

Strategi Pembinaan Kesehatan Mental di Panti Asuhan Kristen dalam Menghadapi Fenomena Perundungan

Yustinus

Sekolah Tinggi Teologi Bethel The Way, Jakarta

Correspondence: yustinus2011@gmail.com

Abstract

Mental illness due to bullying in schools, which is rampant these days, has a profound impact on the growth and development of children. However, this problem has received less attention, and there is less awareness of the importance of mental health development in Christian orphanages. This study aims to raise awareness of the importance of mental health development and develop Christian values-based strategies to address bullying in schools. A qualitative method with a literature study approach focuses on collecting and analyzing data related to bullying and identifying relevant literature to inform mental health development. The research findings succeeded in summarizing five steps of mental health development strategies related to bullying in schools, namely equipping themselves with mental health literacy, provision of Christian religious knowledge, embracing the school through BK (Guidance and Counseling) teachers, open communication between mentor and orphanage children, and coaching through teleconference technology by experts. The urgency of the research lies in the increasing cases of bullying in schools and the lack of comprehensive treatment in Christian orphanages.

Keywords: bullying; Christian orphanage; mental health; mental illness; mental health development

Abstrak

Fenomena *mental illness* yang disebabkan oleh perilaku perundungan di sekolah berdampak serius pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun, permasalahan ini kurang mendapat perhatian dan kesadaran akan pentingnya pembinaan kesehatan mental di panti asuhan Kristen. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya pembinaan kesehatan mental, serta mengembangkan strategi berbasis nilai-nilai Kristen dalam menghadapi perundungan di sekolah. Melalui metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur, berfokus pada mengumpulkan dan menganalisis data-data terkait perundungan, serta mencari acuan dalam menerapkan langkah-langkah bagi pembinaan kesehatan mental. Temuan penelitian berhasil merangkum lima langkah strategi pembinaan kesehatan mental terkait perundungan di sekolah, yakni memperlengkapi diri dengan literasi kesehatan mental, pembekalan pengetahuan agama Kristen, merangkul pihak sekolah melalui guru BK (Bimbingan dan Konseling), adanya komunikasi yang terbuka antara pembina dengan anak-anak panti asuhan, dan pembinaan melalui teknologi teleconference oleh tenaga ahli. Urgensi penelitian terletak pada meningkatnya kasus perundungan di sekolah dan kurangnya penanganan komprehensif di panti asuhan Kristen.

Kata Kunci: kesehatan mental; panti asuhan Kristen; perundungan; pembinaan kesehatan mental

PENDAHULUAN

Kesehatan mental dipandang sebagai kemampuan seseorang untuk ber-fungsi dan memanfaatkan peluang yang ada dengan baik, dan untuk berpartisipasi penuh dengan keluarga, tempat kerja dan dalam masyarakat.¹ *The Society for Health Education and Promotion Specialist* (SHEPS), menganggap bahwa kesehatan mental melibatkan perasaan positif pada diri sendiri dan orang lain yang dipengaruhi oleh faktor biologis, sosial, psikologis, dan lingkungan sekitarnya.² Penjelasan tersebut menggambarkan bahwa masalah kesehatan mental dipengaruhi oleh banyak faktor. Oleh karena itu, perhatian terhadap masalah kesehatan mental harus menjadi prioritas, terutama bagi anak-anak yang masih dalam tahap perkembangan.

Kesehatan mental anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat ia bertumbuh dan berkembang. Perubahan dalam pola pikir, emosi, dan perilaku yang tidak wajar dapat menjadi indikasi gangguan kesehatan mental (*mental illness*).³ Penelitian Hanifah et al., menunjukkan bahwa lebih dari 250 juta anak di bawah usia lima tahun di negara berpenghasilan rendah berisiko mengalami hambatan perkembangan yang signifikan. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan RI mencatat bahwa pada tahun 2018, gangguan mental emosional pada anak mencapai 9,8%. Data ini belum mencakup remaja dan orang dewasa, sehingga jumlah sebenarnya dapat lebih tinggi.⁴ Tingginya angka ini menegaskan pentingnya perhatian dini terhadap kesehatan mental anak.

Data tersebut menegaskan perlunya perhatian khusus terhadap anak, baik dalam pola asuh di rumah maupun lingkungan sekolah. Faktor lingkungan pergaulan di sekolah berperan sangat signifikan di masa pendidikan anak.⁵ Meskipun sekolah memiliki peran penting dalam pendidikan anak, institusi ini bukanlah pengganti keluarga dalam memberikan dukungan emosional secara personal. Oleh karena itu, peran orang tua dan pengasuh, termasuk di dalamnya pengasuh di panti asuhan Kristen, menjadi sangat krusial dalam memastikan anak mendapatkan dukungan emosional dan pendidikan yang holistik. Sinergi antara keluarga, sekolah, dan lingkungan asuh yang kondusif akan berkontribusi signifikan dalam membentuk perkembangan anak secara optimal.

Di panti asuhan Kristen, perhatian terhadap kesehatan mental anak menjadi semakin krusial, karena anak-anak asuh sering kali berasal dari latar belakang yang penuh trauma, seperti kehilangan orang tua, perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, atau kemiskinan. Guiney menilai bahwa anak-anak yang tidak mendapatkan kasih sayang dari orang tua akan sangat membutuhkan kasih dan perhatian dari orang lain.⁶ Latar belakang orang tua tunggal, perceraian, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), anak yang dibuang atau ditolak, kemiskinan dan lainnya menjadi tantangan tersendiri bagi

¹ Graham Thornicroft, Tanya Deb, and Claire Henderson, "Community Mental Health Care Worldwide: Current Status and Further Developments," *World Psychiatry* 15, no. 3 (October 2016): 276–86, <https://doi.org/10.1002/WPS.20349>.

² Dinesh Bhugra, Alex Till, and Norman Sartorius, "What Is Mental Health?," *The International Journal of Social Psychiatry* 59, no. 1 (2013): 3–4, <https://doi.org/10.1177/0020764012463315>.

³ Peggy A. Thoits, "Self-Labeling Processes in Mental Illness: The Role of Emotional Deviance," *American Journal of Sociology* 91, no. 2 (September 1985): 221–49, <https://doi.org/10.1086/228276>.

⁴ Lilik Hanifah et al., "Skrining Kesehatan Mental Pada Anak: Scoping Review," *Jurnal Kebidanan Indonesia* 16, no. 1 (January 2025): 180–97, <https://doi.org/10.36419/JKI.V16I1.1319>.

⁵ Gerd Schulte-Körne, "Mental Health Problems in a School Setting in Children and Adolescents," *Deutsches Ärzteblatt International* 113, no. 11 (March 2016): 183, <https://doi.org/10.3238/ARZTEBL.2016.0183>.

