

## SUBJECTIVE WELL-BEING AMONG VICTIMS OF BULLYING AT STATE SENIOR HIGH SCHOOL 17 PADANG: A GENDER PERSPECTIVE

Intan Putri Wulandari<sup>1</sup>, Afdal<sup>2</sup>, Zadrian Ardi<sup>3</sup>, Gusni Dian Suri<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Negeri Padang

Email: [afdal.kons@fip.unp.ac.id](mailto:afdal.kons@fip.unp.ac.id)

### ABSTRACT

*This study was motivated by the phenomenon of bullying among senior high school students, which is often associated with a decline in subjective well-being. Descriptive research on the subjective well-being of students identified as victims of bullying at the senior high school level, particularly from a gender perspective, remains limited. This study aims to describe the subjective well-being of students identified as bullying victims at State Senior High School 17 Padang based on the cognitive component (life satisfaction) and the affective component (positive affect and negative affect), and to examine whether it differs between male and female students. A quantitative approach with descriptive and comparative methods was employed. The population consisted of 274 students in grades XI and XII, and a sample of 103 students (62 females and 41 males) identified as bullying victims through instrument screening was selected using purposive sampling. Data were collected using a subjective well-being questionnaire developed with reference to the Satisfaction With Life Scale and the Positive Affect and Negative Affect Schedule, modified for victims of bullying. Of the 60 items tested, 46 were declared valid ( $r\text{-table} = 0.193$ ), and Cronbach's Alpha was 0.880. Data were analyzed using frequency and percentage, and an Independent Samples t-Test was used to compare male and female students. The results show that the subjective well-being of the students was generally in the moderate category (45 students, 44%). By component, life satisfaction and positive affect fell into the moderate category, while negative affect fell into the high category. The mean score of male students (3.0683) was slightly higher than that of female students (2.9581), but the difference was not statistically significant ( $t = 1.102$ ;  $df = 101$ ;  $p = 0.273$ ). These findings indicate that subjective well-being among victims of bullying does not differ significantly by gender, while negative emotional experiences remain prominent. Guidance and counseling services, such as information services, individual counseling, group guidance, and group counseling, are therefore needed for all students who are victims of bullying, regardless of gender.*

**Keywords:** Subjective well-being, Bullying, Gender, Senior High School Students, Guidance and Counseling

### ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena *bullying* di kalangan siswa SMA yang kerap dikaitkan dengan menurunnya *subjective well-being*. Penelitian deskriptif mengenai *subjective well-being* pada siswa korban *bullying* di jenjang SMA, khususnya ditinjau dari

### Article History

Received: Oktober 2026

Reviewed: Oktober 2026

Published: Oktober 2026

Plagiarism Checker No 77

Prefix DOI :

10.8734/Musytari.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under  
a [Creative Commons  
Attribution-NonCommercial  
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

jenis kelamin, masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan *subjective well-being* siswa yang teridentifikasi sebagai korban *bullying* di SMA Negeri 17 Padang berdasarkan komponen kognitif (kepuasan hidup) dan komponen afektif (afek positif dan afek negatif), serta menguji perbedaannya berdasarkan jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif dan komparatif. Populasi penelitian berjumlah 274 siswa kelas XI dan XII. Sampel sebanyak 103 siswa (62 perempuan dan 41 laki-laki) yang teridentifikasi sebagai korban *bullying* melalui screening instrumen dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan angket *subjective well-being* yang disusun berdasarkan *Satisfaction With Life Scale* dan *Positive Affect and Negative Affect Schedule* yang dimodifikasi untuk korban *bullying*. Dari 60 item yang diuji, sebanyak 46 item dinyatakan valid dengan nilai  $r$  tabel sebesar 0,193, sedangkan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,880. Data dianalisis menggunakan frekuensi dan persentase, serta uji *Independent Samples t-Test* untuk membandingkan siswa laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* siswa korban *bullying* secara umum berada pada kategori sedang, dengan 45 siswa (44%) berada dalam kategori tersebut. Jika dilihat dari komponennya, kepuasan hidup dan afek positif berada pada kategori sedang, sedangkan afek negatif berada pada kategori tinggi. Rata-rata skor siswa laki-laki (3,0683) sedikit lebih tinggi daripada siswa perempuan (2,9581), tetapi perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik ( $t = 1,102$ ;  $df = 101$ ;  $p = 0,273$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa *subjective well-being* siswa korban *bullying* tidak berbeda secara signifikan berdasarkan jenis kelamin, sementara pengalaman emosi negatif tetap cukup menonjol. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling berupa layanan informasi, konseling individual, bimbingan kelompok, dan konseling kelompok perlu diberikan kepada seluruh siswa korban *bullying* tanpa membedakan jenis kelamin.

**Kata Kunci:** *Subjective well-being, Bullying, Jenis Kelamin, Siswa SMA, Bimbingan dan Konseling*

## PENDAHULUAN

Secara psikologis, siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) berada pada masa remaja dengan perkembangan yang ditandai oleh proses transisi menuju kematangan diri yang lebih kompleks. Rusuli (2022) menjelaskan bahwa pada tahap ini remaja berada pada tahap pencarian identitas diri yang ditandai dengan kebutuhan untuk memperoleh pengakuan dan penerimaan dari lingkungan sosialnya. Mamuaya (2025) menegaskan bahwa lingkungan sekolah yang positif mampu membantu siswa mengembangkan rasa percaya diri, keterampilan sosial, serta kesejahteraan psikologis yang baik. Dengan demikian, terciptanya lingkungan sekolah yang aman dan suportif menjadi salah satu kondisi penting bagi perkembangan dan kesejahteraan siswa.

