



Research Article

Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Kesehatan Mental Terhadap Perilaku Bullying Peserta Didik Di MAN 1 Sinjai

Saida Sahyani¹, Saprin², Ahmad Afif³

Pascasarjana Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar
Corresponding Author, E-mail: saidasahyani2704@gmail.com (Saida Sahyani)



Copyright © 2026 by Authors, Published by AL-AFKAR: Journal For Islamic Studies. This is an open access article under the CC BY License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>).

Received : May 25, 2026
Accepted : July 12, 2026

Revised : June 27, 2026
Available online : August 24, 2026

How to Cite: Saida Sahyani, Saprin, & Ahmad Afif. (2026). The Influence of Emotional Intelligence and Mental Health on Bullying Behavior Among Students at MAN 1 Sinjai. *Al-Afkar, Journal For Islamic Studies*, 9(2), 3881–3901. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v9i2.2146>

The Influence of Emotional Intelligence and Mental Health on Bullying Behavior Among Students at MAN 1 Sinjai

Abstract. The objectives of this study are to: (1) describe the emotional intelligence of students at MAN 1 Sinjai; (2) describe the mental health of students at MAN 1 Sinjai; (3) describe the bullying behavior of students at MAN 1 Sinjai; (4) analyze the influence of students' emotional intelligence on bullying behavior at MAN 1 Sinjai; (5) analyze the influence of students' mental health on bullying behavior at MAN 1 Sinjai; and (6) analyze the combined influence of students' emotional intelligence and mental health on bullying behavior at MAN 1 Sinjai.

This study employs an ex post facto design. The population consists of 540 students, while the sample comprises 213 students selected using simple random sampling. The research instruments used were questionnaires measuring emotional intelligence, mental health, and bullying behavior. Data

were analyzed using descriptive and inferential statistics—specifically multiple linear regression—with the aid of the SPSS 25 software application.

The results indicate that: (1) the average emotional intelligence score of students at MAN 1 Sinjai is 120.23, placing it in the moderate category; (2) the average mental health score is 129.22, placing it in the moderate category; (3) the average bullying behavior score is 93.85, placing it in the moderate category; (4) students' emotional intelligence has a significant influence on bullying behavior at MAN 1 Sinjai (83.3%, with a significance value of 0.000); (5) students' mental health has a significant influence on bullying behavior at MAN 1 Sinjai (82%, with a significance value of 0.000); and (6) students' emotional intelligence and mental health jointly influence bullying behavior at MAN 1 Sinjai (83.3%). The value is 0.000. Following testing, the proposed hypothesis was proven and accepted.

Keywords: Emotional Intelligence, Mental Health, Bullying Behavior.

Abstrak. Tujuan penelitian ini adalah yaitu: 1) mendeskripsikan kecerdasan emosional peserta didik di MAN 1 Sinjai, 2) mendeskripsikan kesehatan mental peserta didik di MAN 1 Sinjai, (3) mendeskripsikan perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai, (4) menganalisis pengaruh kecerdasan emosional peserta didik terhadap perilaku bullying di MAN 1 Sinjai, (5) menganalisis pengaruh kesehatan mental peserta didik terhadap perilaku bullying di MAN 1 Sinjai, dan (6) menganalisis pengaruh kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik terhadap perilaku bullying di MAN 1 Sinjai.

Jenis Penelitian ini adalah ex post. Adapun populasi dalam penelitian ini sejumlah 540 peserta didik sedangkan sampel penelitian sejumlah 213 peserta didik yang diambil dengan teknik simple random sampling. Instrumen penelitian yakni menggunakan angket kecerdasan emosional, angket kesehatan mental dan angket perilaku bullying peserta didik. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan analisis data deskriptif dan inferensial yakni regresi linear berganda dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 25.

Hasil penelitian menunjukkan: (1) rata-rata kecerdasan emosional peserta didik di MAN 1 Sinjai adalah 120,23 yang artinya berada pada kategori sedang; 2) rata-rata kesehatan mental peserta didik di MAN 1 Sinjai adalah 129,22 yang artinya berada pada kategori sedang; (3) rata-rata perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai adalah 93,85 yang artinya berada pada kategori sedang; (4) kecerdasan emosional peserta didik berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku bullying di MAN 1 Sinjai yakni sebesar 83,3% dengan nilai sig. Sebesar 0,000; (5) kesehatan mental peserta didik berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku bullying di MAN 1 Sinjai sebesar 82% dengan nilai sig. Sebesar 0,000; (6) kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik berpengaruh secara bersama-sama terhadap perilaku bullying di MAN 1 Sinjai sebesar 83,3%. Dengan nilai sig. Sebesar 0,000. Setelah diadakan pengujian, hipotesis yang diajukan ternyata terbukti dan diterima.

Kata Kunci : Kecerdasan Emosional, Kesehatan Mental, Perilaku Bullying.

PENDAHULUAN

Secara fundamental, pendidikan memiliki dua tujuan utama yakni mendukung pengembangan kecerdasan manusia dan mendorong perbaikan diri. Hal ini menunjukkan bahwa lebih mudah untuk memotivasi individu yang cerdas untuk terus berkembang dibandingkan dengan mendorong individu lain untuk berbuat hal yang sama. Sebagai akibatnya, dilema moral menjadi isu utama yang mempengaruhi

kehidupan manusia di berbagai waktu dan tempat, karena hal ini kini juga terjadi dalam sistem pendidikan.¹

Minimnya kesadaran terhadap perilaku bullying dan dampaknya menjadi pekerjaan rumah bagi semua pihak, terutama pihak pemerintah. Pemerintah perlu lebih sering mengedukasi masyarakat tentang apa sebenarnya perilaku bullying itu. Karena intimidasi sering terjadi di lingkungan sekolah, iklim di sana adalah lingkungan terbaik untuk membahasnya dan dampaknya.²

Bullying merupakan bentuk kekerasan antar teman sebaya yang digunakan untuk mendapatkan keuntungan atau kesenangan dari seseorang (anak) yang lebih lemah atau memiliki posisi lebih rendah. Masni, dalam penelitiannya, menyebutkan bahwa budaya bullying yang dilakukan atas nama senioritas terus berlangsung di kalangan peserta didik di sekolah. Perilaku bullying sering terjadi, bahkan dilakukan secara sengaja. Kekerasan semacam ini menimbulkan berbagai dampak negatif bagi anak, sehingga perlu ditangani secara serius. Upaya ini harus dimulai dengan menggali akar permasalahan yang sebenarnya terjadi.³ Segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan atau kekuasaan lebih besar terhadap orang lain bertujuan untuk menyakiti, dan tindakan tersebut dilakukan secara berulang-ulang.

