



Pengaruh Resiliensi Akademik terhadap Depresi pada Siswa Korban *Bullying* di Lingkungan Sekolah Swasta

Rizki Dharma Syahputra¹, Zarina Akbar², Mira Ariyanti³, Herdiyan Maulana⁴, Deasyanti⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Negeri Jakarta

¹dharmarizki10@gmail.com, ²zarina_akbar@unj.ac.id, ³mira-ariyanti@unj.ac.id,

⁴Herdiyan-Maulana@unj.ac.id, ⁵deasyanti@unj.ac.id

How to cite (in APA Style): Syahputra, R.D.; Akbar, Z.; Ariyanti, M.; Maulana, H.; Deasyanti. (2025). Pengaruh Resiliensi Akademik terhadap Depresi pada Siswa Korban *Bullying* di Lingkungan Sekolah Swasta. *LENTERA: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 18 (1), pp. 1-8.

Abstract: Academic resilience is the ability to endure and recover from difficulties, and it is a key factor in students' educational success, helping them adapt and continue progressing in their studies. Depression is a mental health disorder characterized by feelings of sadness, pessimism, loneliness, and sometimes has a familial tendency. It is associated with morbidity and mortality, often caused by substance abuse or suicidal tendencies. This explanation highlights that depression is a serious issue that can affect anyone and needs to be addressed with proper care and action. The sample in this study consisted of 118 respondents, who were students from a private school, aged 11-18 years, and had experienced bullying. Data collection in this research used two types of scales: the Indonesian Academic Resilience Scale Development and Validation, using Rasch Models, developed by Ramdani, Hanurawan, Ramli, Lasan, & Afdal in 2021, and the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) developed by Radloff, L. S. (1977). The analysis method used in this study was regression analysis to examine the relationships between variables. The results indicated a significant influence of academic resilience on depression, with $p = 0.032 < 0.05$, meaning it has a 3.2% impact.

Keywords: academic resilience, depression, bullying, private school students.

PENDAHULUAN

Resiliensi Akademik merupakan kemampuan untuk bertahan dan bangkit dari kesulitan adalah faktor kunci dalam kesuksesan pendidikan siswa, yang dapat membantu mereka beradaptasi dan terus maju dalam belajar (Pratiwi & Kumalasari, 2021). Resiliensi akademik adalah kemampuan siswa untuk mencapai hasil pendidikan yang baik meskipun menghadapi berbagai tantangan atau kesulitan. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki resiliensi mampu mengatasi

rintangan, tetap berfokus pada tujuan belajar, dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi masalah. Resiliensi ini penting dalam pendidikan karena dapat membantu siswa mengembangkan sikap positif dan keterampilan yang diperlukan untuk sukses dalam belajar, meskipun dalam situasi yang sulit (Septiani, Maslihah, & Musthofa, 2021).

Menurut Poerwanto & Prihastiwi (2017) Resiliensi akademik bukanlah sifat yang dibawa sejak lahir, melainkan sesuatu yang dapat dikembangkan melalui pengalaman dan latihan ketika menghadapi tekanan. Peran orang tua dan guru sangat penting dalam proses ini. Mereka diharapkan menciptakan situasi yang menantang agar anak-anak dapat belajar bagaimana mengatasi stres dan tantangan. Dengan cara ini, anak-anak dapat membangun kekuatan mental dan keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi kesulitan, sehingga mereka bisa mencapai keberhasilan akademik. Pendekatan ini menekankan pentingnya dukungan dan bimbingan dari lingkungan sekitar dalam membentuk resiliensi siswa.

Depresi merupakan suatu gangguan keadaan tidak menentunya perasaan yang ditandai dengan perasaan sedih, pesemis, kesepian, ada kalanya depresi bersifat familial, dan memiliki hubungan morbiditas dan mortalitas yang diakibatkan penyalahgunaan zat kimia atau keinginan bunuh diri. (Mayasari, 2020).

Depresi merupakan suatu kondisi psikis yang dialami seseorang dimana ia mengalami penurunan pada kondisi jiwanya, depresi dapat diakibatkan dari beberapa tindakan yang berasal dari eksternal, seperti lingkungan yang tidak mendukung seseorang untuk berkembang, atau pengaruh orang-orang disekitarnya. Depresi merupakan jaringan gejala yang kompleks dan dinamis yang menyebabkan satu sama lain (Aalbers, G. 2018).