Namun, kondisi ideal tersebut belum sepenuhnya terwujud karena *bullying* masih menjadi bentuk kekerasan antarteman sebaya yang sering mencemari lingkungan sekolah. Menurut Pradana (2024), *bullying* adalah bentuk penindasan atau kekerasan yang sengaja dilakukan oleh individu atau kelompok yang lebih kuat dengan tujuan menyakiti orang lain secara berulang.

Data global dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF, 2025) menunjukkan bahwa pelajar usia 13-15 tahun pernah mengalami *bullying* di lingkungan sekolah. Data *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* (UNESCO, 2019) juga menunjukkan sekitar satu dari tiga siswa (32%) melaporkan pernah mengalami *bullying*, dengan prevalensi di Afrika mencapai 48,2%, Timur Tengah 41,1%, Amerika Utara 31,7%, sedangkan di Eropa cenderung lebih rendah, yaitu 25%. Lebih lanjut, laporan *World Health Organization* (WHO, 2024) mengungkapkan bahwa perkembangan teknologi turut meningkatkan kasus *cyberbullying*; sekitar 15% remaja dilaporkan pernah mengalami *bullying* secara daring, sementara 11% lainnya mengalami *bullying* secara langsung di lingkungan sekolah.

Di Indonesia, data Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni PPA, 2026) mencatat lebih dari 30.000 kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak secara nasional, dengan *bullying* sering masuk dalam kategori kekerasan fisik dan psikis yang dilakukan oleh teman sebaya. Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR, 2024) menunjukkan bahwa kekerasan fisik dialami sekitar 21,22% anak laki-laki dan 15,56% anak perempuan, sedangkan kekerasan psikis dialami sekitar 43,17% anak laki-laki dan 47,82% anak perempuan. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2024) juga menghimpun 2.057 pengaduan, di antaranya 240 kasus anak korban *bullying* fisik dan psikis. Tingginya angka tersebut mencerminkan masih adanya kelemahan dalam sistem perlindungan siswa yang secara langsung mengancam perkembangan psikologis dan *subjective well-being* siswa di sekolah.

Bentuk *bullying* yang terjadi di sekolah sangat beragam, mulai dari intimidasi fisik, *bullying* verbal seperti ejekan atau penghinaan nama orang tua, hingga *bullying* relasional yang melibatkan pengucilan sosial, bahkan meluas menjadi *cyberbullying* yang memungkinkan intimidasi tanpa batasan ruang dan waktu (Iskandar & Salamah, 2025). Dampak psikologis *bullying* terhadap korban meliputi peningkatan kecemasan, depresi, perasaan tidak berharga, hingga penurunan kepuasan hidup. Penelitian Savahl *et al.* (2024) menunjukkan bahwa pengalaman viktimisasi berkorelasi negatif dengan evaluasi kehidupan secara keseluruhan pada anak dan remaja. Secara akademik, korban cenderung mengalami penurunan motivasi belajar, kesulitan berkonsentrasi, dan sering membolos karena perasaan tidak aman selama berada di lingkungan sekolah (Priyanto, 2025).

Di tengah ancaman *bullying* tersebut, institusi pendidikan perlu memperhatikan kesejahteraan psikologis siswa. Salah satu konsep utama untuk mengukur kesejahteraan individu adalah *Subjective Well-Being* (SWB), yaitu evaluasi subjektif individu terhadap kehidupannya yang mencakup komponen kognitif berupa kepuasan hidup serta komponen afektif berupa afek positif dan afek negatif (Diener *et al.*, 2018). *Subjective well-being* yang tinggi pada remaja menjadi dasar penting bagi perkembangan menuju dewasa yang sehat (Mei *et al.*, 2025), dan siswa dengan *subjective well-being* tinggi cenderung menunjukkan prestasi akademik, keterlibatan sekolah, dan resiliensi yang lebih baik (Maulidhah & Fahmawati, 2025). Sebaliknya, siswa korban *bullying* seringkali memiliki *subjective well-being* yang rendah. Borualogo dan Casas (2021) menunjukkan bahwa intensitas dan frekuensi *bullying* berbanding lurus dengan penurunan *subjective well-being*, dan Han *et al.* (2025) melaporkan bahwa korban *bullying* sering mengalami kecemasan, stres, rendah diri, serta penurunan kesejahteraan psikologis. Rendahnya *subjective well-being* siswa juga berkontribusi pada terbentuknya iklim sekolah yang negatif sehingga menghambat lingkungan belajar yang produktif (Xu & Fang, 2021). Li *et al.* (2024) menambahkan bahwa *subjective well-being* siswa dipengaruhi oleh lingkungan sekolah, hubungan dengan teman, serta dukungan sosial.

