

**“HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *BULLYING* DENGAN  
KECEMASAN PADA SISWA KORBAN BULLYING SMP NEGERI 12  
PEKALONGAN”**

**PROPOSAL SKRIPSI**



Disusun oleh:

**Hanifah Bakti Armevia**

(30701900081)

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2024**

**“HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *BULLYING* DENGAN  
KECEMASAN PADA SISWA KORBAN *BULLYING* SMP NEGERI 12  
PEKALONGAN”**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

**Hanifah Bakti Armevia**

(30701900081)

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2024**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

"HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *BULLYING* DENGAN  
KECEMASAN PADA SISWA KORBAN *BULLYING* SMP NEGERI 12  
PEKALONGAN"

Dipersiapkan dan disusun oleh:  
**Hanifah Bakti Armevia**  
30701900081

Telah Disetujui untuk Diuji dan Dipertahankan di depan Dewan Pengaji  
Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi  
Pembimbing, Tanggal

  
Titi Suprihatin, S.Psi., M.Psi. 01 Juni 2024

Semarang, 01 Juni 2024  
Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Sultan Agung

  
Dr. Ika Kuncoro, S.Psi., M.Si.  
NIK 210799001



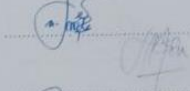
## HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN  
HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *BULLYING* DENGAN  
KECEMASAN PADA SISWA KORBAN *BULLYING* SMP NEGERI 12  
PEKALONGAN

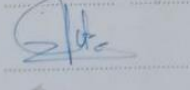
Dipersiapkan dan disusun oleh :  
Hanifah Bakli Armevia  
(30701900081)

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 01 Juni 2024  
Dewan Penguji Tanda Tangan

1. Agustin Handayani, S.Psi



2. Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si.




3. Titin Soprihatin, S.Psi., M.Psi  
Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Namarang, 10 Juni 2024

Mengetahui  
Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. J. A. H. Asro, S.Psi., M.Si.  
N.IK. 210799001



## PERNYATAAN

### PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Hanifah Bakti Armevia dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi saya yang berjudul "Hubungan Antara Perilaku *Bullying* Dengan Kecemasan Pada Siswa Korban *Bullying* SMP Negeri 12 Pekalongan" adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterima oleh orang lain kecuali yang secara tertulis tercantum dalam naskah ini disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

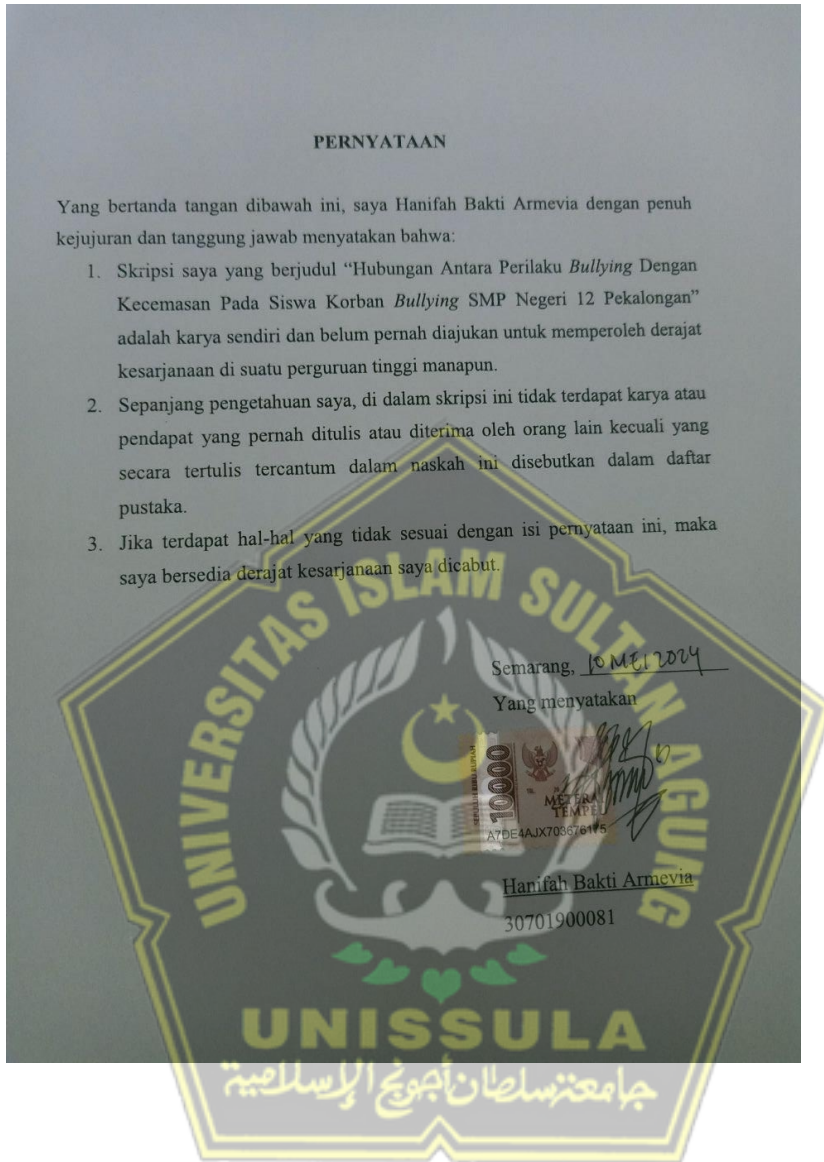
Semarang, 10 Mei 2024

Yang menyatakan



Hanifah Bakti Armevia

30701900081



## MOTTO

"Karena sesungguhnya setelah ada kesulitan pasti ada kemudahan."

(QS. Al Insyirah: 5)

"Barang siapa yang membebaskan seorang mukmin dari suatu kesulitan dunia, maka kelak Allah akan membebaskannya dari suatu kesulitan pada hari kiamat."

(HR. Muslim)

"Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada kemudahan tanpa doa."

(Ridwan Kamil)

"Menuntut ilmu adalah taqwa. Menyampaikan ilmu adalah ibadah. Mengulang-ulang ilmu adalah zikir. Mencari ilmu adalah jihad."

(Abu Hamid Al Ghazali)



## PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim...

Alhamdulillah karya ini saya persembahkan kepada kedua orang tua tercinta yang tak kenal lelah selalu mendoakan, semoga saya diberikan kelancaran dan kemudahan, memberikan semangat supaya saya semangat menyelesaikan proses pendidikan saya, serta kasih sayang yang tiada batas. Adikku dan keluarga tercinta yang selalu mendoakanku, memberikan motivasi agar selalu semangat untuk menyelesaikan karya ini.

Dosen pembimbingku Ibu Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi, Psikolog yang telah bersedia membimbingku dengan sabar dalam memberikan ilmu, memberikan nasihat, saran serta dukungannya dalam menyelesaikan karya ini.

Semua pihak yang membantu kelancaran penelitian ini, memberikan semangat, motivasi, dan dukungan.





## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmattullahi Wabarakatuh*

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas kehendak serta ridho-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi inidengan baik sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi. Solawat dan salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, para sahabatnya, semoga kita mendapatkansyafa'atnya kelak.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan seperti apa yang diharapkan. Di dalam proses penyusunan skripsi ini peneliti banyak mengalami kendala, hambatan, rintangan. Berkat bantuan dan dukungan oleh beberapa pihak peneliti mampu mengatasinya dengan baik. Dengan penuh kerendahan hati dan penuh rasa hormat, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan ilmu, motivasi, dukungan selama berkuliah di UNISSULA.
2. Ibu Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si, Psikolog selaku dosen wali yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan selama proses akademik di UNISSULA.
3. Ibu Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah sabar meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing saya, selalu memberikan saran, dukungan, semangat dan motivasi untuk saya agar terus berjuang.
4. Ibu Agustin Handayani, S.Psi, M.Si selaku dosen penguji sekaligus biro skripsi yang telah membantu saya dalam pendaftaran skripsi maupun wisuda serta memberikan saran dan dukungan.
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan ilmu, pengetahuan, dan pengalaman selama berkuliah di UNISSULA.
6. Seluruh staff tata usaha Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah membantu dalam proses administrasi hingga skripsi ini selesai.



7. Ibu Ani Yuniati selaku kepala sekolah SMP N 12 Pekalongan yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
8. Ibu Amie Oktiningsih selaku guru BK SMP N 12 Pekalongan yang telah memberikan saran, arahan, serta membantu saya dalam pelaksanaan penelitian.
9. Bapak Djaja Nurrohimi selaku koordinasi TU SMP N 12 Pekalongan yang telah membantu saya dalam proses perizinan penelitian, serta memberikan saran.
10. Seluruh guru SMP N 12 Pekalongan yang telah memberikan saran, semangat serta dukungan.
11. Seluruh siswa SMP N 12 Pekalongan yang telah meluangkan waktu dan bersedia mengisi skala kuesioner.
12. Orang tua yang tercinta yaitu Bapak Bakti Prasetyana dan Ibu Army Setiorini yang telah sabar menunggu saya lulus, selalu mendoakan yang terbaik untuk saya, menjadi tempat rumah ternyaman bagi saya, memberikan pelukan hangat serta dukungan supaya saya tidak menyerah.
13. Adik saya yang bawel, Nasywa Bakti Azzahra yang selalu mendoakan, selalu menemani, memberikan semangat serta dukungan.
14. Keluarga besar saya yaitu nenek, tante, om, adik-adik sepupu saya yang selalu memberikan semangat serta mendoakan saya supaya dipermudah dan segera lulus.
15. Calon saya yaitu Ispalantoni Oktora Manullang dan keluarga yang telah memberikan semangat, dukungan, selalu menghibur ketika saya hampir menyerah.
16. Sahabat online saya yaitu Almarhumah Dian Saraswati yang dulu telah menghibur saya ketika saya kehilangan semangat, selalu mendoakan, sabar mendengarkan curhatan saya, memberikan semangat, dukungan, menjadi perawat pribadi saya ketika saya sakit. Sahabat saya yang sekarang yaitu Hanif Nisa Abdilla dan Savira Nurwita yang selalu menemani ketika saya hampir menyerah, selalu sabar mendengarkan curhatan saya, memberikan semangat, dan dukungan.

17. Kak Nana, Hendra yang telah membantu saya dalam proses penyusunan skripsi, memberikan semangat, dukungan dan saran. Pika dan Safira telah membantu dalam format penyusunan skripsi, dll.

18. Teruntuk diriku, terimakasih sudah bertahan dan berjuang sejauh ini dalam menyelesaikan tugas dan kegiatan selama perkuliahan, serta telah menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Skripsi ini sudah dikerjakan dengan sebaik mungkin dan sungguh-sungguh oleh peneliti, penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi kedepannya.

*Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*



Semarang,

**Hanifah Bakti Armevia**

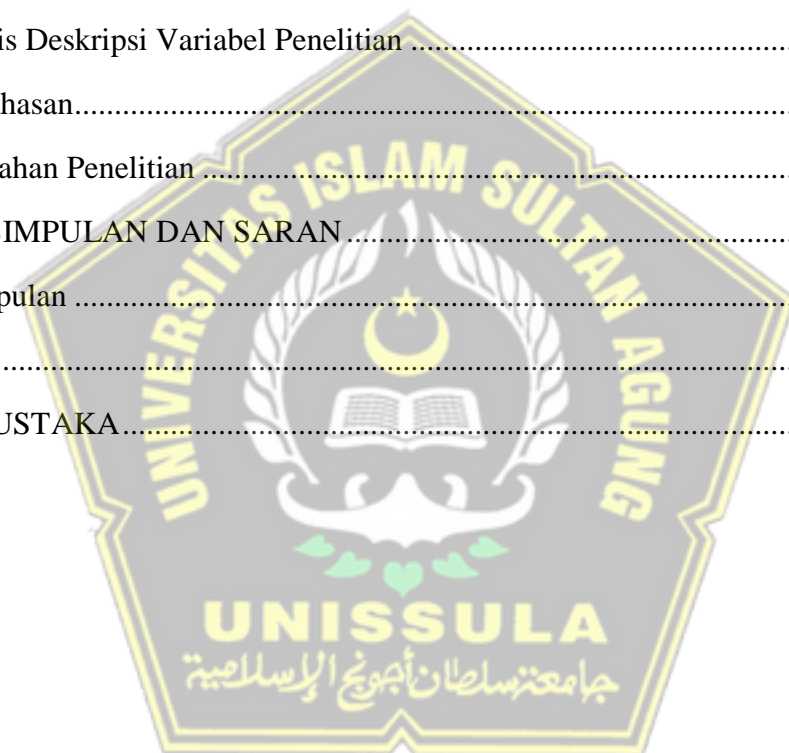
**(30701900081)**

## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
PERNYATAAN .....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
ABSTRACT .....	xvii
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Penelitian .....	10
BAB II KAJIAN TEORI .....	10
A. Kecemasan .....	10
1. Pengertian Kecemasan .....	10
2. Aspek-aspek Kecemasan .....	12
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan .....	13
B. Perilaku <i>Bullying</i> .....	15
1. Pengertian <i>Bullying</i> .....	15

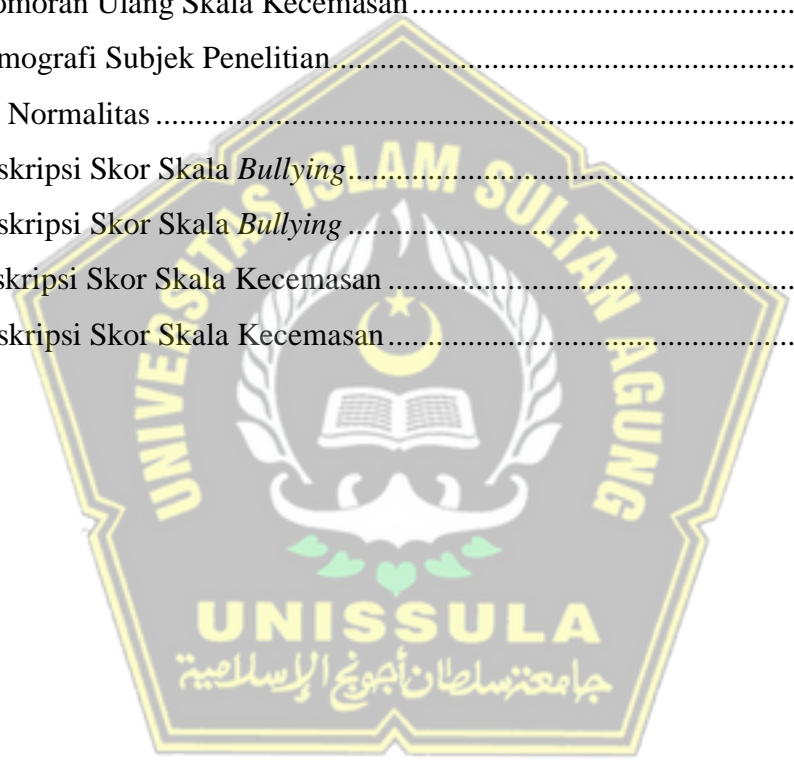
2. Bentuk-bentuk <i>Bullying</i> .....	17
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Bullying</i> .....	20
4. Dampak <i>Bullying</i> .....	22
C. Hubungan Antara Perilaku <i>Bullying</i> Dengan Kecemasan .....	23
D. Hipotesis.....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>27</b>
A. Identifikasi Variabel.....	27
B. Definisi Operasional .....	27
1. Perilaku <i>Bullying</i> .....	27
2. Kecemasan .....	28
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	29
1. Populasi .....	29
2. Sampel.....	29
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	30
D. Metode Pengumpulan Data.....	30
1. Skala perilaku <i>bullying</i> .....	30
2. Skala kecemasan.....	31
E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Realibilitas .....	31
1. Validitas.....	31
2. Uji Daya Beda Aitem .....	35
3. Realibilitas.....	35
F. Teknik Analisis .....	36
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>35</b>
A. Orientasi Kanchah Penelitian.....	35
1. Orientasi Kanchah Penelitian .....	35
2. Persiapan Penelitian .....	36

3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian .....	37
4. Uji Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Alat Ukur .....	38
B. Pelaksanaan Penelitian .....	41
C. Analisis Data Penelitian .....	41
1. Uji Asumsi.....	41
2. Uji Normalitas .....	42
3. Uji Linear .....	43
4. Uji Hipotesis.....	43
D. Analisis Deskripsi Variabel Penelitian .....	45
E. Pembahasan.....	48
F. Kelemahan Penelitian .....	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	48
A. Kesimpulan .....	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	50



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi.....	29
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala Perilaku <i>Bullying</i> .....	31
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan.....	31
Tabel 4. Sebaran Skala Perilaku <i>Bullying</i> .....	37
Tabel 5. Sebaran Skala Kecemasan.....	37
Tabel 6. Daya Beda Aitem Skala <i>Bullying</i> .....	39
Tabel 7. Daya Beda Aitem Skala Kecemasan .....	40
Tabel 8. Penomoran Ulang Skala Perilaku <i>Bullying</i> .....	40
Tabel 9. Penomoran Ulang Skala Kecemasan.....	40
Tabel 10. Demografi Subjek Penelitian.....	41
Table 11. Uji Normalitas .....	42
Tabel 12. Deskripsi Skor Skala <i>Bullying</i> .....	46
Tabel 13. Deskripsi Skor Skala <i>Bullying</i> .....	46
Tabel 14. Deskripsi Skor Skala Kecemasan .....	47
Tabel 15. Deskripsi Skor Skala Kecemasan.....	47



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rentang Skor <i>Bullying</i> .....	45
Gambar 2. Rentang Skor Kecemasan.....	46





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Uji Coba Penelitian .....	55
Lampiran 2 Tabulasi Data Skala Uji Coba.....	62
Lampiran 3 Uji Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Skala Uji Coba.....	70
Lampiran 4 Skala Penelitian.....	74
Lampiran 5 Tabulasi Skala Penelitian .....	82
Lampiran 6 Uji Analisis Data Penelitian.....	95
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian .....	97
Lampiran 8 Dokumentasi <i>Try Out</i> Dan Penelitian .....	98



**“HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *BULLYING* DENGAN  
KECEMASAN PADA SISWA KORBAN *BULLYING* SMP NEGERI  
12 PEKALONGAN”**

Oleh : **Hanifah Bakti Armevia, Titin Suprihatin**

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : [hanifahbaktia@std.unissula.ac.id](mailto:hanifahbaktia@std.unissula.ac.id), [titin@unissula.ac.id](mailto:titin@unissula.ac.id)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku *bullying* dengan kecemasan pada SMP Negeri 12 Pekalongan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i SMP Negeri 12 Pekalongan yang berjumlah 120 siswa. Sampel yang digunakan adalah siswa/i yang pernah menjadi korban *bullying*. Metode pengambilan data menggunakan *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan terdiri dari dua skala yaitu skala perilaku *bullying* berjumlah 24 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,912 dan skala kecemasan terdiri dari 31 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,904. Analisis data menggunakan korelasi *spearman rho*. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,502 artinya tingkat kekuatan korelasinya kuat, serta terdapat hubungan positif atau searah antara perilaku *bullying* dengan kecemasan.

