

**GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA
KORBAN *BULLYING***

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)**



Oleh

NURHAYATI

NIM. 18006067

DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2023

PERSETUJUAN SKRIPSI

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA KORBAN *BULLYING*

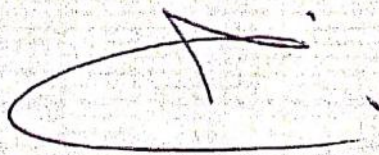
Nama : Nurhayati
NIM/BP : 18006067/2018
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 01 November 2022

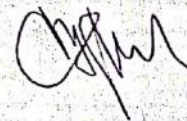
Disetujui Oleh

Kepala Departemen

Pembimbing Akademik



Prof. Dr. Firman, M. S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001



Dr. Yeni Karneli, M. Pd. Kons.
NIP. 19620410 198602 2 001




PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban *Bullying*.
Nama : Nurhayati
NIM : 18006067
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 01 November 2022

Tim Penguji,

	Nama	Tanda tangan
1. Ketua	: Dr. Yeni Karneli, M. Pd., Kons.	1. 
2. Anggota 1	: Dr. Rezki Hariko, M. Pd., Kons.	2. 
3. Anggota 2	: Lisa Putriani, M. Pd., Kons.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Nurhayati
NIM/BP : 18006067/2018
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban *Bullying*

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 18 Januari 2023

Saya yang menyatakan,



Nurhayati

NIM.18006067

ABSTRAK

Nurhayati. 2022. Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban *Bullying*. Skripsi. Departemen Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Kecemasan adalah suatu keadaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi. Kecemasan merupakan keadaan khawatir, gelisah, dan ketakutan yang berlebihan. Fenomena dilapangan masih ditemukan adanya siswa yang merasa cemas terhadap tindakan *bullying*, adanya siswa yang merasa cemas datang kesekolah karena tindakan *bullying* dan adanya siswa kurang percaya diri karena menjadi korban *bullying*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran tingkat kecemasan remaja korban *bullying* di SMA Negeri 4 Solok Selatan.

Metode penelitian yang digunakan deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian adalah siswa kelas X yang mengalami kecemasan korban *bullying* di SMA N 4 Solok Selatan. Sampel sebanyak 35 orang siswa korban *bullying* yang mengalami kecemasan. teknik pengambilan sampel yaitu *Sampling Purposive*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Pengolahan data menggunakan teknik persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran tingkat kecemasan remaja korban *bullying* berada pada kategori sedang 68,6%. Hasil penelitian ini menemukan: 1) aspek respon perilaku berada pada kategori rendah 48,6%, 2) aspek respon kognitif berada pada kategori sedang 51,4%, 3) aspek respon afektif berada pada kategori sedang 51,4%.

Kata kunci: Kecemasan, korban *bullying*, layanan bimbingan dan konseling.

KATA PENGANTAR



Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada umat manusia sehingga dapat merasakan pengalaman dan pembelajaran dalam kehidupan. Shalawat beriring salam senantiasa tercurahkan untuk Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari alam jahiliyah menuju alam yang penuh ilmu pengetahuan dan teknologi yang kita rasakan pada saat ini sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "**Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban *Bullying***". Penyusunan skripsi ini bermaksud untuk memenuhi syarat penelitian dalam menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Yeni Karneli, M. Pd., Kons. selaku dosen pembimbing akademik serta pembimbing skripsi. Semoga bimbingan, bantuan dan dorongan yang telah diberikan kepada peneliti mendapat balasan dari Allah SWT, Aamiin ya rabbal 'alamin.
2. Bapak Dr. Rezki Hariko, M. Pd., Kons. dan Ibu Lisa Putriani, M. Pd., Kons. selaku Dosen Kontributor dan tim penimbang instrumen penelitian (*judgement*) yang telah meluangkan waktu, memberikan banyak masukan dan saran dalam penyelesaian skripsi penelitian ini.

3. Bapak Prof. Dr. Firman, M. S., Kons. selaku Ketua Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah membantu peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Dr. Afdal, M. Pd., Kons. selaku Sekretaris Departemen Bimbingan dan Konseling.
5. Seluruh dosen Departemen Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada peneliti selama perkuliahan.
6. Bapak Rahmadi, selaku Staf Tata Usaha Departemen Bimbingan dan Konseling yang telah membantu dalam administrasi.
7. Kepada kedua orang tua tercinta bapak (Amrizal) dan ibu (Misma Yenti) yang telah memberikan kasih sayang, perhatian, arahan dan dukungan baik moril maupun materil demi kelancaran serta kesempurnaan pada penyelesaian skripsi penelitian ini.
8. Rekan-rekan mahasiswa Departemen Bimbingan dan Konseling angkatan 2018

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan mengingat keterbatasan informasi, ilmu pengetahuan dan pengalaman oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari dosen kontributor sehingga dilaksanakan penelitian dengan sebaik-baiknya.