Dalam memahami *subjective well-being* korban *bullying*, jenis kelamin menjadi karakteristik individu yang perlu ditinjau. Data SNPHAR (2024) di atas memperlihatkan bahwa pengalaman kekerasan pada anak laki-laki dan perempuan berbeda, baik pada kekerasan fisik maupun psikis. Katsantonis *et al.* (2024) juga menegaskan bahwa keterkaitan antara viktimisasi *bullying* dan *subjective well-being* ditemukan pada remaja dengan karakteristik individu dan lingkungan yang beragam. Namun, belum tentu pengalaman yang berbeda tersebut tercermin

dalam tingkat *subjective well-being* yang berbeda antara siswa laki-laki dan perempuan yang sama-sama menjadi korban *bullying*. Informasi ini penting bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK) untuk menentukan apakah layanan perlu dibedakan menurut jenis kelamin atau cukup didasarkan pada kebutuhan individual siswa.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji dampak *bullying* terhadap kesehatan mental remaja, penelitian yang secara khusus mendeskripsikan *subjective well-being* pada siswa korban *bullying* di jenjang SMA, termasuk ditinjau dari jenis kelamin, masih relatif terbatas. Sebagian penelitian terdahulu lebih banyak menguji hubungan antara variabel lain dengan *subjective well-being* korban *bullying*, seperti *hope* (Sulistyowati & Izzaty, 2021) dan *forgiveness* (Inuhan et al., 2024), atau mengkaji kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) korban *bullying* di jenjang SMA (Oksarnalia et al., 2025) yang berfokus pada konstruk berbeda dari *subjective well-being*. Karena itu, masih diperlukan gambaran yang lebih spesifik mengenai kondisi *subjective well-being* siswa yang telah teridentifikasi sebagai korban *bullying*, baik secara keseluruhan, berdasarkan komponennya, maupun berdasarkan jenis kelamin.

Kesenjangan tersebut menjadi semakin penting ketika dikaitkan dengan kondisi empiris di SMA Negeri 17 Padang. Observasi awal pada Oktober 2025 menemukan adanya siswa yang cenderung menarik diri serta interaksi verbal yang kurang nyaman di lingkungan sekolah. Wawancara dengan guru BK pada bulan yang sama mengonfirmasi bahwa bentuk *bullying* yang sering terjadi meliputi ejekan terhadap kondisi fisik, penggunaan panggilan yang merendahkan, pengucilan sosial, dan pengabaian dalam interaksi, yang menyebabkan korban merasa tidak bahagia, menurun semangat belajarnya, dan memiliki kualitas hidup yang rendah. Berdasarkan pengukuran menggunakan instrumen *bullying*, terdapat 103 siswa yang teridentifikasi sebagai korban *bullying* dalam kategori sedang hingga tinggi. Wawancara dengan beberapa siswa menunjukkan bahwa mereka sering merasakan kesedihan, kurang puas terhadap diri sendiri, memiliki penilaian diri yang negatif, mengalami penurunan rasa percaya diri, serta merasa tidak nyaman berada di lingkungan sekolah.

Berdasarkan kondisi empiris dan kesenjangan penelitian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan *subjective well-being* siswa korban *bullying* di SMA Negeri 17 Padang secara keseluruhan; (2) mendeskripsikan *subjective well-being* berdasarkan komponen kognitif (kepuasan hidup) dan komponen afektif (afek positif dan afek negatif); serta (3) mendeskripsikan dan menguji perbedaan SWB antara siswa laki-laki dan perempuan yang menjadi korban *bullying*. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi empiris bagi kajian *subjective well-being* remaja korban *bullying* sekaligus menjadi dasar bagi guru BK dalam mengidentifikasi kebutuhan siswa dan merancang layanan yang lebih tepat sasaran.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif komparatif yang bertujuan menggambarkan *subjective well-being* siswa korban *bullying* di SMA Negeri 17 Padang, serta membandingkannya antara siswa laki-laki dan perempuan. Populasi penelitian adalah siswa kelas XI dan XII SMA Negeri 17 Padang yang berjumlah 274 siswa. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*, yaitu sebanyak 103 siswa yang teridentifikasi sebagai korban *bullying* pada kategori sedang dan tinggi berdasarkan hasil *screening* instrumen *bullying* oleh guru BK (Sugiyono, 2020).

Instrumen penelitian adalah angket *subjective well-being* dengan skala *Likert* lima pilihan jawaban, yang mencakup komponen kognitif yang disusun berdasarkan konsep *Satisfaction With Life Scale* dan komponen afektif yang disusun berdasarkan *Positive Affect and Negative Affect Schedule*, yang telah dimodifikasi untuk siswa korban *bullying*. Instrumen disusun sebanyak 60 item pernyataan, dan identitas responden (jenis kelamin, kelas, status dan bentuk pengalaman *bullying*) dikumpulkan bersamaan dengan pengisian angket. Hasil uji validitas dengan korelasi *Product Moment* menunjukkan bahwa dari 60 item yang diuji, 46 item dinyatakan valid dengan nilai  $r$  hitung >  $r$  tabel (0,193), sedangkan 14 item tidak valid dan dikeluarkan dari instrumen.

Uji reliabilitas menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* memperoleh nilai 0,880 sehingga instrumen dinyatakan reliabel dengan kategori kuat.