⁶ Tess Guiney, "'Hug-an-Orphan Vacations': 'Love' and Emotion in Orphanage Tourism," *The Geographical Journal* 184, no. 2 (June 2018): 125–37, <https://doi.org/10.1111/GEOJ.12218>.

pembina panti dalam pembinaan kesehatan mental pada anak asuhnya. Salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh anak-anak di panti asuhan adalah perundungan di sekolah, yang dapat berdampak serius terhadap kesehatan mental anak. Dieter Wolke dan Suzet Tanya menggunakan pandangan Olweus untuk mendefinisikan perundungan sebagai penyalahgunaan kekuasaan atau kekuatan secara sistematis dan merupakan perilaku agresif dengan tindakan menyakiti yang disengaja.⁷

Perundungan adalah fenomena kompleks dan heterogen yang secara langsung memengaruhi ratusan juta orang setiap tahun.⁸ Permasalahan perundungan di sekolah sering muncul secara berkala dan menjadi topik hangat dalam masyarakat. Perundungan di sekolah bisa dilakukan secara kelompok maupun perorangan, yang secara individual cenderung lebih banyak terjadi dan tidak terekspos. Melalui tindakan perundungan, seorang anak bisa dilukai baik secara fisik maupun secara mental. Kasus perundungan di Binus School Serpong pada Februari 2024, yang mengakibatkan korban mengalami luka fisik dan trauma psikologis, menjadi salah satu contoh nyata dampak buruk perundungan.⁹ Melihat tingginya kasus perundungan dan dampaknya terhadap kesehatan mental anak-anak, panti asuhan Kristen harus memiliki strategi pembinaan mental yang efektif. Pembinaan ini bertujuan tidak hanya untuk pemulihan korban, tetapi juga untuk mencegah anak-anak mengalami atau menjadi pelaku perundungan. Menurut Putu Dian, Irene Nany dan Moh Hasbullah, gangguan kesehatan mental generasi muda masih merupakan tantangan besar di seluruh dunia, termasuk di Indonesia.¹⁰ Oleh karena itu, upaya intervensi harus dilakukan sejak dini.

Penelitian sebelumnya oleh Murnitasari et al, mengenai pembinaan kesehatan mental di panti asuhan lebih banyak berfokus pada pengaruh teknologi terhadap kesehatan mental anak-anak generasi Z.¹¹ Selanjutnya, tulisan Annisa Artanti, berfokus pada kasus perundungan anak usia 0-6 tahun yang terjadi di Panti Asuhan Ar-Rahim, kota Pekanbaru.¹² Penelitian serupa lainnya lebih mengarah kepada institusi pendidikan, yakni di sekolah,¹³ PAUD,¹⁴ dan pesantren.¹⁵ Sejauh ini penulis belum menemukan penelitian mengenai pembinaan kesehatan mental yang khusus ditujukan bagi panti

⁷ Dieter Wolke and Suzet Tanya, "What Is Perundungan? A Theoretical Redefinition," *BMJ Journals* 100, no. 9 (December 2015): 327–43, <https://doi.org/10.1016/J.DR.2014.09.001>.

⁸ Dieter Wolke and Suzet Tanya Lereya, "Long-Term Effects of Perundungan," *BMJ Journals* 100, no. 9 (2015): 879–85, <https://doi.org/10.1136/ARCHDISCHILD-2014-306667>.

⁹ Diyan Fitry Mayang Sary, "Analisis Respon Binus Serpong Terhadap Kasus Bulliying Studi Kasus Kompas.Com Dan Viva.Com," *Jurnal Ilmu Komunikasi UHO* 9, no. 3 (2024): 698–712.

¹⁰ Putu Dian Danayanti Degeng, Irene Nany Kusumawardani, and Moh Hasbullah Isnaini, "Peningkatan Mental Health Dan Well-Being Bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris Fib-Ub Pada Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Gramaswara* 2, no. 2 (2022): 1–12, <https://doi.org/10.21776/ub.gramaswara.2022.002.02.01>.

¹¹ Ayu Mustika Murnitasari et al., "Membangun Kekuatan Mental Pada Gen Z Di Era Digital Di Panti Baitul Walad Samarinda," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia* 4, no. 1 (2024): 183–91, <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.2089>.

¹² Annisa Artanti and Ria Novianti, "Analisis Perundungan Pada Anak Panti Asuhan Usia 0-6 Tahun Di Panti Asuhan Ar-Rahim Pekanbaru," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5, no. 2 (2021): 2848–57.

¹³ Sapariah Anggraini and Selly Kresna Dewi, "Edukasi Remaja Tentang Pengenalan Jenis Perilaku Perundungan Di Sekolah Melalui Metode Role Plays," *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 19, no. 1 (2023): 83–92, <https://doi.org/10.20414/transformasi.v19i1.6880>.

¹⁴ Ayuni Despa, "Pencegahan Perundungan Dalam Pendidikan Anak Usia Dini," *Journal of Education Research* 2, no. 3 (2021): 93–100.

¹⁵ Mokhammad Miptakhul Ulum, "Sirkulasi Sosiologis Dan Psikologis Dalam Fenomena Perundungan Di Pesantren," *Islamic Review: Jurnal Riset Dan Kajian Keislaman* 10, no. 2 (2021): 191–204, <https://doi.org/10.35878/islamicreview.v10i2.285>.

asuhan Kristen terkait masalah perundungan di sekolah. Dengan demikian, topik bahasan ini merupakan sebuah kebaruan dalam penelitian ini.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya pembinaan kesehatan mental, serta mengembangkan strategi berbasis nilai-nilai Kristen dalam menghadapi perundungan di sekolah. Strategi yang diusulkan mencakup lima langkah utama: (1) meningkatkan literasi kesehatan mental, (2) memperkuat pendidikan agama Kristen di panti asuhan, (3) bekerja sama dengan guru bimbingan konseling (BK) di sekolah, (4) membangun komunikasi terbuka antara pembina dan anak asuh, serta (5) memanfaatkan teknologi teleconference dalam pembinaan kesehatan mental. Urgensi penelitian ini terletak pada meningkatnya kasus perundungan di sekolah dan kurangnya penanganan komprehensif di panti asuhan Kristen, sehingga diperlukan pendekatan yang sistematis dan berbasis nilai moral untuk melindungi serta membina anak-anak asuh secara holistik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur. Langkah-langkah berfokus pada pengumpulan data-data pustaka dari berbagai jurnal kompeten yang terkait bahasan dalam tulisan ini. Peneliti mengumpulkan semua materi bertopik perundungan di sekolah sebagai bahan dasar kajian yang kemudian menjadi acuan dalam menerapkan langkah-langkah bagi pembinaan kesehatan mental. Kemudian terkait nilai moral Kristen, penulis melakukan penyelidikan atas ayat-ayat Alkitab yang menyangkut kasus perundungan yang terjadi pada Yesus dengan tujuan menggali nilai moral yang muncul dari karakter Yesus untuk dijadikan teladan dalam pembinaan kesehatan mental bagi anak-anak di panti asuhan Kristen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perundungan di Sekolah

Perundungan merupakan perilaku agresif yang disengaja dan dilakukan secara berulang terhadap individu yang lebih lemah. Bentuknya dapat berupa intimidasi, pelecehan, pemalakan, serta tindakan verbal atau fisik yang bertujuan untuk merendahkan korban. Tindakan perundungan biasanya terencana dan berulang dari yang kuat terhadap yang lemah demi sebuah kepuasan maupun keuntungan tertentu dari korban.¹⁶ Dalam banyak kasus, perundungan terjadi akibat perbedaan kekuatan fisik, status sosial, atau faktor psikologis lainnya. Pada umumnya, guru memandang perilaku perundungan yang terjadi adalah kenakalan siswa biasa yang tidak berdampak negatif.¹⁷ Selain itu, umumnya korban perundungan tidak melaporkan kejadian yang ada kepada guru karena takut terkena perundungan kembali.¹⁸ Perasaan malu karena tidak mampu membalas adalah alasan lain korban untuk menutup mulut. Perundungan bukan

¹⁶ V. G. Carter, B. B., & Spencer, "The Fear Factor: Perundungan and Students with Disabilities," *International Journal of Special Education* 21, no. 1 (2006): 11–23.