Padang, Oktober 2022

Nurhayati
Nim. 18006067/2018

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Asumsi Penelitian	5
F. Tujuan Penelitian	5
G. Manfaat Penelitian	5
BAB II Kajian Teori.....	7
A. Kecemasan.....	7
1. Pengertian Kecemasan	7
2. Penyebab kecemasan	9
3. Aspek-aspek Kecemasan	9
4. Tingkat Kecemasan dan Karakteristik	12
5. Pengukuran Kecemasan	13
6. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	16
B. <i>Bullying</i>	18
1. Pengertian <i>Bullying</i>	18
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Bullying</i>	24
C. Remaja.....	24
1. Pengertian Remaja	24

2. Tahap Perkembangan Remaja.....	24
3. Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja	26
D. Layanan Bimbingan dan Konseling.....	27
E. Penelitian Relevan	28
F. Kerangka Konseptual.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel.....	31
C. Instrumen Penelitian	34
D. Definisi Operasional	37
E. Teknik Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian	40
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	41
C. Implikasi Layanan Bimbingan dan Konseling	51
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Simpulan.....	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian.....	32
Tabel 2. Skor Jawaban Instrumen Penelitian	34
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Tingkat kecemasan Remaja Korban <i>Bullying</i>	35
Tabel 4. Kategori pengolahan data hasil penelitian	39
Tabel 5. Hasil Analisis Data Tingkat Kecemasan Remaja Korban <i>Bullying</i>	40
Tabel 6. Aspek Perilaku Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	44
Tabel 7. Aspek Kognitif Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	46
Tabel 8. Aspek Afektif Kecemasan Korban <i>Bullying</i>	46
Tabel 9. Rekapitulasi Hasil Penelitian Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban <i>Bullying</i>	51

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Respon Kecemasan	13
Gambar 2. Kerangka Konseptual	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rekapitulasi Judge Instrumen.....	62
Lampiran 2. Instrumen Uji Coba	71
Lampiran 3. Tabulasi Data Uji Coba Instrumen	81
Lampiran 4. Hasil Validitas dan Uji Coba Instrumen.....	82
Lampiran 5. Instrumen Penelitian Setelah Uji valid	83
Lampiran 6. Tabulasi Hasil Penelitian Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban <i>Bullying</i>	91
Lampiran 7. Tabulasi Hasil Penelitian Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban <i>Bullying</i> berdasarkan Aspek Perilaku	93
Lampiran 8. Tabulasi Hasil Penelitian Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban <i>Bullying</i> berdasarkan Aspek Kognitif	95
Lampiran 9. Tabulasi Hasil Penelitian Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban <i>Bullying</i> Berdasarkan Aspek Afektif	97
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian.....	98
Lampiran 11. Surat Balasan	100

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan periode dimana siswa dapat mencapai tugas perkembangan, salah satunya yaitu aspek sosial, khususnya membina hubungan interpersonal dalam lingkungan sosial Hurlock & Sadovnikova (Hariko, 2021). Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, psikis dan emosi. Kemudian populasi remaja meningkat setiap tahunnya berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2019 mengemukakan bahwa jumlah remaja di Indonesia mencapai sekitar 64,19 juta jiwa yang tersebar di seluruh wilayah NKRI dan mengisi sekitar 24,01% atau hampir seperempat jumlah penduduk Indonesia. Proses perkembangan remaja yang terus berlanjut kerap mengalami berbagai hambatan terutama pada remaja yang menjadi korban *bullying* (Kristika & Lestari, 2021).

Remaja yang menjadi korban *bullying* akan beresiko mengalami masalah dalam dirinya, baik fisik maupun masalah kecemasan, depresi, susah tidur yang akan membekas sampai remaja tersebut dewasa Nanda, dkk (2015). Menurut Rizki, K., Sukarti, S., & Uyun (2016) dampak negatif yang dirasakan pada korban *bullying* ialah kecemasan. Durand, V. M., & Barlow (2012) mengatakan bahwa kecemasan sering muncul pada masa remaja.

Kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya.

Kecemasan merupakan salah satu dampak negatif yang dialami oleh remaja akibat *bullying* Stuart (2006), Kowalski & Limber (2013) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan faktor terbesar yang menyebabkan siswa enggan datang ke sekolah. Remaja dengan tingkat kecemasan tinggi memiliki sedikit teman dan memiliki kesadaran diri yang negatif, serta gangguan perkembangan sosial.

Menurut Freud (Safaria dan Nofrans, 2009) kecemasan merupakan reaksi terhadap ancaman dari rasa sakit maupun dunia luar yang tidak siap ditanggulangi dan berfungsi memperingatkan individu akan adanya bahaya. Kecemasan atau perasaan cemas adalah suatu keadaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi.