Analisis data dilakukan dalam dua tahap. Pertama, statistik deskriptif berupa frekuensi, persentase, dan kategorisasi digunakan untuk menggambarkan tingkat *subjective well-being* secara keseluruhan maupun pada masing-masing aspek. Kedua, perbedaan *subjective well-being* berdasarkan jenis kelamin diuji menggunakan *Independent Samples t-Test* dengan bantuan *IBM SPSS Statistics versi 26.0*, yang membandingkan rata-rata skor *subjective well-being* kelompok laki-laki dan perempuan. Hipotesis yang diuji adalah  $H_0$ : tidak terdapat perbedaan *subjective well-being* yang signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan korban *bullying*, dan  $H_a$ : terdapat perbedaan *subjective well-being* yang signifikan antara keduanya. Homogenitas varians diperiksa dengan *Levene's Test*; apabila signifikansinya  $> 0,05$ , hasil uji t dibaca pada baris *equal variances assumed*.  $H_0$  ditolak apabila nilai Sig. (2-tailed)  $< 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 103 siswa kelas XI (57 siswa) dan XII (46 siswa) SMA Negeri 17 Padang yang teridentifikasi sebagai korban *bullying*. Sebanyak 87 siswa (85%) menyatakan pernah mengalami *bullying*, sedangkan 16 siswa (15%) masih mengalaminya ketika penelitian dilakukan. Bentuk *bullying* yang paling banyak dialami adalah *bullying* verbal saja, yaitu 79 siswa (77%), diikuti kombinasi verbal dan sosial/pertemanan 10 siswa (10%), *bullying* sosial/pertemanan saja 7 siswa (7%), serta bentuk lain (verbal dan fisik, verbal dan media sosial, fisik, serta media sosial) yang masing-masing dialami 1-2 siswa. Berdasarkan jenis kelamin, responden perempuan berjumlah 62 siswa (60%) dan laki-laki 41 siswa (40%). Komposisi tersebut hanya menggambarkan karakteristik responden dan tidak digunakan untuk menyimpulkan bahwa kelompok tertentu lebih rentan mengalami *bullying*.

### Deskripsi *Subjective Well-Being* Secara Keseluruhan

Berdasarkan pengolahan data terhadap 103 siswa korban *bullying*, diperoleh gambaran *subjective well-being* secara keseluruhan sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1

Distribusi Frekuensi *Subjective Well-Being* Keseluruhan (N = 103)

| Kategori      | Interval  | f   | %   |
|---------------|-----------|-----|-----|
| Sangat Tinggi | 194 - 230 | 1   | 1   |
| Tinggi        | 157 - 193 | 30  | 29  |
| Sedang        | 120 - 156 | 45  | 44  |
| Rendah        | 83 - 119  | 21  | 20  |
| Sangat Rendah | 46 - 82   | 6   | 6   |
| Total         |           | 103 | 100 |

Sumber: Hasil Olah Data, 2026.

Tabel 1 menunjukkan bahwa *subjective well-being* siswa korban *bullying* paling banyak berada pada kategori sedang, yaitu 45 siswa (44%). Selanjutnya, 30 siswa (29%) berada pada kategori tinggi, 21 siswa (20%) rendah, 6 siswa (6%) sangat rendah, dan 1 siswa (1%) sangat tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa korban *bullying* memiliki penilaian yang cukup terhadap kualitas kehidupannya, baik dari sisi kepuasan hidup maupun pengalaman emosi positif dan negatif, meskipun belum sepenuhnya optimal. Masih terdapat 27 siswa (26%) pada kategori rendah dan sangat rendah, yang menunjukkan bahwa sebagian siswa memiliki *subjective well-being* yang relatif kurang optimal.

Hasil ini sejalan dengan konsep *subjective well-being* menurut Diener (1984) sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya secara keseluruhan yang mencakup komponen kognitif

berupa kepuasan hidup serta komponen afektif berupa keseimbangan antara afek positif dan afek negatif. Kategori sedang menunjukkan bahwa pengalaman sebagai korban *bullying* tidak sepenuhnya menghilangkan kesejahteraan subjektif siswa, tetapi menjadi salah satu konteks yang berkaitan dengan cara siswa mengevaluasi kehidupannya. Temuan ini sejalan dengan Huang (2021) yang menunjukkan bahwa viktimisasi *bullying* berkaitan dengan aspek-aspek yang membentuk *subjective well-being* remaja, serta diperkuat oleh Borualogo dan Casas (2021) dan Katsantonis et al. (2024) yang menemukan keterkaitan antara viktimisasi *bullying* dan penurunan *subjective well-being* pada anak dan remaja.

#### **Subjective Well-Being Ditinjau dari Aspek Kepuasan Hidup (*Life Satisfaction*)**

**Tabel 2**

##### **Distribusi *Subjective Well-Being* Ditinjau dari Aspek Kepuasan Hidup (N = 103)**

| Kategori      | Interval       | f          | %          |
|---------------|----------------|------------|------------|
| Sangat Tinggi | 63 - 75        | 21         | 21         |
| Tinggi        | 51 - 62        | 20         | 19         |
| <b>Sedang</b> | <b>39 - 50</b> | <b>24</b>  | <b>23</b>  |
| Rendah        | 27 - 38        | 18         | 18         |
| Sangat Rendah | 15 - 26        | 20         | 19         |
| <b>Total</b>  |                | <b>103</b> | <b>100</b> |