Sebagaimana dalam Al-Quran larangan melakukan perbauatan yang dapat merugikan orang lain. Dalam hal ini di bahas dalam Q.S . Hujurat 49: 11

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Terjemahnya :“Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki mencela kumpulan yang lain, boleh jadi yang dicela itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan mencela kumpulan lainnya, boleh jadi yang dicela itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertaubat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim”.

Ayat di atas berisi tentang larangan Allah kepada orang-orang yang beriman untuk tidak mencela atau merendahkan orang lain, baik laki-laki maupun perempuan, karena bisa jadi orang yang dicela atau direndahkan justru lebih baik di sisi Allah. Selain itu, ayat ini juga melarang perilaku mencela diri sendiri atau saling mengejek dengan panggilan yang buruk. Setelah beriman, seseorang seharusnya

¹Yuyarti, 'Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter', *Jurnal Kreatif*, 9,1 (2018). h. 60.

²Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children from School Perilaku Bullying* (Yogyakarta: Ar-Ruzz, 2014). h. 15.

³Imas Kurnia, *Bullying* (Bandung: Relasi Inti Media, 2016). h. 10.

menjaga kehormatan dirinya dan sesamanya. Panggilan yang menghina atau merendahkan setelah seseorang beriman dianggap sebagai perilaku buruk yang mencerminkan sifat orang-orang yang fasik. Allah memperingatkan bahwa mereka yang tidak bertaubat dari tindakan semacam itu, maka mereka adalah orang-orang yang zalim, yang merugikan diri mereka sendiri dan orang lain.

Tingkat emosional anak bervariasi tergantung pada berbagai faktor, salah satunya adalah lingkungan keluarga. Keluarga merupakan tempat pertama di mana anak berinteraksi sosial dengan orang lain, khususnya dengan anggota keluarga. Lingkungan keluarga memengaruhi tingkat emosional anak karena setiap anggota keluarga memiliki kepribadian dan tingkat emosional yang berbeda. Anak cenderung meniru apa yang mereka lihat dan dengar tanpa melakukan seleksi antara yang baik dan buruk. Jika orang tua sering marah di rumah, anak secara otomatis akan meniru perilaku tersebut, menganggap bahwa apa yang dilakukan orang tua mereka adalah hal yang benar.⁴

Tekanan atau beban mental dapat memengaruhi reaksi emosi dan perilaku anak-anak dalam kehidupan sehari-hari. Semakin besar tekanan yang dialami anak, baik secara fisik maupun mental, semakin intens reaksi emosional yang muncul. Anak sering melampiaskan emosi tersebut kepada orang lain, terutama kepada teman-temannya. Misalnya, anak yang mengalami perceraian orang tua seringkali melepaskan emosinya melalui tindakan bullying terhadap teman. Tanpa disadari, anak tersebut melakukan bullying, meskipun mungkin tergolong ringan. Namun, seiring berjalannya waktu, tindakan bullying tersebut dapat meningkat hingga menjadi lebih serius. Emosi pelaku bullying cenderung meningkat saat mereka melukai korban.

Pelaku bullying akan terus melakukan tindakan tersebut jika korban tidak melawan. Mereka percaya bahwa jika korban tidak memberikan perlawanan, emosi mereka akan terus mengalir hingga membuat korban semakin lemah. Dalam proses ini, pelaku merasa puas melihat korban yang tidak berdaya, sementara mereka yang pernah menjadi korban bullying cenderung membalas dendam dengan cara yang sama terhadap orang lain. Mereka menemukan kepuasan dalam penderitaan orang lain, dan perilaku ini mencerminkan adanya gangguan mental.

Kecerdasan emosional dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk memotivasi diri sendiri dan tetap gigih dalam menghadapi frustrasi. Selain itu, ini juga mencakup kemampuan untuk mengendalikan dorongan impulsif yang muncul berdasarkan suasana hati, menunda pemuasan keinginan, serta mengatur suasana hati agar tidak mengganggu kemampuan berpikir dan berempati.⁵ Keberhasilan seorang anak di sekolah tidak hanya ditentukan oleh kemampuan akademisnya dalam membaca, tetapi juga oleh aspek-aspek emosional dan sosial. Aspek emosional yang dimaksud mencakup keyakinan pada diri sendiri dan memiliki minat, memahami pola perilaku yang diharapkan oleh orang lain, serta kemampuan untuk

⁴Dian Rakhmawati, "Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecerdasan Emosional Dan Kesehatan Mental Anak Di Sd Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang' (Universitas Negeri Semarang (Unnes), 2019). h. 7.

⁵Daniel Goleman, *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional) Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2011). h. 45.

mengendalikan dorongan untuk berbuat nakal. Selain itu, anak juga harus mampu bersabar, mengikuti petunjuk, mencari bantuan dari guru, dan mengungkapkan kebutuhannya saat berinteraksi dengan teman-teman sebayanya.

Kesehatan mental dalam konteks sekolah berkaitan dengan kondisi siswa dan hubungannya dengan kehidupan di sekolah. Ada empat bidang bimbingan yang ada di sekolah, yaitu bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir. Di antara keempat bidang tersebut, bidang pribadi dan sosial sangat berkaitan dengan kesehatan mental. Seseorang yang sehat akan memiliki keseimbangan antara diri dan lingkungannya. Oleh karena itu, pembahasan tentang kesehatan mental sebaiknya lebih fokus pada kondisi psikologis yang sehat, bukan sekadar tentang "kesehatan mental" itu sendiri.⁶ Ini berarti bahwa kondisi sehat mencakup kemampuan untuk berfungsi secara optimal, bukan sekadar bebas dari segala bentuk gangguan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti pada bulan November 2023. Peserta didik sering saling memanggil nama dengan julukan yang merendahkan atau mengejek, seperti "gendut," "cengeng," atau istilah lain yang dianggap negative. Terbentuk kelompok-kelompok di antara peserta didik yang sering mengucilkan individu tertentu, baik secara terang-terangan maupun diam-diam. Adanya tindakan mencemooh, mengunjing, atau mencela di belakang teman sekelas atau di lingkungan sekolah. Perilaku bullying cenderung terjadi saat jam istirahat, ketika guru tidak berada di sekitar peserta didik. Tindakan ini juga sering terjadi di kelas pada saat jam pelajaran kosong atau bahkan saat guru sedang mengajar, meski lebih terselubung.

