja pernah mengalami bentuk perundungan, baik secara verbal, fisik, sosial, maupun melalui media digital (cyberbullying). Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dengan tujuan menyakiti individu lain dalam kondisi ketidakseimbangan kekuatan. Perilaku ini tidak hanya merugikan korban secara fisik, tetapi juga berdampak serius pada kesehatan mental [4].

Dampak bullying antara lain rendahnya harga diri, stres, depresi, kecemasan, hingga munculnya ide dan perilaku bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa korban bullying memiliki risiko dua hingga tiga kali lebih besar mengalami pemikiran bunuh diri dibandingkan remaja yang tidak mengalami bullying. Selain itu, faktor keluarga, lingkungan sekolah, serta karakteristik kepribadian turut memengaruhi terjadinya bullying dan risiko bunuh diri [5].

Survei awal di SMA Negeri 3 Pekanbaru menunjukkan bahwa sebagian besar siswa pernah mengalami bullying dalam berbagai bentuk. Kondisi ini mengindikasikan bahwa bullying masih menjadi masalah nyata di lingkungan sekolah dan berpotensi meningkatkan risiko bunuh diri pada remaja. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara bullying dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMA Negeri 3 Pekanbaru sebagai dasar dalam perumusan strategi pencegahan dan intervensi kesehatan mental di lingkungan sekolah.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan metode cross sectional. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara bullying dan risiko bunuh diri pada remaja. Variabel independen dalam penelitian ini adalah bullying, sedangkan variabel dependen adalah risiko bunuh diri. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 3 Pekanbaru, Provinsi Riau, pada bulan September hingga Desember 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X, XI, dan XII dengan jumlah 1.302 siswa. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 306 responden. Untuk

mengantisipasi drop out, jumlah sampel ditambah 5% sehingga total sampel menjadi 322 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah stratified random sampling untuk memastikan keterwakilan setiap tingkat kelas.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen, yaitu kuesioner bullying yang dikembangkan oleh Cahyono (2019) yang terdiri dari 10 butir pertanyaan, serta Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) yang terdiri dari 4 butir pertanyaan untuk mengukur risiko bunuh diri. Skor bullying dikategorikan menjadi rendah (<24), sedang (24–38), dan tinggi (>38), sedangkan risiko bunuh diri dikategorikan menjadi rendah (<7) dan tinggi (≥ 7). Analisis data dilakukan melalui analisis univariat menggunakan statistik deskriptif dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square (χ^2) untuk mengetahui hubungan antara bullying dan risiko bunuh diri. Penelitian ini telah memenuhi prinsip etika penelitian yang meliputi respect for persons, beneficence, non-maleficence, dan justice.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Pada penelitian ini disajikan hasil penelitian mengenai “Hubungan Bullying Dengan Resiko Bunuh Diri Pada Remaja Di SMA Negeri 3 Pekanbaru”.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMA Negeri 3 Pekanbaru

No	Variabel	Frekuensi	Persentase
1	Jenis Kelamin		
	Perempuan	206	64%
	Laki-laki	116	36%
Total		322	100%
2	Usia		
	Remaja Awal (16-24 tahun)	178	55,3%
	Remaja Akhir (17-25 tahun)	144	44,7%
Total		322	100%
3	Kelas		
	1 SMA	113	35,1%
	2 SMA	85	26,4%
	3 SMA	124	28,5%
Total		322	100%

Berdasarkan Tabel 1.1 dapat diketahui lebih dari separuh responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 206 orang (64%), lebih dari separuh responden dengan usia rentang antara 16-24 tahun yaitu sebanyak 178 orang (55,3%), dan diketahui hampir dari separuh responden merupakan siswa kelas 3 SMA yaitu sebanyak 124 orang (38,5%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Bullying & Resiko Bunuh Diri di SMA Negeri 3 Pekanbaru

No	Variabel	Frekuensi	Persentase
1	Bullying		
	Tinggi	3	0,9%
	Sedang	114	35,3%
	Rendah	205	63,7%

	Total	322	100%
2	Resiko Bunuh Diri		
	Tinggi	99	30,7%
	Rendah	223	69,3%
	Total	322	100%
3	Kelas		
	1 SMA	113	35,1%
	2 SMA	85	26,4%
	3 SMA	124	28,5%
	Total	322	100%

Berdasarkan Tabel 1.1 dapat diketahui lebih dari separuh responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 206 orang (64%), lebih dari separuh responden dengan usia rentang

Tabel 3. Analisis Hubungan Bullying Dengan Resiko Bunuh Diri Pada Remaja Di SMA Negeri 3 Pekanbaru

Resiko Bunuh Diri						
Rendah		Tinggi		Total	<i>P Value</i>	
n	%	n	%	n	%	
0	0,0%	3	0,9%	3	0,9%	0,000
56	17,4%	58	18,0%	114	35,4%	
167	51,9%	38	11,8%	205	63,7%	
Total	223	69,3%	99	30,7%	322	100%

Berdasarkan Tabel 1.3 diketahui dari 3 orang dengan bullying kategori tinggi didapatkan resiko bunuh diri tinggi sebanyak 3 orang dan resiko bunuh diri rendah sebanyak 0. Dari 114 orang dengan bullying kategori sedang didapatkan resiko bunuh diri tinggi sebanyak 58 orang dan resiko bunuh diri rendah sebanyak 56 orang. Dari 205 orang dengan bullying kategori rendah didapatkan resiko bunuh diri tinggi sebanyak 38 orang dan resiko bunuh diri rendah sebanyak 167 orang.