*Sumber: Hasil Olah Data, 2026.*

Pada aspek kepuasan hidup, siswa paling banyak berada pada kategori sedang (24 siswa; 23%), diikuti kategori sangat tinggi (21 siswa; 21%), tinggi (20 siswa; 19%), sangat rendah (20 siswa; 19%), dan rendah (18 siswa; 18%). Dominannya kategori sedang menunjukkan bahwa sebagian besar responden cukup puas terhadap kehidupannya dan masih memiliki ruang untuk meningkatkannya, sedangkan sebaran yang relatif merata pada kategori lain menunjukkan adanya variasi kepuasan hidup antarindividu. Menurut Diener *et al.* (1999), kepuasan hidup merupakan penilaian kognitif individu terhadap kualitas hidupnya berdasarkan standar yang ditetapkan sendiri. Kategori sedang berarti siswa korban *bullying* masih mampu memandang kehidupannya cukup baik, walaupun pada saat yang sama terdapat pengalaman yang membuat penilaiannya belum sepenuhnya positif. Hal ini sejalan dengan Seon dan Smith-Adcock (2023) bahwa ejekan, penghinaan, atau perlakuan tidak menyenangkan dari teman sebaya dapat membuat siswa merasa kurang diterima sehingga berkaitan dengan kepuasan hidup yang kurang optimal. Meski demikian, siswa masih dapat memperoleh kepuasan dari aspek kehidupan lain, seperti hubungan keluarga, pertemanan tertentu, maupun pencapaian akademik.

#### **Subjective Well-Being Ditinjau dari Aspek Afek Positif (*Positive Affect*)**

**Tabel 3**

##### **Distribusi *Subjective Well-Being* Ditinjau dari Aspek Afek Positif (N = 103)**

| Kategori      | Interval       | f          | %          |
|---------------|----------------|------------|------------|
| Sangat Tinggi | 62 - 70        | 24         | 23         |
| Tinggi        | 50 - 61        | 13         | 13         |
| <b>Sedang</b> | <b>38 - 49</b> | <b>27</b>  | <b>26</b>  |
| Rendah        | 26 - 37        | 18         | 17         |
| Sangat Rendah | 14 - 25        | 21         | 21         |
| <b>Total</b>  |                | <b>103</b> | <b>100</b> |

*Sumber: Hasil Olah Data, 2026.*

Pada aspek afek positif, sebagian besar siswa berada pada kategori sedang (27 siswa; 26%), diikuti kategori sangat tinggi (24 siswa; 23%), sangat rendah (21 siswa; 21%), rendah (18 siswa; 17%), dan tinggi (13 siswa; 13%). Afek positif menggambarkan frekuensi individu merasakan emosi menyenangkan seperti kebahagiaan, kesenangan, dan antusiasme (Diener *et al.*, 1999). Kategori sedang menunjukkan bahwa siswa korban *bullying* masih memiliki sumber pengalaman positif, seperti pertemanan yang sehat, dukungan guru, maupun keberhasilan akademik, meskipun pengalaman sebagai korban berpotensi mengurangi frekuensi atau intensitas emosi positif tersebut. Temuan ini sejalan dengan Katsantonis *et al.* (2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara viktimisasi *bullying* dan menurunnya afek positif remaja, yang juga dapat dipengaruhi faktor psikologis lain yang dimiliki individu.

#### **Subjective Well-Being Ditinjau dari Aspek Afek Negatif (*Negative Affect*)**

**Tabel 4**

**Distribusi *Subjective Well-Being* Ditinjau dari Aspek Afek Negatif (N = 103)**

| Kategori      | Interval | f   | %   |
|---------------|----------|-----|-----|
| Sangat Tinggi | 73 - 85  | 21  | 20  |
| Tinggi        | 59 - 72  | 23  | 23  |
| Sedang        | 45 - 58  | 16  | 15  |
| Rendah        | 31 - 44  | 21  | 20  |
| Sangat Rendah | 17 - 30  | 22  | 22  |
| Total         |          | 103 | 100 |

Sumber: Hasil Olah Data, 2026.

Pada aspek afek negatif, siswa paling banyak berada pada kategori tinggi (23 siswa; 23%), diikuti kategori sangat rendah (22 siswa; 22%), sangat tinggi (21 siswa; 20%), rendah (21 siswa; 20%), dan sedang (16 siswa; 15%). Selisih jumlah siswa antarkategori relatif kecil sehingga sebaran afek negatif tergolong beragam. Meski demikian, sebanyak 44 siswa (43%) berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi, yang menunjukkan kecenderungan mengalami emosi negatif seperti sedih, cemas, takut, khawatir, dan tertekan. Afek negatif berkaitan dengan pengalaman emosi tidak menyenangkan seperti sedih, marah, cemas, dan stres (Diener, 1984). *Subjective well-being* yang baik bukan berarti individu tidak pernah mengalami emosi negatif, melainkan berkaitan dengan keseimbangan pengalaman positif dan negatif. Karena itu, tingginya afek negatif menunjukkan bahwa pengalaman emosi tidak menyenangkan relatif lebih menonjol pada siswa korban *bullying* dibandingkan komponen *subjective well-being* lainnya. Temuan ini sejalan dengan Huang (2021) bahwa viktimisasi *bullying* berhubungan positif dengan perasaan negatif pada remaja. Pengalaman emosional negatif yang terus muncul dapat memengaruhi cara siswa menjalani aktivitas sehari-hari, berinteraksi dengan orang lain, dan memandang lingkungan sekolahnya.