Hal ini sejalan dengan informasi yang diungkapkan oleh guru BK di MAN 1 Sinjai bahwa kecerdasan emosional sangat berpengaruh terhadap perilaku peserta didik. Peserta didik yang kurang mampu mengenali dan mengelola emosinya cenderung lebih mudah terprovokasi atau memprovokasi orang lain. Hal ini sering kali menjadi pemicu tindakan bullying, terutama ketika peserta didik merasa iri, marah, atau tidak puas. Sebaliknya, peserta didik yang memiliki kecerdasan emosi yang baik cenderung lebih bisa mengendalikan diri dan menghormati perasaan teman. Kesehatan mental juga sangat memengaruhi peserta didik yang mengalami tekanan emosional, seperti stres karena masalah keluarga atau akademik, sering kali melampiaskan frustrasi mereka melalui tindakan negatif, termasuk bullying. Namun, peserta didik yang memiliki dukungan mental yang baik biasanya lebih mampu menghadapi tekanan tanpa harus menyakiti orang lain.

Hasil observasi di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sudrajat yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi merupakan salah satu faktor penting dalam mencegah perilaku agresif, termasuk bullying, di lingkungan sekolah. Kecerdasan emosi yang rendah pada peserta didik sering kali menyebabkan ketidakmampuan untuk mengelola konflik atau perbedaan pendapat, sehingga berujung pada perilaku bullying.⁷ Selain itu, hasil penelitian oleh Oktaviani

⁶Hidayat, *Bimbingan Konseling, Kesehatan Mental Di Sekolah* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014). 15.

⁷ Kurniawan and Sudrajat, 'Peran Teman Sebaya Dalam Pembentukan Karakter Siswa MTs (Madrasah Tsanawiyah)', *SOCIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, (2017), h. 125.

menunjukkan bahwa kesehatan mental memiliki hubungan signifikan dengan perilaku bullying di kalangan remaja. Peserta didik yang memiliki tingkat stres tinggi cenderung lebih agresif, sedangkan mereka dengan kesehatan mental yang baik mampu menghadapi tekanan sosial tanpa melibatkan diri dalam perilaku yang merugikan orang lain.⁸

Kecerdasan emosional dan kesehatan mental memainkan peran penting dalam perilaku bullying di kalangan anak-anak dan remaja. Individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka sendiri dan emosi orang lain. Hal ini dapat mengurangi kemungkinan mereka terlibat dalam perilaku bullying, baik sebagai pelaku maupun sebagai korban.

Individu dengan kecerdasan emosional yang baik dapat mengontrol impuls dan mengelola emosi negatif, sehingga mereka lebih mampu menghindari perilaku agresif.⁹ Mereka cenderung lebih empatik, yang membuat mereka lebih sensitif terhadap perasaan orang lain dan lebih mungkin untuk mencegah atau melaporkan tindakan bullying. Individu dengan kecerdasan emosional yang rendah mungkin lebih rentan untuk terlibat dalam bullying, baik sebagai pelaku yang mencari kekuasaan atau sebagai korban yang merasa tidak berdaya.

Kesehatan mental yang baik membantu anak-anak dalam membangun hubungan sosial yang positif dan mengurangi perilaku agresif. Sebaliknya, masalah kesehatan mental, seperti kecemasan atau depresi, dapat meningkatkan risiko terlibat dalam bullying. Korban bullying sering mengalami dampak negatif terhadap kesehatan mental mereka, yang dapat memperparah perasaan cemas, depresi, dan isolasi sosial. Kesehatan mental yang buruk dapat menyebabkan reaksi emosional yang ekstrem, membuat individu lebih mungkin berperilaku agresif atau menjadi target bullying.¹⁰ Kecerdasan emosional yang tinggi dan kesehatan mental yang baik dapat berfungsi sebagai pelindung terhadap perilaku bullying, baik sebagai pelaku maupun korban. Sebaliknya, kekurangan dalam kedua aspek ini dapat meningkatkan risiko terlibat dalam perilaku bullying.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *ex-post facto*, yang dimulai dengan mengamati kondisi saat ini sebagai akibat dari kejadian yang telah terjadi sebelumnya.

Penelitian ini dilaksanakan di UPT MAN 1 Sinjai, yang beralamat di Jl. Baronang, Kecamatan Sinjai Utara, Kabupaten Sinjai, Provinsi Sulawesi Selatan. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada kualitas pendidikan dan pengajaran yang baik serta aksesibilitasnya yang relatif mudah dijangkau. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, yang dikenal sebagai pendekatan tradisional karena telah lama digunakan dalam penelitian ilmiah. Penelitian kuantitatif

⁸ Putri Oktaviani, 'Hubungan Kesehatan Mental Dengan Perilaku *Bullying* Pada Siswa SMP', *Jurnal Ilmu Psikologi*, 9.1 (2021), h. 135.

⁹ Wardhana, "Bullying Di Sekolah: Pengertian Dan Dampaknya", *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4.2 (2015). h. 15.

¹⁰ Wardhana. Kesehatan Mental dalam Konteks Sekolah..., h. 10.

mengandalkan data yang dikumpulkan secara sistematis menggunakan instrumen penelitian, dengan sampel yang dipilih secara acak. Populasi adalah keseluruhan subjek atau objek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam konteks ini, populasi mencakup seluruh peserta didik MAN 1 Sinjai, yang berjumlah 540 siswa, terdiri dari tiga tingkatan kelas sebagai berikut:

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1	Kelas 10	156
2	Kelas 11	196
3	Kelas 12	188
Total		540

Metode pengambilan sampel ini termasuk dalam probability sampling, di mana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel penelitian. Berdasarkan tabel Morgan, dengan populasi sebesar 540 siswa dan tingkat kesalahan 5%, jumlah sampel yang diambil adalah 213 siswa, dengan distribusi sebagai berikut:

No	Kelas	Jumlah Sampel
1	Kelas 10	62
2	Kelas 11	77
3	Kelas 12	74
Total		213

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket (kuesioner). Statistik inferensial digunakan untuk menguji hipotesis. Pengujian hipotesis dimaksudkan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik terhadap perilaku bullying di MAN 1 Sinjai dapat diketahui dengan menggunakan analisis regresi berganda yang akan diuji dalam SPSS 25.

HASIL PENELITIAN

Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di MAN 1 Sinjai

Pada analisis deskriptif, data yang diolah mencakup aspek kecerdasan emosional peserta didik, meliputi skor maksimum, skor minimum, persentase data, rata-rata skor, standar deviasi, variasi, serta penyajian data. Analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai kecerdasan emosional peserta didik di MAN 1 Sinjai.

