

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN KORBAN BULLYING

Atika Khairun Nisa¹, Yeni Karneli^{2*}

¹Universitas Negeri Padang

²Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: yenikarneli@fip.unp.ac.id

Abstract

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena bullying yang terjadi di sekolah, yang mana bullying ini sudah menjadi bagian dari dinamika sekolah. tindakan bullying dapat memberikan dampak negatif bagi korban salah satunya yaitu kecemasan. Kecemasan yang dialami siswa korban bullying ini dapat menghambat proses berkembang dan belajar di sekolah yang mengakibatkan turunnya hasil belajar siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tingkat kecemasan siswa korban bullying ditinjau dari karakteristik fisik, behavioral, dan kognitif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pengumpulan data menggunakan kuisioner dengan model skala likert. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 1 V Koto Kampung Dalam sebanyak 62 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dianalisis menggunakan metode statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan siswa korban bullying secara keseluruhan berada pada kategori rendah dengan persentase 44%. Ditinjau dari masing-masing karakteristik yaitu karakteristik fisik berada pada kategori rendah dengan persentase 42%, karakteristik behavioral berada pada kategori rendah dengan persentase 45%, dan karakteristik kognitif berada pada kategori rendah dengan persentase 35%. Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan guru BK atau konselor dapat memberikan bantuan berupa layanan Bimbingan dan Konseling.

Keywords: Bullying, Kecemasan, dan Korban Bullying

Introduction

Saat ini dalam dunia pendidikan cukup maraknya terjadi kasus bullying di sekolah-sekolah. Bullying yang sering terjadi disekolah ini dapat dikatakan sebagai suatu fenomena. Di Indonesia, kasus bullying di sekolah menduduki peringkat teratas pengaduan masyarakat ke Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) di sektor pendidikan (Halimah dkk, 2015). Menurut Coloroso korban bullying (2007) adalah pihak yang tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya karena lemah secara fisik atau mental ketika mendapatkan perlakuan agresif dan manipulatif secara berulang-ulang. Maksud agresif disini ialah salah satu bentuk tindakan – tindakan yang bertentangan dengan norma – norma yang berlaku pada masyarakat (Eka, Nirwana, dan Sukmawati, 2020).

Siswa dianggap sebagai korban bullying ketika diketahui secara berulang-ulang terkena tindakan negatif oleh pelaku bullying. Tindakan negatif tersebut termasuk melukai atau mencoba melukai atau membuat korban merasa tidak nyaman (Azis, 2015). Aksi bullying ini langsung

dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang dan dilakukan dengan perasaan senang (Matondang, Firman & Ahmad, 2022). Menurut Sejiwa (2008) hal yang paling ekstrim mengenai dampak psikologis dari bullying terhadap korbannya yaitu munculnya gangguan psikologis, misalnya timbul rasa cemas yang berlebihan, merasa ketakutan, depresi, dan memiliki keinginan untuk bunuh diri serta munculnya gejala gangguan stres pasca trauma.

Selanjutnya dalam Wahyuningtias (2022) kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan tidak tenang, kekhawatiran dan rasa takut dengan disertai gejala fisik, seperti detak jantung semakin cepat, mulut kering, tubuh berkeringat dan tremor. Menurut Froggat (2003) kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman dan takut dengan disertai gejala fisik, seperti denyut jantung semakin cepat, mulut kering, tubuh berkeringat serta gemetar. Gejala yang diperlihatkan dari kecemasan, diantaranya gejala fisik (otot tegang, pernapasan menjadi cepat, jumlah keringat yang keluar bertambah, mulut menjadi kering), Emosi (perasaan takut, gelisah dan mudah marah) dan kognitif (sulit konsentrasi, khawatir, dan memikirkan sesuatu yang tidak realistis), Perilaku (respon bermusuhan meningkat, agresi, menghindar) (Supriyantini, 2010).

Stressor psikologis yang menyebabkan seseorang mengalami kecemasan salah satunya ialah trauma. Tindakan bullying yang dilakukan terus-menerus terhadap korban akan mengakibatkan korban trauma dengan menyimpan rasa cemas dalam dirinya (Hawari, 2006; Kuraesin, 2009). Sejalan dengan itu, dampak yang akan timbul pada korban bullying yaitu korban terlihat cemas, sedih, depresi bahkan ada upaya membunuh diri, anak malas pergi sekolah, sakit perut terutama di pagi hari menjelang berangkat sekolah dan anak marah atau berperilaku aneh pada orang tua karena sebab yang tidak diketahui. Dalam kondisi selanjutnya ditemukan bahwa korban kemudian mengasingkan diri dari sekolah atau menderita kecemasan sosial bahkan cenderung ingin bunuh diri (Astuti, 2008; Khoirunnisa, Maula & Arwen, 2018).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Radhiah pada tahun 2020 pada siswa SMP korban bullying di Kota Sabang dengan jumlah responden sebanyak 37 orang didapatkan hasil bahwa 10,81% siswa mengalami kecemasan pada kategori rendah, 72,97% pada kategori sedang dan 16,21% pada kategori tinggi. Kemudian berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di SMPN 1 V Koto Kampung Dalam Kabupaten Padang Pariaman terdapat kasus bullying yang dilakukan siswa di sekolah. Dari pengumpulan data awal yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa dari 236 siswa terdapat 64 siswa yang menjadi korban bullying.

Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pengumpulan data menggunakan kuisioner kecemasan korban bullying yang mengukur tingkat kecemasan siswa korban bullying dengan model skala likert. Sub variabel penelitian ini yaitu fisik, behavioral, dan kognitif. Instrumen divalidasi kepada 3 dosen ahli. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 1 V Koto Kampung Dalam sebanyak 62 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan SPSS for windows versi 25.0.

Results and Discussion

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data pada bagian ini, maka hasil penelitian diuraikan sebagai berikut:

1. Tingkat Kecemasan Korban Bullying

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan siswa korban bullying di SMPN 1 V Koto Kampung Dalam rata-rata berada pada kategori rendah dengan persentase 44%. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada umumnya siswa korban bullying mengalami kecemasan tingkat rendah. Gambaran hasil penelitian tentang tingkat kecemasan korban bullying ditunjukkan pada tabel berikut ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Tingkat Kecemasan Siswa Korban Bullying

Kategori	Interval		F	%
	Skor	%		
Sangat Tinggi	≥180	84-100	2	3
Tinggi	146-179	68-83	4	6
Sedang	112-145	52-67	17	27
Rendah	78-111	36-51	27	44
Sangat Rendah	≤ 77	20-35	12	19
TOTAL			62	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa secara keseluruhan tingkat kecemasan siswa korban bullying di SMPN 1 V Koto Kampung Dalam berada pada kategori sangat tinggi terdapat 2 siswa dengan persentase 3%. Pada kategori tinggi terdapat 4 siswa dengan persentase 6%. Pada kategori sedang terdapat 17 siswa dengan persentase 27%. Pada kategori rendah terdapat 27 siswa dengan persentase 44% dan pada kategori sangat rendah terdapat 12 siswa dengan persentase 19%. Dapat dimaknai bahwa siswa korban bullying di SMPN 1 V Koto Kampung Dalam mampu meminimalisir kekhawatiran dan ketakutan terhadap hal-hal yang berkaitan dengan bullying seperti tindakan-tindakan bullying yang pernah dialami, pelaku bullying, dan pikiran negatif lainnya mengenai sesuatu yang akan terjadi.

Tabel 2. Hasil Tingkat Kecemasan Siswa Korban Bullying Ditinjau dari Karakteristik Fisik

Kategori	Interval		F	%
	Skor	%		
Sangat Tinggi	≥101	84-100	2	3
Tinggi	82-100	68-83	7	11
Sedang	63-81	52-67	15	24
Rendah	44-62	36-51	26	42
Sangat Rendah	≤43	20-35	12	19
TOTAL			62	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui tingkat kecemasan siswa korban bullying di SMPN 1 V Koto Kampung Dalam berdasarkan karakteristik fisik terdapat 2 siswa pada kategori sangat tinggi dengan persentase 3%. Selanjutnya pada kategori tinggi terdapat 7 orang siswa dengan persentase 11%. Pada kategori sedang terdapat 15 siswa dengan persentase 24%. Pada kategori rendah terdapat 26 siswa dengan persentase 42% dan pada kategori sangat rendah terdapat 12 siswa dengan persentase 19%.

Tabel 3. Hasil Tingkat Kecemasan Siswa Korban Bullying Ditinjau dari Karakteristik Behavioral

Kategori	Interval		F	%
	Skor	%		
Sangat Tinggi	≥183	84-100	2	3
Tinggi	148-182	68-83	11	18
Sedang	113-147	52-67	9	15
Rendah	78-112	36-51	28	45
Sangat Rendah	≤77	20-35	12	19
TOTAL			62	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui tingkat kecemasan siswa korban bullying di SMPN 1 V Koto Kampung Dalam berdasarkan karakteristik behavioral terdapat 2 siswa berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 3%. Selanjutnya pada kategori tinggi terdapat 11 siswa dengan persentase 18%. Pada kategori sedang terdapat 9 siswa dengan persentase 15%. Pada kategori rendah terdapat 28 siswa dengan persentase 45% dan pada kategori sangat rendah terdapat 12 siswa dengan persentase 19%.