Hasil uji chi- square didapatkan nilai p value= 0.000<0.05, maka H0 gagal ditolak sehingga disimpulkan bahwa ada terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan bullying dengan resiko bunuh diri pada remaja di SMA Negeri 3 Pekanbaru.

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Negeri 3 Pekanbaru, lebih dari separuh responden berjenis kelamin perempuan (64%), sedangkan responden laki-laki sebesar 36%. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan partisipasi berdasarkan jenis kelamin dalam penelitian yang berkaitan dengan bullying dan risiko bunuh diri pada remaja. Secara teoritis, jenis kelamin memengaruhi perkembangan psikososial serta cara individu merespons stresor sosial, di mana remaja perempuan cenderung lebih sensitif secara emosional dan lebih terbuka dalam mengekspresikan pengalaman psikologis, termasuk ide bunuh diri (Hurlock, 2019; WHO, 2023). Temuan ini sejalan dengan penelitian Titin et al. (2023) dan Syamsul et al. (2024) yang menyatakan bahwa remaja perempuan lebih rentan terhadap viktimisasi bullying dan peningkatan risiko bunuh diri. Dominannya responden perempuan dalam penelitian ini diduga dipengaruhi oleh tingkat

keterbukaan dan kooperativitas yang lebih tinggi dalam mengungkapkan pengalaman pribadi.

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Negeri 3 Pekanbaru, hampir separuh responden berasal dari kelas III SMA (38,5%), sehingga proporsi terbesar berada pada kelas akhir. Secara teoritis, tingkat pendidikan mencerminkan tahapan perkembangan kognitif dan psikososial remaja, di mana siswa kelas yang lebih tinggi menghadapi tuntutan akademik, sosial, dan emosional yang lebih kompleks. Kondisi ini dapat meningkatkan kerentanan psikologis remaja, terutama bila disertai pengalaman bullying yang berpotensi memicu stres hingga ide bunuh diri (World Health Organization, 2023). Temuan ini sejalan dengan penelitian Syamsul et al. (2024) dan Titin et al. (2023) yang menyatakan bahwa tekanan akademik dan lingkungan sekolah berperan dalam memperkuat dampak bullying terhadap kesehatan mental remaja, khususnya pada siswa kelas akhir. Dominannya responden kelas III dalam penelitian ini diduga berkaitan dengan tingkat kedewasaan kognitif serta tekanan akademik dan sosial yang lebih tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Negeri 3 Pekanbaru, lebih dari separuh responden berada pada tingkat bullying rendah (63,7%), menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami bullying dalam tingkat berat, meskipun masih terdapat proporsi yang mengalami bullying tingkat sedang. Secara teoritis, bullying merupakan perilaku agresif berulang yang melibatkan ketidakseimbangan kekuatan dan dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan mental remaja, termasuk stres, kecemasan, depresi, dan ide bunuh diri, terutama pada remaja dengan mekanisme koping yang belum matang (World Health Organization, 2023). Temuan ini sejalan dengan penelitian Titin et al., (2023) dan Syamsul et al. (2024) yang menyatakan bahwa bullying, meskipun tidak selalu berada pada kategori tinggi, tetap berkontribusi terhadap peningkatan risiko gangguan kesehatan mental dan perilaku bunuh diri. Dominannya responden pada kategori bullying rendah diduga dipengaruhi oleh upaya pencegahan di lingkungan sekolah, namun masih ditemukannya kasus bullying tingkat sedang dan tinggi menunjukkan perlunya upaya deteksi dan intervensi berkelanjutan. Berdasarkan hasil penelitian di SMA Negeri 3 Pekanbaru, lebih dari separuh responden berada pada kategori risiko bunuh diri rendah (69,3%), namun masih terdapat proporsi remaja dengan risiko bunuh diri tinggi yang memerlukan perhatian dan intervensi. Secara teoritis, risiko bunuh diri pada remaja dipengaruhi oleh interaksi faktor biologis, psikologis, dan sosial, di mana tekanan emosional berkepanjangan, kesulitan hubungan sosial, serta ketidakmampuan mengelola stres meningkatkan kerentanan terhadap ide bunuh diri (Nock, 2021). Temuan ini sejalan dengan penelitian Taliaferro dan Muehlenkamp (2020) serta Hawton et al. (2021) yang menunjukkan bahwa tekanan psikososial dan pengalaman negatif di lingkungan sosial berperan dalam peningkatan risiko bunuh diri pada remaja, terutama ketika dukungan sosial rendah. Masih ditemukannya responden dengan risiko tinggi dalam penelitian ini diduga berkaitan dengan rendahnya keterampilan koping, kurangnya dukungan emosional, serta tekanan akademik dan sosial yang dialami secara bersamaan.

