HUBUNGAN PERILAKU BULLYING DENGAN KECEMASAN PADA SISWA SMP NEGERI 26 BANDAR LAMPUNG

Anggun Istawala¹, Eka Trismiyana^{2*}, Prima Dian Furqoni³, Rahma Elliya⁴

¹⁻³Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

Email Korespondensi: ekatrismiana@malahayati.ac.id

Disumbit: 16 Agustus 2024

Diterima: 08 Januari 2025

Diterbitkan: 01 Februari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i2.17027>

ABSTRACT

Bullying refers to behaviors in which individuals use violence to harm, insult, coerce, mentally embarrass, or exert control over others, leading to the victim being subjected to intimidating actions. According to data from the Women's Empowerment and Child Protection Service (PPPA) of Bandar Lampung City, the incidence of violence among junior high school students is ranked second, with a proportion of 36.2% or 122 children. At SMP Negeri 26 Bandar Lampung, there was a reported maximum of 11 instances of bullying behavior, with 7 of these cases associated with severe anxiety. Anxiety is an emotional state characterized by discomfort arising from uncertainty and feelings of helplessness due to unclear situations. This study aims to examine the relationship between bullying behavior and anxiety among students at SMP Negeri 26 Bandar Lampung. This research employs a quantitative approach with an analytical survey design and a cross-sectional method. The sample comprised 140 respondents, selected using stratified random sampling. The majority of participants were adolescents aged 13 years. Statistical analysis yielded a p-value of 0.000 (<0.05), indicating a significant relationship between bullying behavior and anxiety. Suggestion It is recommended that students become more actively involved in extracurricular activities at school. Engagement in positive activities is anticipated to mitigate the prevalence of bullying and reduce anxiety levels.

Keywords : *Bullying, Anxiety, Students*

ABSTRAK

Bullying merupakan suatu tindakan dimana seseorang menggunakan kekerasan untuk menyakiti, menghina, menekan memperlakukan mental, dan mengontrol orang lain, sehingga korbannya menerima perlakuan dalam bentuk perilaku intimidasi. Data Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Kota Bandar Lampung menempati urutan ke-2 dengan kasus kekerasan terbanyak. pada siswa Sekolah Menengah Pertama dengan proporsi 36,2 % atau 122 anak dan di SMP Negeri 26 Bandar Lampung menunjukkan hasil perilaku bullying terbanyak 11 orang dengan kecemasan berat 7 orang. Kecemasan merupakan suatu keadaan emosi yang timbul akibat ketidaknyamanan yang dirasakan seseorang. pengalaman ketidakpastian yang disertai perasaan tidak berdaya disebabkan oleh sesuatu yang belum jelas. Diketahui hubungan Perilaku

Bullying dengan kecemasan pada siswa di SMP Negeri 26 Bandar Lampung. Jenis penelitian kuantitatif Desain Survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 140 responden, Teknik sampel menggunakan Stratified random sampling Penelitian ini mayoritas perempuan usia madya (13 tahun) dan hasil analisis p-value 0,000 ($<0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara Bullying dengan Kecemasan. Saran kepada Siswa lebih aktif dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler disekolah diharapkan jika siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, maka dengan adanya kegiatan yang positif diharapkan akan mengurangi tingkat kejadian perundungan disekolah.

Kata Kunci : Bullying, Kecemasan, Siswa

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Masa remaja sering disebut sebagai masa penemuan jati diri dan ditandai dengan sejumlah ciri penting, yaitu kemampuan mengembangkan kemampuan intelektual yang siap mencerminkan kekuatan bangsa dan menjadi aset masa depan bangsa Indonesia (Tianingrum & Nurjannah, 2020).

Remaja pada anak berusia antara 10 dan 19 tahun mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial serta lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental akibat kemiskinan, pelecehan, dan tindakan kekerasan. Oleh karena itu perlu dilakukan pemantauan terhadap perkembangan emosi remaja, yang mengalami kesulitan, menjalin persahabatan dan cenderung kesepian, bermusuhan, marah, terisolasi, dan tidak memiliki banyak teman satu faktor penyebab ialah bullying (Rakhman et al., 2022).

Bullying adalah suatu tindakan dimana seseorang menggunakan kekerasan untuk menyakiti, menghina, menekan, mempermalukan mental, dan mengendalikan orang lain, sehingga korbannya menerima perlakuan dalam bentuk apapun dari pelaku intimidasi (Yonita & Karneli, 2019). Secara umum, bullying

merupakan tindakan negatif dalam bentuk penindasan, perundungan, atau pengintimidasi dengan menggunakan kekerasan, dan ancaman, atau paksaan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih terhadap orang lain, terkadang berulang-ulang, sehingga menimbulkan kerugian fisik dan psikologis (Hidayatullah et al., 2022).