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian dapat dikatakan bahwa semakin tinggi perilaku *bullying* maka semakin tinggi kecemasan yang dialami siswa SMP N 12 Pekalongan, begitupula semakin rendah perilaku *bullying* yang dialami maka semakin rendah kecemasan.

**Kata kunci:** *perilaku bullying di SMP N 12 Pekalongan, kecemasan.*

**“THE RELATIONSHIP BETWEEN BULLYING BEHAVIOR WITH  
ANXIETY IN STUDENTS WHO ARE VICTIMS OF BULLYING AT  
SMP NEGERI 12 PEKALONGAN”**

By :**Hanifah Bakti Armevia, Titin Suprihatin**

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : [hanifahbaktia@std.unissula.ac.id](mailto:hanifahbaktia@std.unissula.ac.id), [titin@unissula.ac.id](mailto:titin@unissula.ac.id)

**ABSTRACT**

This research aims to determine the relationship between behavior bullying with anxiety at SMP Negeri 12 Pekalongan. The population in this study were students of SMP Negeri 12 Pekalongan, totaling 120 students. The sample used was students who had been victims bullying. The data collection method uses cluster random sampling. The measuring instrument used consists of two scales, namely the behavioral scale bullying totaling 24 items with a reliability coefficient of 0.912 and the anxiety scale consists of 31 items with a reliability coefficient of 0.904. Data analysis using correlation spearman rho. Based on the results of the analysis that has been carried out, a correlation coefficient value of 0.502 is obtained, meaning that the level of correlation strength is strong, and there is a positive or unidirectional relationship between bullying behavior and anxiety. Based on the presentation of the results of the study, it can be said that the higher the bullying behavior, the higher the anxiety experienced by students of SMP N 12 Pekalongan, as well as the lower the bullying behavior experienced, the lower the anxiety.

**Keywords:** *bullying behavior at SMP N 12 Pekalongan, anxiety.*



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kecemasan menurut Nevid, Rathus dan Greene (2005) mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan di mana seseorang merasa khawatir bahwa suatu peristiwa buruk akan terjadi dalam waktu dekat. Secara umum, kecemasan adalah reaksi normal dan dapat bermanfaat apabila mendorong individu, misalnya siswa untuk belajar dengan lebih rajin menjelang ujian. Wiramihardja (Agita, 2012) menyatakan bahwa kecemasan pada dasarnya adalah pengalaman yang biasa yang dirasakan oleh setiap individu. Kecemasan dianggap sebagai bagian alami dari kehidupan sehari-hari.

Kaplan, Sadock dan Grebb (Fauziah & Widury, 2007) menyatakan bahwa ketakutan dan kecemasan adalah dua perasaan yang berfungsi sebagai tanda peringatan akan kemungkinan datangnya bahaya. Jika ancaman tersebut nyata maka reaksi ini alami dan tidak membahayakan individu. Hal ini merupakan bagian normal dari proses pertumbuhan, perubahan, eksplorasi pengalaman baru, serta dalam pencarian identitas dan makna hidup. Kecemasan menjadi respons terhadap situasi yang mengancam, terutama saat ancaman berasal dari dalam diri, tidak jelas, atau menimbulkan konflik bagi individu.

Menurut Kusumawati (2010) kecemasan adalah perasaan umum yang menyebabkan seseorang merasa takut atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak diketahui penyebabnya. Kecemasan merupakan suatu kondisi dengan tingkat berbeda-beda yang menimbulkan rasa tidak nyaman pada penderitanya. Hampir setiap orang mengalami kecemasan pada suatu saat dalam hidupnya.

Sementara menurut Sarastika (2014) kecemasan adalah reaksi terhadap ketidaknyamanan yang menyebabkan pengalaman subyektif dari ketegangan mental, sehingga gejala yang muncul menurut Dacey (2000)

adalah dari sudut pandang psikis/psikologis, misalnya tegang, cemas, gelisah, tidak aman, takut; sedangkan dari segi fisik/fisiologis ditandai dengan jantung berdebar, telapak tangan berkeringat, tekanan darah meningkat; dan dari segi perilaku sosial ditandai dengan menghindari interaksi sosial. Jenis-jenis kecemasan menurut Azhari (2021) yaitu kecemasan rasional merupakan suatu ketakutan akibat adanya objek yang memang mengancam, misalnya ketika merasa cemas ketika dibully seperti dipukul, dicubit, dll, kecemasan irrasional yaitu mereka yang mengalami emosi ini dibawah keadaan-keadaan spesifik yang biasanya tidak dipandang mengancam yaitu merasa khawatir jika akan dibully lagi padahal belum tentu, kecemasan fundamental merupakan suatu pertanyaan tentang identitas dirinya, tujuan hidupnya, dll.

Hurlock (Sari, 2017) menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan, termasuk usia, jenis kelamin, status kesehatan, pengalaman, dan tingkat stresor. Penelitian yang dilakukan oleh Rana & Mahmood (2010) menunjukkan bahwa ada perbedaan dalam cara jenis kelamin mengatasi kecemasan, khususnya dalam situasi evaluasi atau ujian, di mana perempuan cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Menurut Slavin (Sari, 2017) faktor lain yang memengaruhi kecemasan adalah jenis mata pelajaran, terutama mata pelajaran yang melibatkan angka, seperti matematika, yang cenderung meningkatkan tingkat kecemasan.

Penelitian yang dilakukan Rana & Mahmood (2010) juga menyatakan tingkat kecemasan dapat mempengaruhi performa akademik siswa dalam bidang *science* dan berhubungan dengan angka. Faktor lain yang juga ikut mempengaruhi kecemasan adalah daerah asal. Daerah asal disini dikaitkan dengan adanya perbedaan budaya dari masing-masing daerah. Hill dan Wigfield (Sari, 2017) menyatakan banyak studi menunjukkan bahwa kecemasan evaluasi merupakan masalah bagi anak dari latar belakang etnis yang beragam, pada anak laki-laki dan perempuan dari kehidupan kelas



menengah ke bawah dan anak-anak dari kelas sosial dan budaya yang berbeda.

Menurut Utami (2019) kecemasan terjadi karena aktivasi respons melawan atau lari, kecemasan terjadi sebagai respons terhadap pengaktifan respons melawan atau lari. Respons ini ada untuk melindungi individu dari bahaya dan hanya muncul saat seseorang merasa takut atau tidak ada ancaman nyata. Dampak dari respons ini melibatkan pelepasan adrenalin, yang dapat meningkatkan agresivitas individu dan akhirnya menyebabkan perilaku *bullying* pada anak-anak yang mengalami kecemasan. Konsekuensi dari perilaku cemas dan *bullying* pada anak-anak di sekolah menuntut tindakan pencegahan atau penanganan untuk mengatasi masalah tersebut.

Sebuah penelitian yang dilakukan di Amerika menemukan bahwa prevalensi gangguan mental cukup tinggi pada kelompok usia 18-29 tahun, di mana sebanyak 40% dari individu dalam kelompok ini mengalami gangguan kecemasan, gangguan suasana perasaan, dan penyalahgunaan obat-obatan (Arnett, 2014 dalam Sitti Rahmah, dkk, 2021). Studi lanjutan yang dilakukan oleh Arnett (2014) untuk mengeksplorasi identitas pada tahap *emerging adulthood* menunjukkan bahwa 56% dari partisipan menyatakan bahwa mereka merasa cemas, dan 32% dari mereka mengakui bahwa mereka terkadang merasa sedih atau muram.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi gejala-gejala depresi dan kecemasan pada individu berusia di atas 15 tahun mencapai 6,1% dari total penduduk, setara dengan lebih dari 19 juta orang (Riskesdas, 2019). Data ini sejalan dengan informasi yang disajikan oleh Institute for Health Metrics and Evaluation pada tahun 2019, yang mencatat prevalensi kecemasan pada rentang usia dewasa awal di Indonesia sebesar 6,76% (*Institute for Health Metrics and Evaluation*, 2021). Gejala kecemasan bervariasi di antara individu satu dengan lainnya. Gejala tersebut mencakup perasaan tidak nyaman, rasa takut, dan manifestasi fisik otonom seperti keringat berlebihan, sakit kepala,



detak jantung yang cepat, perut kembung, rasa gelisah, serta sulitnya berdiri atau duduk dalam waktu lama (Kaplan dan Sadock, 2010).

Terdapat fenomena kecemasan di lapangan yang dialami siswa SMP Negeri 12 Pekalongan sebagai korban *bullying*. Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap siswa yang berinisial ER berumur 15 tahun sebagai berikut:

*“Aku sering dipanggil dengan sebutan nama orang tua menurutku sudah biasa kak namun saya kadang membalas balik memanggil nama itu, terjadi setiap hari karena kayak dianggap bercanda jadi saya mau menegur tetap diomongin sambil menahan emosi cuman kalau udah marah saya memilih diam walau dipanggil itu, yang memanggil saya dengan sebutan itu yaitu orang-orang tertentu yang sudah mengenal saya karena yang belum dekat sama saya tidak melakukan itu. Pernah ketika aku lagi duduk si pembully malah nyubit aku sampai memerah, mukul juga tanpa sebab kayak bercanda tapi pakai fisik saya merasa gak tenang kak, pas aku diem aku dipukul pakai kayak penampakan itu, aku juga pernah dipalakin uang oleh kakak kelas namun tidak saya kasih sempat khawatir juga akan dipalak lagi, pernah lagi duduk di kursi ditendangin kanan kiri disitu saya diam aja kak, kadang lagi enak-enak diam tiba-tiba diganggu temen, diejek, dijahilin, dilemparin barang. Perlakuan mereka membuat saya gak nyaman kadang saya tidak jajan ke kantin supaya menjauh dari keramaian. Saya pernah ngelapor ke guru namun gurunya tidak menanggapi dengan tegas sehingga para pembully kalo dikasih hukuman gak mempan”.*

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap seorang siswi yang berinisial S berumur 15 tahun sebagai berikut:

*“Saya sering melihat teman-teman saya memanggil teman lainnya termasuk saya dengan kekurangan anak tersebut, memanggil dengan sebutan nama orang tua dan itu terjadi dimana saja disaat tidak ada bapak/ibu guru. Jika itu terjadi pada teman, saya akan melaporkan ke guru namun jika saya yang mendapatkan bullying itu saya lebih memilih diam karena saya cemas takut akan dilawan balik dengan kekerasan atau apapun itu karena saya pernah mengalaminya. Saya juga pernah mengalami didorong oleh teman-teman hanya untuk bahan bercandaan, tas saya pernah ditarik lalu terjatuh terjadi di kamar mandi seketika tubuh saya gemetar, ada juga yang menjulurkan kakinya ditengah jalan saat jatuh disitu mereka malah tertawa namun saya memilih diam langsung pergi karena saya takut akan ada hal buruk yang akan terjadi pada saya”.*

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap seorang siswi yang berinisial SAN berumur 16 tahun sebagai berikut:

*“Saya sudah terbiasa dipanggil dengan sebutan nama orang tua, nama hewan, dll. Aku pernah dikucilkan sekelas hanya karena gak berangkat padahal aku udah izin sakit tapi mereka ngiranya aku gak izin, aku cemas kak karena aku gak ada teman. Pernah kepalaku didorong ke tembok hanya karena bercanda sakit kak kepalaku, aku cemas takut kenapa-kenapa, pas aku gak terima dikatain baperan sampai aku memilih pergi dari tempat itu kadang nyesek aja kalo keinget hal itu. Pas mau ke kantin aku pernah kesandung atau disenggol sampai jatuh badanku sakit semua. Aku juga sering ngeliat mereka tatap-tatapan ngeliatin aku sambil bisik-bisik, mereka juga buat circle jadinya aku gak diajak. Ketika pemilihan kelompok aku sering dapatnya yang sisa, pas aku gak berangkat tiba-tiba ada tugas kelompok aku belum dapat pasti aku masuknya ke circle pembully itu aku agak gemetar kak dan aku yang ngerjain semuanya pas ditanyapun disuruh jawab dikerjain bareng-bareng. Jujur kak aku sampai trauma, bahkan aku gak mau kenal mereka lagi”.*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa masalah yang dihadapi si ER, S dan SAN adalah mereka mengalami perilaku *bullying* di sekolah yang pelakunya adalah teman mereka sendiri, si pelaku menganggap hanya bercanda namun itu sudah termasuk kategori perilaku *bullying*. Awal mulanya *bullying* terjadi yaitu ketika sesuatu peristiwa dijadikan bahan bercandaan tanpa memperdulikan perasaan yang lainnya sehingga lama kelamaan perilaku tersebut makin parah sehingga muncul perkataan *“dih gitu aja baperan”*

Para korban *bullying* merasa perlakuan tersebut membuat tidak nyaman dan khawatir akan dirinya sendiri. Awalnya mereka mencoba melawan, namun si pembully tidak jera justru semakin membully yang lainnya. Mereka menganggap tidak ada gunanya jika melawan karena semakin dilawan semakin perilakunya menjadi-jadi sehingga mereka lebih memilih diam karena takut akan diancam dan seiringnya waktu perilaku tersebut sudah menjadi terbiasa diterima. Namun itu akan berdampak pada psikologi mereka yaitu akan menimbulkan kecemasan seperti trauma akan kekerasan yang dialami, trauma akan perkataan-perkataan yang menyakitkan, takut bertemu dengan orang lain, menjadi tidak tenang dalam menjalani hidup, sulit mengontrol emosi, tidak percaya diri, lebih suka menyendiri, merasa diasingkan dari lingkungan, dll.

*Bullying* merupakan situasi di mana seseorang atau sekelompok individu menyalahgunakan kekuasaan atau otoritas yang mereka klaim sebagai yang paling dominan. Kejadian semacam ini bisa terjadi di berbagai lingkungan, seperti sekolah atau tempat kerja. Hal ini mengindikasikan bahwa tindakan kekerasan dipersepsikan sebagai cara yang diterima untuk meningkatkan pendidikan dan pembelajaran siswa (Muhammad, 2009).

Biasanya, sekolah yang mengalami insiden *bullying* sering kali memiliki ciri-ciri seperti perilaku diskriminatif baik dari guru maupun siswa, kurangnya pengawasan dan orientasi etika dari pihak guru dan administrasi sekolah, adanya kesenjangan sosial di antara siswa, kebijakan disiplin yang berlebihan atau lemah, metode pengajaran yang kurang efektif, dan aturan yang tidak konsisten (Putri, 2018).