#### **Subjective Well-Being Ditinjau dari Jenis Kelamin**

Untuk menjawab tujuan penelitian mengenai jenis kelamin, skor *subjective well-being* dibandingkan antara siswa laki-laki dan perempuan. Statistik deskriptif disajikan pada Tabel 5.

**Tabel 5**

**Statistik Deskriptif *Subjective Well-Being* Berdasarkan Jenis Kelamin (N = 103)**

| Jenis Kelamin | f   | %   | Rata-rata | SD     | Kategori* |
|---------------|-----|-----|-----------|--------|-----------|
| Laki-laki     | 41  | 40  | 3,0683    | 0,4350 | Sedang    |
| Perempuan     | 62  | 60  | 2,9581    | 0,5340 | Sedang    |
| Total         | 103 | 100 | -         | -      | -         |

Sumber: Hasil Olah Data SPSS, 2026.

Tabel 5 menunjukkan bahwa secara deskriptif rata-rata skor *subjective well-being* siswa laki-laki (3,0683) sedikit lebih tinggi daripada siswa perempuan (2,9581), dengan selisih 0,11023. Apabila dikonversi ke skor total, rata-rata kedua kelompok sama-sama berada pada kategori sedang. Variasi skor siswa perempuan (SD = 0,5340) juga sedikit lebih besar daripada siswa laki-laki (SD = 0,4350). Untuk mengetahui apakah selisih tersebut bermakna secara statistik, dilakukan uji *Independent Samples t-Test* yang hasilnya disajikan pada Tabel 6.

**Tabel 6**

**Hasil Uji *Independent Samples t-Test Subjective Well-Being* Berdasarkan Jenis Kelamin**

| Komponen                                  | Hasil                 |
|-------------------------------------------|-----------------------|
| Levene's Test (F; Sig.)                   | 3,394; 0,068          |
| t                                         | 1,102                 |
| df                                        | 101                   |
| Sig. (2-tailed)                           | 0,273                 |
| Selisih rata-rata (Mean Difference)       | 0,11023               |
| Standard Error Difference                 | 0,10007               |
| 95% Confidence Interval of the Difference | -0,08828 s.d. 0,30873 |

*Sumber: Hasil Output SPSS, 2026 (baris equal variances assumed).*

Nilai signifikansi *Levene's Test* sebesar 0,068 ( $p > 0,05$ ) menunjukkan bahwa varians kedua kelompok homogen sehingga hasil dibaca pada baris *equal variances assumed*. Diperoleh t hitung sebesar 1,102 dengan df 101 dan Sig. (2-tailed) sebesar 0,273 ( $p > 0,05$ ). Selang kepercayaan 95% untuk selisih rata-rata (-0,08828 sampai 0,30873) mencakup nilai nol. Dengan demikian  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, yang berarti tidak terdapat perbedaan *subjective well-being* yang signifikan secara statistik antara siswa laki-laki dan perempuan korban *bullying* di SMA Negeri 17 Padang.

Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun rata-rata skor siswa laki-laki secara deskriptif lebih tinggi, selisih tersebut belum cukup kuat untuk disimpulkan sebagai perbedaan yang nyata. Dengan kata lain, siswa laki-laki dan perempuan yang menjadi korban *bullying* di sekolah ini memiliki tingkat *subjective well-being* yang relatif setara, yakni pada kategori sedang. Hal ini dapat dipahami karena kedua kelompok sama-sama berada dalam kondisi sebagai korban *bullying* yang bersumber dari lingkungan sekolah dan teman sebaya yang sama. Pengalaman tersebut dapat memengaruhi cara siswa menilai kehidupannya dan merasakan emosi positif maupun negatif, tanpa terlalu dibedakan oleh jenis kelamin. Temuan ini juga sejalan dengan Katsantonis *et al.* (2024) yang menunjukkan bahwa keterkaitan antara viktimisasi *bullying* dan *subjective well-being* tampak pada remaja dengan karakteristik individu dan lingkungan yang beragam. Walaupun SNP HAR (2024) memperlihatkan perbedaan prevalensi kekerasan pada anak laki-laki dan perempuan, perbedaan dalam pengalaman mengalami kekerasan belum tentu berarti perbedaan *subjective well-being* setelah seseorang menjadi korban. Jenis kelamin dalam penelitian ini lebih tepat dipandang sebagai karakteristik responden, bukan faktor yang menentukan tinggi atau rendahnya *subjective well-being*.

Hasil penelitian ini perlu dibaca dengan beberapa catatan. Pertama, jumlah responden perempuan (62) lebih banyak daripada laki-laki (41), dan penelitian dilakukan pada satu sekolah sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi secara luas. Kedua, uji beda dilakukan pada skor *subjective well-being* secara keseluruhan sehingga belum diketahui apakah terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan pada masing-masing komponen (kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif). Ketiga, penelitian ini bersifat deskriptif komparatif sehingga tidak membuktikan bahwa *bullying* secara langsung menyebabkan tinggi atau rendahnya *subjective well-being*, karena kondisi tersebut dapat dipengaruhi faktor lain, seperti dukungan keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah. Penelitian selanjutnya dapat menguji perbedaan pada

tiap komponen, melibatkan sampel yang lebih seimbang, serta mempertimbangkan variabel lain seperti bentuk dan frekuensi *bullying*.