Tabel 4. Hasil Tingkat Kecemasan Siswa Korban Bullying Ditinjau dari Karakteristik Kognitif

Kategori	Interval		F	%
	Skor	%		
Sangat Tinggi	≥51	84-100	1	2
Tinggi	41-50	68-83	4	6
Sedang	32-40	52-67	15	24
Rendah	22-31	36-51	22	35
Sangat Rendah	≤21	20-35	20	32
TOTAL			62	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui tingkat kecemasan siswa korban bullying di SMPN 1 V Koto Kampung Dalam berdasarkan karakteristik kognitif terdapat 1 siswa pada kategori sangat tinggi dengan persentase 2%. Selanjutnya pada kategori tinggi terdapat 4 orang siswa dengan persentase 6%. Pada kategori sedang terdapat 15 siswa dengan persentase 24%. Pada kategori rendah terdapat 22 siswa dengan persentase 35% dan pada kategori sangat rendah terdapat 20 siswa dengan persentase 32%.

2. Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa layanan yang dapat diberikan oleh guru BK dalam rangka mereduksi tingkat kecemasan siswa korban bullying, yaitu sebagai berikut:

a. Layanan konseling perorangan

Konseling perorangan adalah salah satu layanan dalam bimbingan konseling yang diselenggarakan dalam rangka mengentaskan permasalahan-permasalahan yang dialami oleh konseli (Abdi & Karneli, 2020). Dimana pembahasannya bersifat mendalam yang membahas hal-hal penting yang menyangkut diri klien (Prayitno, 2017). Biasanya selama proses konseling perorangan pembahasan masalah yang sedang dihadapi oleh klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien, adanya konseling perorangan maka pikiran, perasaan dan sikap menjadi semakin terarah (Muthohharoh & Karneli, 2020). Hasil

penelitian yang telah dipaparkan di atas, layanan konseling perorangan dapat diberikan kepada siswa korban bullying yang mengalami kecemasan. Hasil penelitian yang telah dipaparkan dapat diketahui bahwa adanya siswa korban bullying yang mengalami kecemasan pada kategori kecemasan rendah. Guru bimbingan dan Konseling dapat memberikan layanan konseling perorangan kepada siswa korban bullying yang mengalami kecemasan tersebut agar kecemasan dapat lebih menurun atau bisa pada tahap tidak memiliki kecemasan. Layanan konseling individual

b. Layanan konseling kelompok

Pemberian layanan konseling kelompok oleh guru Bimbingan dan Konseling bertujuan untuk mengembangkan diri pribadi dan memecahkan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan konseling kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Kegiatan layanan konseling kelompok membahas permasalahan yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Oleh karena itu, melalui layanan konseling kelompok individu dapat mengentaskan masalah yang dialami seperti pada penelitian ini siswa korban bullying yang mengalami kecemasan dapat memperoleh berbagai solusi dari permasalahan yang dihadapi sehingga terwujudnya KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari).

Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan terkait dengan tingkat kecemasan siswa korban bullying secara keseluruhan berada pada kategori rendah dengan persentase 44% yang berarti sebagian besar siswa korban bullying SMPN 1 V Koto Kampung Dalam kelas VIII dan IX mengalami kecemasan yang rendah. Ditinjau dari masing-masing karakteristik, tingkat kecemasan siswa korban bullying SMPN 1 V Koto Kampung Dalam pada umumnya berada pada kategori rendah.

Referensi

- Abdi, S., & Karneli, Y. 2020. Kecanduan Game Online: Penanganannya dalam Konseling Individual. Guidance. Vol. 17(02).
- Azis, A.R. 2015. Efektivitas pelatihan asertivitas untuk meningkatkan perilaku asertif siswa Korban bullying. Jurnal Konseling & Pendidikan. Vol. 3(2).
- Eka, M., Nirwana, H & Sukmawati, I. 2020. Hubungan kemampuan mengelola emosi dengan kecenderungan berperilaku agresif siswa. Jurnal Riset Tindakan Indonesia. Vol. 5(1).
- Halimah, K & Zainuddin. 2015. Persepsi pada bystander terhadap intensitas bullying pada siswa SMP. Jurnal Psikologi. Vol. 42 (2).
- Khoirunnisa., M.L., Maula, L.H & Arwen, D. 2018. Hubungan tindakan bullying dengan tingkat kecemasan pada pelajar Sekolah menengah kejuruan (SMK) PGRI 1 Tangerang. Jurnal JKFT. 3.
- Kuraesin, N.D. 2009. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pasien yang akan menghadapi operasi di RSUP Fatmawati tahun 2009. Skripsi. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Matondang, F.S.P., Firman & Ahmad, R. 2022. Bullying menjadi budaya pendidikan di
-

Lingkungan pesantren. *Jurnal Penelitian, Pemikiran dan Pengabdian*. Vol. 10 (2).

Muthohharoh, M., & Karneli, Y. 2020. Layanan Konseling Perorangan Dengan Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal. *Guidance*. Vol. 17(01).

Supriyantini, S. 2010. Perbedaan kecemasan dalam menghadapi ujian antara siswa program regular dengan siswa program akselerasi. Skripsi. Medan: Universitas Sumatera Utara.

Wahyuningtias, S. 2022. Gambaran tingkat kecemasan korban bullying di SMA Al-Muttaqin Kota Tasikmalaya. Skripsi. Tasikmalaya: Universitas Bakti Tunas Husada.