Budaya sekolah mencerminkan nilai-nilai dominan yang diterapkan untuk mencapai tujuan sekolah. Budaya ini mencakup sistem kepercayaan, nilai-nilai, dan norma yang dijadikan pedoman perilaku anggota sekolah dalam menghadapi masalah eksternal dan internal. Budaya sekolah berperan penting dalam meningkatkan kualitas sekolah dan kehidupan di dalamnya (Candra, Sudirman, & Silaban, 2019)

Bullying adalah tindakan yang umum dan merugikan, yang dapat terjadi dalam berbagai bentuk, seperti verbal, fisik, atau psikologis. Tindakan ini menyebabkan korban mengalami tekanan, trauma, dan perasaan tak berdaya. Pelaku bullying, yang sering disebut "bully," dapat berasal dari berbagai latar belakang tanpa memandang jenis kelamin atau usia. Penjelasan ini menyoroti bahwa bullying adalah masalah serius yang dapat mempengaruhi siapa saja dan perlu ditangani dengan perhatian dan tindakan yang tepat (Nur, Yasriuddin, & Azijah, 2022).

Salah satu jenis bullying adalah verbal bullying, verbal bullying adalah salah satu bentuk bullying yang melibatkan tindakan intimidasi melalui kata-kata. Tindakan ini berlangsung secara terus-menerus dan berulang, yang dapat dilakukan baik secara langsung maupun melalui media komunikasi, seperti pesan chat atau

telepon. Pesan-pesan yang disampaikan biasanya bertujuan untuk menyakiti perasaan korban. Penjelasan ini menyoroti betapa seriusnya dampak dari verbal bullying, yang dapat menyebabkan trauma emosional bagi individu yang menjadi sasaran (Muntasiroh, 2019).

KAJIAN TEORI

Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik adalah kemampuan individu untuk menghadapi dan merespon kesulitan yang dihadapinya dengan cara yang positif. Resiliensi ini mencakup perilaku adaptif yang tidak hanya membantu individu untuk bertahan, tetapi juga untuk berhasil dan menunjukkan kualitas diri yang baik. Selain itu, resiliensi akademik memungkinkan individu untuk terus berkembang, bahkan dalam situasi yang sulit, dan melebihi harapan yang ada. Hal ini menekankan pentingnya kemampuan untuk beradaptasi dan belajar dari tantangan dalam mencapai kesuksesan akademik (Gilligan, 2007).

Siswa yang memiliki resiliensi akademik tinggi adalah mereka yang mampu mencapai kesuksesan dalam pendidikan meskipun menghadapi situasi yang tidak menguntungkan. Siswa ini memiliki kemampuan untuk mengatasi berbagai kesulitan, baik yang bersifat sementara (akut) maupun yang berkepanjangan (kronis), yang dapat menghambat perkembangan pendidikan mereka. Dengan kata lain, resiliensi akademik memungkinkan siswa untuk tetap berfokus pada tujuan belajar mereka dan menemukan cara untuk mengatasi tantangan, sehingga mereka dapat terus berkembang meskipun ada hambatan yang signifikan (Martin, 2013 dalam Oktavia, Hariko, Taufik, & Handayani 2024).

Depresi

Depresi adalah perasaan atau kondisi emosional yang ditandai dengan rasa sedih yang terus-menerus, bersalah terhadap diri sendiri dan hidup yang tak berarti, mengisolasi diri terhadap lingkungan dan masyarakat sekitar, kesulitan tidur, hilangnya gairah seksual, kehilangan selera makan, serta kehilangan minat serta kesenangan pada aktivitas yang biasa dilakukan sehari-hari, sebagian besar kita terkadang tentu pernah merasakan kecemasan dan kesedihan pada suatu masa di dalam hidup kita namun tidak dengan frekuensi yang cukup untuk menegaskan diagnosis depresi (Davison, Neale, & Kring. 2014).

Depresi merupakan suatu gangguan kejiwaan pada perasaannya (afektif/*mood*) yang ditandai dengan hilangnya gairah dan minat untuk melanjutkan kehidupannya (Dirgayunita, 2016). Depresi acap kali berhubungan, atau berkomorbid dengan masalah psikologis lainnya yaitu diantaranya, penyalahgunaan zat terlarang (zat adiktif), serangan panik (*panic attack*), disfungsi seksual, dan gangguan kepribadian (Davison, Neale, & Kring, 2014).

METODE

Pendekatan yang penulis gunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan data yang dikumpulkan berupa data berbentuk angka sebagai lamban dari kejadian atau peristiwa yang dianalisis melalui teknik statistik (Yusuf, 2016). Variabel yang digunakan pada penelitian ini yaitu *independent variable* (variabel bebas) dan *dependent variable* (variabel terkait)

Independent variable (variabel bebas), merupakan variabel yang pengaruhnya terhadap variabel lain yang ingin diketahui atau sebab timbulnya variabel terikat (Azwar, 1998). Variabel bebas pada penelitian ini yaitu Depresi. Sedangkan *dependent variable* (variable terikat), merupakan variabel yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain atau menjadi akibat timbulnya variabel bebas (Azwar, 1998). Variabel terikat pada penelitian ini yaitu Resiliensi Akademik.