¹⁷ Heti Novita Sari et al., "Perilaku Perundungan Yang Menyimpang Dari Nilai Pancasila Pada Siswa Sekolah," *Jurnal Kewarganegaraan* 6, no. 1 (2022): 2095–2102.

¹⁸ Rana Sampson, *Perundungan in Schools* (U.S. Department of Justice Publications and Materials, 2009), 12.

sekadar kenakalan, tetapi masalah serius yang memerlukan perhatian dan tindakan nyata dari semua pihak.

Berbagai faktor dapat mendorong seseorang untuk melakukan perundungan. Menurut Astuti, yang dikutip oleh Afriani dan Afrinaldi menyatakan bahwa faktor-faktor pendorong seseorang siswa melakukan perundungan adalah perbedaan tingkat kelas di sekolah, tradisi senioritas yang sudah tercipta, keluarga siswa yang tidak harmonis, situasi sekolah yang tidak membangun, karakter siswa itu sendiri, dan pandangan atau nilai yang salah atas perilaku korban.¹⁹ Di sini terlihat bahwa perundungan didasari oleh adanya perbedaan atau keragaman yang tidak bisa diterima oleh pelaku bully.²⁰ Sementara, pandangan Hoover yang dikutip Simbolon, menyebutkan karakter kepribadian anak, pengalaman kekerasan masa lalu dan sikap dimanjakan orang tua yang berlebihan menjadi faktor utama munculnya sikap perundungan kepada orang lain.²¹ Prasetyo, dalam penelitiannya menjelaskan bahwa terjadinya perundungan disebabkan oleh kekuatan yang tidak seimbang antara pelaku perundungan dan korban. Ukuran fisik, status sosial keluarga, pergaulan yang luas dan sifat yang suka mengganggu atau menyerang menjadi faktor ketidakseimbangan tersebut.²² Dengan demikian, guru di sekolah bisa menjadikan beberapa faktor ketidakseimbangan tersebut sebagai salah satu tuntunan dalam melakukan pengawasan di lingkungan sekolah agar tidak terjadi perundungan sekaligus sebagai tindakan preventif sekolah.

Dari tindakannya, perundungan bisa dalam bentuk verbal seperti tindakan menghina, mengejek, memaki, menggoda bahkan mengancam.²³ Perundungan verbal merupakan jenis perundungan yang paling banyak terjadi karena dipandang lebih mudah untuk menekan atau menghina pihak lawan. Tindakan perundungan verbal ini akan meluas kepada jenis perundungan lainnya jika tidak dihentikan. Dampak perkataan perundungan yang dilontarkan akan melukai citra diri seseorang dan bisa menimbulkan kecemasan bahkan depresi berat. Berdasarkan jejak pendapat yang dibuat Goodstats, perundungan verbal merupakan jenis perundungan yang paling banyak terjadi, yakni 87,6% dari total jenis perundungan yang ada.²⁴ Dengan demikian, perundungan verbal harus dipandang serius sejak awal terjadi.

Pandangan keliru yang perlu dipahami oleh pendidik baik di sekolah maupun di panti asuhan adalah bahwa sebagian dari kasus verbal perundungan sering dipandang bukan sebagai perundungan. Umumnya, guru dan siswa di sekolah menganggap perlakuan negatif secara fisik baru digolongkan sebagai perundungan, sedangkan sebuah canda yang berbentuk ejekan kepada teman adalah gurauan biasa.²⁵ Namun, canda gurau yang tidak membawa hal positif bagi kedua belah pihak bahkan dilakukan berulang

¹⁹ Eka Afriani and Afrinaldi, "Dampak Perundungan Verbal Terhadap Perilaku Siswa Di Sma Negeri 3 Payakumbuh," *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora* 1, no. 1 (2023): 72–82, <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v1i1.34>.

²⁰ Santa Idayana Sinaga, "Stop Perundungan Dengan Pendidikan Multikultural," *PERNIK: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 2 (2022): 38–45, <https://doi.org/10.31851/pernik.v5i2.7917>.

²¹ M Simbolon, "Perilaku Perundungan Pada Mahasiswa Berasrama," *Jurnal Psikologi* 39, no. 2 (2012): 233–43.

²² Ahmad Baliyo Eko Prasetyo, "Perundungan Di Sekolah Dan Dampaknya Bagi Masa Depan Anak," *El-Tarbawi* 4, no. 1 (2011).

²³ Dan Olweus, *Perundungan at School. What We Know and What We Can Do*, 1st ed. (Oxford: Wiley-Blackwell, 1993).

²⁴ Nada Naurah, "Kekerasan Verbal Jadi Jenis Perundungan Yang Paling Banyak Dialami Masyarakat," Goodstats, 2023 Date accessed Oct 09, 2024.

²⁵ Sapariah Anggraini and Dewi, "Edukasi Remaja Tentang Pengenalan Jenis Perilaku Perundungan Di Sekolah Melalui Metode Role Plays."

mempunyai potensi melukai mental korban.²⁶ Dalam hal ini penting untuk menjaga lisan sebagai etika kesopanan dan menghargai orang lain sebagai nilai moral Kekristenan yang perlu diterapkan dalam pergaulan siswa di sekolah.

Kemudian adalah perundungan fisik, yang mengacu pada kekerasan terhadap bagian tubuh seperti memukul atau menendang dan lainnya.²⁷ Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), terdapat 236 kasus perundungan fisik di sekolah sejak Januari sampai Agustus 2023.²⁸ Data yang memprihatinkan dunia pendidikan di Indonesia. Angka ini di luar kekerasan lainnya di sekolah. Dari sisi dampak, dikenal adanya perundungan sosial, seperti meremehkan, mengucilkan dan menghina korban hingga terisolir dari sosial, depresi dan menjadi rendah diri.²⁹ Tindakan negatif perundungan juga merambat melalui teknologi digital yaitu media sosial, istilah yang dipakai adalah perundungan berbasis siber. Contoh dari cyber perundungan misalnya mengirimkan pesan atau gambar yang mengejek atau mengancam, dan silent calls berulang.³⁰ Laporan dari UNICEF melalui jejak pendapat terhadap 2.777 orang anak Indonesia antar umur 14-24 tahun, ditemukan 45% dari anak-anak pernah mengalami cyber perundungan.³¹

Korban perundungan yang terjadi di sekolah akan mempengaruhi proses belajar anak tersebut. Dampak mental lainnya seperti krisis kepercayaan diri, kemarahan dan kesedihan. Pada jangka panjang, bisa menimbulkan ketidakpercayaan kepada orang lain sehingga cenderung menyimpan masalahnya sendiri.³² Bahkan dampak terburuk yang bisa muncul adalah bunuh diri, ini terjadi karena depresi berat yang berkepanjangan. Jelas terlihat di sini, bahwa kasus perundungan harus mendapat perhatian serius dari semua pihak. Sekolah sebagai institusi pendidikan bagi anak murid dalam hal pengetahuan maupun karakter menjadi garda terdepan yang harus bertanggung jawab akan hal ini, serta panti asuhan Kristen sebagai tempat anak-anak menetap.