Tabel 1.1 Analisis Deskriptif Kecerdasan Emosional

Statistik Deskriptif	Nilai
Jumlah Sampel	213
Skor Maksimum	165

Skor Minimum	85
Rata-Rata (Mean)	120.23
Standar Deviasi	13.77579
Range	80
Median	118

Sumber data : Hasil olahan data kecerdasan emosional

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil penelitian dari 213 peserta didik terlihat bahwa skor maksimum sebesar 165 dan skor minimum yaitu 85 dengan nilai rata-rata 120,23, standar deviasi 13.77579, range sebesar 80 dan median sebesar 118. Selanjutnya kategorisasi kecerdasan emosional peserta didik di MAN 1 Sinjai disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1.2 Kategorisasi Kecerdasan Emosional

No.	Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	$X < 106$	26	12,20 %
2	Sedang	$107 \leq X < 133$	150	70,4%
3	Tinggi	$134 \leq X$	37	17,4%
Jumlah			213	100%

Sumber data : Analisis Angket Kecerdasan Emosional Peserta didik di MAN 1 Sinjai

Data pada tabel diperoleh hasil penelitian terdapat 26 orang responden yang termasuk dalam kategori rendah dengan persentase 12,20%, terdapat 150 orang responden yang termasuk dalam kategori sedang dengan persentase 70,4%, dan terdapat 37 orang responden yang termasuk dalam kategori tinggi dengan persentase 17,4%. Berdasarkan nilai yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kecerdasan kecerdasan emosional peserta didik di MAN 1 sinjai berapa pada kategori sedang yakni sebesar 70,4 %.

Kesehatan Mental Peserta Didik di MAN 1 Sinjai

Pada analisis deskriptif, data yang diolah mencakup aspek kesehatan mental peserta didik, meliputi skor maksimum, skor minimum, persentase data, rata-rata skor, standar deviasi, variasi, serta penyajian data. Analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai kesehatan mental peserta didik di MAN 1 Sinjai.

Tabel 1.3 Analisis Deskriptif Kesehatan Mental

Statistik Deskriptif	Nilai
Jumlah Sampel	213
Skor Maksimum	176
Skor Minimum	92
Rata-Rata (Mean)	129,22
Standar Deviasi	14.10383
Range	84
Median	127

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil penelitian dari 213 peserta didik terlihat bahwa skor maksimum sebesar 176 dan skor minimum yaitu 92 dengan nilai rata-rata 129,22, standar deviasi 14.10383, range sebesar 84 dan median sebesar 127. Selanjutnya kategorisasi kesehatan mental peserta didik di MAN 1 Sinjai disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1. 4 Kategorisasi Kesehatan Mental

No.	Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	$X < 115$	28	13, 15 %
2	Sedang	$116 \leq X < 142$	144	67,60%
3	Tinggi	$143 \leq X$	41	19,25%
Jumlah			213	100%

Sumber data : Hasil olaha data kesehatan mental

Data pada tabel diperoleh hasil penelitian terdapat 28 orang responden yang termasuk dalam kategori rendah dengan persentase 13,15%, terdapat 144 orang responden yang termasuk dalam kategori sedang dengan persentase 67,60%, dan terdapat 41 orang responden yang termasuk dalam kategori tinggi dengan persentase 19,25%. Berdasarkan nilai yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental peserta didik di MAN 1 sinjai berapa pada kategori sedang yakni sebesar 67,60 %.

Perilaku Bullying Peserta Didik di MAN 1 Sinjai

Pada analisis deskriptif, data yang diolah mencakup aspek kesetahan mental peserta didik, meliputi skor maksimum, skor minimum, persentase data, rata-rata skor, standar deviasi, variasi, serta penyajian data. Analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai kesehatan mental peserta didik di MAN 1 Sinjai.

Tabel 1.5 Analisis Deskriptif Perilaku Bullying

Statistik Deskriptif	Nilai
Jumlah Sampel	213
Skor Maksimum	150
Skor Minimum	37
Rata-Rata (Mean)	93,8592
Standar Deviasi	10,82314
Range	113
Median	91
Variance	117

Sumber data : Hasil olahan data kesehatan mental

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil penelitian dari 213 peserta didik terlihat bahwa skor maksimum sebesar 150 dan skor minimum yaitu 37 dengan nilai rata-rata 93,8592 standar deviasi 10,82314, range sebesar 113 dan median sebesar 91 serta variance sebesar 117. Selanjutnya kategorisasi perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1. 6 Kategorisasi Perilaku Bullying

No.	Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	$X < 83$	12	5,63 %
2	Sedang	$84 \leq X < 103$	172	80,75%
3	Tinggi	$104 \leq X$	29	13,62%
Jumlah			213	100%

Sumber data : Hasil Olahan data perilaku bullying

Data pada tabel diperoleh hasil penelitian terdapat 12 orang responden yang termasuk dalam kategori rendah dengan persentase 5,63%, terdapat 172 orang responden yang termasuk dalam kategori sedang dengan persentase 80,75%, dan terdapat 29 orang responden yang termasuk dalam kategori tinggi dengan persentase 13,62%. Berdasarkan nilai yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa perilaku bullying peserta didik di MAN 1 sinjai berapa pada kategori sedang yakni sebesar 80,75 %.

Uji Prasyarat

Sebelum melaksanakan uji hipotesis, dilakukan terlebih dahulu beberapa uji prasyarat, yaitu: uji normalitas untuk memeriksa apakah data memiliki distribusi normal, uji linearitas untuk mengevaluasi hubungan linear dalam data, dan uji homogenitas untuk mengamati pola sebaran data. Penjelasan untuk masing-masing uji tersebut akan diuraikan berikut ini.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data digunakan untuk mengetahui apakah data yang digunakan oleh peneliti berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Data berdistribusi normal apabila $\text{sig} > \alpha = 0,05$ dan begitupun sebaliknya data dikatakan tidak berdistribusi normal apabila $\text{sig} < \alpha = 0,05$. Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 25.

Berdasarkan analisis uji prasyarat yang diperoleh, maka kesimpulan hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. 7 Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov- Smirnov ^a		Keterangan
	Statistik	Sig	
Kecerdasan Emosional	0,126	0,200	Normal
Kesehatan Mental	0,117	0,200	Normal
Perilaku Bullying	0,167	0,200	Normal
a. Lilliefors Significance Correction.			

Sumber data : Olah data SPSS 25

Berdasarkan Tabel 4.7, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data memiliki distribusi normal. Hasil uji normalitas tersebut mengindikasikan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari tingkat signifikansi (α), sehingga data mengenai kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik terhadap perilaku bullying dapat dinyatakan berdistribusi normal.

Setelah dilakukan uji normalitas terhadap data penelitian yang didapatkan peneliti di lapangan, didapatkan hasil bahwa data tersebut telah berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk selanjutnya dilakukan uji hipotesis.