Fenomena bullying menjadi resiko yang tidak ada habisnya, Kasus-kasus baru perilaku bullying muncul setiap tahun dan lebih umum terjadi di media sosial dan di lingkungan sekolah. Banyaknya kejadian bullying yang terjadi setiap tahunnya semakin mengkhawatirkan dan menarik perhatian pemerintah dan masyarakat (Sulfemi & Yasita, 2020). Dalam kasus perundungan, semua sektor masyarakat dan sekolah dapat menjadi tempat dimana anak-anak korban perundungan dapat menyampaikan keluhannya. Misalnya, orang tua dapat memberikan dukungan kepada anak yang menjadi korban bullying, dan sekolah dapat memberikan bimbingan kepada anak untuk mencegah perilaku bullying, terutama dalam program konseling dan dukungan. Pendapat saat ini adalah bahwa sekolah harus menjadi tempat di mana anak-anak memperoleh pengetahuan dan membantu mengembangkan kepribadian positif. Namun

kenyataannya, di wilayah-wilayah tersebut perilaku bullying sedang meningkat (Noviana et al., 2020).

Berdasarkan Kementerian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak, (2023) bullying merupakan kejadian perundungan atau insiden intimidasi di sekolah masih banyak dialami oleh siswa, mencatat sebanyak individu yang mengalami perilaku bullying dengan usia 10- 14 tahun sebanyak 24,13 juta jiwa. usia 5-9 tahun sebanyak 24,03 juta jiwa dan usia 20-24 tahun sebanyak 22,98 jiwa. dan perundungan atau bullying yang terjadi di sekolah dasar sebesar 27%, sekolah menengah pertama sebesar 32%, dan sekolah menengah atas sebesar 20% (Ikhwanudin et al., 2023).

Peristiwa bullying tidak hanya terjadi secara langsung, namun kehadiran media sosial dan internet di sekitar anak juga menjadi wadah terjadinya cyberbullying dan bullying di ranah digital, sehingga pencegahan menjadi penting di bidang pendidikan seperti memberikan edukasi melalui penyuluhan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan remaja terkait pencegahan dan penanganan bullying untuk mencegah dampak negatif fisik dan psikologis pada siswa (Saputri et al., 2023).

Masalah kasus bullying masih menjadi masalah terbesar di Indonesia, Berdasarkan menurut riset yang dilakukan oleh International Riset For Research on Women (ICRW). mengenai insiden intimidasi yang melibatkan 9 ribu siswa, guru, orang tua, dan kepala sekolah di lima negara Asia termasuk Vietnam, Kamboja, Nepal, Pakistan, dan Indonesia pada tahun 2018, Berdasarkan survei di kota-kota besar seperti Yogyakarta, Surabaya dan Jakarta, angka kejadian bullying di sekolah telah mencapai 70%, menjadikan Indonesia sebagai

negara kelima dengan jumlah kejadian bullying terbanyak, Ditemukan bahwa 67,9% siswa pernah mengalami perundungan, termasuk pengucilan, kekerasan verbal, fisik, dan psikologis (Suib & Safitri, 2022).

Di Indonesia, Provinsi Lampung menempati urutan ke- 6 dengan kasus Bullying terbanyak tiap tahunnya. Berdasarkan Dinas pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak (PPPA) Kekerasan terhadap perempuan dan anak di Provinsi Lampung mencapai 307 kasus, mencapai 4.444 kasus pada pertengahan tahun 2023 dilaporkan sebanyak 307 kasus. pada bulan Januari hingga 16 Juli 2023. Korban anak-anak mencakup 79,2% kasus, dan 20,8% adalah orang dewasa Berdasarkan Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan anak, Kota Bandar Lampung menempati urutan ke-2 dengan kasus kekerasan terbanyak terjadi pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), dengan proporsi 36,2% atau 122 anak. Disusul anak- anak sekolah dasar (SD) dengan jumlah sebanyak 64 orang, dan sekolah menengah atas (SMA) dengan jumlah yakni sebanyak 60 orang (Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak, 2023).