Pembinaan Kesehatan mental di Panti Asuhan Kristen

Kesehatan mental anak merupakan aspek penting dalam perkembangan anak-anak dan memerlukan perhatian sejak dini. Berdasarkan catatan dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, terdapat sekitar 8% dari anak-anak muda di dunia (berusia 5–9 tahun) dan 14% dari remaja di dunia (berusia 10–19 tahun) hidup dengan gangguan mental.³³ Di Indonesia sendiri, laporan Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) tahun 2018 dari Kementerian Kesehatan mencatat populasi gangguan kesehatan mental pada remaja

²⁶ Ulum, "Sirkulasi Sosiologis Dan Psikologis Dalam Fenomena Perundungan Di Pesantren."

²⁷ Rita Mahriza, Meutia Rahmah, and Nani Endri Santi, "Stop Perundungan: Analisis Kesadaran Dan Tindakan Preventif Guru Pada Anak Pra Sekolah," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2020): 891–99, <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.739>.

²⁸ Achmad Muchaddam Fahham, "Kekerasan Pada Anak Di Satuan Pendidikan," *Pusat Analisis Keparlemenan Badan Keahlian Setjen DPR RI* (Jakarta, 2024).

²⁹ Mahriza, Rahmah, and Santi, "Stop Perundungan: Analisis Kesadaran Dan Tindakan Preventif Guru Pada Anak Pra Sekolah."

³⁰ Agisyaputri Erina, Nadhirah Nadia Aulia, and Saripah Ipah, "Identifikasi Fenomena Perilaku Perundungan Pada Remaja," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 3 (2023): 19–30.

³¹ Unicef, "U-Report" (Jakarta, 2024) Date accessed Oct 09, 2024.

³² Sapariah Anggraini and Dewi, "Edukasi Remaja Tentang Pengenalan Jenis Perilaku Perundungan Di Sekolah Melalui Metode Role Plays."

³³ Tom L. Osborn, Christine M. Wasanga, and David M. Ndeti, *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*, *The BMJ*, 1st ed. (Geneva: World Health Organization 2022, 2022), 44, <https://doi.org/10.1136/bmj.o1593>.

sebesar 10%.³⁴ Data-data WHO tersebut menunjukkan bahwa mulai dari masa pendidikan anak usia dini (PAUD) dan Sekolah Dasar (SD), gangguan kesehatan mental sudah menjadi sebuah masalah. Gangguan kesehatan mental pada anak terjadi karena kurangnya perhatian dan penanganan yang benar. Dengan demikian, pembinaan kesehatan mental sejak dini bagi anak-anak panti asuhan Kristen perlu menjadi perhatian serius dari pembina panti yang ada.

Pembinaan kesehatan mental dimaksudkan sebagai edukasi dan bimbingan kepada anak untuk menghadapi maraknya perundungan yang terjadi di sekolah. Tujuan pembinaan kesehatan mental di panti asuhan secara umum, yakni menghindari terjadinya mental illness, seperti rendah diri, tekanan psikologis, hingga depresi. Pembina panti asuhan memiliki peran sentral dalam merancang dan mengimplementasikan program pembinaan. Agar pembinaan efektif, terdapat lima langkah strategis yang dapat diterapkan di panti asuhan Kristen.

Langkah pertama, pembina panti asuhan dalam kegiatan pembinaan kesehatan mental perlu memperlengkapi diri dengan pengetahuan atau literasi. Literasi kesehatan mental adalah pemahaman mengenai kesehatan mental positif, identifikasi gangguan mental, perawatan yang tepat, serta penghapusan stigma negatif terhadap mental illness.³⁵ Literasi yang baik akan memberikan misalnya kemampuan untuk mengidentifikasi jenis mental illness yang terjadi.³⁶ Remaja panti juga perlu diberikan pemahaman literasi kesehatan mental agar mampu mengenali, menangani, serta membantu teman sebaya yang mengalami masalah kesehatan mental.³⁷ Dengan literasi kesehatan mental yang baik, pembina dan remaja panti dapat bersama-sama menciptakan lingkungan yang lebih peduli, suportif, dan bebas stigma terhadap kesehatan mental.

Langkah kedua, yakni pembekalan pengetahuan agama Kristen di panti asuhan. Tujuan dari kegiatan ini adalah pengenalan akan nilai moral agama Kristen yang terkandung di dalam Alkitab. Pengetahuan Alkitab yang berpusat pada Yesus akan memperkuat kerohanian anak. Penelitian Talangamin et al, atas masalah perundungan di sekolah Kristen Koha menunjukkan bahwa pendekatan berbasis ajaran Kristen efektif dalam menangani kasus perundungan.³⁸ Firman Tuhan dan teladan Yesus Kristus menjadi pedoman moral bagi anak-anak dalam menghadapi tantangan sosial di sekolah.³⁹ Dengan demikian, pembekalan pengetahuan agama Kristen di panti asuhan tidak hanya berperan dalam memperkuat kerohanian anak-anak, tetapi juga menjadi strategi efektif dalam pemulihan mental anak, khususnya dalam menghadapi tantangan seperti perundungan, melalui nilai-nilai kebenaran firman Tuhan dan teladan Yesus Kristus.

³⁴ Laporan Nasional Rikesdas, *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia., Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 2018.

³⁵ Stan Kutcher, Yifeng Wei, and Connie Coniglio, "Mental Health Literacy," *The Canadian Journal of Psychiatry* 61, no. 3 (March 2016): 154–58, <https://doi.org/10.1177/0706743715616609>.

³⁶ I. Andersson, L. M. C., Schierenbeck et al., "Help-Seeking Behaviour, Barriers to Care and Experiences of Care among Persons with Depression in Eastern Cape, South Africa," *Journal of Affective Disorders* 151, no. 2 (2013): 439–48.

³⁷ Salsa Bella Fitri Pagesa, "Tingkat Health Literacy Mahasiswa Keperawatan Di Perguruan Tinggi Islam Kota Makassar" (Universitas Hasanudin, 2021).

³⁸ Asdella Tasiam⁹ Sylvana Talangamin¹, Yolanda Nany Palar², Risno Tampiang³, Oklisya Lomboris⁴, Jelly Entile⁵, Wagey Markus⁶, Riane V. Sangkoy⁷, Dian C. Janis⁸, "Strategi Guru Dalam Mengatasi Perundungan Di SMP Kristen Koha Dengan Berbasis Pendidikan Agama Kristen," *HOSPITALITAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 3 (2024): 26–41.