Uji Lineralitas

Hasil uji linearitas data dapat dilihat pada tabel Anova dengan memperhatikan nilai Sig Deviation from Linearity sebagai berikut:

Tabel 1.8 Uji Lineraritas X₁ dan Y

Pengujian	F	Sig	Keterangan
X ₁ dan Y	2.631	0, 794	Linear

Berdasarkan tabel 4.8 diperoleh nilai Sig Deviation from Linearity $0,794 > 0,05$ yang artinya terdapat hubungan linear secara signifikan antara kecerdasan emosional (X_1) dengan perilaku bullying (Y).

Kemudian untuk uji linearitas kesehatan mental (X_2) dengan perilaku bullying (Y) dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. 9 Uji Linearitas X_2 dan Y

Pengujian	F	Sig	Keterangan
X_2 dan Y	6.336	0, 217	Linear

Berdasarkan tabel 4.9 diperoleh nilai Sig Deviation from Linearity $0,217 > 0,05$ yang artinya terdapat hubungan linear secara signifikan antara kesehatan mental (X_2) dengan perilaku bullying (Y).

Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Bullying Peserta Didik di MAN 1 Sinjai.

Peneliti menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengidentifikasi sejauh mana kecerdasan emosional memengaruhi perilaku bullying peserta didik . Hasil analisis ini akan ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 1. 10 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana X_1 terhadap Y

Variabel	Unstandardized Coefficients	t	Sig.
Constant	-18.128	32.387	0.000
Kecerdasan emosional	1.019		
a. Dependent Variable: perilaku bullying			

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh tabel coefficient seperti pada tabel 4.10 dengan persamaan regresi $Y = 18.128 + 1,019X$. Dengan nilai konstanta (α) sebesar -18,128 yang artinya jika tidak ada kecerdasan emosional maka perilaku bullying peserta didik akan konstan sebesar -18,128 dan nilai koefisien regresi β untuk variabel kecerdasan emosional yaitu 1,019 yang artinya setiap penambahan 1 satuan kecerdasan emosional, maka perilaku bullying peserta didik akan bertambah sebesar 1,019 satuan.

Pada tabel tersebut juga diperoleh nilai Sig. 0,000 dan nilai t-hitung sebesar 32.387 sedangkan untuk nilai t-tabel diketahui sebesar 1,971 menggunakan tabel distribusi t two tail test. Hal ini menunjukkan bahwa nilai Sig. $0,000 < 0,05$ dan nilai t-hitung $32.387 > 1,971$ yang artinya kecerdasan emosional memberikan pengaruh yang positif dan signifikan terhadap perilaku bullying peserta didik.

Selanjutnya hasil uji koefisien determinasi kecerdasan emosional terhadap perilaku bullying peserta didik dapat dilihat pada tabel Model Summary dengan memperhatikan nilai R Square sebagai berikut:

Tabel 1. 11 Hasil Uji Koefisien Determinasi Hipotesis 1

Variabel	R	R Square	Keterangan
X ₁ – Y	.912 ^a	0.833	Ada pengaruh 83,3 %
a. Predictors: (Constant), kecerdasan emosional			

Pada tabel 4.11 di atas, diperoleh nilai koefisien determinasi atau R Square sebesar 0,833 atau 83,3% yang menunjukkan kontribusi kecerdasan emosional terhadap perilaku bullying peserta didik sebesar 83,3% artinya bahwa perubahan sebesar 83,3% pada perilaku bullying disebabkan oleh kecerdasan emosional peserta didik. Sedangkan sisanya 16,7% dari variabel lain yang tidak diteliti atau nilai error. Dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional memberikan kontribusi terhadap perilaku bullying.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional peserta didik berpengaruh terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai.

Pengaruh Kesehatan Mental peserta didik terhadap perilaku bullying di MAN 1 Sinjai.

Peneliti menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengidentifikasi sejauh mana kesehatan mental memengaruhi perilaku bullying peserta didik. Hasil analisis ini akan ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 1. 12 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana X₂ terhadap Y

Variabel	Unstandardized Coefficients	T	Sig.
Constant	-23.262	31.015	0.000
Kesehatan Mental	0.988		
a. Dependent Variable: perilaku bullying			

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh tabel coefficient seperti pada tabel 4.12 dengan persamaan regresi $Y = -23,262 + 0,988X$. Dengan nilai konstanta (α) sebesar -23,262 yang artinya jika tidak ada kesehatan mental maka perilaku bullying peserta didik akan konstan sebesar -23,262 dan nilai koefisien regresi β untuk variabel kecerdasan emosional yaitu 0,988 yang artinya setiap penambahan 1 satuan kesehatan mental, maka perilaku bullying peserta didik akan bertambah sebesar 0,988 satuan.

Pada tabel tersebut juga diperoleh nilai Sig. 0,000 dan nilai t-hitung sebesar 31.015 sedangkan untuk nilai t-tabel diketahui sebesar 1,971 menggunakan tabel distribusi t two

tail test. Hal ini menunjukkan bahwa nilai Sig. $0,000 < 0,05$ dan nilai t-hitung $31.015 > 1,971$ yang artinya kesehatan mental memberikan pengaruh yang positif dan signifikan terhadap perilaku bullying peserta didik.

Selanjutnya hasil uji koefisien determinasi kesehatan mental Summary dengan memperhatikan nilai R Square sebagai berikut:

Tabel 1. 13 Hasil Uji Koefisien Determinasi Hipotesis 2

Variabel	R	R Square	Keterangan
$X_2 - Y$	906 ^a	0.820	Ada pengaruh 82%
a. Predictors: (Constant), kesehatan mental			

Pada tabel 4.13 di atas, diperoleh nilai koefisien determinasi atau R Square sebesar 0,820 atau 82% yang menunjukkan kontribusi kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik sebesar 82% artinya bahwa perubahan sebesar 82% pada perilaku bullying disebabkan oleh kesehatan mental peserta didik. Sedangkan sisanya 18% dari variabel lain yang tidak diteliti atau nilai error. Dapat dikatakan bahwa kesehatan mental memberikan kontribusi terhadap perilaku bullying.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental peserta didik berpengaruh terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai.

Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Kesehatan Mental Peserta Didik Terhadap Perilaku Bullying di MAN 1 Sinjai.

Peneliti menggunakan analisis regresi linear berganda untuk mengidentifikasi sejauh mana kecerdasan emosional dan kesehatan mental memengaruhi perilaku bullying peserta didik. Hasil analisis ini akan ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 1. 14 Hasil Uji Regresi Linear Berganda X_1 dan X_2 terhadap Y

Model	B	T	Sig.	Keterangan
Constant	-18.759	-4.510	0.000	Ada pengaruh
Kecerdasan Emosional	0.087	2.967	0.001	
Kesehatan Mental	0.930	3.967	0.000	
a. Dependent Variable: perilaku bullying				

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai konstanta (α) sebesar -18.759 yang artinya jika tidak ada kecerdasan emosional dan kesehatan mental maka perilaku bullying peserta didik akan konstan sebesar -18.759 dan nilai koefisien regresi β_1 untuk variabel kecerdasan emosional yaitu 0.087 yang artinya setiap penambahan 1 satuan kecerdasan emosional, maka perilaku bullying peserta didik akan bertambah sebesar 0.087 satuan. Kemudian nilai koefisien regresi β_2 untuk variabel kesehatan mental yaitu 0.930 yang

artinya setiap penambahan 1 satuan kesehatan mental, maka perilaku bullying peserta didik akan bertambah sebesar 0.930 satuan.