Kejadian Bullying adalah suatu keadaan dimana seseorang atau suatu kelompok menyalahgunakan kekuasaannya terhadap korban yang tidak mampu atau tidak mampu melindungi dirinya karena kelemahan fisik dan mental. Jika kejadian tersebut terjadi berulang kali dan korban merasa takut atau terancam, hal tersebut dapat dianggap sebagai perilaku bullying (Syavika et al., 2023).

Dampak dari tindakan bullying tidak hanya mengenai fisik saja dampak bullying salah satunya ialah memberikan sebuah efek yaitu

Kecemasan, prestasi akademik yang buruk, perasaan tidak dihargai, keterampilan sosial emosional, dan gangguan mental lainnya seperti depresi, menyakiti diri sendiri dan pikiran untuk bunuh diri (Akbar & Wirasti, 2021).

Kecemasan juga ialah rasa takut yang normal yang dimiliki oleh manusia, karena ketika manusia merasakan ketakutan, ia akan waspada dan mengingatkan dirinya akan bahaya yang mengancamnya namun kecemasan yang berlebihan dapat mempengaruhi proses pembelajaran melalui perasaan takut dan khawatir sehingga dapat mempengaruhi konsentrasi dan daya ingat (Nurhayati & Lauren, 2020).

Kecemasan juga dapat menimbulkan berbagai dampak, termasuk remaja dengan tingkat kecemasan yang tinggi mungkin memiliki sedikit teman, memiliki persepsi diri yang negatif, dan mengalami gangguan fungsi sosial. Hal ini termasuk bahwa mereka mungkin rentan dan menghadapi hambatan dalam mengembangkan proses kemampuan diri di lingkungan (Febriana, 2017).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada guru BK di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Permasalahan yang dialami Siswa-siswa yaitu bullying terdapat bullying verbal yaitu siswa selalu diejek menggunakan sebutan yang kurang menyenangkan oleh teman temannya seperti memanggil nama julukan dan diejek terkait fisik, yaitu siswa yang mengalami keterbatasan disabilitas dan siswa yang mempunyai postur tubuh yang besar. Kemudian terdapat bullying fisik dimana siswa mengalami kekerasan fisik yaitu selalu didorong ketika tidak memberikan tugas Pr terhadap temannya dan terdapat bullying elektronik dimana siswa diejek dengan mengatakan sok cantik ketika di media sosial dan suka

mengirim video ataupun foto syur terhadap temannya.

Hasil ini diperkuat peneliti telah melakukan presurvei pada tanggal 12 Desember 2023 dengan membagikan Kuesioner kepada siswa- siswi yang berada di SMP Negeri 26 Bandar Lampung dan SMP Negeri 13 Bandar Lampung, dan peneliti membagikan Kueisioner pada masing-masing siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung sebanyak 15 responden, dan siswa-siswi SMP Negeri 13 Bandar Lampung sebanyak 15 responden, jadi total keseluruhan 30 responden.

Setelah dilakukan analisis didapatkan hasil Perilaku bullying yang terjadi pada siswa-siswi di SMP Negeri 13 Bandar Lampung dengan rata-rata keseluruhan (29,73%), 9 orang mengalami Bullying dan 6 orang tidak mengalami bullying. Kecemasan dengan rata-rata (16,33%), 3 orang mengalami Kecemasan ringan, 5 orang tidak mengalami kecemasan, 4 orang mengalami Kecemasan sedang, 2 orang mengalami Kecemasan berat, dan 1 orang mengalami Kecemasan panik.

Hasil dari SMP Negeri 26 Bandar Lampung dengan rata-rata (24.93%) Menunjukkan Perilaku Bullying sebanyak 11 orang mengalami Bullying dan 4 orang tidak mengalami Bullying Kecemasan dengan rata-rata (28.47%) sebanyak 7 orang mengalami Kecemasan berat, 5 orang mengalami Kecemasan sedang, 2 orang mengalami Kecemasan ringan, dan 1 orang mengalami Kecemasan panik.

Berdasarkan Uraian di atas peneliti menyimpulkan bahwa kejadian bullying dengan kecemasan banyak dialami oleh siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan Perilaku Bullying dengan Kecemasan".

KAJIAN PUSTAKA

Bullying ialah dimana sebagai bentuk perilaku intimidasi atau viktimisasi. Seorang siswa menjadi pelaku intimidasi, atau korban yang mengalami penindasan berulang kali yang terkena perilaku negatif dari satu atau lebih siswa lain dalam jangka waktu yang lama. Selain itu, jika dilakukan dengan sengaja, hal tersebut akan menjadi tindakan negatif dan dapat menyebabkan cedera atau kerusakan. menyebabkan ketidaknyamanan pada orang lain. Tindakan negatif ini adalah bentuk “merugikan” yang sengaja dilakukan dan bahwa bullying merupakan bagian dari perilaku agresif (Sari, 2021).