*Bullying* terjadi ketika seseorang secara terang-terangan disakiti oleh tindakan orang lain dan merasa tidak memiliki kemampuan untuk menghentikan perlakuan kejam tersebut. Anak-anak yang menjadi korban *bullying* seringkali menunjukkan kesulitan dalam berinteraksi sosial, takut untuk pergi ke sekolah, sering absen, menghindari kegiatan kelas, kesulitan dalam memusatkan perhatian di kelas, serta dampak negatif pada kesehatan mental dan fisik, baik jangka pendek maupun jangka panjang (Mellor, 2007).

*Bullying* adalah bentuk perilaku di mana ada upaya untuk merugikan secara psikologis atau fisik seseorang atau kelompok yang lebih lemah (Olweus, 2004). *Bullying* adalah suatu bentuk perilaku agresif yang melibatkan penggunaan kekuatan atau paksaan untuk mempengaruhi orang lain, dan cenderung terjadi secara berulang. Perilaku ini mencakup pelecehan verbal, kekerasan fisik, atau pemaksaan, dan sering melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan atau otoritas. *Bullying* dapat ditujukan kepada korban tertentu, mungkin berdasarkan ras, agama, atau jenis kelamin (Rahman, 2017). *Bullying* termasuk dalam perilaku yang tidak baik atau perilaku menyimpang, karena dampaknya sangat serius. Dalam jangka pendek, *bullying* bisa membuat korban merasa tidak aman, mengalami

penurunan harga diri, depresi, serta stres yang parah yang bahkan bisa berujung pada tindakan bunuh diri (Djuwita, 2006).

Febriana (2017) yang diambil dari data *Plan International And Interational Center For Research On Woman (ICRW)* bahwa 84% anak Indonesia berusia 12 hingga 17 tahun mengalami *bullying*. Persentase ini lebih tinggi dibandingkan negara-negara Asia lainnya karena agresi. Perilaku *bullying* juga membahayakan korbannya, baik secara mental, fisik, kognitif, atau emosional. Salah satu dari banyak komponen perilaku kekerasan atau intimidasi adalah pelecehan fisik, verbal, dan emosional. Semua anak yang mengalami kekerasan menghadapi dampak fisik dan verbalnya.

Berdasarkan survei UNICEF (2020) tahun 2018, ditemukan bahwa sekitar 41% dari anak-anak yang berusia 15 tahun di Indonesia mengalami kejadian *bullying* di sekolah setidaknya beberapa kali dalam sebulan. *Bullying* ini melibatkan tindakan kekerasan baik secara fisik maupun psikologis. Isu mengenai *bullying*, terutama yang terjadi melalui media sosial, semakin menjadi perhatian utama, terutama di kalangan remaja Indonesia.. Studi yang dilakukan oleh Kementerian PPPA menemukan bahwa sekitar 12–15% anak lelaki dan perempuan berusia 13–17 tahun pernah mengalami kekerasan melalui media daring dalam kurun waktu 12 bulan terakhir. Selain itu, kekerasan terhadap anak oleh guru juga merupakan isu yang signifikan; sebanyak 20% siswa laki-laki dan 75% siswa perempuan melaporkan bahwa mereka pernah mengalami perlakuan fisik seperti dipukul, ditampar, atau disengaja dilukai oleh guru dalam 12 bulan terakhir.

Berdasarkan hasil survei Cook (2010) di 22 negara, sekitar 18% anak sekolah mengalami tindakan *bullying* setiap minggunya (Rigby, 2011 dalam Sandri, 2015). Selain itu survei yang dilakukan di 35 negara oleh *World Health Organisation (WHO)* tentang perilaku sehat di sekolah pada tahun 2001 ditemukan fakta bahwa tingkat kejadian rata-rata korban dan pelaku *bullying* mencapai 11 % (Craig & Harel, 2004 dalam Sandri, 2015). Kasus



*bullying* juga terjadi di Indonesia. Survei yang dilakukan oleh Latitude News, ditemukan fakta bahwa Indonesia masuk di urutan ke dua dari 40 negara yang disurvei, sebagai negara dengan kasus *bullying* tertinggi di dunia setelah Jepang (Sandri, 2015).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Andini & Kurniasari (2021) mengenai hubungan antara perilaku *bullying* dengan gangguan cemas, hasilnya menunjukkan bahwa dari 97 responden yang menjadi korban *bullying*, sebanyak 51 orang mengalami gangguan cemas, mulai dari tingkat kecemasan ringan hingga sangat berat. Sementara itu, dari 127 responden yang bukan korban *bullying* dan tidak mengalami gangguan cemas, mencapai 82%.

Penelitian yang dilakukan oleh Khoirunnisa (2018) mengungkapkan bahwa sekitar 61% dari korban *bullying* mengalami tingkat kecemasan, terutama pada responden perempuan. Mayoritas dari mereka mengalami kecemasan ringan.

Penelitian yang dilakukan oleh Silva (2013) menemukan remaja laki-laki lebih cenderung yang menjadi pelaku *bullying* dengan *bullying* fisik dan korban perempuan sebagai korban *bullying*. Hal ini didukung oleh penelitian Andini (2021) menyatakan bahwa terdapat 160 responden perempuan (63%) dan 92 responden laki-laki (37%). Perempuan lebih banyak mengalami gangguan kecemasan, yaitu kecemasan ringan sebanyak 35 responden (22%), terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan gangguan cemas ( $p=0.002$ ). Terdapat 97 responden menjadi korban *bullying* (38%) dengan kecemasan yang paling sering, yaitu kecemasan ringan. Sebanyak 30 responden (31%) terdapat hubungan antara kejadian *bullying* dengan gangguan cemas ( $p=0.000$ )

Penelitian yang dilakukan oleh Wekoadi (2018) mengenai penggunaan terapi menulis untuk mengatasi kecemasan pada korban *bullying* menunjukkan bahwa terapi menulis dapat berperan sebagai alat untuk mengungkapkan emosi dan mengurangi tingkat kecemasan. Menulis memungkinkan individu untuk melepaskan emosi yang intens (seperti rasa

takut, kesedihan, atau pengalaman yang menyakitkan) dan efektif memecahkan masalah, karena sebagian besar masalah biasanya diselesaikan oleh otak kiri, namun terkadang hanya dapat diakses melalui otak kanan yang kreatif dan intuitif. Selain itu, melalui kegiatan menulis, seseorang dapat mengidentifikasi aspek positif dari diri mereka yang mungkin sebelumnya tersembunyi atau terhalangi oleh pemikiran negatif (Saifudin dan Kholidin, 2015). Terapi menulis membuka peluang bagi individu untuk menghadapi dan memahami lebih baik emosi mereka, sehingga membantu mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan oleh korban *bullying*.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Febriana (2017) mengenai kecemasan pada korban *bullying* telah menggunakan terapi kognitif sebagai metode intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan tingkat kecemasan remaja sebelum dan setelah penerapan terapi kognitif. Selain mengurangi gejala kecemasan umum, terapi ini juga mengurangi pikiran negatif, perasaan sedih, serta meningkatkan perasaan positif. Dengan demikian, terapi kognitif mampu mengurangi perasaan rendah diri dan mengatasi gejala depresi, termasuk kecemasan.

Berdasarkan penelitian terdahulu, telah banyak peneliti yang membahas tentang perilaku *bullying* dengan kecemasan, lebih memfokuskan tentang terapi *bullying*. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yaitu keadaan siswa SMP N 12 sesuai dengan permasalahan penelitian, lokasi penelitian yang belum dilakukan penelitian sejenis, teknik sampling yang digunakan berbeda, jumlah populasi dan sampel berbeda.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti serta mengetahui secara langsung terkait hubungan antara perilaku *bullying* dengan kecemasan pada siswa korban *bullying* pada SMP Negeri 12 Pekalongan.

## B. Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kecemasan dengan perilaku *bullying* pada siswa korban *bullying* SMP Negeri 12 Pekalongan.

## C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh hasil secara langsung mengenai hubungan antara perilaku *bullying* dengan kecemasan pada siswa korban *bullying* SMP Negeri 12 Pekalongan.

## D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat antara lain :

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai psikologi anak yang menjadi korban *bullying* baik secara fisik, verbal, relasional/sosial, *cyberbullying*, dll supaya perilaku tersebut bisa dicegah, untuk menambah wawasan terkait adanya hubungan antara perilaku *bullying* dengan kecemasan.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai sumber pengetahuan untuk orang tua agar bisa menciptakan suasana yang nyaman di rumah, mampu mendidik anaknya dengan baik, memantau perkembangan si anak sehingga anak tidak menjadi pelaku *bullying*.
- b. Sebagai sumber pengingat untuk guru agar tidak lalai dalam menghadapi kasus *bullying* di sekolah, bisa menjadi tempat curhat untuk anak ketika menjadi korban *bullying*.
- c. Sebagai sumber pengingat dan wawasan untuk anak agar jangan malu untuk bercerita ke orang tua atau guru ketika menjadi korban *bullying*.



## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kecemasan**

##### **1. Pengertian Kecemasan**

Kecemasan muncul akibat persepsi terhadap peristiwa yang dianggap tidak terkendali, sehingga individu cenderung memusatkan perhatian pada tindakan yang dapat dikendalikan (Shin & Newman, 2019). Menurut Stuart (2016) menggambarkan kecemasan sebagai perasaan takut yang tidak jelas, yang disertai dengan ketidakpastian, perasaan tidak berdaya, isolasi, dan rasa tidak nyaman. Nevid (2005), kecemasan adalah kondisi khawatir di mana seseorang merasa bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi dalam waktu dekat. AZ-Zahrani (2005) kecemasan adalah keadaan pikiran yang penuh dengan rasa takut, cemas, dan takut akan apa yang bisa terjadi, baik dari segi masalah yang terbatas maupun hal-hal yang aneh. Menurut Savitri (2003), pada umumnya kecemasan terlihat pada orang yang pikirannya tidak stabil, jantung berdebar-debar, lekas marah, merasakan tekanan didada seperti ditusuk-tusuk, dan keringat berlebihan. Taylor (2003) menjelaskan bahwa kecemasan adalah pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang membuat seseorang merasa gelisah. Hal ini merupakan respons umum terhadap ketidakmampuan dalam mengatasi masalah, konflik, atau ancaman.

Novitria (2020) menyatakan bahwa kecemasan pada dasarnya dirasakan oleh semua orang, tanpa memandang jenis kelamin, karena setiap individu pasti mengalami kecemasan meskipun dengan penyebab yang bervariasi. Kecemasan merupakan pengalaman yang tak terduga dalam kehidupan manusia, asalkan tingkat kecemasannya berada dalam batas yang normal, maka manusia masih dapat mengendalikannya.

Freud (Andri & Purnamawati, 2007) mengemukakan konsep tentang kecemasan. Baginya, kecemasan adalah perasaan takut yang tidak jelas dan tidak memiliki objek spesifik, sehingga seringkali sulit bagi individu untuk

menentukan sumber kecemasan secara konkret. Perasaan ini muncul sebagai respons terhadap perubahan yang terjadi dan tuntutan untuk beradaptasi dengan situasi tertentu. Saat mengalami kecemasan, seseorang merasa tidak nyaman, takut, atau bahkan merasakan firasat akan terjadi sesuatu yang buruk, meskipun mereka mungkin tidak memahami alasan mengapa emosi yang mengancam itu muncul (Murwani, 2008 seperti yang dikutip dalam Diferiansyah, 2016). Hal ini berdampak besar pada tubuh, menyebabkan tubuh gemetar, mengeluarkan keringat yang banyak, jantung berdebar kencang, perut mual, tubuh lemas, dan menurunkan produktivitas, yang dibayangkan banyak orang. pengobatan sementara (Musfir, 2005).

Durand (2006) menyatakan kecemasan adalah suatu kondisi suasana hati yang ditandai dengan efek buruk dan gejala ketegangan fisik yang memprediksi bahaya dimasa depan dan ketidakbahagiaan dalam kecemasan seseorang. Menurut Maramis (Netina, 2012), kecemasan memiliki aspek fisiologis yang serupa, meskipun keduanya memiliki perbedaan penting. Ketakutan bersifat internal dan penyebabnya sering kali tidak diketahui secara jelas, sementara kecemasan adalah respons emosional terhadap ancaman atau bahaya yang biasanya berasal dari faktor eksternal dan dapat disadari oleh individu. Ketakutan sering kali melibatkan reaksi sadar terhadap ancaman yang spesifik. Sebaliknya, kecemasan dianggap patologis jika menghambat fungsi sehari-hari, mencapai tujuan, serta mengganggu kepuasan atau kegembiraan yang seharusnya dirasakan dalam kehidupan normal.

Berdasarkan uraian diatas, kecemasan adalah suatu bentuk perilaku yang tidak terkendali seperti munculnya rasa takut yang tidak jelas disertai dengan perasaan ketidakpastian seperti tangan berkeringat, jantung berdebar dengan kencang, dll, menjadi tidak berdaya, merasa terancam atau tidak nyaman sehingga yang dirasakan seperti merasa ditolak, penghinaan, rasa malu, kekecewaan, tidak mampu menyelesaikan masalah yaitu ketika dalam masalah merasa cemas.

## 2. Aspek-aspek Kecemasan

Taylor (2003) mengidentifikasi tiga dimensi aspek kecemasan, yaitu:

- a. Aspek fisiologis yaitu aspek yang berasal dari fisik individu seperti peningkatan denyut nadi dan tekanan darah, detak jantung tidak teratur, keringat berlebih, kehilangan nafsu makan, dll.
- b. Aspek intelektual yaitu sifat-sifat manusia yang terlihat dalam ketidakmampuan memahami hubungan yang lebih kompleks, seperti kesulitan dalam konsentrasi, sulit berpikir dengan jernih, kesulitan memecahkan masalah, dan menurunnya tingkat perhatian.
- c. Aspek emosional yaitu aspek yang berasal dari perasaan seseorang seperti mudah merasa malu, mudah tersinggung, merasa tidak tenang, khawatir, tegang, dll.

Menurut Nevid (2005), bahwa kecemasan terdiri dari tiga aspek adalah:

- a. Aspek fisik yaitu gejala yang muncul dari tubuh, seperti perasaan cemas, wajah yang merona, detak jantung yang cepat atau keras, gemetar pada tangan atau anggota tubuh, kaku di leher atau punggung, sensasi terecekik atau terhambat, berkeringat berlebihan terutama di telapak tangan, mulut atau kerongkongan yang kering, kesulitan berbicara, dan kesulitan bernapas.
- b. Aspek behavioral, yaitu tindakan menghindari situasi yang memicu kecemasan, seperti merasa gugup di depan banyak orang, mengalami pusing saat berinteraksi dengan orang lain, memiliki ketidakstabilan intonasi suara saat berbicara, serta mengalami gejala fisik seperti nyeri perut atau mual.
- c. Aspek kognitif, menurut Netina (2012) menggambarkan kecemasan sebagai keyakinan bahwa individu berada dalam situasi yang berbahaya, terancam, atau rentan dalam suatu konteks tertentu. Dengan demikian, gejala fisik kecemasan bertujuan mempersiapkan individu untuk merespons ancaman atau bahaya yang diyakini akan terjadi. Nevid (2005) menjelaskan bahwa aspek kognitif ini melibatkan keyakinan bahwa peristiwa menakutkan akan segera terjadi, seperti rasa

takut tidak bisa menyelesaikan masalah, kekacauan pikiran, atau kesulitan dalam memusatkan perhatian.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan yang dimiliki oleh Nevid (2005) terdiri atas aspek fisik yaitu yang berasal dari fisik seperti kegelisahan, wajah terasa memerah; aspek behavioral yaitu berperilaku menghindar terguncang, kegugupan didepan banyak orang; aspek kognitif yaitu keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi.

### **3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan**

Menurut Utami (2019) faktor kecemasan pada anak dipengaruhi oleh sejumlah faktor stres, baik yang berasal dari lingkungan sekolah maupun lingkungan di luar sekolah. Kecemasan anak memiliki dampak positif dan negatif. Secara positif, kecemasan membuat individu tetap waspada dan sadar terhadap situasi di sekitarnya. Namun, dampak kecemasan pada anak bervariasi tergantung pada tingkat perkembangan mereka dan keterampilan mereka dalam mengatasi masalah yang sesuai dengan usia mereka. Menurut Goleman (2004) Ketika anak jika *dibully* secara terus menerus maka emosinya tidak stabil, memiliki perasaan yang sedih, menangis dan marah. Emosi merujuk kepada suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dari serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Jika suasana hati mengalami tertekan maka akan berpengaruh terhadap emosionalnya.