Untuk melihat kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik secara bersama-sama berpengaruh terhadap perilaku bullying dapat dilihat pada tabel Anova dengan memperhatikan nilai F dan nilai Sig. Sebagai berikut:

Tabel 1. 15 Hasil Uji Hipotesis 3

Model		F	Sig.
Regression		522.408	.000 ^b
a. Dependent Variable: perilaku bullying			
b. Predictors: (Constant), kecerdasan emosional, kesehatan mental			

Berdasarkan tabel 4.15 diketahui nilai Sig. 0,000 dan nilai F-hitung sebesar 522,408 sedangkan untuk nilai F-tabel diketahui sebesar 3,890. Hal ini menunjukkan bahwa nilai Sig. 0,000 < 0,05 dengan nilai F-hitung 522,408 > Ftabel 3,890 yang artinya terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik secara bersama-sama berpengaruh terhadap perilaku bullying peserta didik.

Sedangkan untuk hasil uji koefisien kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik secara bersama-sama berpengaruh terhadap perilaku bullying peserta didik dapat dilihat pada tabel Model Summary sebagai berikut:

Tabel 1. 16 Hasil Uji Koefisien Determinasi Hipotesis 3

Variabel	R	R Square	Keterangan
X ₁ dan X ₂ – Y	.912 ^a	0.833	Ada pengaruh 83,3 %
a. Predictors: (Constant), kecerdasan emsoional, kesehatan mental			

Pada tabel 4.16 di atas, diperoleh nilai koefisien determinasi atau R Square sebesar 0,833 atau 83,3% yang menunjukkan kontribusi kecerdasan emosional dan kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik sebesar 83,3% artinya bahwa perubahan sebesar 83,3% pada perilaku bullying disebabkan oleh kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik. Sedangkan sisanya 16,7% dari variabel lain yang tidak diteliti atau nilai eror. Dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional dan kesehatan mental memberikan kontribusi terhadap perilaku bullying.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai.

PEMBAHASAN PENELITIAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian maka dilakukan pembahasan hasil penelitian, yaitu sebagai berikut:

Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Bullying Peserta Didik di MAN 1 Sinjai.

Pada hasil perhitungan analisis regresi linear sederhana pada variabel Kecerdasan emosional terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai menunjukkan nilai Sig $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak, hal ini membuktikan bahwa ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap perilaku bullying peserta didik. Adapun persamaan regresi linear sederhana diperoleh adalah $Y = 18,128 + 1,019X$ $Y = 18,128 + 1,019X$. Dengan $\alpha = 18,128$ dan $\beta = 1,019$ yang artinya jika kecerdasan emosional, maka perilaku bullying peserta didik meningkat sebesar 1,019 satuan. Selain itu, diketahui pula besar kontribusi kecerdasan emosional terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai, dilihat dari koefisien determinasi yaitu sebesar 83,3% sedangkan sisanya 16,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian ini maka hipotesis 1 yang berbunyi ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai diterima atau terbukti.

Menurut Daniel Goleman, kecerdasan emosional mencakup lima komponen utama: kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Ketika komponen ini dimanfaatkan secara positif, mereka membantu individu membangun hubungan yang sehat dan mengelola konflik dengan baik. Namun, jika kecerdasan emosional digunakan tanpa empati atau nilai moral, individu dapat menggunakannya untuk memanipulasi atau mendominasi orang lain, yang berpotensi meningkatkan perilaku bullying.¹¹ Perilaku individu dipengaruhi oleh interaksi antara faktor pribadi, lingkungan, dan perilaku itu sendiri. Dalam konteks ini, kecerdasan emosional peserta didik dapat menjadi alat untuk memahami emosi orang lain, yang jika digunakan secara negatif dapat memicu perilaku bullying.

Kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai karena kecerdasan emosional mencerminkan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka sendiri serta memahami emosi orang lain. Dalam konteks peserta didik, rendahnya kecerdasan emosional seringkali dikaitkan dengan ketidakmampuan mengelola konflik, kesulitan memahami perspektif teman, dan perilaku impulsif yang dapat memicu perilaku bullying.

Kesadaran diri adalah kemampuan mengenali dan memahami emosi diri sendiri, serta menyadari dampaknya terhadap perilaku. Adapun pengaruhnya terhadap perilaku bullying yakni peserta didik dengan kesadaran diri yang rendah cenderung tidak memahami emosi mereka, seperti marah atau frustrasi, sehingga mereka mungkin melampiaskannya melalui perilaku agresif terhadap teman sebayanya. Jadi kesimpulannya jika kesadaran diri peserta didik rendah maka cenderung untuk berperilaku bullying.

Mengelola emosi adalah kemampuan mengontrol emosi, terutama emosi negatif seperti marah, cemas, atau dendam. Pengaruh terhadap bullying adalah dengan ketidakmampuan mengelola emosi dapat menyebabkan peserta didik bereaksi secara impulsif, termasuk melakukan tindakan bullying untuk melampiaskan emosi tersebut. Jadi ketika peserta didik tidak mampu mengelola emosi dengan baik maka cenderung peserta didik berperilaku bullying.

¹¹Goleman, *Emotional Intelligence*...h. 211.

Kesadaran sosial adalah kemampuan memahami dan merasakan emosi orang lain, serta menunjukkan empati. Rendahnya kesadaran sosial membuat peserta didik tidak peka terhadap perasaan korban bullying, sehingga perilaku menyakiti dianggap normal atau bahkan menyenangkan. Jadi ketika peserta didik tidak memiliki kesadaran sosial yang tinggi maka cenderung untuk berperilaku bullying.

Keterampilan sosial adalah Kemampuan berinteraksi dengan orang lain secara efektif, termasuk menjalin hubungan yang sehat dan menyelesaikan konflik. Peserta didik dengan keterampilan sosial yang rendah sering mengalami kesulitan dalam menyelesaikan konflik secara damai, sehingga beralih pada perilaku agresif sebagai solusi. Jadi ketika peserta didik tidak memiliki kemampuan berinteraksi dengan baik maka cenderung untuk berperilaku bullying.