Motif seseorang melakukan bullying biasanya terjadi karena dorongan dan beberapa alasan diantaranya adalah karena merasakan adanya ancaman, keinginan berkuasa, pembalasan dendam, sadisme dan juga pelaku dengan trauma masa lalu yang belum terselesaikan, salah satu alasan seseorang menjadi korban intimidasi adalah karena mereka sebelumnya pernah mengalami intimidasi, saat menjadi korban, mereka belajar bahwa menjadi pelaku lebih menyenangkan dari pada menjadi korban. Hal ini muncul dari pengalaman mereka bahwa pelaku juga menerima dari lingkungan sekitarnya, terlihat dari reaksi tertawa teman sebaya saat terjadi perundungan, lingkungan tidak memberikan peringatan atau haambatan, sehingga korban jika

diberi kesempatan dapat menjadi pelaku kejahatan. Namun, tetap yang menarik dalam kasus perundungan adalah respon korban terhadap intimidasi seringkali melebihi apa yang diterima (Akbar & Wirasti, 2021).

Dampak yang ditimbulkan dari tindakan bullying pada korbannya menyebabkan kecemasan, prestasi akademik yang buruk, perasaan tidak dihargai, Kesehatan umum yang buruk dan gangguan psikologis lainnya seperti depresi, serta pikiran untuk menyakiti diri sendiri dan bunuh diri sera psikososial yang merugikan (Akbar & Wirasti, 2021).

Kecemasan merupakan keadaan dimana seseorang merasa takut dan keadaan emosi yang timbul akibat ketidaknyamanan yang dirasakan seseorang. Merupakan pengalaman ketidakpastian yang disertai perasaan tidak berdaya dan ketidakpastian yang disebabkan oleh sesuatu yang belum jelas, dan mungkin terjadi di masa yang akan datang. Terdapat 4 tingkatan kecemasan : Kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, kecemasan panik

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan perilaku bullying pada siswa Smp Negeri 26 Bandar Lampung. Selain itu, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada “Hubungan perilaku bullying pada siswa Smp Negeri 26 Bandar Lampung Tahun 2024?”.

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian survey menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan (*cross sectional*),

Variabel Independen dalam penelitian ini, yaitu Perilaku Bullying yang di ukur pada lembar angket

menggunakan kuesioner yang disajikan tersusun dengan Kuesioner Olweus Bully/ Victim Questionnaire Revised dan Kuesioner memilih salah satu jawaban dengan cara memberikan tanda silang (✓) kedalam jawaban yang sudah disediakan dan akan disimpulkan

menjadi 2 kategori: “Korban bullying”, “tidak korban bullying”. Sedangkan variabel dependennya adalah Kecemasan di ukur pada lembar angket kecemasan menggunakan skala kecemasan yang akan di simpulkan menjadi 5 kategori : “Tidak cemas”, “ringan”, “sedang”, “berat”, “panik”.

Jumlah populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 211 siswa yang telah melalui penghitungan menggunakan rumus *slovin* dan didapatkan jumlah total responden pada penelitian ini yaitu 140 remaja.

Uji etik penelitian yang dilakukan di Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Malahayati

Bandar Lampung dengan nomor surat 4288/EC/KEP-UNMAL/IV/2024.

Untuk Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS versi 26.

Pada penelitian di lembar angket Perilaku bullying terdiri dari 22 pertanyaan dengan penilaian dengan skor ≥ 22 adalah korban bullying, $<$ adalah tidak korban bullying. Selanjutnya, pada penilaian dilembar angket Kecemasan dari 14 pertanyaan dengan skor < 14 adalah tidak ada kecemasan, 14-20 kecemasan ringan, 21-27 kecemasan sedang, 28-41 kecemasan berat, 42-56 kecemasan panik.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Usia

No	Usia	Jumlah	Persentase
1	13 Tahun	96	68,6 %
2	14 Tahun	33	23,6 %
3	15 Tahun	11	7,9 %
Total		140	100%

Berdasarkan Tabel 1 diatas diketahui bahwa karakteristik usia responden, terbanyak adalah usia 13 tahun dengan jumlah 96 orang dengan presentase sebanyak

(68.6%). usia 14 tahun berjumlah 33 orang dengan presentase (23,6%) dan usia 15 tahun berjumlah 11 orang dengan presentase (7,9%).