Menurut Kaplan (2006) bahwa faktor-faktor kecemasan ada dua yaitu:

#### **a. Faktor internal (individu)**

Faktor internal mengacu pada aspek-aspek yang timbul dari dalam diri individu dan berkaitan dengan sikap serta kepribadian mereka. Contohnya mencakup jenis kelamin, usia, dan kurangnya pemahaman serta penguasaan terhadap materi yang dibaca. Faktor-faktor ini membuat individu menjadi lebih rentan terhadap perasaan cemas.

b. Faktor eksternal (lingkungan)

Faktor eksternal ini merujuk pada hal-hal yang berasal dari luar individu, seperti tekanan dari pekerjaan atau tugas-tugas akademik, serta hubungan siswa dengan lingkungan sekitarnya, teman, guru, orang tua, dan keluarga.

Az-Zahrani (2005) menyebutkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi adanya kecemasan yaitu:

a. Lingkungan keluarga

Yaitu suasana di rumah yang penuh dengan pertengkaran, kesalahpahaman, dan kurangnya perhatian orang tua terhadap anak-anak mereka dapat menimbulkan rasa tidak nyaman dan kecemasan pada anak ketika mereka berada di rumah.

b. Lingkungan sosial

Yaitu salah satu hal yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan individu adalah lingkungan di sekitarnya. Jika seseorang berada dalam lingkungan yang tidak sehat dan dipenuhi oleh perilaku negatif, hal tersebut dapat menarik penilaian buruk dari masyarakat. Dalam situasi tersebut, individu tersebut mungkin mengalami kecemasan

Kecemasan menurut Savitri (2003) disebabkan oleh tiga faktor yaitu:

a. Faktor internal yang muncul dari emosi yang tertekan karena ketidakmampuan suatu individu dalam mengelola perasaannya dalam suatu peristiwa terutama jika emosi tersebut ditekan dalam jangka waktu yang cukup lama akan menimbulkan perasaan cemas.

b. Faktor eksternal yaitu berasal dari lingkungan sekitar yang berpengaruh signifikan terhadap cara berpikir individu tentang diri mereka sendiri, hubungan dengan pasangan, keluarga, teman, dan rekan kerja. Dalam hal ini ketidakharmonisan dalam hubungan interpersonal dengan orang terdekat dapat menjadi penyebab kecemasan.

c. Sebab-sebab fisik

Pikiran dan tubuh terus-menerus berinteraksi, yang pada akhirnya dapat menyebabkan munculnya perasaan cemas. Fenomena ini tampak terjadi



dalam situasi-situasi tertentu, seperti saat mengalami kehamilan pada usia remaja. Selama menghadapi kondisi-kondisi tersebut, perubahan emosional biasanya terjadi yang mengakibatkan timbulnya perasaan cemas.

Berdasarkan uraian diatas bahwa faktor mempengaruhi kecemasan dipengaruhi oleh faktor internal yang timbul dari penekanan emosi terhadap suatu peristiwa, terutama jika perasaan ini berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama, faktor eksternal yang berasal dari lingkungan dan memiliki pengaruh signifikan terhadap cara individu memandang dirinya sendiri, hubungan dengan pasangan, keluarga, teman-teman, serta rekan kerja, serta interaksi dengan lingkungan sekitar, sebab-sebab fisik yaitu ketika pikiran dan tubuh terus-menerus berinteraksi, yang pada akhirnya dapat menyebabkan munculnya perasaan cemas

## **B. Perilaku *Bullying***

### **1. Pengertian *Bullying***

Kata "*Bullying*" berasal dari bahasa Inggris, tepatnya dari kata "*bull*," yang memiliki makna sebagai seekor banteng. Istilah ini digunakan untuk menggambarkan suatu perilaku destruktif, seperti sifat banteng yang sering menyerang tanpa tujuan (Sejiwa, 2007). Secara etimologi, kata "*bully*" merujuk pada individu yang mengganggu orang yang lebih lemah (Wiyani, 2014 dalam Azizah, 2017).

*Bullying* merupakan isu yang sering dihadapi oleh siswa di sekolah. Ini merujuk pada berbagai bentuk pelecehan yang terus-menerus dialamatkan kepada seseorang, melibatkan agresi fisik atau emosional, seperti ejekan, penghinaan, ancaman, atau isolasi sosial, serta penyebaran rumor (Srabstein & Leventhal, 2010).

Stephenson dan Smith (Azizah, 2017) bahwa *bullying* merupakan bentuk interaksi sosial di mana individu yang memiliki kekuasaan menunjukkan perilaku agresif untuk menindas individu yang lebih lemah secara dominan. Ini merupakan bentuk kekerasan yang dilakukan oleh

temannya terhadap individu yang lemah dengan tujuan mencapai kepuasan.

Menurut Nurhayaty & Mulyani (2020) *bullying* adalah suatu bentuk penganiayaan anak (*child abuse*) yang dilakukan oleh teman sebaya kepada orang yang lebih lemah untuk mendapatkan keuntungan atau kepuasan. Kebiasaan *bullying* (kekerasan) pada siswa di tingkat sekolah dasar masih berisiko mengalami *bullying*, yang sering kali dipicu oleh senioritas. Perilaku penindasan ini cenderung terjadi berulang kali, bahkan dalam beberapa kasus, direncanakan dengan sengaja.

Amanda (2021) menyatakan *bullying* adalah tindakan ketika seseorang atau kelompok orang terus-menerus menekan individu atau kelompok lain dengan perilaku agresif. Biasanya, orang yang memiliki kekuasaan atau kendali lebih besar cenderung berperilaku demikian. Penting untuk diingat bahwa penindasan bukanlah hal yang sama dengan perselisihan atau pertengkaran antara dua orang. Meskipun terkadang penindasan dapat timbul dari rasa bermusuhan, namun penindasan tidak selalu berkaitan dengan ketidaksetujuan atau ketidaksukaan terhadap seseorang.

Menurut Sejiwa (Savitri, 2020), *Bullying* adalah situasi dimana seseorang menyalahgunakan kekuasaannya terhadap individu yang lemah dengan cara yang tidak etis. Penindasan adalah ketika seseorang dengan sengaja menyebabkan kerugian atau ketidaknyamanan pada orang lain. Sukmawati (2021) *Bullying* adalah ketika tujuan seseorang dalam melakukan sesuatu hal, yang dapat membuat orang lain merasa perasaannya tersakiti atau tidak nyaman dan sangat sulit untuk membuat pelaku *bullying* tersebut untuk berhenti melakukannya. Annastasya & Sari (2022) Biasanya, dalam situasi penindasan, terdapat ketidakseimbangan kekuatan dan kekuasaan, sehingga korban atau individu yang mengalami penindasan tidak mampu melindungi diri atau membela diri karena kekuatan dan kekuasaan pelaku melebihi dirinya sendiri.

Rahman (2017) menyatakan *bullying* adalah tindakan agresif yang melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan atau otoritas, sikap tidak hormat



yang berulang atau berkelanjutan, dan penggunaan kekuatan atau tekanan untuk memaksa orang lain. Jenis perilaku ini sering ditujukan kepada korban berdasarkan ras, agama, jenis kelamin, orientasi seksual dan bisa melibatkan pelecehan verbal, kekerasan fisik, atau pemaksaan.

Olweus (1994) Perilaku *bullying* merupakan tindakan negatif yang berulang oleh dua siswa atau lebih, yang bersifat menghina dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan antara orang-orang yang terlibat. Tindakan intimidasi ini dikenal sebagai perilaku *bullying*. Coloroso (Rahmi Susanti, 2018) bahwa anak-anak usia sekolah yang menjadi korban *bullying* sering kali menjadi target aktivitas yang menyakitkan. Samsudi & Muhid (2020) bahwa *bullying* bisa terjadi di depan umum atau tersembunyi dalam hubungan antarindividu.

Berdasarkan uraian diatas bahwa disimpulkan *bullying* adalah suatu bentuk penganiayaan, tindakan negatif yang beraneka ragam, serta situasi di mana seseorang atau kelompok menggunakan tindakan kekuasaan yang tidak bermoral atas orang lain yang lebih lemah, *bullying* dapat dikenali dari tindakan berulang yang ditujukan kepada seseorang dalam bentuk agresi, baik secara fisik maupun emosional. Ini mencakup perilaku seperti meremehkan, mencela, menghina, mengancam, melecehkan, mengolok-olok, atau menyebarkan rumor.

## **2. Bentuk-bentuk *Bullying***

Menurut Sejiwa (2008) ada beberapa bentuk-bentuk *bullying* yaitu:

### a. *Bullying* fisik

*Bullying* dilakukan oleh pelaku karena merasa memiliki kekuasaan di lingkungan tersebut dan percaya diri bahwa dia lebih kuat daripada korban. Jenis *bullying* ini adalah tindakan yang bisa dilihat langsung melalui indera dan dirasakan oleh korban dengan jelas.

### b. *Bullying* verbal

*Bullying* ini merupakan jenis *bullying* yang bisa didengar oleh indera pendengaran seperti menghina, memfitnah, memaki, mempermalukan didepan umum, dll.

c. *Bullying* mental (psikologi)

*Bullying* ini merupakan tindakan yang dilakukan dengan melibatkan orang lain, artinya mengajak orang lain untuk tidak menyukai orang tersebut. Tujuan dari perilaku *bullying* ini juga untuk membuat korban takut bersosialisasi dan bergaul dengan orang lain.

Menurut Sari & Azwar (2018) bentuk-bentuk *bullying* sebagai berikut:

a. *Bullying* fisik

*Bullying* yang menimbulkan kerugian fisik langsung terhadap korban, termasuk memukul, mencubit, menendang, meninju, mencekik, meludah, serta merusak dan merusak harta benda korban. Penindasan fisik lebih jarang terjadi dibandingkan jenis penindasan lainnya karena tindakannya yang terlihat jelas, meskipun faktanya tindakan tersebut adalah yang paling jelas dan mudah dikenali. Individu yang paling bermasalah dan cenderung kriminal adalah mereka yang sering melakukan intimidasi fisik.

b. *Bullying* verbal

*Bullying* verbal adalah suatu bentuk intimidasi yang paling umum dan bisa dilakukan oleh anak perempuan ataupun laki-laki. Perilaku ini dapat berupa memberikan nama-nama yang umumnya tidak disukai seperti memanggil nama orang dengan sebutan binatang, memfitnah, menghina, mengkritik secara kejam, pelecehan seksual, teror, memberikan surat ancaman, tuduhan palsu, menyebarkan rumor jahat dan palsu, dll.

c. *Bullying* relasional/sosial

*Bullying* sosial adalah penghancuran harga diri korban secara sistematis melalui pengabaian, penolakan, dan penghindaran. Perilaku ini mungkin termasuk gerakan terselubung atau bahasa tubuh seperti melotot, cekikikan, tawa mengejek, dan bahasa tubuh mengejek lainnya. *Bullying* relatif sering terjadi pada masa remaja awal karena pada saat itulah remaja mengalami perubahan fisik dan emosi.

d. *Cyberbullying*

*Cyberbullying* adalah bentuk perilaku *bullying* yang terjadi melalui platform elektronik seperti media sosial, komputer, ponsel, situs web, email,

atau pesan teks, dan bertujuan untuk mengintimidasi serta merendahkan korban. Para pelaku menggunakan tulisan, animasi, meme, gambar, video, atau film yang menakutkan atau merendahkan untuk meneror korban.

*Bullying* menurut Amanda (2021) antara lain:

a. *Bullying* fisik

*Bullying* fisik bisa sama berbahayanya dengan jenis intimidasi lainnya, terutama jika kekerasan tersebut melibatkan kekerasan fisik yang serius atau bahkan serangan psikologis. Bentuk intimidasi fisik lainnya antara lain termasuk perkelahian, lelucon terkait aktivitas fisik, pencurian, dan kekerasan seksual. Hal ini juga mencakup interaksi fisik negatif antara pelaku intimidasi dan korban. Kekerasan fisik yang terjadi tergolong kekerasan fisik, namun jika korban yang sama berulang kali menjadi sasaran, pelaku intimidasi bermaksud untuk menghina, memermalukan, atau mengintimidasi korban, dan kejadian tersebut dilakukan dalam suasana yang terdapat posisi yang tidak setara. Penyebab terjadinya kekerasan fisik ini dapat diketahui dengan mengkaji tindakan-tindakan yang mungkin terjadi. Karena tindakan pencegahan sangat penting untuk menghentikan *bullying* fisik, terutama karena selalu terjadi pada korban yang sama. Pengulangan ini menyebabkan kelelahan fisik, cedera dan bahkan masalah yang lebih serius seperti kematian.

b. *Bullying* relasional/sosial

Seperti pengucilan dari sekelompok teman, menolak berinteraksi dengan seseorang, bergosip, perilaku memalukan yang terjadi tanpa kata-kata, seperti tertawa, dll. Dalam beberapa hal, *bullying* sosial tampaknya jauh lebih berat daripada *bullying* fisik dan verbal, yang mempengaruhi korban secara lebih langsung. Namun, tidak dapat dikatakan bahwa konsekuensi dari *bullying* semacam itu sesederhana tindakannya. Sebaliknya, dikatakan bahwa *bullying* sosial memiliki dampak yang sama buruknya dengan bentuk *bullying* lainnya.

*Bullying* verbal menurut beberapa pendapat antara lain *bullying* verbal dapat terjadi tanpa disadari didepan orang dewasa dan teman sebaya

(Zakiyah, 2017). Bahwa “*bullying* verbal terjadi ketika seseorang menggunakan bahasa lisan untuk mendapatkan kekuasaan atas korbannya” (Astuti dan Yusuf, 2015 dalam Azmi, 2021). *Bullying* verbal mencakup perilaku seperti menggoda, memberikan julukan atau nama panggilan yang merendahkan, mengejek, mempermalukan, memfitnah, serta merendahkan atau mengganggu secara verbal. Selain itu, penindasan verbal berupa penyitaan barang, panggilan yang tidak sopan, email ancaman, tuduhan palsu, gosip keji, dll. *Bullying* dalam bentuk verbal seringkali merupakan salah satu tipe yang paling mudah dilaksanakan, dan seringkali menjadi titik awal bagi perilaku *bullying* lainnya, juga dapat berfungsi sebagai tahap awal menuju tindakan kekerasan yang lebih serius (Suciartini & Sumartini, 2018).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa menurut Sari & Azwar (2018) terdapat empat jenis *bullying*, yaitu *bullying* fisik yaitu *bullying* yang secara langsung merugikan fisik seseorang, *bullying* verbal yaitu memberikan nama-nama yang umumnya tidak disukai, *bullying* relasional/sosial yaitu merusak sistematis harga diri korban melalui pengabaian, penolakan, atau penghindaran dan *cyberbullying* yaitu bentuk perilaku *bullying* yang dilakukan melalui media elektronik.

### **3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Bullying***

Abdul Rahman Assegaf (Wiyani, 2012) dalam penelitiannya mengungkapkan beberapa analisis penyebab terjadinya *bullying* dalam dunia pendidikan. Pertama, *bullying* terjadi akibat pelanggaran yang disertai dengan hukuman terutama fisik. Kedua, *bullying* bisa terjadi akibat buruknya sistem dan kebijakan pendidikan yang diberlakukan. Hal ini dikarenakan *bullying* bisa dilakukan oleh guru dan sistem dalam sekolah. Selanjutnya, *bullying* dapat pula diakibatkan oleh pengaruh lingkungan maupun masyarakat, khususnya media massa, seperti televisi yang memberi pengaruh bagi pemirsanya. Selain ketiga faktor tersebut, *bullying* juga merupakan refleksi pengembangan kehidupan masyarakat dengan pergeseran yang sangat cepat sehingga menimbulkan adanya instan

solution. Faktor yang terakhir adalah pengaruh faktor ekonomi dan sosial dari pelaku.

Menurut Zakiyah (2017) bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi remaja melakukan tindakan *bullying* yaitu keluarga, kelompok bermain, lingkungan komunitas.

a. Keluarga

Hal ini mungkin menyebabkan remaja menjadi pelaku *bully*. Misalnya, seorang anak mungkin mempunyai hubungan yang tegang dengan orang tuanya, seperti ketika orang tuanya memukul mereka secara berlebihan atau ketika ada lingkungan yang tidak bersahabat dan penuh tekanan di rumah (Ariesto, 2009). Remaja mungkin tidak mendapat perhatian yang cukup di rumah, sehingga mereka mungkin mencoba mendapatkannya di sekolah dengan mendominasi siswa dianggap lebih lemah dari dirinya. Selain itu, salah satu penyebab seseorang menjadi pelaku *bullying* adalah kekerasan dilakukan terhadap anak di rumah. Pelaku *bullying* menggunakan penindasan sebagai cara untuk melarikan diri dari lingkungan rumah yang menindas di mana mereka selalu tidak berdaya (Zakiyah, 2017).

b. Kelompok bermain

Kelompok bermain remaja menjadi faktor utama yang menjadikan seseorang menjadi pelaku intimidasi. Remaja merupakan orang-orang yang sedang melalui tahap pertumbuhan psikologis dimana mereka sangat membutuhkan pengakuan terhadap diri mereka apa adanya. Kelompok bermain remaja yang menyimpang mungkin melakukan intimidasi terhadap individu yang mereka anggap lebih lemah dalam upaya untuk mendapatkan penerimaan dari lingkungan sekitar dan menunjukkan kekuatan dan keberanian mereka (Zakiyah, 2017).

c. Lingkungan komunitas

Lingkungan komunitas juga memiliki potensi sebagai pemicu tindakan *bullying*. Sebagai contoh, keberadaan sebuah kelompok minoritas dalam komunitas tersebut. Hal ini seringkali dapat memicu terjadinya tindakan



*bullying* berupa penggunaan label atau sebutan merendahkan terhadap individu atau kelompok minoritas tertentu (Zakiyah, 2017).