Populasi merupakan kelompok besar yang mencakup objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti yang nantinya akan dipelajari lalu akan diambil kesimpulannya (Anshori dan Iswati, 2019). Populasi pada penelitian ini adalah siswa yang bersekolah di sekolah swasta.

Sampel merupakan sebagian dari subjek dalam populasi yang diteliti, yang tentu mampu untuk mewakili populasinya, sampel merupakan bagian atau jumlah serta karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sutrisno, Suaib, dan Ichwan, 2017). Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah quota sampling dimana teknik penarikan sampling dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai pada jumlah (quota) yang diinginkan. (Zulkarnain, 2013). Ciri-ciri tersebut adalah siswa yang bersekolah di sekolah swasta, berusia 11-18 tahun, dan pernah menjadi korban *bullying*.

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian menggunakan skala likert dalam bentuk kuesioner. Kuesioner berisikan pertanyaan terkait variabel yang hendak diukur. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua jenis skala yang memiliki acuan pada alat ukur yaitu skala the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) disusun oleh Radloff, L. S. (1977), dan skala Development and Validation of Indonesian Academic Resilience Scale Using Rasch Models disusun oleh Ramdani, Hanurawan, Ramli, Lasan, & Afdal (2021).

Teknik analisa data pada penelitian ini bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya pengaruh resiliensi akademik terhadap depresi pada siswa korban *bullying* di lingkungan sekolah swasta. Metode analisa yang digunakan berupa analisa regresi untuk melihat pengaruh antar variable tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah responden pada penelitian ini adalah sebanyak 118 orang siswa yang bersekolah di lingkungan sekolah swasta dan berada pada rentang usia 11-18 tahun. Data responden pada penelitian ini diambil menggunakan google forms. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh resiliensi akademik terhadap depresi pada siswa korban *bullying* di lingkungan sekolah swasta. Peneliti melakukan uji normalitas, dan uji regresi linear, menggunakan software JASP 0.19.2. Setelah dilakukan uji statistik menggunakan JASP versi 0.19.2 untuk melihat outlier, terdapat 5 outlier atau terdapat 5 responden yang tidak diikuti sertakan pada proses analisis selanjutnya karena jawaban dari responden-responden tersebut berada jauh dibawah atau diatas rata-rata. Menurut Sampson (2019) untuk melakukan uji normalitas dan uji asumsi, outlier pada penelitian ini harus dibuang dan tidak diikuti sertakan dalam analisis data, agar data pada penelitian ini berdistribusi normal. Maka dapat dikatakan bahwa jumlah responden setelah outlier dibuang, hanya tersisa 113 responden. Hasil uji analisis data dapat dijabarkan sebagai berikut.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Resiliensi Akademik	Depresi
	Sig (p)	Sig (p)
	0.518	0.797

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data yang terdistribusi normal. Berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov, nilai $p > 0,5$, yang menunjukkan data tersebut signifikan, maka normalitas data tersebut dapat diterima (Sampson, 2019).

Tabel 2. Hasil Uji Regresi Linear

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE	R ² Change	df1	df2	p	Durbin-Watson		
									Autocorrelation	Statistic	p
M ₀	0.000	0.000	0.000	8.989	0.000	0	112		0.065	1.865	0.468
M ₁	0.202	0.041	0.032	8.844	0.041	1	111	0.032	0.047	1.902	0.605

Berikut hasil analisis dari tabel 2, Model M₁ memiliki nilai R = 0.202, menunjukkan hubungan yang sangat lemah. R²: Proporsi variabilitas variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh variabel independen. Pada M₁, R² = 0.041 berarti hanya 4.1% variansi variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh model. Pada M₁, Adjusted R² = 0.032, artinya model tetap hanya menjelaskan sekitar 3.2% variansi data setelah penyesuaian. Model M₁ memiliki RMSE = 8.844, menunjukkan seberapa jauh prediksi model dari data sebenarnya. Nilai R² Change = 0.041, menunjukkan peningkatan kecil dalam kemampuan model menjelaskan variabel dependen. Nilai p = 0.032 untuk model M₁ menunjukkan bahwa model signifikan secara statistik pada tingkat kepercayaan 5% ($p < 0.05$). Ini berarti variabel independen dalam M₁ memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen. Model M₁ memiliki nilai Durbin-Watson = 1.902, yang

mendekati angka 2. Ini menunjukkan tidak adanya autokorelasi yang signifikan pada residual (Sampson, 2019).

Tabel 3. Uji Anova

ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
M ₁	Regression	368.233	1	368.233	4.708	0.032
	Residual	8681.997	111	78.216		
	Total	9050.230	112			

Note. M₁ includes SKORTOT RA

Note. The intercept model is omitted, as no meaningful information can be shown.