Tabel 2. Karakteristik Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Laki-Laki	62	44,3%
2	Perempuan	78	55,7%
		140	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa karakteristik jenis kelamin responden terbanyak adalah jenis kelamin perempuan

sebanyak 78 orang dengan presentase sebanyak (55,7%) dan responden berjenis laki-laki sebanyak 62 orang (44,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi perilaku bullying siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung

No	Distribusi frekuensi perilaku bullying	Jumlah	Persentase
1	Korban bullying	93	66,4%
2	Tidak termasuk korban bullying	47	33,6%
Total		140	100,0%

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa kejadian perilaku bullying pada siswa SMP 26 Bandar Lampung paling terbanyak mengalami korban bullying dengan

jumlah 93 orang dengan presentase sebanyak (66,4%). Dan yang tidak termasuk korban bullying dengan jumlah 47 orang dengan presentase sebanyak (33,6%).

Tabel 4. Frekuensi Tingkat Kecemasan pada siswa SMP 26 Bandar Lampung

No	Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan	Jumlah	Presentase
1	Tidak ada kecemasan	21	15,0%
2	Kecemasan ringan	26	18,6%
3	Kecemasan sedang	37	26,4%
4	Kecemasan berat	56	40,0%
5	Kecemasan panik	0	0,0%
Total		140	100,0%

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui bahwa tingkat kecemasan pada siswa SMP 26 Bandar Lampung terbanyak adalah siswa yang mengalami kecemasan berat dengan jumlah 56 orang dengan presentase (40,0%). Tidak ada kecemasan berjumlah 21 orang dengan

presentase (15,0%). Kecemasan ringan berjumlah 26 orang dengan presentase (18,6%). Kecemasan sedang berjumlah 37 orang dengan presentase (26,4%). Kecemasan panik berjumlah 0 orang dengan presentase (0,0%).

Tabel 5. Hubungan Perilaku bullying pada siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung

perilaku bullying	Kecemasan										N	%	p-value
	Tidak Cemas		Ringan		Sedang		Berat		Panik				
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%			
Tidak Korban bullying	21	44,7	21	44,7	5	10,6	0	0,0	0	0,0	47	100	0,00
Korban bullying	0	0,0	5	5,4	32	34,4	56	60,2	0	0,0	93	100	
Total	21	15,0	26	18,6	37	26,4	56	40,0	0	0,0	140	100	

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan bahwa responden dengan perilaku bullying yang tidak menjadi korban bullying terdapat kategori tidak terdapat kecemasan dengan jumlah 21 orang dengan presentase (44,7%), pada kecemasan ringan berjumlah 21 orang dengan presentase (44,7%), kecemasan sedang dengan jumlah 5 orang dengan presentase (10,6%), Kecemasan berat berjumlah 0 orang (0,0%), kecemasan panik berjumlah 0 orang dengan presentase (0,0%).

Sedangkan responden dengan perilaku bullying yang menjadi korban bullying tidak terdapat

kecemasan berjumlah 0 orang dengan presentase (0,0%), pada kecemasan ringan berjumlah 5 orang dengan presentase (5,4%), kecemasan berat berjumlah 56 orang dengan presentase (60,2%), kecemasan panik berjumlah 0 orang dengan presentase (0,0%). Dari Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi-square. Menunjukkan bahwa nilai p-value 0,00 lebih kecil daripada nilai α 0,005 sehingga H_0 ditolak H_a diterima yang berarti ada hubungan perilaku bullying dengan kecemasan pada siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung.

PEMBAHASAN

Perilaku Bullying pada siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung

Pada penelitian ini, hasil penelitian di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun 2024, diketahui bahwa sejumlah 140 orang responden siswa yang mengalami korban bullying terbanyak 93 orang dengan presentase sebesar 66,4%. Sedangkan responden siswa yang tidak mengalami korban bullying terbanyak 47 orang dengan presentase sebesar 33,6%.

Bahwa banyak yang menjadi korban bullying, hal ini memiliki faktor yang menyebabkan seseorang rentan mengalami tindak bullying seperti perasaan lebih sensitif dan cenderung pendiam (Hasibuan & Wulandari, 2015). Bullying merupakan bentuk dari perilaku agresif yang di sengaja karena kekuatan tersebut dominan pada perilaku sehingga dilakukan secara berulang-ulang dengan tujuan mengganggu seseorang yang dianggap lemah dari padanya (Akbar & Wirasti, 2021).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aulia, (2023) bentuk bullying yang sering diterima responden, siswa diejek

menggunakan sebutan nama yang tidak disukai, diejek mengenai penampilan fisik, dipaksa memberikan tugas sekolah dan PR.

