

HUBUNGAN TINGKAT STRES REMAJA DENGAN PERILAKU BULLYING DI SMA NEGERI 06 SAMARINDA

Ana Dwiyana Arief¹, Novita Dwi Lestari²

1 Program Studi Keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda, Indonesia

2 Program Studi Keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda

anadwiyana7656@gmail.com

novitadwilestari33@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Perilaku bullying masih sering ditemukan dilingkungan sekolah, remaja di sekolah belum dapat mengontrol dirinya sehingga terjadilah hal-hal yang dapat merugikan orang lain. Selain itu pada remaja mudah sekali mengalami stres dan mengganggu emosi pada remaja. Dampak stress pada remaja akan lebih sering mengganggu emosi, dimana remaja akan lebih cenderung mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi. **Tujuan** : untuk mengetahui hubungan tingkat stress remaja dengan perilaku bullying di SMA N 06 Samarinda. **Metode** : penelitian ini berjenis deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional (potong lintang), teknik pengambilan sampel Propotionate Stratified Random Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 105 responden menggunakan instrument tingkat stress DASS-21 dan instrument perilaku bullying. **Hasil** : Remaja dengan tingkat stress berat sebanyak 68 responden 64.8 % remaja dengan perilaku bullying rendah yaitu sebanyak 58 orang dengan persentase 55,2%, dan terdapat 47 responden dengan perilaku bullying yang tinggi dengan persentase 44,8%. Remaja dengan tingkat stres berat memiliki perilaku bully yang tinggi yaitu sebanyak 36 remaja, Pada hasil uji chi square nilai sebesar 0.038 ($p < 0,05$) secara statistic H_0 diterima yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stress dengan perilaku bullying di SMAN 06 Samarinda. **Kesimpulan** : terdapat hubungan antara tingkat stress dengan perilaku bullying di SMAN 06 Samarinda.

Kata Kunci : *Bullying*, Remaja, Stress.

PENDAHULUAN

Manusia hidup akan melewati berbagai fase usia, mulai dari fase bayi hingga fase lansia. Namun terdapat satu fase dimana seseorang akan hidup dengan jati diri yang belum pasti, sehingga pada fase ini manusia biasanya akan lebih mencari tau siapa dirinya dan fase ini disebut fase remaja. Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dalam masa ini tampak perubahan demi perubahan pada fisik maupun psikologis. Remaja adalah seorang individu yang baru beranjak dewasa dan baru mengenal mana yang benar dan mana yang salah, mengenal lawan jenis, memahami peran dalam dunia sosial. Remaja saat ini dituntut harus siap dan mampu dalam menghadapi tuntutan hidup dan pergaulan (Jannah, 2016 dalam Samsugito & Putri, 2019).

Stress pada remaja selain mengganggu emosi pada remaja stress juga sedikit mempengaruhi perilaku dan sikap kesehariannya. Hal ini juga disebabkan oleh semakin canggihnya teknologi sekarang, termasuk semakin mudahnya mencari informasi melalui media sosial maka remaja saat ini dapat mencontoh apa yang di lihatnya di media sosial tanpa ada filter tontonan baik hingga tontonan buruk. Hal ini dapat mempengaruhi perilaku remaja, dikarenakan para remaja akan lebih mudah untuk melakukan atau meniru apa yang ia lihat. Disaat remaja terpapar dengan tontonan yang buruk atau tidak baik maka perilaku remaja akan mengarah kearah yang negative, termasuk perilaku bullying pada remaja yang kini makin marak terjadi di lingkungan sekolah maupun luar sekolah (Sutrisno *et al.*, 2020). Dampak stress pada remaja akan lebih sering

mengganggu emosi, dimana remaja akan lebih cenderung mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi (Manurung, 2016 dalam Arista, 2017).