Berikut merupakan analisis tabel diatas yaitu uji anova yang menunjukkan $p = 0.032 < 0.05$, menunjukkan hasil yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa variabel resiliensi akademik (RA) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel depresi (Sampson, 2019). Hasil ini sesuai dengan penelitian terdahulu milik Afifah & Wardani (2023) yang menyatakan bahwa resiliensi akademik memiliki pengaruh terhadap depresi. Resiliensi akademik merujuk pada kemampuan individu untuk mempertahankan prestasi akademik dan mengatasi tantangan pendidikan meskipun menghadapi kesulitan, yang berarti pada penelitian ini memiliki pengaruh kecil antara variable resiliensi akademik dan depresi dengan presentase 3,2%.

SIMPULAN

Berdasarkan hipotesis yang diajukan mengenai pengaruh dan resiliensi akademik terhadap depresi, menunjukkan hasil yang diharapkan, yaitu hipotesis pada penelitian ini diterima dan terdapat pengaruh yang signifikan pada resiliensi akademik dalam memengaruhi depresi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aalbers, G., McNally, R. J., Heeren, A., De Wit, S., & Fried, E. I. (2019). Social media and depression symptoms: A network perspective. *Journal of Experimental Psychology: General*, 148(8), 1454. <http://dx.doi.org/10.1037/xge0000528>.
- Afifah, N. P., & Wardani, I. Y. (2023). HUBUNGAN RESILIENSI AKADEMIK DENGAN STRES, KECEMASAN, DAN DEPRESI REMAJA SMA DI MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 8(1), 41-50.
- Anshori, M., & Iswati, S. (2019) *Metodologi Penelitian Kuantitatif: edisi 1*. Airlangga University Press.
- Azwar, S. (1998). *Metode Penelitian: Edisi 1*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Candra, V., Sudirman, A., & Silaban, P. (2019). Pengaruh gaya kepemimpinan, budaya sekolah dan motivasi terhadap kinerja guru SMP swasta. *Harmoni*

-
- Sosial: *Jurnal Pendidikan IPS*, 6(1), 49-60.
<http://dx.doi.org/10.21831/hsjpi.v6i1.25359>
- Davison, G. C., et al., 2014. Psikologi Abnormal penerjemah Noermalasari Fajar. Ed. 9, Cet.4. Jakarta : Rajawali Pers hlm 372.
- Gilligan, R. (2007). Adversity, resilience and the educational progress of young people in public care. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 12(2), 135–145. <https://doi.org/10.1080/13632750701315631>
- Mayasari, N. N. (2020). Gambaran umum depresi. SMF Psikiatri. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/download/7034/5279>
- Muntasiroh, L. (2019). Jenis-jenis bullying dan penanganannya di SD N Mangonharjo Kota Semarang. *Jurnal Sinektik*, 2(1), 106-116. <https://doi.org/10.33061/js.v2i1.2983>
- Nur, M., Yasriuddin, Y., & Azijah, N. (2022). Identifikasi Perilaku Bullying Di Sekolah (Sebuah Upaya Preventif). *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(3), 685-691. <http://dx.doi.org/10.35931/am.v6i3.1054>
- Oktavia, P., Hariko, R., Taufik, T., & Handayani, P. G. (2024). Resiliensi Akademik Siswa SMA yang Tinggal Kelas. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 2701-2709. <https://doi.org/10.31004/jptam.v8i1.12793>
- Poerwanto, A., & Prihastiwi, W. J. (2017). Analisis prediktor resiliensi akademik siswa sekolah menengah pertama di Kota Surabaya. *PSIKOSAINS: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, 12(1), 45-56. <http://dx.doi.org/10.30587/psikosains.v12i1.140>
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 138-â. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5482>
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied psychological measurement*, 1(3), 385-401. <https://doi.org/10.1177%2F014662167700100306>.
- Ramdani, R., Hanurawan, F., Ramli, M., Lasan, B. B., & Afdal, A. (2021). Development and Validation of Indonesian Academic Resilience Scale Using Rasch Models. *International Journal of Instruction*, 14(1), 105-120. <http://dx.doi.org/10.29333/iji.2021.1417a>
- Sampson, M, G. (2019). Statistical Analysis in JASP: A Guide for students. DOI 17 10.6084/m9.figshare.9980744.
- Septiani, A. R., Maslihah, S., & Musthofa, M. A. (2021). Resiliensi dan kesejahteraan subjektif anak didik Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 143-168. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art8>
- Yusuf, A. M. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif & penelitian gabungan*. Prenada Media

Zulkarnain, R. M. (2013). Analisis faktor yang mempengaruhi terjadinya fraud pada dinas Kota Surakarta. *Accounting Analysis Journal*, 2(2). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/aaj/article/view/2852>.