Menurut analisa peneliti menyimpulkan bahwa, berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun 2024 diperoleh bahwa responden banyak mengalami korban bullying.

Dari Hasil penelitian dari responden kuesioner bullying yang telah dijawab, yaitu siswa yang selalu di ejek mengenai penampilan fisik, (berupa warna kulit, bentuk rambut, ras, suku), siswa yang dipandang sinis dan siswa yang dipaksa memberikan tugas sekolah dan PR.

Tingkat Kecemasan pada Siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung

Hasil penelitian di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun 2024, diketahui bahwa sejumlah 140 orang responden siswa yang mengalami kecemasan terbanyak ialah kecemasan berat dengan jumlah 56 orang dengan presentase (40,0%), tidak ada kecemasan dengan jumlah 21 orang dengan presentase (15,0%), kecemasan ringan dengan jumlah 26 orang dengan presentase (18,6%),

kecemasan sedang dengan jumlah 37 orang dengan presentase (26,4%), kecemasan panik dengan jumlah 0 dengan presentase (0,0%).

Kecemasan merupakan suatu keadaan ketakutan atau kekhawatiran akan terjadinya sesuatu yang buruk. Banyak hal yang perlu dikhawatirkan seperti kesehatan, hubungan sosial, ujian, karir, kondisi lingkungan, dan hal-hal lain yang bisa diatasi dengan mekanisme coping adaptif. Kecemasan dapat didefinisikan juga sebagai keadaan emosi yang timbul akibat ketidaknyamanan yang dirasakan seseorang (Ramie, 2022).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah usia. seiring bertambahnya usia, kematangan emosi seseorang meningkat dan kemampuannya dalam menghadapi berbagai masalah yang semakin meningkat (Wekoadi et al., 2018). Perilaku bullying menurun seiring bertambahnya usia. kelompok usia 12 hingga 16 tahun dianggap sebagai usia rentan terjadinya perilaku bullying (Putri et al., 2015). Pada masa remaja ini, seseorang akan mudah mengalami perasaan cemas terutama ketika menghadapi permasalahan (Purnamarini et al., 2016).

Gejala seseorang yang mengalami kecemasan yaitu gangguan kognitif dimana terjadi kesulitan saat berkonsentrasi, perhatian berlebihan, kehilangan kendali, kebingungan. Gangguan Perilaku dimana harapan yang tidak tenang, mudah tersinggung, tekanan darah meningkat, kemalasan, menarik diri dari lingkungan. Gangguan persepsi dimana depersonalisasi dan hilangnya realitas. Gangguan perifer, seperti hipertensi, jantung berdebar, perut kembung, diare, takikardia, gelisah, tremor, midriasis, gatal pada ekstremitas, dan keinginan buang air kecil (Ramie, 2022)

Hal ini sejalan dengan penelitian Aulia, (2023) yang menyatakan bahwa perilaku bullying banyak mengalami kecemasan berat dikarenakan faktor yang mempengaruhi penyebab kecemasan berat, siswa sering memiliki firasat buruk, dan takut akan pikiran sendiri, sulit berkonsentrasi, daya ingat menurun, mimpi buruk, kepala terasa berat, gelisah serta mengalami gangguan tidur dari hasil penelitian didapatkan hasil (38,8%).

Menurut analisa peneliti menyimpulkan bahwa, berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun 2024 diperoleh bahwa responden banyak mengalami kecemasan berat, faktor yang mempengaruhi kecemasan berat ialah dari hasil penelitian responden dengan membagikan kuesioner kecemasan yang telah dijawab oleh siswa, siswa sering memiliki firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung, mudah menangis, gemetar, gelisah, sulit berkonsentrasi, muka merah, berdebar debar, mudah berkeringat, sakit kepala.