³⁹ Yonathan Alex Arifianto, "Pentingnya Pendidikan Kristen Dalam Membangun Kerohanian Keluarga Di Masa Pandemi Covid-19," *Regula Fidei : Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 5, no. 2 (October 2020): 94–106, <https://doi.org/10.33541/RFIDEI.V5I2.52>.

Langkah ketiga, kerja sama dengan pihak sekolah. Panti asuhan perlu menjalin ke-mitraan dengan sekolah, khususnya guru Bimbingan Konseling (BK), untuk mendukung pembinaan kesehatan mental anak-anak. Kolaborasi ini memungkinkan peman-tauan lebih efektif terhadap kasus perundungan serta pemberian edukasi mengenai dampak dan pencegahan perundungan. Selain itu, koordinasi yang baik antara guru BK dan pembina panti asuhan dapat meningkatkan efektivitas intervensi dan memastikan tindak lanjut yang tepat terhadap setiap kasus.⁴⁰ Laporan rutin dari guru BK kepada pembina panti asuhan juga berperan dalam penanganan kasus secara lebih sistematis.

Langkah keempat adalah membangun komunikasi yang terbuka antara pembina dan anak-anak panti asuhan. Komunikasi berperan sebagai sarana yang menjembatani hubungan antara konselor (pembina) dan konseli (anak-anak) dalam proses bimbingan.⁴¹ Tujuan utama dari komunikasi yang terbuka adalah mencegah anak-anak me-nyembunyikan permasalahan yang dialami, terutama terkait perundungan di sekolah, sehingga tidak berkembang menjadi gangguan mental. Selain itu, komunikasi yang efektif memungkinkan pembina memperoleh informasi yang akurat guna mendukung proses bimbingan. Oleh karena itu, panti asuhan perlu membangun relasi yang sehat antara pembina dan anak-anak asuh agar rasa percaya dan keterbukaan dapat terjaga. Komunikasi yang sehat dalam lingkungan panti asuhan menjadi elemen penting dalam proses pemulihan kesehatan mental anak-anak.

Langkah kelima, pembinaan kesehatan mental yang efektif juga dapat dilakukan melalui pemanfaatan teknologi, salah satunya dengan telekonferensi yang dikenal seba-gai Telekesehatan mental (TMH).⁴² TMH memungkinkan psikolog atau terapis untuk memberikan edukasi, bimbingan, diagnosis, serta asesmen secara daring tanpa terha-lang oleh jarak dan waktu. Dengan adanya layanan ini, anak-anak di panti asuhan dapat memperoleh akses terhadap profesional kesehatan mental secara lebih mudah dan berkelanjutan. Selain itu, TMH berpotensi meningkatkan pemerataan layanan kesehatan mental di seluruh panti asuhan di Indonesia, terutama di daerah yang memiliki keter-batasan tenaga ahli di bidang psikologi dan konseling.⁴³ Implementasi TMH yang sis-tematis dan terintegrasi dengan program pembinaan panti asuhan dapat menjadi solusi strategis dalam mendukung kesejahteraan psikologis anak-anak asuh.

Peran aktif pemerintah, gereja, dan perkumpulan profesi terkait sangat penting dalam mendukung pembinaan kesehatan mental di panti asuhan Kristen agar dapat terlaksana secara optimal. Selain pemerintah dan lembaga terkait, gereja juga memiliki tanggung jawab sebagai support system dalam menangani isu kesehatan mental yang dihadapi oleh anak-anak di panti asuhan Kristen. Dukungan ini tidak hanya mencakup aspek materiil, tetapi juga pendampingan rohani dan psikososial yang berkelanjutan. Dengan keterlibatan semua pihak, pembinaan kesehatan mental dapat dilaksanakan dengan berlandaskan nilai-nilai moral yang benar sesuai dengan prinsip-prinsip firman

⁴⁰ R. Purwati, P., Japar, M., Wardani, S., & Rohmayanti, "Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Orang Tua Untuk Mencegah Perundungan Guna Mewujudkan Desa Layak Anak.," *Carade Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1, no. 2 (2019): 228–33.

⁴¹ Ulin Nihaya, "Peran Komunikasi Interpersonal Untuk Mewujudkan Kesehatan Mental Bagi Konseli," *Islamic Communication Journal* 1, no. 1 (2016): 30–42, <https://doi.org/10.21580/icj.2016.1.1.1244>.

⁴² Moningka Clara, *Integrasi Psikologi Dan Teknologi Informasi*. In: *Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa: Psikologi Dan Teknologi Informasi*, 1st ed. (Jakarta: Himpunan Psikologi Indonesia, 2016), 445–58.

⁴³ Osi Kusuma Sari, Neila Ramdhani, and Subandi Subandi, "Kesehatan Mental Di Era Digital: Peluang Pengembangan Layanan Profesional Psikolog," *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* 30, no. 4 (2020): 337–48, <https://doi.org/10.22435/mpk.v30i4.3311>.

Tuhan, sehingga anak-anak asuh dapat bertumbuh dalam kesejahteraan mental dan spiritual yang seimbang.

Teladan dan Nilai Moral Kristen

Panti asuhan Kristen semestinya menjadikan nilai moral agama Kristen sebagai landasan utama dalam menerapkan pola asuh bagi anak-anak asuhnya. Firman Tuhan harus menjadi bagian integral dalam kehidupan sehari-hari untuk membentuk karakter serta membimbing anak-anak dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.⁴⁴ Oleh karena itu, penting bagi pembina panti asuhan untuk mengaplikasikan nilai-nilai moral Kristen dalam memandang dan menyelesaikan setiap permasalahan yang muncul, termasuk kasus perundungan di lingkungan sekolah. Pendekatan ini tidak hanya membentuk ketahanan mental anak-anak asuh, tetapi juga menanamkan prinsip-prinsip etis dan spiritual yang kokoh.

Prinsip moral dan spiritualitas memiliki peran fundamental dalam mendukung kesehatan mental anak-anak di panti asuhan Kristen. Toruner et al, menilai bahwa spiritualitas merupakan salah satu bagian penting yang bisa memperbaiki kualitas pribadi orang, bagi remaja spiritualitas memberikan ketenangan.⁴⁵ Dengan kata lain, nilai moral Kristen sebagai ekspresi dari spiritualitas berkontribusi signifikan dalam membangun kualitas mental yang sehat. Oleh karena itu, pembinaan kesehatan mental di panti asuhan Kristen harus berakar pada nilai-nilai spiritual yang kuat, sehingga anak-anak asuh dapat bertumbuh dalam lingkungan yang mendukung kesejahteraan mental, emosional, dan spiritual.

Nilai moral Kristen yang berakar dalam Alkitab, sebagaimana dicontohkan oleh Yesus Kristus, menjadi teladan bagi setiap pengikut-Nya dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, termasuk perundungan. Sikap Yesus yang penuh kasih dan kesabaran dalam merespons tindakan perundungan dan kekerasan yang dialami-Nya merupakan nilai kebenaran yang harus dipraktikkan oleh orang Kristen, khususnya dalam lingkungan panti asuhan. Keteladanan Yesus ini dapat menjadi dasar dalam menanamkan prinsip moral bagi anak-anak asuh untuk menghadapi dampak perundungan di sekolah. Oleh karena itu, pembina panti asuhan memiliki peran penting dalam menerapkan nilai moral ini dengan menjadi panutan yang konsisten dalam sikap dan perilaku sehari-hari.⁴⁶ Selain itu, lingkungan yang positif dan penuh kasih dapat membantu anak-anak asuh mengembangkan karakter yang kuat serta menghindari perilaku agresif yang merugikan.