### **Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* siswa korban *bullying* sebagian besar berada pada kategori sedang, masih terdapat siswa dengan *subjective well-being* rendah dan sangat rendah, afek negatif tergolong menonjol, dan *subjective well-being* tidak berbeda secara signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan. Kondisi ini menunjukkan pentingnya layanan bimbingan dan konseling dalam membantu siswa korban *bullying* meningkatkan kesejahteraan subjektifnya sehingga mampu menjalani kehidupan sekolah secara lebih positif (Hariko, 2016). Keberhasilan layanan bimbingan dan konseling ditunjukkan melalui kemampuan siswa mencapai kemandirian, mengembangkan potensi diri, dan menjalani kehidupan secara efektif (Sari *et al.*, 2021). Karena tidak ditemukan perbedaan *subjective well-being* yang signifikan menurut jenis kelamin, layanan tidak perlu dibedakan berdasarkan jenis kelamin; penentuan layanan lebih tepat didasarkan pada tingkat *subjective well-being*, pengalaman *bullying* yang dialami, dan kebutuhan masing-masing siswa. Layanan yang dapat diberikan antara lain sebagai berikut.

*Layanan informasi* dapat diberikan kepada seluruh siswa korban *bullying* untuk meningkatkan pemahaman tentang dampak *bullying*, hubungan sosial yang sehat, pengelolaan emosi, dan pentingnya *subjective well-being*. Menurut Prayitno dan Amti (2017), layanan informasi membantu peserta didik memperoleh informasi untuk memahami diri, lingkungan, dan mengambil keputusan secara tepat. Mengingat 87 siswa (85%) pernah mengalami *bullying*, materi dapat diarahkan pada pencegahan *bullying*, penerimaan diri, rasa syukur dan makna hidup, serta cara membangun hubungan sosial yang positif melalui ceramah interaktif, diskusi, dan studi kasus.

*Layanan konseling individual* dapat diberikan kepada siswa yang *subjective well-being* nya rendah atau masih mengalami *bullying* saat penelitian dilakukan, yaitu 16 siswa (15%), baik laki-laki maupun perempuan. Melalui konseling individual, guru BK membantu siswa memahami pengalaman *bullying*, mengenali pikiran dan perasaan yang muncul, serta merancang strategi pengembangan diri (Jauhari & Syukur, 2023). Konseling dapat diarahkan pada penerimaan diri, pengelolaan pengalaman masa lalu, peningkatan kepercayaan diri, dan penyusunan langkah perubahan sesuai kebutuhan siswa (Lismana & Syukur, 2023).

*Layanan bimbingan kelompok* dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperoleh dukungan teman sebaya melalui dinamika kelompok (Prayitno & Amti, 2017). Topik dapat meliputi cara mengubah pikiran negatif menjadi positif, penerimaan diri, serta kekuatan syukur dan optimisme, yang dilaksanakan melalui diskusi, *role playing*, dan refleksi kelompok (Ayu Febrianti & Panca Setyawati, 2022).

*Layanan konseling kelompok* dapat diberikan kepada siswa dengan permasalahan relatif serupa agar dapat berbagi pengalaman, memperoleh dukungan, dan belajar mengatasi dampak psikologis *bullying* melalui refleksi diri, diskusi terarah, latihan asertif, dan dukungan antaranggota yang meningkatkan kepercayaan diri dalam berinteraksi sosial (Ulviani & Karneli, 2023). Layanan ini diarahkan untuk membantu siswa menerima pengalaman yang telah dilalui, mengurangi afek negatif, serta meningkatkan afek positif dan kepuasan hidup secara bertahap. Anggota kelompok dapat terdiri atas siswa laki-laki dan perempuan karena kedua kelompok memiliki tingkat *subjective well-being* yang relatif setara.

### **KESIMPULAN**

*Subjective well-being* siswa korban *bullying* di SMA Negeri 17 Padang secara keseluruhan berada pada kategori sedang, yaitu 45 siswa (44%) dari 103 responden. Aspek kepuasan hidup dan afek positif berada pada kategori sedang, masing-masing 24 siswa (23%) dan 27 siswa (26%), sedangkan afek negatif berada pada kategori tinggi, yaitu 23 siswa (23%). Ditinjau dari jenis

kelamin, rata-rata skor siswa laki-laki (3,0683) sedikit lebih tinggi daripada siswa perempuan (2,9581), tetapi hasil uji *Independent Samples t-Test* ( $t = 1,102$ ;  $df = 101$ ;  $p = 0,273$ ) menunjukkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan, sehingga tidak terdapat perbedaan *subjective well-being* yang signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan korban *bullying*.