Hubungan Perilaku bullying dengan Kecemasan pada siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung

Pada penelitian ini, Bullying dengan kecemasan pada siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung 2024, perilaku bullying yang tidak menjadi korban bullying terdapat kategori tidak terdapat kecemasan dengan jumlah 21 orang dengan presentase (44,7%), pada kecemasan ringan berjumlah 21 orang dengan presentase (44,7%), Kecemasan berat berjumlah 0 orang (0,0%), kecemasan panik berjumlah 0 orang dengan presentase (0,0%). Sedangkan responden dengan perilaku bullying yang menjadi korban bullying tidak terdapat kecemasan berjumlah 0 orang dengan presentase (0,0%), pada

kecemasan ringan berjumlah 5 orang dengan presentase (5,4%), kecemasan berat berjumlah 56 orang dengan presentase (60,2%), kecemasan panik berjumlah 0 orang dengan presentase (0,0%).

Bullying juga didefinisikan sebagai tindakan negatif dalam bentuk penindasan, perundungan, atau pengintimidasi dengan menggunakan kekerasan, dan ancaman atau paksaan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih terhadap orang lain, terkadang berulang ulang, sehingga menimbulkan kerugian fisik dan psikologis (Hidayatullah et al., 2022).

Hasil Dampak yang ditimbulkan dari tindakan bullying pada korbannya menyebabkan kecemasan, prestasi akademik yang buruk, perasaan tidak dihargai, mengalami gangguan psikologis seperti depresi, serta pikiran untuk menyakiti diri sendiri (Akbar & Wirasti, 2021). Kecemasan merupakan suatu keadaan ketakutan atau kekhawatiran akan terjadinya sesuatu yang buruk. Banyak hal yang perlu dikhawatirkan seperti kesehatan, hubungan sosial, ujian, karir, kondisi lingkungan, dan hal-hal lain yang bisa diatasi dengan mekanisme coping adaptif. Kecemasan dapat didefinisikan juga sebagai keadaan emosi yang timbul akibat ketidaknyamanan yang dirasakan seseorang (Ramie, 2022).

Menurut analisa peneliti menyimpulkan bahwa hubungan yang signifikan bullying dengan kecemasan pada siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung. siswa yang

menjadi korban bullying sangat tinggi, serta perempuan lebih banyak menjadi korban bullying, siswa siswa pernah dipermalukan didepan umum misalnya didepan teman-temannya, siswa dipanggil dengan nama julukan yang tidak disenangi, siswa pernah dipaksa melakukan hal yang tidak diinginkan misalnya membuat PR/tugas dipaksa memberikan contekan, dipaksa memberikan makanan, siswa yang pernah dipandang sinis oleh temannya, siswa yang diminta mentraktir teman-temannya dengan paksa, siswa yang diolok-olok mengenai fisik dan siswa yang memiliki barang diambil paksa seperti buku, bulpoin, sepatu dan tas.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa, terdapat beberapa wawasan mengenai bullying. Penindasan bukan satu-satunya faktor yang menyebabkan kecemasan; Faktor lain juga dapat menyebabkan gangguan kecemasan pada diri seseorang, sehingga siswa yang tidak teridentifikasi sebagai korban bullying juga dapat terkena dampak dari permasalahan yang dipahami.

Hasil penelitian membuktikan bahwa ada tidaknya hubungan variabel bullying dengan kecemasan yang dilakukan analisa data dengan menggunakan *chi-square*, menunjukkan bahwa nilai *p-value* 0,00 lebih kecil daripada nilai α 0,05 sehingga H_0 ditolak H_a diterima yang berarti ada hubungan perilaku bullying dengan kecemasan Bandar Lampung Tahun 2024.

KESIMPULAN

Adanya hubungan perilaku bullying dengan kecemasan pada siswa SMP Negeri 26 Bandar Lampung dengan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$.

SARAN

Bagi siswa

Bagi siswa Lebih aktif dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler disekolah diharapkan jika siswa

mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, maka dengan adanya kegiatan yang positif diharapkan akan mengurangi tingkat kejadian perundungan disekolah.

Bagi Pihak Sekolah

Bagi pihak sekolah dapat memberikan penyuluhan mengenai

perilaku bullying di lingkungan sekolah.

Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada faktor lain yang berhubungan terhadap kecemasan pada siswa bullying baik dilokasi yang sama ataupun berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Z., & Wirasti, M. K. (2021). *Anti Bullying: Pendekatan Psikologis Cegah Kasus Bullying di Sekolah*. CV. Amerika Media.
- Aulia, W. N. (2023). Hubungan Bullying Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja di SMK Negeri 1 Bondowoso. *Doctoral Dissertation, Universitas Dr. Soebandi*.
- Azizah, N. S., & Hartutik, S. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Bullying Di SMPN 1 Sidoharjo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(11), 120-129.
- Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak. (2023). *Kasus Perundungan Sekolah Paling Banyak Terjadi di SD dan SMP Hingga Agustus 2023*. diakses pada : <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/06/bps-siswa-laki-laki-lebih-banyak-jadi-korban-bullying>.
- Febriana, B. (2017). Penurunan Kecemasan Remaja Korban Bullying Melalui Terapi Kognitif. *IJNP (Indonesian Journal of Nursing Practices)*, 1(2), 1-8.
- Hasibuan, R. L., & Wulandari, R. L. H. (2015). Efektivitas rational emotive behavior therapy (REBT) untuk meningkatkan self esteem pada siswa SMP korban bullying. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 103-110.
- Hidayatullah, M., Ahda, A. Z., Aziza, E. N., Hairina, Y., & Mulyani, M. (2022). Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman tentang bullying pada Madrasah Ibtidaiyah Al-Istiqamah Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 61-70.
- Ikhwanudin, I., Daulima, N. H. C., & Putri, Y. S. E. (2023). Manfaat Terapi Suportif dalam Mengurangi Kecemasan pada Siswa Korban Perilaku Bullying. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1909-1917.
- Masruroh, N. (2016). Bullying experiment based on The Doers' perspective, victim and eye witness on the junior high school student. *Jurnal Keperawatan*, 7(2).
- Noviana, E., Pranata, L., & Fari, A. I. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Sma Tentang Bahaya Bullying. *Publikasi Penelitian Terapan Dan Kebijakan*, 3(2), 75-82.
- Nurhayati, G. E., & Lauren, V. Y. (2020). Tindakan Bullying dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja. *Jurnal Sehat Masada*, 14(2), 206-217.
- Pratama, D. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Jurnal Edukasimu*, 1(3).
- Pratiwi, M. P., Setiady, I., & Fitriani, N. (2021). Hubungan kejadian

- bullying dengan self esteem (harga diri) dan resiliensi pada remaja. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 2(2), 84-92.
- Purnamarini, D. P. A., Setiawan, T. I., & Hidayat, D. R. (2016). Pengaruh terapi expressive writing terhadap penurunan kecemasan saat ujian sekolah (Studi kuasi eksperimen terhadap siswa Kelas XI di SMA Negeri 59 Jakarta). *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 36-42.
- Rakhman, A., Prastiani, D. B., & Nur, L. A. (2022). Hubungan Verbal Bullying dengan Interaksi Sosial Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 13(1), 69-73.
- Ramie, N. A. (2022). Mekanisme Koping, Pengetahuan Dan Kecemasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19. *Deepublish Sapparini*.
- Saputri, R. K., Pitaloka, R. I. K., Nadhiffa, P. A. N., & Wardani, K. K. (2023). Edukasi Pencegahan Bullying Dan Kesehatan Mental Bagi Remaja Desa Sukowati Kecamatan Kapas Kabupaten Bojonegaro. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 10(1), 44-49.
- Sari, S. K. (2021). Pengaruh Perilaku Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas Viii Mts Esa Nusa Islamic School Binong-Tangerang. *JM2PI: Jurnal Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam*, 1(2), 328-338.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. CV Alfabeta.
- Suib, S., & Safitri, A. (2022). Perilaku Bullying Remaja Dipengaruhi Lingkungan Sekolah dan Pengetahuan. *JKEP*, 7(2), 149-157.
- Sulfemi, W. B., & Yasita, O. (2020). Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Perilaku Bullying. *Jurnal Pendidikan*, 21(2), 133-147.
- Syavika, N., Pratiwi, R., Sahputra, D., Putra, M., Saragih, D., & Daulay, A. A. (2023). Bentuk Emosi Bullying dan Korban Bullying di Sekolah (Studi Kasus SMP Negeri 27 Medan). *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 741-745.
- Tianingrum, N. A., & Nurjannah, U. (2020). Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku kenakalan remaja sekolah di Samarinda. *Jurnal Dunia Kesmas*, 8(4), 275-282.
- Wekoadi, G. M., Ridwan, M., & Sugiarto, A. (2018). Writing therapy terhadap penurunan cemas pada remaja korban bullying. *Jurnal Riset Kesehatan*, 7(1), 37-44.
- Yonita, E. N., & Karneli, Y. (2019). The Effectiveness Of The Cognitive Behavior Modification Approach With Group Settings To Reduce Bullying Behavior. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 1-7.
- Yuliani, N. (2019). Fenomena Kasus Bullying Di Sekolah. *Research Gate*.