Sebaliknya, praktik keteladanan yang negatif atau bertentangan dengan firman Tuhan berpotensi melahirkan perilaku yang tidak sehat pada anak-anak asuh. Studi menunjukkan bahwa latar belakang psikososial yang negatif dan paparan awal terhadap lingkungan yang penuh kekerasan dapat meningkatkan risiko seorang anak menjadi pelaku perundungan. Andrews, menegaskan bahwa praktik perundungan di sekolah

⁴⁴ Yustinus et al, "Parodi 'Perjamuan Terakhir' Olimpiade Paris Sebagai Produk Kontradiktif Postmodern Terhadap Nilai Kristiani," *Ritornela - Jurnal Teologi Pentakosta Indonesia* 4, no. 3 (December 2024): 113–31, <https://doi.org/10.54403/RJTPI.V4I3.109>.

⁴⁵ Sari C. Kilicarlan Toruner E, Altay N, Ceylan C, Arpacı T, "Meaning and Affecting Factors of Spirituality in Adolescents," *Journal of Holistic Nursing* 38, no. 4 (2020): 362–72, <https://doi.org/10.1177/0898010120920501>.

⁴⁶ Suhadi; Yonathan Alex Arifianto, "Pemimpin Kristen Sebagai Agen Perubahan Di Era Milenial," *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership* 1, no. 2 (December 2020): 129–47, <https://doi.org/10.47530/edulead.v1i2.32>.

sering kali merupakan perpanjangan dari pengalaman negatif di lingkungan rumah.⁴⁷ Hal ini menunjukkan bahwa pembina panti asuhan tidak hanya bertanggung jawab sebagai pendidik moral, tetapi juga sebagai figur yang dapat memberikan pengalaman emosional yang aman dan mendukung bagi anak-anak asuh. Oleh sebab itu, menampilkan keteladanan positif dalam kehidupan sehari-hari menjadi aspek fundamental dalam membangun karakter anak-anak asuh dan mencegah perilaku perundungan. Dengan demikian, pembina panti asuhan yang menerapkan nilai moral Kristen dalam tindakan nyata dapat menjadi faktor utama dalam memutus siklus kekerasan dan membentuk generasi yang lebih berempati serta bermoral.

Dalam konteks keteladanan moral, Yesus sendiri telah memberikan contoh nyata bagaimana menghadapi perlakuan tidak adil dan tindakan perundungan yang dialami selama pelayanan-Nya hingga penyaliban. Pengkhianatan Yudas Iskariot dengan menjual Yesus seharga 30 keping perak (Mat. 26:15, 21) dapat dikategorikan sebagai perundungan sosial yang merendahkan martabat Yesus di hadapan imam-imam kepala serta murid-murid lainnya. Perundungan fisik terjadi ketika Yesus diludahi, dipukul, dan ditinju di Mahkamah Agama (Mat. 26:67), serta ketika serdadu Roma mengenakan mahkota duri, meludahi-Nya, dan memukul kepala-Nya (Mat. 27:29-31). Selain itu, Yesus juga mengalami perundungan sosial ketika massa menolak-Nya dan lebih memilih membebaskan Barabas (Mat. 27:20), serta perundungan verbal melalui hinaan dari imam-imam kepala, ahli-ahli Taurat, dan orang banyak (Mat. 27:39-44). Sepanjang perjalanan menuju Golgota, Yesus diperlakukan sebagai seorang pesakitan yang harus memikul salib-Nya sendiri, yang mencerminkan penderitaan akibat perundungan sosial dan fisik (Mat. 27:31-33). Meskipun mengalami berbagai bentuk perundungan, Yesus tetap merespons dengan kasih, pengampunan, dan keteguhan iman. Sikap Yesus ini menjadi prinsip utama yang harus diinternalisasi dalam pembinaan kesehatan mental di panti asuhan Kristen, sehingga anak-anak asuh dapat belajar mengelola tekanan psikologis dengan cara yang benar sesuai ajaran firman Tuhan.

Meskipun mengalami berbagai bentuk perundungan yang berat, Yesus tidak pernah menunjukkan sikap pembalasan, melainkan tetap mempertahankan respons yang penuh kasih, pengampunan, dan keteguhan iman. Sikap ini bukan hanya menjadi teladan bagi umat Kristen secara umum, tetapi juga memiliki relevansi yang kuat dalam pembinaan kesehatan mental di panti asuhan Kristen. Dengan menanamkan nilai-nilai yang ditunjukkan Yesus, anak-anak asuh dapat belajar mengelola tekanan psikologis dan menghadapi pengalaman negatif dengan perspektif yang benar sesuai ajaran firman Tuhan.

Prinsip keteladanan Yesus ini didasari oleh beberapa nilai moral, pertama adalah kasih Kristus sebagai nilai tertinggi Kekristenan. Kasih ini tidak hanya menjadi aspek fundamental dalam hubungan antar individu, tetapi juga harus menjadi pedoman dalam menghadapi permasalahan sosial, termasuk perundungan di sekolah. Penanaman nilai kasih dalam kehidupan anak-anak panti asuhan Kristen dapat membentuk pola pikir yang lebih resilien, di mana anak-anak dapat memahami tindakan pelaku perundungan dengan lebih bijaksana, serta membangun ketahanan emosional agar tidak mudah terluka oleh perlakuan negatif. Ajaran Yesus yang menekankan pentingnya mengasih dan mendoakan musuh (Mat. 5:44) merupakan prinsip yang dapat diterapkan dalam merespons pelaku perundungan dengan cara yang benar. Konsep kasih Allah

⁴⁷ Naomi C.Z. Andrews et al., "Perundungan and the Abuse of Power," *International Journal of Perundungan Prevention* 5, no. 3 (2023): 261–70, <https://doi.org/10.1007/s42380-023-00170-0>.

yang terlebih dahulu mengasihi manusia bahkan ketika manusia masih berdosa (Rom 5:8) menjadi dasar bagi anak-anak asuh untuk belajar mengasihi tanpa syarat, termasuk terhadap orang yang berbuat salah. Dengan demikian, kasih bukanlah sekadar konsep idealis, melainkan realitas yang harus diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam pembinaan kesehatan mental anak-anak panti asuhan Kristen.

Selain kasih, Yesus juga mengajarkan pengampunan sebagai nilai penting dalam menghadapi perundungan. Dalam doa Bapa Kami (Mat. 6:14), pengampunan bukan sekadar aspek etis, tetapi juga memiliki dimensi spiritual yang erat kaitannya dengan hubungan manusia dengan Allah dan sesama. Oleh karena itu, pengampunan perlu ditanamkan sejak dini, terutama dalam merespons perundungan. Hati yang mudah mengampuni mencerminkan karakter Kristus serta membantu anak-anak membangun ketahanan emosional, sehingga tidak terbebani oleh kepahitan dan dapat menghadapi hidup dengan kedewasaan spiritual.