Temuan ini menunjukkan bahwa siswa korban *bullying* masih memiliki kepuasan hidup dan emosi positif yang cukup, tetapi pada saat yang sama mengalami emosi negatif yang relatif menonjol, baik pada siswa laki-laki maupun perempuan. Hasil penelitian ini merupakan gambaran kondisi *subjective well-being* dan tidak membuktikan bahwa *bullying* secara langsung menyebabkan tinggi atau rendahnya *subjective well-being*. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling perlu diarahkan pada pengelolaan pengalaman *bullying*, penguatan afek positif, pengelolaan afek negatif, serta peningkatan kepuasan hidup siswa melalui layanan informasi, konseling individual, bimbingan kelompok, dan konseling kelompok bagi seluruh siswa korban *bullying* tanpa membedakan jenis kelamin. Dukungan guru, keluarga, dan sekolah juga diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan suportif bagi peningkatan *subjective well-being* siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Febrianti, E., & Panca Setyawati, S. (2022). Pemanfaatan Buku Panduan dalam Melaksanakan Konseling Kelompok. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara*, 2, 1-6.
- Borualogo, I. S., & Casas, F. (2021). Subjective Well-Being of Bullied Children in Indonesia. *Applied Research in Quality of Life*, 16(2), 753-773.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542.
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Han, Z. Y., Ye, Z. Y., & Zhong, B. L. (2025). School bullying and mental health among adolescents: a narrative review. *Translational Pediatrics*, 14(3), 463-472.
- Hariko, R. (2016). Ilmu Bimbingan dan Konseling, Nilai dan Kesejahteraan Individu: Studi Literatur. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 4(2), 118-123.
- Huang, L. (2021). Bullying victimization, self-efficacy, fear of failure, and adolescents' subjective well-being in China. *Children and Youth Services Review*, 127, 106084.
- Inuhan, Y. Y., Aryani, E., & Hadi, A. (2024). Forgiveness and Subjective Well-Being in Victims of Bullying at a Vocational High School. Atlantis Press SARL.
- Iskandar, I., & Salamah, U. (2025). Pengaruh Cyberbullying Melalui Media Sosial Terhadap. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2, 245-262.
- Jauhari, M. H., & Syukur, Y. (2023). Keefektifan Pelaksanaan Layanan Konseling Individual ditinjau dari Diri Siswa di SMPN Penggerak Kota Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 24183-24192.
- Katsantonis, I., Barrado, B., McLellan, R., & Gimenez, G. (2024). Subjective Well-Being and Bullying Victimization: A Cross-National Study of Adolescents in 64 Countries and Economies. *Child Indicators Research*, 17(4), 1563-1585.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2026). *Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak: Laporan Kasus Kekerasan terhadap Perempuan dan Anak*.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2024). *Laporan Tahunan KPAI*.
- Li, X., Kuo, Y. L., & Huggins, T. J. (2024). Perceived feedback and school belonging: the mediating role of subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 15, 1-8.
- Lismana, D., & Syukur, Y. (2023). Upaya personil sekolah dalam mengatasi perilaku bullying siswa di SMAN 1 Lubuk Sikaping. *Counseling and Humanities Review*, 3(2), 93-97.

- Mamuaya, C. L. (2025). Building Better Behavior: How School Environments Shape Student Character. *International Journal of Scientific Research and Management*, 13(05), 4105-4112.
- Maulidhah, C. R. P., & Fahmawati, Z. N. (2025). Optimism and Academic Resilience Correlate with Student Subjective Well-Being. *Academia Open*, 10.
- Mei, S., Zheng, C., & Liang, L. (2025). The development trajectories and modifiable factors of adolescents' subjective well-being from late adolescence to early adulthood. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 19.
- Oksarnalia, P., Marsha, G. C., & Fitriah, A. (2025). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Korban Bullying di SMA X Kota Banjarmasin. *Journal of Social Science Research*, 5, 9877-9890.
- Pradana, C. D. E. (2024). Pengertian Tindakan Bullying, Penyebab, Efek, Pencegahan dan Solusi. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(3), 884-898.
- Prayitno, & Amti, E. (2017). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Priyanto, C. (2025). Bullying di Lingkungan Sekolah: Dampaknya terhadap Kesehatan Mental dan Prestasi Siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 3(3), 306-312.
- Rusuli, I. (2022). Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson Dengan Konsep Islam. *Jurnal As-Salam*, 6(1), 75-89.
- Sari, A. K., Neviyarni, S., & Syukur, Y. (2021). Urgensi kerjasama personil bimbingan konseling di sekolah. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 30-39.
- Savahl, S., Adams, S., & Hoosen, P. (2024). Children's Experiences of Bullying Victimization and the Influence on Their Subjective Well-Being: a Population-Based Study. *Child Indicators Research*, 17(1), 1-29.
- Seon, Y., & Smith-Adcock, S. (2023). Adolescents' Meaning in Life as a Resilience Factor Between Bullying Victimization and Life Satisfaction. *Children and Youth Services Review*, 148, 106875.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyowati, D., & Izzaty, R. (2021). Harapan dan Kesejahteraan Subjektif pada Remaja yang Pernah Menjadi Korban Perundungan. *Acta Psychologia*, 3(2), 105-110.
- Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR). (2024). *Laporan Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja*.
- Ulviani, T., & Karneli, Y. (2023). Meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam berinteraksi sosial dengan konseling kelompok rational emotive behavior therapy: Literature review. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 1(4), 389.
- United Nations Children's Fund. (2025). *Global Database: Based on the Health Behaviour in School-Aged Children Study (HBSC), Global School-Based Student Health Survey (GSHS), and Other National Surveys*.
- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2019). *Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying*.
- World Health Organization. (2024). *A Focus on Adolescent Peer Violence and Bullying in Europe, Central Asia and Canada*.
- Xu, Z., & Fang, C. (2021). The Relationship Between School Bullying and Subjective Well-Being: The Mediating Effect of School Belonging. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-10.