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square, diperoleh nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat bullying dengan risiko bunuh diri pada remaja. Secara teoritis, bullying yang terjadi secara berulang bersifat kumulatif dan dapat melemahkan mekanisme koping, menurunkan harga diri, serta meningkatkan tekanan psikologis seperti stres, kecemasan, dan depresi, yang pada akhirnya memperbesar kerentanan terhadap ide maupun perilaku bunuh diri (Titin et al., 2023; Taliaferro & Muehlenkamp, 2020; Hawton et al., 2021). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa bullying tinggi secara konsisten berkaitan dengan peningkatan risiko bunuh diri pada remaja. Hubungan signifikan dalam penelitian ini diduga dipengaruhi oleh dampak psikologis bullying yang bersifat akumulatif serta minimnya dukungan sosial, sehingga diperlukan upaya pencegahan dan intervensi dini melalui penguatan dukungan sosial dan literasi kesehatan mental di

lingkungan sekolah.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara bullying dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMA Negeri 3 Pekanbaru, yang dibuktikan melalui hasil uji statistik dengan nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Karakteristik responden didominasi oleh remaja perempuan, berada pada kategori usia remaja awal, serta sebagian besar merupakan siswa kelas III SMA. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden berada pada kategori tingkat bullying dan risiko bunuh diri rendah, masih terdapat remaja yang mengalami bullying pada tingkat sedang hingga tinggi serta memiliki risiko bunuh diri yang tinggi. Temuan ini menegaskan bahwa remaja yang mengalami bullying pada tingkat sedang hingga tinggi cenderung memiliki risiko bunuh diri yang lebih besar dibandingkan dengan remaja yang mengalami bullying pada tingkat rendah, sehingga bullying merupakan faktor penting yang perlu mendapat perhatian dalam upaya pencegahan risiko bunuh diri pada remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian dan penulisan manuskrip ini. Secara khusus, penulis menyampaikan apresiasi kepada pihak SMA Negeri 3 Pekanbaru yang telah memberikan izin dan fasilitas selama proses pengumpulan data. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, dan masukan yang sangat berarti dalam penyusunan penelitian ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada IKes Payung Negeri Pekanbaru sebagai institusi afiliasi yang telah memberikan dukungan akademik. Terakhir, penulis mengapresiasi seluruh responden yang telah berpartisipasi secara kooperatif sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. M. Subekti, D. K. Prasetyanti, and A. N. Nikmah, "Gambarann Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Dalam Menghadapi Pubertas Pada Remaja," *J. Mahasiswa Kesehat.*, vol. 1, no. 2, 2020.
- [2] Rahmawati and D. A. V. Ghasya, "Jurnal dunia pendidikan," *J. Dunia Pendidik.*, vol. 3, no. November, pp. 1658–1668, 2024, [Online]. Available: <http://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/2083>
- [3] K. Rizky Anggraeni, R. Lubis, and P. Azzahror, "jurnal PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP," *Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetah. Dan Sikapremaja Awal Tentang Kesehat. Reproduksi*, vol. 5, no. 1, pp. 109–120, 2022.
- [4] I. Nurfaniza and M. Margaret, "Fenomena Korban Bullying Sekolah Dasar Negeri X di Wilayah Karang Tengah," *Ranah Res. J. Multidiscip. Res. Dev.*, vol. 6, no. 4, pp. 942–952, 2024, doi: 10.38035/rrj.v6i4.900.
- [5] I. M. Tandiono, F. I. R. Dewi, and N. Soetikno, "Ide Bunuh Diri pada Remaja Korban Perundungan:," *J. Psikol.*, vol. 13, no. 2, pp. 156–172, 2020.
- [6] S. Titin *et al.*, "KEJADIAN BULLYING DENGAN PERILAKU PERCOBAAN BUNUH

- DIRI PADA REMAJA : LITERATUR REVIEW Titin,” no. 1, pp. 177–190, 2023.
- [7] T. Damayanty Syamsul, K. Karim, D. Rejeki Utami, and E. Safidni, “Hubungan Antara Bullying dengan Kejadian Bunuh Diri Dikalangan Remaja : Kajian Literatur Review,” *J. Omi. Adpertisi*, vol. 3, no. 2, pp. 24–29, 2024, [Online]. Available: <https://jurnal.adpertisi.or.id/index.php/joa>