Ketiga, kesabaran dan penguasaan diri. Yesus memberikan teladan nyata dalam menghadapi perlakuan buruk tanpa membalas dengan kemarahan atau kebencian. Sepanjang Injil, sikap-Nya yang tetap tenang meskipun mengalami hinaan dan penolakan menunjukkan bahwa kesabaran dan penguasaan diri adalah karakter penting dalam kehidupan orang percaya. Nilai-nilai ini perlu ditanamkan sejak dini, tidak hanya melalui pemahaman teologis, tetapi juga melalui praktik nyata dalam kehidupan sehari-hari. Di panti asuhan, misalnya, pembentukan kesabaran dan penguasaan diri dapat dilakukan melalui kebiasaan sederhana seperti disiplin dalam antrean saat makan atau berbagi fasilitas dengan sesama. Kebiasaan-kebiasaan ini membantu anak-anak belajar mengendalikan emosi dan membangun karakter yang lebih matang, sehingga dapat merespons berbagai tantangan hidup dengan sikap yang penuh kebijaksanaan dan ketenangan.

Semua nilai moral tersebut bersumber dari karakter Kristus dan harus diajarkan, dipahami, serta dipraktikkan dalam kehidupan anak-anak di panti asuhan Kristen. Nilai-nilai spiritual ini berperan sebagai kekuatan dalam membangun ketahanan diri terhadap dampak negatif perundungan di sekolah, yang berada di luar kendali pembina panti. Oleh karena itu, pembinaan kesehatan mental di panti asuhan Kristen harus berlandaskan nilai-nilai moral Kristen yang tercermin dalam karakter Yesus, sehingga anak-anak memiliki fondasi yang kokoh dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

KESIMPULAN

Pembinaan kesehatan mental bagi anak-anak di panti asuhan Kristen merupakan aspek krusial yang harus diperhatikan oleh pembina sejak dini. Untuk itu, lima langkah strategis perlu diterapkan, yaitu: meningkatkan literasi mengenai kesehatan mental, membekali anak-anak dengan ajaran agama Kristen, menjalin kerja sama dengan guru Bimbingan Konseling (BK) di sekolah, membangun komunikasi yang terbuka antara pembina dan anak-anak panti asuhan, serta memanfaatkan teknologi telekonferensi dengan tenaga ahli. Langkah-langkah ini bertujuan untuk mencegah dampak negatif perundungan, yang dapat menyebabkan gangguan belajar, krisis kepercayaan diri, gangguan emosional, depresi, hingga risiko tindakan bunuh diri. Selain itu, pembina panti asuhan Kristen juga memiliki tanggung jawab untuk menanamkan nilai-nilai moral Kristen yang tercermin dalam karakter Kristus. Teladan Yesus harus menjadi acuan bagi anak-anak dalam menghadapi perundungan yang mungkin terjadi di lingkungan sekolah. Dengan demikian, anak-anak tidak hanya memiliki ketahanan mental, tetapi juga mampu menghadapi tantangan sosial berdasarkan prinsip-prinsip kekristenan.

REFERENSI

- Ahmad Baliyo Eko Prasetyo. "Perundungan Di Sekolah Dan Dampaknya Bagi Masa Depan Anak." *El-Tarbawi* 4, no. 1 (2011).
- Andersson, L. M. C., Schierenbeck, I., K. Strumpher, J., Krantz, G., Topper, & van Rooyen Backman, G., Ricks, E., and D. "Help-Seeking Behaviour, Barriers to Care and Experiences of Care among Persons with Depression in Eastern Cape, South Africa." *Journal of Affective Disorders* 151, no. 2 (2013): 439–48.
- Andrews, Naomi C.Z., Antonius H.N. Cillessen, Wendy Craig, Andrew V. Dane, and Anthony A. Volk. "Perundungan and the Abuse of Power." *International Journal of Perundungan Prevention* 5, no. 3 (2023): 261–70. <https://doi.org/10.1007/s42380-023-00170-0>.
- Arifianto, Yonathan Alex. "Pentingnya Pendidikan Kristen Dalam Membangun Kerohanian Keluarga Di Masa Pandemi Covid-19." *Regula Fidei : Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 5, no. 2 (October 2020): 94–106. <https://doi.org/10.33541/RFIDEI.V5I2.52>.
- Artanti, Annisa, and Ria Novianti. "Analisis Perundungan Pada Anak Panti Asuhan Usia 0-6 Tahun Di Panti Asuhan Ar-Rahim Pekanbaru." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5, no. 2 (2021): 2848–57.
- Ayuni Despa. "Pencegahan Perundungan Dalam Pendidikan Anak Usia Dini." *Journal of Education Research* 2, no. 3 (2021): 93–100.
- Bhugra, Dinesh, Alex Till, and Norman Sartorius. "What Is Mental Health?" *The International Journal of Social Psychiatry* 59, no. 1 (2013): 3–4. <https://doi.org/10.1177/0020764012463315>.
- Carter, B. B., & Spencer, V. G. "The Fear Factor: Perundungan and Students with Disabilities." *International Journal of Special Education* 21, no. 1 (2006): 11–23.
- Dan Olweus. *Perundungan at School. What We Know and What We Can Do*. 1st ed. Oxford: Wiley-Blackwell, 1993.
- Degeng, Putu Dian Danayanti, Irene Nany Kusumawardani, and Moh Hasbullah Isnaini. "Peningkatan Mental Health Dan Well-Being Bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris Fib-Ub Pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Gramaswara* 2, no. 2 (2022): 1–12. <https://doi.org/10.21776/ub.gramaswara.2022.002.02.01>.
- Dieter Wolke and Suzet Tanya. "What Is Perundungan? A Theoretical Redefinition." *BMJ Journals* 100, no. 9 (December 2015): 327–43. <https://doi.org/10.1016/J.DR.2014.09.001>.
- Eka Afriani, and Afrinaldi Afrinaldi. "Dampak Perundungan Verbal Terhadap Perilaku Siswa Di Sma Negeri 3 Payakumbuh." *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora* 1, no. 1 (2023): 72–82. <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v1i1.34>.
- Erina, Agisyaputri, Nadhirah Nadia Aulia, and Saripah Ipah. "Identifikasi Fenomena Perilaku Perundungan Pada Remaja." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 3 (2023): 19–30.
- Fahham, Achmad Muchaddam. "Kekerasan Pada Anak Di Satuan Pendidikan." *Pusat Analisis Keparlemen Badan Keahlian Setjen DPR RI*, Jakarta, 2024.
- Guiney, Tess. "'Hug-an-Orphan Vacations': 'Love' and Emotion in Orphanage Tourism." *The Geographical Journal* 184, no. 2 (June 2018): 125–37. <https://doi.org/10.1111/GEOJ.12218>.