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *bullying* mencakup kondisi keluarga, yang mencerminkan hubungan yang kurang baik antara anak dan orang tua; lingkungan kelompok bermain, yang menggambarkan upaya untuk mendapatkan pengakuan eksistensi diri dengan cara menindas individu yang dianggap lebih lemah guna memperoleh pengakuan dari lingkungan sekitarnya tentang keberanian dan kekuasaan; serta kondisi lingkungan komunitas, di mana keberadaan suatu kelompok minoritas dalam komunitas dapat memainkan peran penting.

#### **4. Dampak *Bullying***

Menurut Sejiwa (2008) Dampak perilaku *bullying* sangat meluas, terutama pada remaja. *Bullying* memiliki dampak negatif pada berbagai aspek kehidupan individu, termasuk aspek fisik, psikologis, dan sosial. Brank (2012) dampak *bullying* bisa mengganggu pada tugas sekolah, hubungan dengan keluarga dan teman sebaya, kesejahteraan psikologis, dan kesehatan fisik. Oleh karena itu, sekolah berusaha untuk mengimplementasikan berbagai program intervensi dan pencegahan untuk mengatasi masalah ini.

Zulfikar (2014) menyatakan bahwa masalah mental yang muncul dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada remaja. Ini termasuk rasa cemas dan ketakutan, gangguan konsentrasi dalam lingkungan sekolah, serta mendorong mereka untuk menghindari sekolah. Selain itu, dampak lainnya pada korban *bullying* meliputi kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, rasa takut terhadap lingkungan sekolah, kurang percaya diri, kesulitan berkonsentrasi, perilaku tertutup, kecemasan, serta rendah diri. Semua faktor ini dapat menghambat prestasi akademik, menghalangi kemampuan sosial, dan mempengaruhi perkembangan psikologis siswa yang menjadi korban *bullying*.

Wicaksana (2018) dampak dari perilaku *bullying*, para pelaku cenderung menunjukkan sifat-sifat seperti sikap kasar, dorongan untuk mengendalikan, tingkat ego yang tinggi, kebanggaan akan kekuatan mereka, meremehkan orang lain dengan mudah, ketidakmampuan untuk mendengarkan pandangan orang lain, perilaku kurang sopan, serta kurangnya penghargaan terhadap teman-teman mereka. Yuliani (2019) Dalam konteks ini, beberapa siswa mungkin hanya menjadi penonton ketika terjadi *bullying* karena mereka takut menjadi sasaran berikutnya, sedangkan yang lain mungkin hanya diam dan tidak mengambil tindakan apapun karena merasa tidak ada alasan untuk menghentikan perilaku *bullying*.

Zulfikar (2014) jika tindakan *bullying* berlanjut dalam waktu yang lama, hal tersebut bisa mengakibatkan peningkatan isolasi sosial, munculnya perilaku penarikan diri, membuat remaja menjadi lebih rentan terhadap stres dan depresi, meningkatkan tingkat kecemasan, dan menciptakan perasaan ketidakamanan. Dalam situasi yang lebih parah, *bullying* bisa mendorong remaja untuk mengambil tindakan drastis, bahkan sampai pada tingkat melukai orang lain atau bahkan bunuh diri.

Berdasarkan uraian diatas bahwa dapat disimpulkan mengenai dampak *bullying* antara lain si korban mengalami kesulitan seperti kesulitan dalam bergaul dengan teman sebaya, kesulitan berkonsentrasi belajar, menjadi pribadi yang tertutup, tidak percaya diri, cemas berlebihan, dll. Jika perilaku *bullying* berlangsung dalam jangka waktu yang panjang, dapat menyebabkan isolasi sosial yang meningkat, menghasilkan perilaku penarikan diri, membuat remaja menjadi lebih rentan terhadap stres dan depresi, kecemasan yang berlebihan, serta perasaan tidak nyaman.

### **C. Hubungan Antara Perilaku *Bullying* Dengan Kecemasan**

Berdasarkan hasil uraian diatas bahwa di SMP N 12 Pekalongan terdapat perilaku *bullying* yang sudah dianggap biasa oleh mereka. Namun ada beberapa siswa yang menjadi korban *bullying* baik dari *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying* relasional/sosial, *cyberbullying*. *Bullying* fisik akan membuat individu menjadi trauma karena terdapat luka-luka dibagian



tubuhnya, menjadi tidak percaya diri terhadap tubuhnya, dll. *Bullying* verbal akan membuat individu cenderung merasa cemas ketika bertemu orang banyak apalagi ketemu dengan si pembully karena yang di bully merasa bahwa dirinya terancam, takut untuk membela diri nanti malah tambah di bully lagi, menjadi pribadi yang tertutup yaitu menjadi takut untuk bercerita mengenai perasaannya karena takut dihina, diejek lagi, mengalami kesulitan dalam bergaul dengan teman sebayanya, dll. *Bullying* relasional akan membuat individu menjadi kesulitan beradaptasi dilingkungan baru, menjadi tidak percaya diri karena menganggap orang lain tidak menyukai keberadaannya, dll. *Cyberbullying* tentu akan membuat individu merasa cemas ketika mengupload postingan di media sosial, takut memberikan pendapat di media sosial, takut ada yang meneror hingga privasinya terganggu, dll.

*Bullying* yang ada di SMP N 12 Pekalongan sangatlah beragam namun hampir mayoritas mendapatkan *bullying* verbal seperti menghina, mengejek, mengolok, sehingga banyak siswa yang menjadi tidak percaya diri dengan dirinya sendiri karena kurangnya apresiasi terhadap dirinya sehingga ketika di bully kurang mampu untuk bertindak dan menganggap itu biasa.

*Bullying* itu sendiri adalah bentuk agresi khusus di mana individu yang lebih kuat menyerang secara fisik atau mengancam individu yang lebih lemah dan tidak berdaya, dengan tujuan membuat orang tersebut merasa takut dan kesal dalam jangka waktu yang lama (Gredler, 2003). Ketika seseorang merasa terancam atau cemas, individu tersebut merasa tidak nyaman atau takut, mungkin memiliki firasat akan terjadi sesuatu yang buruk, meskipun tidak memahami mengapa emosi mengancam tersebut muncul (Murwani, 2008 dalam Diferiansyah, 2016). Korban perilaku *bullying* akan merasakan dampak negatif dalam perkembangannya. Siswa yang menjadi korban *bullying* merasa terganggu dan tidak nyaman dengan perilaku tersebut (Dafiq, 2020). Dari segi efek psikologis, yang paling berbahaya adalah kemungkinan gangguan kejiwaan pada korban, seperti

kecemasan berlebihan, depresi, ide bunuh diri, dan gangguan PTSD (Djuwita, 2005). Secara umum, pelaku *bullying* lebih cenderung memiliki keterampilan sosial yang buruk dan bertindak dengan cara yang bertentangan dengan norma-norma kelompok sebaya mereka, seperti berperilaku agresif atau mengganggu anak-anak lain. Mereka mungkin memiliki harga diri yang rendah, penyesuaian sosial yang salah, kesulitan perhatian dan kemampuan pemecahan masalah yang buruk (James, 2014). Korban *bullying* memiliki beberapa faktor risiko menjadi target *bullying*, seperti dianggap berbeda berdasarkan ciri fisik seperti kelebihan berat badan, kekurangan berat badan, tinggi badan atau pendek (Djuwita, 2008).

Korban *bullying* tidak hanya menjadi korban pasif dalam situasi tersebut. Mereka juga berkontribusi dalam mempertahankan dan membiarkan situasi *bullying* terjadi dengan meresponnya secara diam. Sebagian besar korban *bullying* cenderung tidak melaporkan pengalaman mereka kepada orang tua atau guru, bahkan ketika mereka mengalami penindasan atau intimidasi dari teman sekelasnya di sekolah (Sejiwa, 2008).

Menurut Nurhayaty & Mulyani (2020) menegaskan jika perilaku *bullying* terhadap siswa sangat berbahaya bagi kesehatan mental, pelaku *bullying* jika tidak segera diatasi akan berdampak pada kehidupan dewasa pelaku intimidasi di kemudian hari. Para pelaku *bullying* sering kali merasa lebih percaya diri, sehingga dapat mengakibatkan perilaku agresif. Masalah perilaku yang serius seperti pelecehan seksual, kenakalan remaja, pelecehan/kekerasan terhadap anak, dan kekerasan terhadap orang lain dapat diakibatkan oleh *bullying* di masa kanak-kanak jika tidak segera diatasi.

#### **D. Hipotesis**

Mengenai kajian yang telah dipaparkan, maka hipotesis dari penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara perilaku *bullying* dengan kecemasan. Semakin tinggi perilaku *bullying* yang dialami siswa, maka semakin tinggi kecemasan. Begitu juga, jika semakin rendah perilaku *bullying* yang dialami, maka rendah juga kecemasan.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel**

Menurut Sugiyono (2007) variabel merupakan segala elemen yang menjadi objek penelitian dan digunakan oleh peneliti dalam rangka memperoleh pemahaman mendalam tentang subjek tersebut. Dengan mengaplikasikan variabel-variabel ini, peneliti dapat mengumpulkan informasi yang relevan dan merumuskan kesimpulan yang sesuai. Arikunto (2006) mendefinisikan variabel sebagai elemen penelitian atau elemen yang menjadi fokus perhatian dalam sebuah studi. Secara umum, variabel penelitian dapat dikelompokkan menjadi dua kategori utama, yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel tergantung (*dependent variable*).

1. Variabel bebas : Perilaku *Bullying*
2. Variabel tergantung : Kecemasan

#### **B. Definisi Operasional**

Definisi operasional yaitu kumpulan fenomena yang masih bersifat abstrak disetiap variabel yang akan diteliti (Azwar, 2017). Adapun definisi operasional yang dipakai pada penelitian ini mencakup definisi mengenai perilaku *bullying* dan kecemasan.

##### **1. Perilaku *Bullying***

*Bullying* adalah sebagai tindakan penindasan atau kekerasan yang berlangsung dalam jangka waktu lama, ditujukan kepada individu yang tidak mampu melindungi diri mereka sendiri dalam situasi berbahaya. Tindakan tersebut disengaja dilakukan oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan atau superioritas atas individu yang dianggap lebih lemah. Akibatnya, korban dapat mengalami ketakutan, penderitaan, dan tekanan baik secara fisik maupun mental.

Perilaku *bullying* diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan jenis-jenis perilaku *bullying* menurut Sari & Azwar (2018) yaitu *bullying* fisik, contohnya, mencakup tindakan-tindakan langsung yang dapat merugikan fisik seseorang seperti pukulan, cubitan, tendangan, pukulan,

cekikan, gigitan, cakaran, ludah, serta merusak dan menghancurkan barang milik korban. *Bullying* verbal melibatkan penggunaan kata-kata yang merendahkan, seperti memanggil orang dengan sebutan binatang, menyebarkan fitnah, menghina, memberikan kritik yang kejam, pelecehan seksual, melakukan teror, mengirim surat ancaman, membuat tuduhan palsu, menyebarkan rumor jahat dan palsu. *Bullying* relasional/sosial terjadi melalui perusakan sistematis harga diri korban dengan cara diabaikan, ditolak, atau dihindari, seperti tatapan tajam, cekikan, tawa merendahkan, serta sikap tubuh yang merendahkan lainnya. Sedangkan, *cyberbullying* merupakan bentuk perilaku *bullying* yang dilakukan melalui media elektronik, dengan tujuan untuk menyorak dan menyakiti korban melalui tulisan, animasi, meme, gambar, video, atau film yang menakutkan atau merendahkan.

Skor total pada skala perilaku *bullying* menunjukkan tinggi rendahnya perilaku *bullying* yang dialami, semakin tinggi skor pada skala maka semakin tinggi perilaku *bullying* yang dialami, begitupula jika semakin rendah skor pada skala maka rendah juga perilaku *bullying* yang dialami.

## **2. Kecemasan**

Perasaan cemas sering terjadi pada setiap orang termasuk pada siswa sekolah, apalagi jika siswa tersebut mengalami perilaku *bullying*. Kecemasan adalah respons terhadap ancaman yang berfungsi sebagai peringatan secara naluri kepada seseorang bahwa ada potensi bahaya yang dapat menyebabkan masalah, dan individu tersebut mungkin kehilangan kendali dalam situasi tersebut. Hal ini melibatkan pengalaman emosional dan sensasi fisik yang seringkali muncul ketika kita merasa cemas atau khawatir terhadap sesuatu.

Kecemasan diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan gejala-gejala kecemasan menurut Nevid (2005), terdiri atas aspek fisik yaitu yang berasal dari fisik seperti kegelisahan, wajah terasa memerah; aspek behavioral yaitu berperilaku menghindar terganggu, kegugupan didepan banyak orang seperti merasa pusing ketika berhadapan dengan orang lain,



ketika berbicara intonasi suara tidak stabil; aspek kognitif yaitu keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi seperti ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

Skor total pada skala kecemasan menunjukkan tinggi rendahnya kecemasan yang dialami, semakin tinggi skor pada skala maka semakin tinggi kecemasan yang dialami, jika semakin rendah skor pada skala maka semakin rendah kecemasan yang dialami.

### C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

#### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2007) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian menghasilkan kesimpulan. Arikunto (2006) populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Kuncoro (2006) menyatakan populasi adalah kelompok elemen yang lengkap, biasanya terdiri dari orang, objek, transaksi atau kejadian dimana kita tertarik untuk mempelajari atau menjadi subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP yang menjadi korban perilaku *bullying* sebanyak 234 siswa yang memiliki ciri yaitu siswa yang pernah menjadi korban *bullying*, berjenis kelamin perempuan dan laki-laki, berusia 12-16 tahun.

**Tabel 1. Jumlah Populasi**

No.	Kelas	Jumlah
1.	8	114
2.	9	120
<b>Total</b>		<b>234</b>

#### 2. Sampel

Sugiyono (2010) Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Riduwan (2015) Sampel adalah bagian dari populasi yang mempunyai ciri-ciri atau keadaan tertentu yang akan diteliti. Azwar (2017) Sampel adalah sejumlah subjek yang berasal dari

populasi yang akan digunakan untuk penelitian yang didalamnya memiliki karakteristik yang sama dengan karakteristik populasi yang digunakan untuk penelitian. Peneliti mengambil sampel penelitian dari siswa SMP yang mengalami perilaku *bullying* dengan kecemasan yang dialaminya.

### **3. Teknik Pengambilan Sampel**

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah cluster random sampling. Teknik ini berdasarkan pada ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang diperkirakan mempunyai ciri-ciri atau sifat-sifat yang ada dalam populasi yang sudah diketahui sebelumnya, misalnya orang yang menjadi korban *bullying*. Dalam teknik *cluster random sampling*, peneliti melakukan sampling acak dari beragam pengelompokan disuatu populasi.

### **D. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang bersifat kuantitatif dalam penelitian ini. Dalam mengumpulkan data, peneliti akan memanfaatkan instrumen berbentuk skala sebagai alat pengukur yang akan digunakan. Skala pengukuran merujuk pada kumpulan pernyataan atau indikator yang telah disetujui dan digunakan oleh peneliti sebagai panduan untuk mengukur sejumlah variabel tertentu. Dengan adanya skala ini, peneliti dapat mengukur variabel-variabel tersebut dalam interval tertentu, sehingga data yang diperoleh bersifat kuantitatif (Sugiyono, 2013).

Pada penelitian ini pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan jenis skala psikologi yaitu skala perilaku *bullying* sebagai alat ukur yang dapat mengungkap indikator perilaku *bullying* seperti mengejek, mengancam, memaki, menuduh, dll dan skala kecemasan yang mengungkap indikator seperti tidak percaya diri, takut bersosialisasi, dll. Penelitian ini bermaksud untuk melihat hubungan perilaku *bullying* dengan kecemasan pada siswa SMP.