Motivasi diri adalah kemampuan untuk memotivasi diri dalam mencapai tujuan tanpa dipengaruhi oleh emosi negatif. Peserta didik dengan motivasi diri yang tinggi cenderung memiliki tujuan yang positif dan tidak terdorong untuk melakukan tindakan bullying. Jadi ketika peserta didik tidak memiliki motivasi diri yang tinggi maka cenderung untuk berperilaku bullying.

Empati adalah kemampuan untuk merasakan dan memahami emosi orang lain. Peserta didik yang kurang berempati tidak memahami dampak buruk dari perilaku mereka terhadap korban, sehingga cenderung melakukan bullying tanpa merasa bersalah. Jadi ketika peserta didik tidak memiliki empati yang tinggi maka cenderung untuk berperilaku bullying.

Keterampilan manajemen konflik adalah Kemampuan untuk menangani konflik dengan cara yang konstruktif dan tidak merusak. Peserta didik yang tidak memiliki keterampilan ini cenderung menggunakan kekerasan verbal atau fisik sebagai cara untuk menyelesaikan konflik. Jadi ketika peserta didik tidak memiliki kemampuan dalam manajemen konflik yang tinggi maka cenderung untuk berperilaku bullying.

Penelitian ini menegaskan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai, dengan kontribusi sebesar 83,3%. Meskipun hubungan positif antara kedua variabel ini mungkin mengejutkan, hal ini menyoroti pentingnya pendekatan strategis dalam pendidikan kecerdasan emosional, termasuk pengintegrasian nilai moral dan pengendalian diri. Kecerdasan emosional berfungsi sebagai "rem" dalam pengelolaan perilaku, sehingga ketika indikator yang di jelaskan di atas rendah maka peserta didik lebih rentan melakukan tindakan bullying. Pendekatan pendidikan yang memperkuat aspek KE dapat menjadi solusi dalam mengurangi perilaku tersebut.

Pengaruh Kesehatan Mental terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai.

Pada hasil perhitungan analisis regresi linear sederhana pada variabel

Kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai menunjukkan nilai Sig $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak, hal ini membuktikan bahwa ada pengaruh kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik. Adapun persamaan regresi linear sederhana diperoleh adalah $Y = -23,262 + 0,988X$. Dengan $\alpha = -23,262$ dan $\beta = 0,988$ yang artinya jika kesehatan mental, maka perilaku bullying peserta didik meningkat sebesar 0,988satuan. Selain itu, diketahui pula besar kontribusi kesehatan mental

terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai, dilihat dari koefisien determinasi yaitu sebesar 82% sedangkan sisanya 18% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian ini maka hipotesis 2 yang berbunyi ada pengaruh kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai diterima atau terbukti.

Marie Jahoda mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan yang ditandai dengan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri, memiliki konsep diri yang positif, dan kemampuan untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat. Ketika aspek-aspek ini terganggu, individu mungkin menunjukkan perilaku maladaptif, seperti bullying.¹²

Kesehatan mental memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai karena kesehatan mental mencerminkan kemampuan individu untuk berfungsi secara optimal dalam aspek emosional, sosial, dan psikologis. Ketika kesehatan mental terganggu, peserta didik cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola tekanan, menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Berikut penjelasan rinci berdasarkan indikator-indikator yang digunakan dalam penelitian:

Adaptasi lingkungan adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, akademik, dan keluarga. Adapun kenapa bisa berpengaruh karena ketika peserta didik yang kesulitan beradaptasi dengan lingkungan cenderung merasa terasing dan frustrasi, yang dapat mendorong mereka untuk menggunakan bullying sebagai cara untuk memperoleh kendali atau rasa diterima. Sebaliknya, ketidakmampuan beradaptasi juga dapat menjadikan mereka target bullying karena dianggap berbeda.

Integrasi kepribadian adalah kemampuan individu untuk menjaga kesatuan antara emosi, pikiran, dan perilaku. Peserta didik dengan integrasi kepribadian yang rendah mungkin menunjukkan perilaku agresif akibat konflik internal atau ketidakstabilan emosional. Misalnya, mereka yang tidak mampu mengintegrasikan rasa marah atau kecewa mungkin mengekspresikannya melalui perilaku bullying.

Realisasi diri adalah kemampuan individu untuk mencapai potensi dirinya secara optimal sesuai dengan nilai dan tujuan hidup. Ketika peserta didik tidak mampu mencapai realisasi diri karena tekanan psikologis atau lingkungan yang tidak mendukung, mereka mungkin merasa rendah diri atau frustrasi. Hal ini dapat mendorong mereka untuk menindas orang lain sebagai bentuk kompensasi atas perasaan inferior tersebut.

Keseimbangan sehat lahir dan batin adalah kondisi di mana peserta didik memiliki kesehatan fisik dan emosional yang seimbang. Peserta didik yang tidak memiliki keseimbangan ini mungkin lebih rentan terhadap stres, kecemasan, atau depresi, yang pada gilirannya meningkatkan kemungkinan perilaku agresif seperti bullying. Sebaliknya, mereka yang memiliki keseimbangan ini lebih cenderung menunjukkan perilaku positif dalam hubungan sosial.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kesehatan mental memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai, dengan kontribusi sebesar 82%. Ketika kesehatan mental peserta didik yang baik dalam mengelola tekanan

¹²Marie Jahoda, *Current Concepts of Positive Mental Health* (New York: Basic Books., 2011). h. 90.

dan membangun hubungan yang positif, sehingga mengurangi risiko perilaku bullying. Oleh karena itu, pendekatan untuk meningkatkan kesehatan mental, seperti konseling dan pendidikan karakter, sangat penting dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung.

Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Kesehatan Mental Terhadap Perilaku Bullying Peserta Didik di MAN 1 Sinjai.

Pada hasil perhitungan analisis regresi linear berganda pada variabel kecerdasan emosional dan kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai menunjukkan nilai Sig $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak, hal ini membuktikan bahwa ada pengaruh kecerdasan emosional dan kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik. Adapun persamaan regresi linear berganda diperoleh adalah $Y = -18,759 + 0,087X_1 + 0,930X_2$. Dengan $\alpha = -18,759$ dan $\beta_1 = 0,087$ dan $\beta_2 = 0,930$ yang menyatakan bahwa apabila kecerdasan emosional dan kesehatan mental bernilai nol atau konstan maka perilaku bullying bernilai -18,759. Selain itu diketahui pula besar kontribusi pengaruh kecerdasan emosional dan kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai sebesar 83,3% dan Sisanya 16,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti lingkungan keluarga, pengaruh teman sebaya, atau budaya sekolah.