- Hanifah, Lilik, Sab'ngatun Sab'ngatun, CatuR Setyorini, Anggi Pradana Putri, and Eliza Aulia Fitriani. "Skrining Kesehatan Mental Pada Anak: Scoping Review." *Jurnal Kebidanan Indonesia* 16, no. 1 (January 2025): 180–97.
<https://doi.org/10.36419/JKI.V16I1.1319>.
- Kilicarlan Toruner E, Altay N, Ceylan C, Arpacı T, Sari C. "Meaning and Affecting Factors of Spirituality in Adolescents,." *Journal of Holistic Nursing* 38, no. 4 (2020): 362–72. <https://doi.org/10.1177/0898010120920501>.
- Kutcher, Stan, Yifeng Wei, and Connie Coniglio. "Mental Health Literacy." *The Canadian Journal of Psychiatry* 61, no. 3 (March 2016): 154–58.
<https://doi.org/10.1177/0706743715616609>.
- Laporan Nasional Rikesdas. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 2018.
- Mahriza, Rita, Meutia Rahmah, and Nani Endri Santi. "Stop Perundungan: Analisis Kesadaran Dan Tindakan Preventif Guru Pada Anak Pra Sekolah." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2020): 891–99.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.739>.
- Moningka Clara. *Integrasi Psikologi Dan Teknologi Informasi. In: Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa: Psikologi Dan Teknologi Informasi*. 1st ed. Jakarta: Himpunan Psikologi Indonesia, 2016.
- Murnitasari, Ayu Mustika, Khanesia Putri Malika, Latifah Akhlaqiyah W.P, Phasa Amalia, Adinda Rachmadyna, Ibnu Elyasin, and Lharasati Dewi. "Membangun Kekuatan Mental Pada Gen Z Di Era Digital Di Panti Baitul Walad Samarinda." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia* 4, no. 1 (2024): 183–91.
<https://doi.org/10.52436/1.jpmi.2089>.
- Nada Naurah. "Kekerasan Verbal Jadi Jenis Perundungan Yang Paling Banyak Dialami Masyarakat." Goodstats, 2023.
- Nihaya, Ulin. "Peran Komunikasi Interpersonal Untuk Mewujudkan Kesehatan Mental Bagi Konseli." *Islamic Communication Journal* 1, no. 1 (2016): 30–42.
<https://doi.org/10.21580/icj.2016.1.1.1244>.
- Osborn, Tom L., Christine M. Wasanga, and David M. Ndeti. *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All. The BMJ*. 1st ed. Geneva: World Health Organization 2022, 2022. <https://doi.org/10.1136/bmj.o1593>.
- Pagesa, Salsa Bella Fitri. "Tingkat Health Literacy Mahasiswa Keperawatan Di Perguruan Tinggi Islam Kota Makassar." Universitas Hasanudin, 2021.
- Purwati, P., Japar, M., Wardani, S., & Rohmayanti, R. "Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Orang Tua Untuk Mencegah Perundungan Guna Mewujudkan Desa Layak Anak." *Carade Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1, no. 2 (2019): 228–33.
- Rana Sampson. *Perundungan in Schools*. U.S. Department of Justice Publications and Materials., 2009.
- Sapariah Anggraini, and Selly Kresna Dewi. "Edukasi Remaja Tentang Pengenalan Jenis Perilaku Perundungan Di Sekolah Melalui Metode Role Plays." *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 19, no. 1 (2023): 83–92.
<https://doi.org/10.20414/transformasi.v19i1.6880>.
- Sari, Heti Novita, Putri Pebriyani, Salsa Nurfarida, Muhammad Fadhil Suryanto, Puti Ageng Ambun Suri, and Rana Gustian Nugraha. "Perilaku Perundungan Yang Menyimpang Dari Nilai Pancasila Pada Siswa Sekolah." *Jurnal Kewarganegaraan* 6, no. 1 (2022): 2095–2102.
- Sari, Osi Kusuma, Neila Ramdhani, and Subandi Subandi. "Kesehatan Mental Di Era Digital: Peluang Pengembangan Layanan Profesional Psikolog." *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* 30, no. 4 (2020): 337–48.
<https://doi.org/10.22435/mpk.v30i4.3311>.

- Sary, Diyan Fitry Mayang. "Analisis Respon Binus Serpong Terhadap Kasus Bulliying Studi Kasus Kompas.Com Dan Viva.Com." *Jurnal Ilmu Komunikasi UHO* 9, no. 3 (2024): 698–712.
- Schulte-Körne, Gerd. "Mental Health Problems in a School Setting in Children and Adolescents." *Deutsches Ärzteblatt International* 113, no. 11 (March 2016): 183. <https://doi.org/10.3238/ARZTEBL.2016.0183>.
- Simbolon, M. "Perilaku Perundungan Pada Mahasiswa Berasrama." *Jurnal Psikologi* 39, no. 2 (2012): 233–43.
- Sinaga, Santa Idayana. "Stop Perundungan Dengan Pendidikan Multikultural." *PERNIK: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 2 (2022): 38–45. <https://doi.org/10.31851/pernik.v5i2.7917>.
- Suhadi; Yonathan Alex Arifianto. "Pemimpin Kristen Sebagai Agen Perubahan Di Era Milenial." *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership* 1, no. 2 (December 2020): 129–47. <https://doi.org/10.47530/edulead.v1i2.32>.
- Sylvana Talangamin¹, Yolanda Nany Palar², Risno Tampilang³, Oklisya Lomboris⁴, Jelly Entile⁵, Wagey Markus⁶, Riane V. Sangkoy⁷, Dian C. Janis⁸, Asdella Tasiam⁹. "Strategi Guru Dalam Mengatasi Perundungan Di SMP Kristen Koha Dengan Berbasis Pendidikan Agama Kristen." *HOSPITALITAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 3 (2024): 26–41.
- Thoits, Peggy A. "Self-Labeling Processes in Mental Illness: The Role of Emotional Deviance." *American Journal of Sociology* 91, no. 2 (September 1985): 221–49. <https://doi.org/10.1086/228276>.
- Thornicroft, Graham, Tanya Deb, and Claire Henderson. "Community Mental Health Care Worldwide: Current Status and Further Developments." *World Psychiatry* 15, no. 3 (October 2016): 276–86. <https://doi.org/10.1002/WPS.20349>.
- Ulum, Mokhammad Miptakhul. "Sirkulasi Sosiologis Dan Psikologis Dalam Fenomena Perundungan Di Pesantren." *Islamic Review: Jurnal Riset Dan Kajian Keislaman* 10, no. 2 (2021): 191–204. <https://doi.org/10.35878/islamicreview.v10i2.285>.
- Unicef. "U-Report." Jakarta, 2024.
- Wolke, Dieter, and Suzet Tanya Lereya. "Long-Term Effects of Perundungan." *BMJ Journals* 100, no. 9 (2015): 879–85. <https://doi.org/10.1136/ARCHDISCHILD-2014-306667>.
- Yustinus et al. "Parodi 'Perjamuan Terakhir' Olimpiade Paris Sebagai Produk Kontradiktif Postmodern Terhadap Nilai Kristiani." *Ritornera - Jurnal Teologi Pentakosta Indonesia* 4, no. 3 (December 2024): 113–31. <https://doi.org/10.54403/RJTPI.V4I3.109>.