#### **1. Skala perilaku *bullying***

Penelitian ini menggunakan alat ukur skala perilaku *bullying* untuk memperoleh data agar dapat mengetahui populasi siswa yang mengalami



perilaku *bullying*. Pada skala ini mengacu pada teori menurut Sari & Azwar (2018) terdapat empat jenis *bullying* yaitu *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying* relasional/sosial dan *cyberbullying*. Skala ini terdiri dari 24 pernyataan. Pada skala ini, nilai tertinggi pada jawaban Selalu diberi skor 3, Sering diberi skor 2, Jarang diberi skor 1, dan Tidak Pernah diberi skor 0.

**Tabel 2. Blueprint Skala Perilaku *Bullying***

No	Jenis Perilaku <i>Bullying</i>	Jumlah Aitem
1.	<i>Bullying</i> fisik	6
2.	<i>Bullying</i> verbal	6
3.	<i>Bullying</i> relasional/sosial	6
4.	<i>Cyberbullying</i>	6
	<b>Total</b>	<b>24</b>

## 2. Skala kecemasan

Penelitian ini menggunakan skala kecemasan untuk memperoleh data agar dapat mengetahui populasi siswa yang mengalami kecemasan. Pada skala ini mengacu pada teori Nevid (2005) terdiri atas aspek fisik, aspek behavioral dan aspek kognitif. Skala ini terdiri dari 32 pernyataan. Pada skala ini, nilai tertinggi pada jawaban SS (Sangat Sesuai) diberi skor 4, S (Sesuai) diberi skor 3, TS (Tidak Sesuai) diberi skor 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) di beri skor 1.

**Tabel 3. Blueprint Skala Kecemasan**

No.	Aspek	Aitem		Total
		Favorable	Unfavorable	
1.	Aspek Fisik	5	5	10
2.	Aspek Behavioral	5	6	11
3.	Aspek Kognitif	5	6	11
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>32</b>

## E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Realibilitas

### 1. Validitas

Menurut Sugiharto dan Sitinjak (2006), validitas berhubungan dengan mengukur apa yang seharusnya diukur. Suryabrata (2000), Validitas adalah konsep yang berhubungan dengan tingkat sejauh mana suatu instrumen pengukuran, seperti skala psikologi atau alat ukur psikologi yang mampu

mengukur dengan akurat atribut psikologi yang dimaksudkan. Validitas digunakan dalam berbagai konteks, termasuk validitas penelitian yang menilai sejauh mana hasil penelitian mencerminkan realitas atau kesesuaian hasil penelitian dengan data empiris yang ada. Selain itu, validitas soal mengacu pada tingkat kesesuaian antara suatu item dengan item lainnya dalam suatu instrumen pengukuran atau keseluruhan instrumen tersebut. Dalam konteks ini, validitas menjadi ukuran kualitas instrumen tersebut dalam mengukur konsep yang dimaksudkan secara konsisten. Validitas aitem merujuk pada tingkat sejauh mana suatu item pertanyaan atau pengukuran dapat dianggap memvalidasi konsep atau atribut yang ingin diukur, dan validitas alat ukur atau tes adalah validitas tes yang berkenaan dengan ketepatan dan akurasi sebuah perangkat pengukur dalam menjalankan fungsinya. (Azwar, 2018). Sebagaimana dalam pembuatan aitem penelitian ini, peneliti membutuhkan dosen pembimbing sebagai *professional judgment* yang dapat memberikan saran atas aitem yang akan digunakan pada penelitian.

#### **Lembar Penilaian Untuk Skala Penelitian Oleh Ahli Pertama**

Nama Validator : Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi Psikolog  
 Tanggal Penilaian : 15-06-2023  
 Nama / NIM : Hanifah Bakti Armevia / 30701900081  
 Nama Pembimbing : Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi Psikolog  
 Judul Penelitian : Hubungan Antara Perilaku Bullying Dengan Kecemasan Pada Siswa Korban Bullying SMP N 12 Pekalongan.

#### **Perilaku *Bullying***

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Aitem</b>	<b>Relevan</b>	<b>Tidak relevan</b>	<b>Saran</b>
<i>Bullying</i> fisik	Bullying secara langsung merugikan fisik seseorang, seperti memukul,	a. Teman saya sering merusak barang milik saya.	✓		a. Barang saya dirusak oleh teman sekolah.
		b. Teman saya suka mendorong	✓		b. Saya didorong hingga jatuh

	menendang, meludah, serta merusak dan menghancurkan barang milik anak yang tertindas.	saya walau hanya bercanda		hanya karena bercanda
<i>Bullyin g verbal</i>	Perilaku ini dapat berupa memberikan nama-nama yang umumnya tidak disukai, fitnah, kritik kejam, hinaan,dll.	<p>a. Saya sering dipanggil dengan sebutan nama binatang, nama orang tua, dll. ✓</p> <p>b. Saya sering dipanggil gendut, pendek, dll walau hanya bercanda. ✓</p>		<p>a. Saya dipanggil oleh teman dengan julukan tertentu.</p> <p>b. Kondisi fisik saya diledakin oleh teman meskipun bercanda.</p>
<i>Bullyin g relasio nal</i>	Perilaku ini dapat mencakup gerakan terselubung atau bahasa tubuh seperti tatapan tajam, tatapan tajam, cekikikan, tawa, dll.	<p>a. Teman saya selalu menertawakan saya ketika lewat. ✓</p> <p>b. Saya merasa tidak percaya diri ketika bertemu dengan orang banyak ✓</p> <p>c. Saya menjadi kurang percaya diri ketika ada yang berkomentar buruk terhadap diri saya ✓</p>		<p>a. Ketika saya lewat dihadapan teman saya, mereka saling bertatapan lalu cekikikan.</p> <p>b. Saya merasa kesulitan ketika harus mencari kelompok tugas</p> <p>c. Teman saya suka menyebarkan gossip tentang saya sehingga saya dijauhi</p>

<i>Cyberbullying</i>	Bertujuan untuk meneror korban dengan menggunakan tulisan, gambar dan video atau film yang menakutkan.	a. Saya mendapatkan berita hoax dari akun anonim tentang saya di media sosial	✓	a. Saya mendapatkan rumor palsu di media sosial yang menggunakan akun samaran
----------------------	--	---	---	---

### Kecemasan

Aspek	Indikator	Aitem		Relevan	Tidak relevan	Saran
		F	UF			
Aspek fisik	Berasal dari fisik seperti kegelisahan, wajah terasa memerah, dll	Ketika ada teman yang tidak suka saya, wajah saya menjadi pucat/memerah,	Saya hanya diam ketika saya diejek.	✓		Wajah saya memerah dengan dipanggil julukan tertentu (F). Saya hanya tertawa ketika dipanggil julukan tertentu (UF).
Aspek behavioral	Berperilaku menghindari, kegugupan didepan banyak orang	Saya menjadi takut ke sekolah		✓		Saya cenderung menghindari keramaian karena takut dibicarakan
Aspek kognitif	Memiliki keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi.	Saya mudah bingung selama pembelajaran di kelas			✓	Aitem tersebut tidak valid.

## 2. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem dilakukan untuk melihat sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu yang memiliki atribut dan yang tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2015). Berdasarkan aitem tergolong daya beda yang tinggi apabila korelasi  $>0,30$  sehingga dapat masuk kedalam analisis selanjutnya. Sedangkan aitem dengan koefisien korelasi  $<0,30$  termasuk daya beda yang rendah. Pengujian perbedaan daya item ini dilaksanakan melalui perhitungan koefisien korelasi antara distribusi nilai item dan distribusi nilai total skala. Pengujian daya beda aitem ini menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) versi 24.

## 3. Realibilitas

Menurut Azwar (2016) Reliabilitas berasal dari kata *reliability* berarti sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Suatu hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, diperoleh hasil pengukuran yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subyek memang belum berubah. Sugiharto dan Situnjak (2006) mengungkapkan bahwa dalam konteks penelitian, konsep reliabilitas merujuk pada kemampuan sebuah instrumen atau alat dalam mengumpulkan data untuk memberikan hasil yang konsisten dan dapat diandalkan. Hal ini berarti, reliabilitas adalah ukuran sejauh mana instrumen tersebut mampu memberikan informasi yang konsisten dan dapat dianggap akurat dalam merepresentasikan fenomena yang sebenarnya di lapangan. Kredibilitas hasil pengukuran dapat terjamin ketika pengukuran dilakukan pada kelompok atau subjek yang sama dan menghasilkan data yang konsisten, asalkan variabel yang diukur tetap tidak berubah (Azwar, 2012).

Pengujian reabilitas alat ukur yang digunakan yaitu *Alpha Cronbach* melalui SPSS (*Statistical Product Service Solutions*) versi 24. Jika nilai Teknik pengujian reliabilitas yang dipakai adalah memakai *Alpha Cronbach*

>0,60 maka data dinyatakan reliabel, jika *Alpha Cronbach* <0,60 maka dinyatakan tidak reliabel.

#### F. Teknik Analisis

Teknik analisis data yaitu alat untuk membuat kesimpulan dari data yang dikumpulkan melalui proses pengolahan data. Penelitian ini memakai teknik analisis *rank spearman*, sehingga hubungan antara perilaku *bullying* dengan kecemasan pada siswa korban *bullying* SMP dapat diperoleh. Pengolahan data menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solution for Windows*) versi 24.





## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Orientasi Kancan Penelitian**

##### **a. Orientasi Kancan Penelitian**

Merupakan proses awal yang akan dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian, bertujuan mempersiapkan yang diperlukan saat proses penelitian berlangsung sehingga penelitian berjalan dengan baik. Langkah pertama yaitu menentukan lokasi penelitian yang tepat dengan kategori yang akan diteliti. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 12 Pekalongan.

SMP Negeri 12 berdiri sejak tahun 1992 yang beralamat Jl. Pantai Sari II, Panjang Wetan, Kota Pekalongan. Seiring perkembangan zaman, lokasi tersebut sudah empat kali ditinggikan karena faktor dan kondisi alam. Namun sekarang sudah banyak mengalami perubahan dan kemajuan, baik dari sarana maupun prasarana, IPTEK dan potensi sumber daya yang ada. Hal itu berkat kerjasama dari guru, karyawan, orang tua, siswa, masyarakat dan pemerintah.

Wawancara awal dilakukan peneliti terhadap 2 siswa SMP N 12 Pekalongan, usianya berada dalam rentang 13-16 tahun, dengan bertujuan untuk mendapatkan data yang akan dijadikan sebagai landasan serta pendukung kuat pada penelitian.

Penelitian dilakukan di SMP N 12 Pekalongan berdasarkan beberapa pertimbangan antara lain:

- a. Keadaan siswa/i SMP N 12 Pekalongan sesuai dengan permasalahan penelitian.
- b. Kesesuaian jumlah serta karakteristik subjek sesuai dengan yang telah ditentukan pada penelitian.
- c. Lokasi belum pernah dilakukan penelitian sejenis.
- d. Adanya persetujuan dari kepala sekolah SMP N 12 Pekalongan untuk melaksanakan penelitian di tempat tersebut.

## b. Persiapan Penelitian

Sebelum memulai penelitian, segala sesuatu perlu dipersiapkan dengan sebaik mungkin untuk menghindari terjadinya kesalahan dalam penelitian. Persiapan awal pada penelitian ini yaitu dengan memberikan surat izin terkait penelitian dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

### a. Tahap Perizinan Perizinan

Bagian terpenting sebelum melakukan penelitian. Peneliti melakukan pengurusan surat izin dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan nomor surat 845/C.1/Psi-SA/VII/2023.

### b. Penyusunan Alat Ukur Penelitian

Dilaksanakan dengan menggunakan alat ukur skala psikologi. Skala psikologi yakni alat ukur yang berisi pernyataan-pernyataan yang telah dibuat guna mengetahui atribut psikologi melalui jawaban responden terhadap pernyataan tersebut (Azwar, 2012). Skala psikologi penelitian ini yakni skala perilaku *bullying*, dan skala kecemasan. Skala perilaku *bullying* ini berisi 24 pernyataan yang perlu diisi oleh responden dengan empat alternatif jawaban yaitu SEL (Selalu), SER (Sering), J (Jarang), TP (Tidak Pernah). Sedangkan skala kecemasan berisi 32 pernyataan dengan empat alternatif jawaban yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

### c. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Penyusunan alat ukur adalah serangkaian proses peneliti merencanakan instrumen hendak dilibatkan sebagai penunjang melakukan aktivitas penelitian dengan menyusun skala untuk menghimpun data dari responden. Alat ukur yang digunakan yaitu skala perilaku *bullying* dan kecemasan.

#### 1) Skala Perilaku *Bullying*

Penyusunan instrumen penelitian adalah tahap di mana peneliti merancang alat yang akan digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data dari responden. Dalam penelitian ini menggunakan skala perilaku *bullying* berdasarkan jenis-jenis perilaku *bullying* menurut

Sari & Azwar (2018) yaitu *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying* relasional/sosial dan *cyberbullying*. Skala perilaku *bullying* mencakup 24 aitem. Berikut adalah tabel distribusi sebaran skala perilaku *bullying* dalam penelitian ini:

**Tabel 4. Sebaran Skala Perilaku *Bullying***

No.	Jenis <i>Bullying</i>	Aitem	Total
1.	<i>Bullying</i> fisik	1, 4, 7, 11, 15, 19	6
2.	<i>Bullying</i> verbal	2, 5, 8, 12, 20, 23	6
3.	<i>Bullying</i> relasional/sosial	3, 9, 13, 16, 17, 21	6
4.	<i>Cyberbullying</i>	6, 10, 14, 18, 22, 24	6
	<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>24</b>

## 2) Skala Kecemasan

Penelitian ini menggunakan skala kecemasan sesuai aspek dari Nevid (2005) terdiri atas aspek fisik, aspek behavioral dan aspek kognitif. Skala kecemasan berjumlah 15 *favorable* dan 17 *unfavorable* dengan jumlah totalnya 32. Berikut adalah tabel distribusi sebaran skala kecemasan dalam penelitian ini:

**Tabel 5. Sebaran Skala Kecemasan**

No.	Aspek	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Aspek fisik	1, 4, 7, 10, 13	16, 23, 24, 29, 31	10
2.	Aspek Behavioral	2, 5, 8, 11, 14	18, 20, 21, 26, 28, 30	11
3.	Aspek Kognitif	3, 6, 9, 12, 15	17, 19, 22, 25, 27, 32	11
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>32</b>

## c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Pengujian alat ukur penelitian dilakukan untuk mengetahui reliabilitas skala dan daya beda aitem pada penelitian. Uji coba alat ukur dilaksanakan tanggal 29 Juli 2023 di SMP N 12 Pekalongan dengan cara peneliti meminta untuk mengisi kuisioner yang telah disediakan. Sejumlah 114 tetapi hanya terdapat 56 yang menjadi subjek dalam pelaksanaan uji coba karena adanya siswa yang tidak berangkat ke sekolah. Alat ukur ini dilaksanakan secara tatap muka, ketika mengisi banyak partisipan yang kurang fokus karena

mengisinya ketika jam istirahat, ada yang tidak berangkat, ada juga yang mengisinya tidak lengkap, dll. Setelah data uji coba terkumpul, data uji coba diberi skor kemudian dianalisis, jika hasil skala uji coba telah diketahui maka bisa digunakan dalam penyusunan skala saat penelitian. Data yang dihasilkan menggunakan bantuan program SPSS 24.0.

#### **d. Uji Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Alat Ukur**

Uji daya beda dilaksanakan setelah skala uji coba dijawab penuh oleh responden. Penelitian ini menggunakan SPSS 24.0 *for windows* untuk melakukan perhitungan daya beda aitem. Standarisasi dalam memilih aitem sesuai korelasi aitem total, berdasarkan aitem tergolong daya beda yang tinggi apabila korelasi  $>0,30$  sehingga dapat masuk kedalam analisis selanjutnya. Sedangkan aitem dengan koefisien korelasi  $<0,30$  termasuk daya beda yang rendah.

##### **1. Skala Perilaku *Bullying***

Penilaian menghasilkan uji daya beda aitem telah dilakukan pada skala *bullying* dari 24 aitem yang telah disusun, menghasilkan 24 aitem berdaya beda tinggi dan 0 aitem berdaya beda rendah.

Skala *bullying* ini memakai koefisien korelasi sebesar  $>0,30$ . Sehingga dapat diketahui bahwa aitem dengan  $r_{ix} > 0,30$  dapat dikatakan merupakan aitem dengan daya beda yang baik. Terdapat aitem yang menyandang daya beda tinggi berkisar antara 0,306 hingga 0,660. Estimasi reliabilitas dari skala *bullying* dengan analisis ini didapatkan melibatkan koefisien reliabilitas Alpha dari Cronbach sebesar 0,912 sehingga skala *bullying* dapat disebut reliabel.