Kecemasan merupakan perasaan yang timbul dalam kehidupan sehari-hari seperti khawatiran, gelisah yang tidak menentu, takut, tidak tenang Sumiati (2009). Salah satu faktor yang menyebabkan gangguan kecemasan adalah pengalaman *di bully*. Sweater (2011) mengungkapkan bahwa siswa yang mengalami *bullying* lebih cenderung merasa cemas daripada siswa yang tidak mengalaminya. Siswa yang diganggu dan ditindas orang lain cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang tidak terlibat dalam *bullying*.

Resiko individu terkena gangguan kecemasan tidak hanya tergantung dari pengalaman *bullying*, adapun faktor lain yang mempengaruhi seperti genetik, budaya dan lingkungan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Adrianto (2019) dengan judul "Hubungan

perilaku *bullying* dengan kecemasan pada siswa SMP Siak Hulu Kampar” hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa semakin tinggi perilaku *bullying* maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dimiliki siswa. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara perilaku *bullying* dengan kecemasan pada siswa. Persamaan penelitian ini dengan peneliti adalah sama-sama membahas tentang *bullying* dan tingkat kecemasan siswa. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah pada penelitian Adrianto meneliti tentang bagaimana hubungan perilaku *bullying* dengan kecemasan sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah gambaran tingkat kecemasan korban *bullying*.

Kecemasan pada umumnya merupakan emosi yang normal, namun dianggap sebagai gangguan jika berlebihan mengganggu kehidupan sehari-hari. Ketika kecemasan mulai mengganggu aktivitas kehidupannya, maka anak akan memperlihatkan perilaku yang berbeda. Diantaranya remaja akan menolak untuk ke sekolah dengan mencari-cari alasan, menjadi lebih pendiam, dan merasa takut untuk bertemu dengan lingkungan yang terkait dengan penyebab kecemasan tersebut, kekhawatiran berlebih mengenai kejadian yang sudah ataupun akan terjadi, khawatir terhadap penampilan, munculnya perasaan tegang, mengeluh sakit tanpa penyebab fisik yang jelas, tertekan dalam situasi sosial, fobia dan obsesif kompulsif Daddy, M. R., & Barrett (2010).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada 5 siswa SMA Negeri 4 Solok Selatan melalui wawancara pada tanggal 13 Mei 2022. Peneliti melakukan wawancara kepada 5 siswa SMA Negeri 4 Solok Selatan yang menjadi korban *bullying*, hasil yang diperoleh dari 5 siswa yang diwawancara tersebut 3 siswa mengatakan bahwa mereka mengalami kecemasan sedang akibat perilaku *bullying* di lingkungan sekolah kemudian 2 siswa mengatakan bahwa mereka mengalami kecemasan ringan akibat perilaku *bullying* di lingkungan sekolah. Dampak yang terjadi pada siswa yang mengalami kecemasan seperti adanya siswa yang merasa cemas terhadap tindakan *bullying*, adanya siswa yang merasa cemas datang kesekolah karena tindakan *bullying*, adanya siswa kurang percaya diri karena menjadi korban *bullying*.

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya dan penelitian terdahulu, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban *Bullying*".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Adanya siswa yang merasa cemas terhadap tindakan *bullying*.
2. Adanya siswa yang merasa cemas datang kesekolah karena tindakan *bullying*.
3. Adanya siswa kurang percaya diri karena menjadi korban *bullying*.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih fokus sesuai dengan judul yang diteliti, maka penelitian ini dibatasi pada hal yang berkaitan sebagai berikut: Gambaran tingkat kecemasan korban *bullying* di SMA Negeri 4 Solok Selatan pada aspek perilaku, kognitif dan afektif.

D. Rumusan Masalah

Masalah yang akan diteliti hendaklah dirumuskan secara jelas, yaitu dalam bentuk pertanyaan atau pernyataan. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimana Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Korban *Bullying* di SMA Negeri 4 Solok Selatan.

E. Asumsi Penelitian

1. Tingkat kecemasan korban *bullying* berbeda-beda.
2. Perilaku *bullying* dipengaruhi oleh sejumlah faktor salah satunya yaitu kecemasan.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan penelitian ini yaitu mendeskripsikan gambaran tingkat kecemasan remaja korban *bullying* di SMA Negeri 4 Solok Selatan.

G. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah dibagi menjadi dua yaitu, manfaat secara teoritis dan praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu, terutama psikologi umum dan psikologi sosial serta bagi bimbingan dan konseling, khususnya tentang gambaran tingkat kecemasan remaja korban *bullying*.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan, menambah wawasan dan memperkaya peneliti dalam bidang kecemasan remaja korban *bullying*.

b. Bagi konselor

Sebagai informasi dan acuan dalam penyusunan program pelayanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kebutuhan siswa dalam mengendalikan kecemasan siswa.

c. Bagi masyarakat.

Dapat memberikan informasi dan wawasan tentang pentingnya keterampilan mengendalikan kecemasan korban *bullying*.