

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Remaja adalah orang yang mengalami badai dan stres saat ketegangan sosial, mengalami perubahan mood dengan cepat jika remaja tidak dapat menyelesaikannya dengan baik, hal ini membuat remaja rentan terhadap penindasan (Diananda, 2019). Hal tersebutlah yang membuat remaja rentan menjadi korban *bullying* dengan merasa depresi, cemas, tertekan, sedih, dan khawatir (Ningrum and Amna, 2020)

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok terhadap orang-orang atau kelompok lain yang dilakukan secara berulang-ulang dengan cara menyakiti secara fisik maupun mental. *Bullying* digambarkan sebagai penyalahgunaan kekuasaan oleh pelaku dengan tujuan melukai atau menimbulkan tekanan / stres pada korban secara berkala. Akibatnya, tindakan seperti menendang, melihat dengan sinis, dan memaksa. Dijumpai dalam perilaku *bullying* yang dikategorikan ke dalam beberapa jenis. Jenis-jenis perilaku *bullying* yaitu bullying verbal, fisik serta cyberbullying (Ningrum and Amna, 2020)

Bullying di kalangan remaja menjadi perhatian publik, bahwa keterlibatan remaja sebagai pelaku bullying berkaitan dengan permasalahan kesehatan mental, ditemukan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara bullying dengan kesehatan mental pada penelitian (Faizah and Amna, 2017). Dampak yang dialami oleh partisipan dalam penelitian ini diantaranya yaitu dampak fisik, dampak psikologis, dan dampak sosial.

V.2 Saran

Berikut ini ialah beberapa hal yang perlu diperhatikan sebagai masukan untuk pihak terkait yang sesuai dengan topik produk Karya Ilmiah Akhir Ners ini, yaitu :

Ulpa Susanti, 2021

UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN REMAJA MELALUI STOP BULLYING

UPN Veteran Jakarta, FIKES, Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

a. Bagi Remaja

Remaja diharapkan mengetahui tentang dampak bullying sehingga bisa menghargai sesama tidak akan melakukan pengejekan kepada teman yang lain dan menjauhi bentuk Bullying fisik, psikologis, verbal maupun cyberbullying.

b. Bagi sekolah

Sekolah diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada remaja mengenai pengetahuan terkait dengan penyuluhan kesehatan psikologis dengan cara memberikan penyuluhan stop bullying sehingga memberikan informasi kepada remaja serta sekolah di harapkan mengadakan konseling untuk remaja yang pernah mendapatkan bullying.

c. Bagi orang tua

Booklet ini diharapkan dapat menjadi pedoman dan meningkatkan motivasi orang tua untuk meningkatkan pengetahuan tentang bullying pada remaja dan cara mendeteksi bullying serta membimbing dan mengawasi remaja.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya :

- 1) Produk booklet ini diharapkan dapat menjadi bahan sumber informasi dan referensi dalam kesehatan mental.
- 2) Memanfaatkan dan mengikuti perkembangan teknologi, lebih kreatif dan inovatif dalam hal desain booklet sehingga menghasilkan karya yang lebih menarik
- 3) Menyebarluaskan lagi melalui jaringan internet supaya tersebar di berbagai wilayah tidak hanya DKI dan sekitarnya, wilayah lainpun bisa mengaksesnya dengan mudah atau dengan cara mengadakannya webinar dan dibuka untuk seluruh Indonesia dengan gratis untuk menarik peminat yang banyak, dengan seperti itu booklet tersebar secara merata diseluh wilayah, dan juga bisa mendatangi sekolah-sekolah untuk edukasi tentang booklet tersebut.

- 4) Pada materi bullying dijelaskan lagi tentang pencegahan dan penanganan cyberbullying dikarenakan semakin banyaknya bullying melalui sosial media.