Menurut Daniel Goleman, kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain. Dalam konteks ini, kecerdasan emosional yang tidak diarahkan dengan benar dapat meningkatkan perilaku bullying, terutama jika peserta didik menggunakan keterampilan emosional mereka untuk memanipulasi atau mendominasi temannya.

Kesehatan mental, menurut Jahoda, melibatkan keseimbangan dalam fungsi emosional, kemampuan adaptasi, dan hubungan interpersonal. Gangguan dalam salah satu aspek ini dapat memicu perilaku maladaptif seperti bullying..

Kecerdasan emosional dan kesehatan mental memiliki pengaruh yang signifikan dan saling melengkapi terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai. Ketika kedua faktor ini terganggu, peserta didik lebih rentan menunjukkan perilaku bullying.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk memahami, mengelola, dan mengarahkan emosi secara positif. Sementara itu, kesehatan mental mencakup stabilitas emosional dan psikologis, yang memungkinkan individu berfungsi secara optimal dalam lingkungan sosialnya. Kedua aspek ini saling mendukung:

Ketika kecerdasan emosional rendah sering kali menyebabkan ketidakmampuan mengelola stres atau konflik, yang kemudian dapat memperburuk kondisi kesehatan mental. Begitu pun dengan kesehatan mental yang terganggu dapat menurunkan kemampuan seseorang untuk menggunakan kecerdasan emosional secara efektif, seperti mengelola emosi atau menunjukkan empati.

Ketika kecerdasan emosional dan kesehatan mental tidak optimal, risiko perilaku bullying meningkat. Rendahnya kemampuan mengelola emosi dan konflik. Peserta didik dengan kecerdasan emosional rendah cenderung tidak mampu mengendalikan amarah atau frustrasi, sementara kesehatan mental yang buruk memperparah ketidakstabilan emosi ini. Kombinasi ini meningkatkan mereka melampiaskan emosinya melalui bullying.

Ketidakmampuan menyelesaikan konflik secara sehat juga membuat mereka lebih cenderung memilih agresi sebagai jalan keluar.

Kecerdasan emosional yang rendah mengurangi empati terhadap orang lain, sementara gangguan kesehatan mental seperti depresi atau kecemasan, memperburuk ketidakpedulian terhadap dampak perilaku mereka pada korban. Ini menciptakan kondisi di mana pelaku tidak merasa bersalah melakukan bullying.

Gangguan integrasi kepribadian akibat kecerdasan emosional yang terganggu memengaruhi stabilitas emosional peserta didik. Hal ini diperburuk oleh kurangnya kemampuan kesehatan mental untuk mengidentifikasi dan mengatasi masalah internal, sehingga mereka lebih mudah terjerumus ke perilaku bullying sebagai bentuk pelarian. Kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang positif. Kecerdasan emosional yang rendah menyebabkan kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Kesehatan mental yang terganggu, seperti perasaan isolasi, memperparah masalah ini, mendorong mereka untuk menggunakan intimidasi sebagai cara untuk merasa "berkuasa" atau diterima.

Ketika kecerdasan emosional dan kesehatan mental secara bersamaan terganggu, peserta didik tidak hanya lebih rentan menjadi pelaku bullying, tetapi juga sulit untuk memahami dampak jangka panjangnya, baik terhadap korban maupun diri mereka sendiri. Kombinasi ini menciptakan lingkaran setan, di mana perilaku bullying memperburuk kondisi mental mereka, yang pada gilirannya semakin memperburuk kecerdasan emosional dan kesehatan mental mereka.

Kesimpulannya, kecerdasan emosional dan kesehatan mental adalah dua faktor saling terkait yang memengaruhi perilaku bullying. Intervensi yang holistik untuk meningkatkan kedua aspek ini sangat penting untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung bagi semua peserta didik. Sehingga semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional dan kesehatan mental maka semakin rendah tingkat terjadinya perilaku bullying.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada pengaruh dan besarnya pengaruh kecerdasan emosional terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai yaitu sebesar 83,3% sedangkan sisanya 16,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian. Adapun nilai signifikan sebesar $0.000 < 0,05$. Dengan demikian ada pengaruh positif dan signifikan antara kecerdasan emosional terhadap perilaku bullying, semakin tinggi kecerdasan emosional maka taraf perilaku bullying akan berkurang.
2. Ada pengaruh dan besarnya pengaruh kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai yaitu sebesar 82% sedangkan sisanya 18% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian. Adapun nilai signifikan sebesar $0.000 < 0,05$. Dengan demikian ada pengaruh positif dan signifikan antara kesehatan mental terhadap perilaku bullying, semakin tinggi kesehatan mental maka taraf perilaku bullying akan meningkat.
3. Ada pengaruh dan besarnya pengaruh kecerdasan emosional dan kesehatan mental terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai yaitu sebesar

83,3% dan sisanya sebesar 16,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian. Adapun nilai signifikan sebesar $0.000 < 0,05$. Dengan demikian ada pengaruh positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dan kesehatan mental secara bersama-sama terhadap perilaku bullying peserta didik di MAN 1 Sinjai, semakin tinggi kecerdasan emosional dan kesehatan mental peserta didik maka perilaku bullying peserta didik juga makin meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Dian Rakhmawati, "Pengaruh Bullying Terhadap Kecerdasan Emosional Dan Kesehatan Mental Anak Di Sd Negeri 08 Mulyoharjo Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang' (Universitas Negeri Semarang (Unnes), 2019)
- Goleman, Daniel, Emotional Intelligence (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2017)
- , Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional) Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2011)
- Hidayat, Bimbingan Konseling, Kesehatan Mental Di Sekolah (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014)
- Jahoda, Marie, Current Concepts of Positive Mental Health (New York: Basic Books., 2011)
- Kurnia, Imas, Bullying (Bandung: Relasi Inti Media, 2016)
- Kurniawan, Y, and A Sudrajat, 'Peran Teman Sebaya Dalam Pembentukan Karakter Siswa MTs (Madrasah Tsanawiyah)', SOCIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial, 2017 <<https://journal.uny.ac.id/index.php/sosia/article/view/17641>>
- Oktaviani, Putri, 'Hubungan Kesehatan Mental Dengan Perilaku Bullying Pada Siswa SMP', Jurnal Ilmu Psikologi, 9.1 (2021)
- Wardhana, "Bullying Di Sekolah: Pengertian Dan Dampaknya", Jurnal Psikologi Pendidikan, 4.2 (2015)
- Wiyani, Novan Ardy, Save Our Children from School Perilaku Bullying (Yogyakarta: Ar-Ruzz, 2014)
- Yuyarti, 'Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter', Jurnal Kreatif, 9.1 (2018)