Berikut daya beda aitem dapat dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel 6. Daya Beda Aitem Skala *Bullying***

No.	Aspek	Aitem	DBT	DBR
1.	<i>Bullying</i> Fisik	1, 4, 7, 11, 15, 19	6	0
2.	<i>Bullying</i> Verbal	2, 5, 8, 12, 20, 23	6	0
3.	<i>Bullying</i> relasional/sosial	3, 9, 13, 16, 17, 21	6	0
4.	<i>Cyberbullying</i>	6, 6, 10, 14, 18, 22, 24	6	0
<b>Total</b>		<b>24</b>	<b>24</b>	<b>0</b>

Keterangan :

\* : Aitem dengan daya beda rendah

DBT : Daya Beda Tinggi

DBR : Daya Beda Rendah

## 2. Skala Kecemasan

Penilaian menghasilkan uji daya beda aitem telah dilakukan pada skala kecemasan dari 32 aitem yang telah disusun, menghasilkan 31 aitem berdaya beda tinggi dan 1 aitem berdaya beda rendah.

Skala kecemasan ini memakai koefisien korelasi sebesar  $>0,30$ . Sehingga dapat diketahui bahwa aitem dengan  $r_{ix} > 0,30$  dapat dikatakan merupakan aitem dengan daya beda yang baik. Terdapat aitem yang menyandang daya beda tinggi berkisar antara 0,301 hingga 0,683. Sedangkan untuk aitem dengan daya beda rendah sebanyak 1 aitem yaitu 0,160. Estimasi reliabilitas dari skala empati dengan analisis ini didapatkan melibatkan koefisien reliabilitas Alpha dari Cronbach sebesar 0,904, sehingga skala kecemasan dapat disebut reliabel.



Berikut daya beda aitem dapat dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel 7. Daya Beda Aitem Skala Kecemasan**

No.	Aspek	Aitem		DBT		DBR	
		Favorable	Unfavorable	F	UF	F	UF
1.	Aspek fisik	1, 4*, 7, 10, 13	16, 23, 24, 29*, 31*	4	3	1	2
2.	Aspek Behavioral	2*, 5, 8*, 11, 14	18, 20, 21, 26, 28, 30	3	6	2	0
3.	Aspek Kognitif	3*, 6*, 9*, 12*, 15	17, 19, 22*, 25, 27, 32	1	5	4	1
<b>Total</b>				<b>8</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	<b>3</b>

Keterangan :

\* : Aitem dengan daya beda rendah

DBT : Daya Beda Tinggi

DBR : Daya Beda Rendah

**e. Penomoran Ulang**

Setelah melakukan uji daya beda aitem tahap selanjutnya yaitu penomoran ulang sesuai dengan urutan yang baru. Aitem yang memiliki daya beda rendah dihilangkan dan aitem yang memiliki daya beda tinggi dapat dilakukan untuk penelitian.

**Tabel 8. Penomoran Ulang Skala Perilaku Bullying**

No.	Jenis Bullying	Aitem	Total
1.	Bullying fisik	1, 4, 7, 11, 15, 19	6
2.	Bullying verbal	2, 5, 8, 12, 20, 23	6
3.	Bullying relasional/sosial	3, 9, 13, 16, 17, 21	6
4.	Cyberbullying	6, 10, 14, 18, 22, 24	6
<b>Total</b>		<b>24</b>	<b>24</b>

Keterangan : (...) nomor aitem baru untuk penelitian

**Tabel 9. Penomoran Ulang Skala Kecemasan**

No	Aspek	Aitem		Total
		Favorable	Unfavorable	
1.	Aspek fisik	1, 4, 7, 10, 13 (12)	16 (15), 23 (22), 24 (23), 29 (28), 31 (30)	10
2.	Aspek Behavioral	2, 5, 8, 11, 14 (13)	18 (17), 20 (19), 21 (20), 26 (25), 28 (27), 30 (29)	11
3.	Aspek Kognitif	3, 6, 9, 15 (14)	17 (16), 19 (18), 22 (21), 25 (24), 27 (26), 32 (31)	10
<b>Total</b>		<b>14</b>	<b>17</b>	<b>31</b>



## B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian berlangsung pada tanggal 25 Agustus 2023 dengan cara peneliti meminta data siswa kemudian dibantu oleh Bu Ami guru BK untuk mengumpulkan siswa masuk ke kelas. Peneliti mulai menyebar skala kepada subjek untuk mengisi kuisisioner dilakukan ketika jam istirahat. Peneliti menyebar skala di kelas 9A sebanyak 30, 9B sebanyak 30 skala, 9C sebanyak 30 skala, 9D sebanyak 30 skala.

Peneliti memberikan waktu mengerjakan 15 menit, sebelum mengerjakan peneliti memberitahu cara mengerjakan kemudian dibagikan lembar skalanya untuk diisi, peneliti juga menjelaskan sedikit pernyataan skala yang belum dipahami dan setelah mengerjakan, skala dikembalikan kepada peneliti hingga terkumpul 120 skala sesuai kriteria. Skala kemudian diberi skor oleh peneliti untuk diolah data agar dapat diketahui ada hubungan antar variabel yang ditetapkan penelitian. Penelitian ini menggunakan program SPSS 24.0 *for windows* untuk mengolah data statistik.

**Tabel 10. Demografi Subjek Penelitian**

Karakteristik Subjek		Jumlah Subjek	Prosentase	Total
Jenis Kelamin	Laki-laki	55	45%	120
	Perempuan	65	54%	
Umur	13 tahun	12	10%	120
	14 tahun	72	60%	
	15 tahun	25	21%	
	16 tahun	10	8%	

## C. Analisis Data Penelitian

### 1. Uji Asumsi

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh, selanjutnya peneliti melakukan uji asumsi sebagai langkah pengujian awal untuk mengetahui apakah data penelitian memenuhi persyaratan guna dilakukan tahap analisis selanjutnya. Ada tiga macam uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis.

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas data diperlukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Bila data berdistribusi normal, maka data ini dapat diolah lebih lanjut. Uji normalitas penelitian ini menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Z*. Standarisasi sistem penilaian yang digunakan untuk mengetahui normal ataupun tidaknya suatu data yakni apabila nilai menunjuk pada angka ( $p > 0,05$ ) bisa diartikan data terdistribusi normal, akan tetapi apabila menunjuk pada angka ( $p < 0,05$ ) bisa disebut data terdistribusi tidak normal.

Berdasarkan analisis uji normalitas pada *bullying* menunjukkan nilai signifikansi 0,200 sedangkan kecemasan menunjukkan nilai signifikansi 0,200. Dari hasil normalitas dengan menggunakan SPSS dapat diketahui nilai signifikan ( $p > 0,01$ ), maka disimpulkan bahwa data hubungan perilaku *bullying* dengan kecemasan di SMP N 12 Pekalongan tidak berdistribusi normal dan normalitas pada model ini tidak valid.

**Table 11. Uji Normalitas**

<b>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</b>			
		Bullying	Kecemasan
N		120	120
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	57.08	79.31
	Std. Deviation	14.369	15.335
Most Extreme Differences	Absolute	.067	.060
	Positive	.067	.060
	Negative	-.047	-.036
Test Statistic		.067	.060
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.200 <sup>c,d</sup>
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			

## b. Uji Linearitas

Uji linearitas hubungan dilakukan untuk mengetahui linearitas hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat yaitu antara perilaku *bullying* dan kecemasan pada siswa korban *bullying*. Uji linearitas menggunakan kaidah signifikan ( $p$ ) dari nilai  $F$  (*linearity*)  $< 0,01$  maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah linear. Tetapi jika signifikansi ( $p$ ) dari nilai  $F$  (*linearity*)  $> 0,01$  maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah tidak linear

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,01, maka disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan linear antara perilaku *bullying* dan kecemasan.

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilaksanakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara perilaku *bullying* dengan kecemasan pada siswa korban *bullying* SMP N 12 Pekalongan. Metode yang dipakai pada penelitian adalah memakai metode korelasi *spearman rho*. *Spearman Rho* merupakan bagian dari statistik non parametrik bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Standarisasi sistem penilaian yang digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel yaitu jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka berkorelasi, jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka tidak berkorelasi. Terdapat kriteria tingkat pengambilan keputusan yaitu jika nilai koefisien korelasi 0,00-0,25 = hubungan sangat lemah, nilai koefisien korelasi 0,26-0,50 = hubungan cukup, nilai koefisien korelasi 0,51-0,75 = hubungan kuat, nilai koefisien korelasi 0,76-0,99 = hubungan sangat kuat, nilai koefisien korelasi 1,00 = hubungan sempurna.

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilaksanakan diperoleh nilai signifikansi 0,000 bahwa  $< 0,05$  maka artinya ada hubungan yang signifikansi antara variabel *bullying* dengan variabel kecemasan, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,502 artinya tingkat kekuatan korelasinya kuat, serta terdapat hubungan positif atau searah antara perilaku *bullying* dengan kecemasan jadi dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi perilaku

*bullying* maka semakin tinggi kecemasan yang dialami siswa korban *bullying* SMP N 12 Pekalongan.

Berdasarkan hasil pengujian tersebut dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya ada hubungan signifikansi yang kuat dan searah antara perilaku *bullying* dengan kecemasan yang dialami siswa korban *bullying* SMP N 12 Pekalongan.



#### D. Analisis Deskripsi Variabel Penelitian

Deskripsi variabel digunakan untuk memberikan gambaran tentang subjek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti (Azwar 2019). Kategori normatif subjek pada penelitian ini yaitu menggunakan distribusi normal yang mengamsumsikan bahwa skor subjek dalam kelompok merupakan estimasi terhadap skor subjek dalam suatu populasi hipotetik dan asumsi bahwa skor subjek dalam populasi terdistribusi normal. Standar dalam distribusi normal terbagi atas enam bagian atau enam satuan deviasi standar. Tiga bagian berada di sebelah kiri dengan tanda negatif dan tiga bagian di sebelah kanan dengan tanda positif (Azwar 2021). Pada penelitian ini menggunakan lima norma kategorisasi:

**Tabel 12. Norma Kategori Skor**

Rentang Skor		Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma$	$< X$	Sangat tinggi
$\mu + 0.5 \sigma$	$< X \leq \mu + 1.5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma$	$< X \leq \mu + 0.5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma$	$< X \leq \mu - 0.5 \sigma$	Rendah
$X$	$\leq \mu - 1.5 \sigma$	Sangat Rendah

$\mu$ =Mean hipotetik,  $\sigma$ = Standar deviasi hipotetik

#### 1. Deskripsi Data Skor Skala *Bullying*

Skala *bullying* memiliki 24 aitem, setiap aitem memiliki skor 1-4. Skor minimum yang diperoleh subjek 24 yang didapatkan dari (24 x 1) dan skor maksimum yang didapatkan subjek adalah 96 yang diperoleh dari (24 x 4). Rentang skor yang diperoleh subjek adalah 72 yang diperoleh dari (96 - 24). Nilai standar deviasi sebesar 12 yang diperoleh dari (72: 6), dan mean hipotetik sebesar 60 yang diperoleh dari ((96 + 24)/2).

Berdasarkan hasil penelitian deskripsi skor pada skala *bullying* diperoleh skor minimum empirik 6, skor maksimum 71, mean empirik sebesar 23,98 dan standar deviasi sebesar 7,862.

**Tabel 12. Deskripsi Skor Skala *Bullying***

	<b>Empirik</b>	<b>Hipotetik</b>
Skor minimal	6	24
Skor maksimal	51	96
<i>Mean</i> (M)	23,98	60
Standar deviasi	8,786	12

Berdasarkan tabel diatas, skala perilaku *bullying* memiliki mean empirik sebesar 23,98 nilai tersebut lebih kecil dari mean hipotetik 60 ( $23,98 < 60$ ) yang menunjukkan subjek berada dalam kategori sedang.

Berdasarkan norma kategorisasi, deskripsi data variabel *bullying*:

**Tabel 13. Deskripsi Skor Skala *Bullying***

<b>Norma</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase</b>
$78 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
$66 < X \leq 78$	Tinggi	7	6%
$54 < X \leq 66$	Sedang	14	12%
$42 < X \leq 54$	Rendah	67	56%
$X \leq 42$	Sangat Rendah	32	27%
	<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

**Gambar 1. Rentang Skor *Bullying***

## 2. Deskripsi data skor skala kecemasan

Skala kecemasan memiliki 31 aitem, setiap aitem memiliki skor 1-4. Skor minimum yang diperoleh subjek yang didapatkan 31 dari ( $31 \times 1$ ) dan skor maksimum yang didapatkan subjek adalah 124 yang diperoleh dari ( $31 \times 4$ ). Rentang skor yang diperoleh subjek adalah 107 yang diperoleh dari ( $124 - 31$ ). Nilai standar deviasi sebesar 17,83 yang diperoleh dari ( $107 : 6$ ), dan mean hipotetik sebesar 77,5 yang diperoleh dari ( $(124 + 31)/2$ ).

Berdasarkan hasil penelitian deskripsi skor pada skala kecemasan diperoleh skor minimum empirik 49, skor maksimum 106, mean empirik sebesar 74,22 dan standar deviasi sebesar 10,221.



**Tabel 14. Deskripsi Skor Skala Kecemasan**

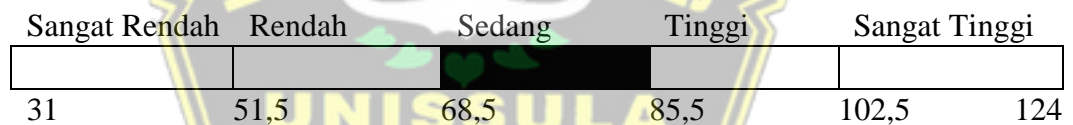
	<b>Empirik</b>	<b>Hipotetik</b>
Skor minimal	49	31
Skor maksimal	106	124
Mean (M)	74,22	77,5
Standar deviasi	10,221	17,83

Berdasarkan tabel diatas, skala kecemasan memiliki mean empirik sebesar 74,22 nilai tersebut lebih kecil dari mean hipotetik ( $74,22 < 77,5$ ) yang menunjukkan subjek berada dalam kategori sedang.

Berdasarkan norma kategorisasi, deskripsi data variabel kecemasan :

**Tabel 15. Deskripsi Skor Skala Kecemasan**

<b>Norma</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase</b>
$102,5 < X$	Sangat Tinggi	3	3%
$85,5 < X \leq 102,5$	Tinggi	11	9%
$68,5 < X \leq 85,5$	Sedang	70	58%
$51,5 < X \leq 68,5$	Rendah	35	29%
$X \leq 51,5$	Sangat Rendah	1	1%
<b>Total</b>		<b>120</b>	<b>100%</b>

**Gambar 2. Rentang Skor Kecemasan**

### E. Pembahasan

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perilaku *bullying* dan kecemasan pada siswa korban *bullying* SMP N 12 Pekalongan. Berdasarkan hasil normalitas dengan menggunakan SPSS dapat diketahui nilai signifikan ( $p$ ) $>0,01$  pada skala *bullying* menunjukkan nilai signifikansi 0,200 sedangkan skala kecemasan menunjukkan nilai signifikansi 0,200, maka disimpulkan bahwa data hubungan perilaku *bullying* dengan kecemasan di SMP N 12 Pekalongan tidak berdistribusi normal dan normalitas pada model ini tidak valid. Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,01, maka disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan linear antara perilaku *bullying* dan kecemasan.

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilaksanakan diperoleh nilai signifikansi 0,000 bahwa  $<0,05$  maka artinya ada hubungan yang signifikansi antara variabel *bullying* dengan variabel kecemasan, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,502 artinya tingkat kekuatan korelasinya kuat, serta terdapat hubungan positif atau searah antara perilaku *bullying* dengan kecemasan jadi dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi perilaku *bullying* maka semakin tinggi kecemasan yang dialami siswa korban *bullying* SMP N 12 Pekalongan namun tidak semua siswa menjadi korban *bullying*. Berdasarkan hasil koefisien determinasi hasil uji *r-squared* 0,354 maka perilaku *bullying* dan kecemasan penelitian ini memberikan sumbangsih sebesar 35,4%, sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Perilaku *bullying* memiliki karakteristik seperti memukul, mencubit, menendang, merusak barang milik anak yang tertindas, memberikan nama-nama yang umumnya tidak disukai seperti memanggil nama orang dengan sebutan binatang, memfitnah, menghina, mengkritik secara kejam, memberikan surat ancaman, menyebarkan rumor jahat dan palsu, tatapan tajam, cekikikan, tawa mengejek, bahasa tubuh mengejek lainnya, dll (Sari & Azwar, 2018). Sedangkan kecemasan diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan gejala-gejala kecemasan menurut Nevid (2005), terdiri

atas aspek fisik yaitu yang berasal dari fisik seperti kegelisahan, wajah terasa memerah, kegugupan didepan banyak orang seperti merasa pusing ketika berhadapan dengan orang lain, ketika berbicara intonasi suara tidak stabil, sulit berkonsentrasi (Nevid, 2005).

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Adrianto (2019) menjelaskan bahwa adanya hubungan positif perilaku *bullying* dengan kecemasan terdiri dari 169 subjek bahwa semakin tinggi perilaku *bullying* maka semakin tinggi kecemasan yang dialami siswa, begitu pula semakin rendah perilaku *bullying* yang dialami maka semakin rendah kecemasan yang dialami. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Mega (2018) menjelaskan bahwa adanya hubungan positif perilaku *bullying* dengan kecemasan terdiri dari 155 subjek, Korban *bullying* rata-rata mengalami bentuk *bullying* mental (55%) yang terjadi pada korban berjenis kelamin perempuan. Sebagian besar korban *bullying* mengalami kecemasan (61%) dengan kebanyakan korban mengalami tingkat kecemasan ringan (34%).

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Radhiah (2020) menjelaskan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,340 dengan taraf signifikansi 0,040 ( $r < 0,05$ ) artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *bullying* dengan kecemasan sosial, bahwa semakin tinggi *bullying* pada siswa SMP korban *bullying* di Kota Sabang maka semakin tinggi pula kecemasan sosialnya. Sebaliknya, jika semakin rendah *bullying* pada siswa SMP korban *bullying* di Kota Sabang maka semakin rendah pula kecemasan sosialnya.

Berdasarkan hasil uji deskripsi variabel perilaku *bullying* rata-rata tingkat perilaku *bullying* yang dimiliki oleh siswa SMP N 12 Pekalongan termasuk kategori sedang. Hal tersebut diketahui berdasarkan skor mean empirik sebesar 23,98 dengan presentase 12% yang menunjukkan bahwa sebanyak 14 responden yang mendapatkan perilaku *bullying* sedang. Namun tidak semua siswa menjadi korban *bullying* dikarenakan terdapat 67 responden dengan presentase 56% mendapatkan perilaku *bullying* rendah, 32 responden dengan presentase 27% mendapatkan perilaku *bullying* sangat

rendah, dan hanya 7 responden dengan presentase 6% mendapatkan perilaku *bullying* tinggi.

Berdasarkan hasil uji deskripsi variabel kecemasan rata-rata tingkat kecemasan yang dimiliki oleh siswa SMP N 12 Pekalongan termasuk kategori sedang. Hal tersebut diketahui berdasarkan skor mean empirik sebesar 74,22 menunjukkan bahwa sebanyak 48 responden dengan presentase 40% memiliki kecemasan sedang, 35 responden dengan presentase 29% memiliki kecemasan rendah, 1 responden dengan presentase 1% memiliki kecemasan sangat rendah, 3 responden dengan presentase 3% memiliki kecemasan sangat tinggi, 11 responden dengan presentase 9% memiliki kecemasan tinggi. Sehingga tidak semua yang menjadi korban *bullying* memiliki kecemasan yang tinggi.

Kedua variabel dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sedang, bahwa masih terdapat kecemasan diduga masih ada perilaku *bullying* yang ada. Hal ini sesuai dengan teori Nevid (2005) yang menyatakan bahwa orang yang mengalami ketakutan disuatu kondisi bahaya, apalagi jika menjadi korban *bullying* tentu akan mengalami tubuh berkeringat terutama di telapak tangan, mulut atau kerongkongan yang kering wajah yang memerah, kesulitan berbicara, merasa gugup di depan banyak orang, mengalami pusing saat berinteraksi dengan orang lain, memiliki ketidakstabilan intonasi suara saat berbicara, serta mengalami gejala fisik seperti nyeri perut atau mual, dll sehingga penelitian ini sejalan dengan hipotesis yang diajukan.

#### **F. Kelemahan Penelitian**

Beberapa kelemahan yang ada pada penelitian ini, yakni:

1. Pada saat pelaksanaan, peneliti tidak mendapatkan data yang diharapkan dikarenakan jumlah subjek yang tidak sesuai rencana semula.
2. Kurangnya pengawasan saat mengisi skala dikarenakan peneliti hanya dibantu oleh guru sesaat, sehingga peneliti kurang dapat mengondisikan subjek.

3. Subjek yang diteliti semua tidak selalu menjadi korban perilaku *bullying*.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dinyatakan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara perilaku *bullying* dan kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat perilaku *bullying*, maka semakin rendah pula tingkat kecemasan pada siswa korban *bullying* SMP N 12 Pekalongan.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah berlangsung, terdapat saran peneliti yaitu:

##### **1. Bagi siswa**

Bagi siswa yang menjadi korban *bullying* hendaknya berkomunikasi dengan guru bahwa sedang di *bully* supaya segera ditindaklanjuti seperti bercerita tentang keluh kesahnya ketika di *bully*, berlatih ilmu bela diri supaya tetap merasa aman, menjalin pertemanan yang sehat, apabila sudah fatal perilaku *bullying* yang dialami bisa melibatkan pihak yang berwenang. Apabila teman sekelasnya melihat ada yang di *bully* hendaknya langsung dipisahkan yaitu dengan cara berkomunikasi dengan si pelaku agar tidak mengulangi perbuatan tersebut. Dan untuk pelaku *bullying* hendaknya diberikan edukasi bahwa perilaku tersebut dapat merugikan orang lain, meminta maaf kepada teman yang di *bully* dan berjanji tidak akan mengulanginya.

Adapun keberadaan penelitian ini diharapkan siswa/i menjadi peduli dengan sekitarnya. Untuk meminimalisir *bullying* yang ada, dapat dilakukan dengan menjadi pendengar yang baik saat sedang mengobrol dengan teman sebaya, dapat menghargai perbedaan, menumbuhkan sikap kepedulian sosial.



## 2. Bagi Peneliti Lain

Peneliti selanjutnya diharapkan agar bisa memperdalam terkait variabel lainnya yang bisa berpengaruh terhadap perilaku *bullying* selain variabel kecemasan serta pengambilan jumlah sampel yang lebih banyak dan beragam.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adrianto. (2019). Hubungan perilaku *bullying* dengan kecemasan pada siswa SMP Siak Hulu, Kampar, diajukan kepada fakultas psikologi Universitas Islam Riau untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan derajat sarjana psikologi disusun oleh : Adrianto. 1–65.
- Agita, H. C. (2012). Konsep diri, kecemasan, dan penelitian yang dilakukan terhadap siswa, <http://etheses.uin-malang.ac.id>, 11. <http://etheses.uin-malang.ac.id/752/6/10410140> bab 2.pdf
- Amanda, G. (2021). *A-Z problem bullying dan solusinya, stop bullying*. (Dyas, Ed.) Yogyakarta, Jawa Tengah: Cemerlang Publishing.
- Andini, L. S., & Kurniasari, K. (2021). Bullying berhubungan dengan kejadian gangguan cemas pada pelajar SMA. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 4(3), 99–105. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2021.v4.99-105>
- Andri, A., & Purnamawati, Y. D. (2007). Teori kecemasan berdasarkan psikoanalisis klasik dan berbagai mekanisme pertahanan terhadap kecemasan. *Journal of the Indonesian Medical Association*, 57(7), 233–238.
- Annastasya, A., & Sari, E. Y. (2022). *Arus Jurnal Pendidikan (AJUP) analisis dampak psikologis verbal bullying pada anak kelas 4 SDN 2*. 2(2).
- Arikunto, d. P. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti. (2008). *Meredam bullying, 3 cara efektif mengatasi kekerasan*. Jakarta: Grasindo.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi, edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi, edisi ii*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- AZ-Zahrani. (2005). *Konseling terapi*. Gema Insani Press, 17–38.
- Azizah, U., Nikmatur, R., & Mohammad, A. H. (2017). Hubungan perilaku bullying dengan harga diri pada anak remaja. 20, 1–12.
- Brank, E. M., Hoetger, L. A., & Hazen, K. P. (2012). Bullying. *Annual review of law and social science*, 8, 213–230. <https://doi.org/10.1146/annurev->

lawsocsci-102811-173820

- Bulu, Y., Maemunah, N., & Sulasmini. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bullying pada remaja awal. *Nursing News*, 4(1), 54–66. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/1473/1047>
- Dacey. (2000). *Your anxious child: how parents and teachers can relieve anxiety in children*. San Fransisco: Jossey-Bass Publishers.
- Dafiq, N. D., Claudia Fariday Dewi, Nai Sema, & Sahrul Salam. (2020). Upaya edukasi pencegahan bullying pada siswa sekolah menengah atas di Kabupaten Manggarai Ntt. *Randang Tana - Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 120–129. <https://doi.org/10.36928/jrt.v3i3.610>
- Diferiansyah, O., Septa, T., & Lisiswanti, R. (2016). Gangguan cemas menyeluruh rumah sakit jiwa provinsi Lampung. *Jurnal Medula Unila*, 5(2), 63–68.
- Djaali, P. M. (2000). *Pengukuran dalam bidang pendidikan*. Jakarta: Program Pascasarjana.
- Djuwita, R. (2006). Kekerasan tersembunyi di sekolah, aspek-aspek pdikososial dari bullying-victims: a comparison of psychosocial and behavioral characteristic. *journal of pediatric psychology*.
- Djuwita, R. (2008). Bullying: kekerasan terselubung di sekolah.
- Durand, V. M. (2006). Intisari psikologi abnormal edisi 4. .
- Febriana, B. (2017). Penurunan kecemasan remaja korban bullying melalui terapi kognitif. *Indonesian journal of nursing practices*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.18196/ijnp.1255>
- Gredler, G. R. (2003). Olweus, D. (1993). Bullying at school: What we know and what we can do. *Psychology in the Schools*, 40(6), 699–700.
- James, A. (2014). *School bullying phd Researcher (Goldsmiths, University of London, NSPCC )*. July.
- Kuncoro. (2006). *Metode penelitian bisnis, Edisi 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Mega Lestari Khoirunnisa, Lia Hikmatul Maula, D. A. (2018). Hubungan tindakan bullying dengan t ingkat kecemasan pada pelajar sekolah menengah kejuruan (smk) PGRI 1 tangerang. 3, 59–69.
- Mellor. (2007). Sebuah pendekatan sistematis terhadap pengembangan kebijakan anti-bullying yang efektif di lingkungan sekolah.

- Netina. (2012). Hubungan kepekaan humor dengan kecemasan menghadapi penyusunan skripsi di Universitas Muhamadiyah. *Kesehatan, I*, 10–35.
- Nevid, J. R. (2005). *Psikologi abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal penelitian psikologi*, 9(1), 11–20.
- Nurhayaty, E., & Mulyani, A. S. (2020). Pengenalan bulliying dan dampaknya pada pelaku dan korban. *Jurnal abdimas bsi: jurnal pengabdian kepada masyarakat*, 3(2), 173–179. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v3i2.8013>
- Olweus, D. (1994). Bullying at school: basic facts and effects of a school based intervention program. *journal of child psychology and psychiatry*, 35(7), 1171–1190. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1994.tb01229.x>
- Putri, M. (2018). Hubungan kepercayaan diri dan dukungan teman sebaya dengan jenis perilaku bullying di MTsN Lawang Mandahiling Kecamatan Salimpaung. *Menara Ilmu*, 12(8), 107–116. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/872>
- Radhiah, C. A. (2020). Hubungan antara bullying dengan kecemasan sosial pada siswa smp korban bullying di Kota Sabang. *Sell Journal*, 5(1), 55.
- Rahman, D. A. (2017). Hubungan antara tindakan bullying dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa kelas 5 SD Muhammadiyah 9 Malang. *University of Muhammadiyah Malang.*, 53(9), 1689–1699. <http://eprints.umm.ac.id/35497/>
- Rana, R., & Mahmood, N. (2010). The relationship between test anxiety and academic achievement. *Bulletin of Education and Research*, 32(2), 63–74.
- Riduwan. (2015). *Metode dan teknik menyusun proposal penelitian (untuk mahasiswa S-1)*. Bandung: Alfabeta.
- Samsudi, M. A., & Muhid, A. (2020). Efek Bullying Terhadap Proses Belajar Siswa. *SCAFFOLDING: Jurnal Pendidikan Islam Dan Multikulturalisme*, 2(02), 122–133. <https://doi.org/10.37680/scaffolding.v2i02.466>
- Sandri, R. (2015). Perilaku bullying pada remaja panti asuhan ditinjau dari kelekatan dengan teman sebaya dan harga diri. *Jurnal psikologi tabularasa*, 10(1), 43–57.
- Sarastika. (2014). *Stop Minder dan Grogi*. Yogyakarta.

- Sari, A. W. (2017). Tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian sekolah ditinjau dari jurusan yaitu jurusan IPA dan jurusan IPS serta menghadapi US ditinjau dari daerah asal yaitu Minangkabau dan non Minangkabau serta perbedaannya dan ( 4 ) tingkat kecemasan siswa kelamin. *Jurnal Bikotetik.*, 01 (02), 37–72.
- Sari, Y. P., & Azwar, W. (2018). Fenomena bullying siswa: studi tentang motif perilaku bullying siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Ijtimaiyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 10(2), 333–367. <https://doi.org/10.24042/ijpmi.v10i2.2366>
- Savitri. (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Pustaka Populer Obor.
- Sejiwa. (2007). *Bullying: Panduan Bagi Orang Tua dan Guru. Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan*. Jakarta: Grasindo.
- Sejiwa. (2008). *Handout workshop nasional anti bullying ke-3*. Jakarta: jw marriot. Retrieved mei 17, 2008
- Shin, K. E., & Newman, M. G. (2019). Self- and other-perceptions of interpersonal problems: Effects of generalized anxiety, social anxiety, and depression. *Physiology & Behavior*, 176(1), 139–148. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2019.04.005>.Self-
- Silva MA, Pereira B, Mendonça D, et al. The involvement of girls and boys with bullying: an analysis of gender differences *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2013;10:6820-31; doi:10.3390/ijerph10126820
- Siswanto, & Aseta, P. (2021). Gambaran faktor - faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam tugas akhir masa pandemi covid-19. *Intan Husada: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(1), 31–40. <https://doi.org/10.52236/ih.v9i1.206>
- Sitti Rahmah Marsidi, Ismiati, Maulani Baqiah, Natalia, Ratieh Michelia Pattinaya, Selsafania Eksanti, S. A. (2021). Gambaran bentuk dan penyebab kecemasan dewasa awal pada masa transisi pandemi menuju endemi di jakarta. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(7), 2013–2015.
- Srabstein, J. C., & Leventhal, B. L. (2010). Prevention of bullying-related morbidity and mortality: A call for public health policies. *Bulletin of the World Health Organization*, 88(6), 403. <https://doi.org/10.2471/BLT.10.077123>
- Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). Keperawatan kesehatan jiwa stuart. *Singapore: elsevier*, 1–31.



- Suciartini, N. N. A., & Sumartini, N. L. U. (2018). Verbal Bullying dalam media sosial. *Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia*, 6(2), 152–171.
- Sugiharto, d. S. (2006). *Lisrel, cetakan pertama*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmawati, I., Fenyara, A. H., Fadhilah, A. F., & Herbawani, C. K. (2021). Dampak bullying pada anak dan remaja terhadap kesehatan mental. *Prosiding seminar nasional kesehatan masyarakat 2021*, 2(1), 126–144.
- Suryabrata, S. (2000). *Pengembangan alat ukur psikologis*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- UNICEF. (2020). Situasi anak di Indonesia - Tren, peluang, dan Tantangan dalam Memenuhi Hak-Hak Anak. *Unicef Indonesia*, 8–38.
- Utami, T. W., Astuti, Y. S., Bandung, P. K., Studi, P., & Bogor, K. (2019). *Hubungan kecemasan dan perilaku bullying anak sekolah the relationship anxiety and bullying behavior in elementary*. 2(1), 6–11.
- Wekoadi, G. M., Ridwan, M., & Sugiarto, A. (2018). Writing therapy terhadap penurunan cemas pada remaja korban bullying. *Jurnal riset kesehatan*, 7(1), 37. <https://doi.org/10.31983/jrk.v7i1.3232>
- Wibowo, H., Fijriani, F., & Krisnanda, V. D. (2021). *Fenomena perilaku*. 1(2), 157–166.
- Wiyani, N. A. (2012). *Save our children from school bullying*. Jogjakarta: ar-ruzz
- Yuliani, N. (2019). Fenomena kasus bullying di sekolah. *Research Gate*.
- Zakiyah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor yang mempengaruhi remaja dalam melakukan bullying. *prosiding penelitian dan pengabdian kepada masyarakat*, 4(2), 324–330. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>
- Zulfikar, A. (2014). *TA: Pembuatan film bergenre thriller slasher berjudul" psychopath test"*. 7–25.