Perilaku bullying masih sering ditemukan dilingkungan sekolah, hal ini harus menjadi perhatian khusus oleh guru hingga wali murid agar perilaku ini dapat di kontrol dan berkurang. Contoh perilaku bullying di sekolah seperti memaki, mencibir, memukul, dan memanggil dengan sebutan nama orang tua. Tindakan bullying ancap kali memberi ketakutan kepada psikologis maupun mental korbannya, akibatnya sang korban biasanya akan mengalami kemunduran di nilai akademiknya bahkan tidak ingin pergi ke sekolah. Secara umum, penyebab utama perilaku tersebut yakni: tuntutan orangtua terkait nilai akademik siswa di sekolah, hubungan siswa dengan teman-temannya, gaya pengasuhan yang keliru, dan masalah malnutrisi (Meggitt, 2013 dalam Sutrisno, 2020).

Data bidang pendidikan, kasus siswa pelaku kekerasan dan bullying yang paling banyak terjadi. "Dari 161 kasus, 41 kasus di antaranya adalah kasus siswa pelaku kekerasan dan bullying," tahun 2018. Menurut data KPAI, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima 26 ribu kasus dalam kurun 2011 hingga September 2017. Laporan tertinggi yang diterima KPAI adalah siswa yang berhadapan dengan hukum sebagai pelaku bullying. Sedangkan jumlah kasus pendidikan per tanggal 30 Mei 2018, berjumlah 161 kasus, adapun siswa pelaku kekerasan dan bullying sebanyak 41 kasus atau 25,5 persen (Saripah, 2010 dalam Sutrisno, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Nurwahidah *et al.*, 2021) penelitian ini menunjukkan bahwa semakin efektif penekanan emosi maka perilaku bullying tidak dilakukan, sebaliknya semakin tidak efektif penekanan emosi maka perilaku bullying dilakukan (Sitasari *et al.*, 2021). Namun hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sutrisno *et al.*, 2020) dalam penelitian ini dijelaskan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan

munculnya perilaku bullying. Meskipun terdapat perbedaan dalam variable penelitian ini, namun terdapat persamaan dimana hubungan emosi dengan perilaku bullying dan didapatkan hasil yang berbeda (Sutrisno *et al.*, 2020).

Berdasarkan Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 09 November 2022 peneliti melakukan wawancara secara langsung kepada siswa-siswi kelas VII di SMP N 15 Samarinda. Terdapat 15 siswa yang di ajukan pertanyaan mengenai pernah atau tidaknya melakukan perilaku bullying di sekolah. Di dapatkan 8 siswa dari 15 siswa pernah melakukan perilaku bullying di sekolah. 5 dari 8 siswa melakukan bullying secara verbal seperti memanggil temannya dengan istilah yang buruk, sedangkan 2 dari 8 siswa melakukan perilaku bullying dengan cara sering memukul temannya dengan sengaja, dan 6 dari 8 siswa juga sering melakukan perilaku bullying menjauhi temannya.

Setelah di dapatkan data tersebut peneliti berlanjut menanyakan mengenai tingkat stress pelaku bullying pada 8 siswa yang pernah melakukan perilaku bullying, 5 dari 8 siswa dengan perilaku bullying sedang mengalami stress dengan berbagai tingkatan. Penyebab stres 3 dari 5 siswa yaitu tuntutan dari orang tua untuk lebih giat belajar, dan 2 dari 5 siswa merasa lelah karena sering dimarah oleh orang tuanya. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari guru bimbingan konseling SMP 15 Samarinda dimana beliau mengatakan bahwa para siswa pelaku bullying akan mendapatkan peringatan dan apabila peringatan tidak diindahkan maka tindakan sekolah adalah dengan memanggil orang tua atau wali murid tersebut. Selain peringatan langsung terhadap siswa-siswi yang kedapatan melakukan perilaku bullying, SMA Negeri 06 Samarinda juga sering melakukan pendidikan moral terhadap murid-muridnya melalui mata pelajaran yang ada, melalui upacara bendera rutin, dan penyuluhan yang dilakukan oleh bidang yang terkait pun sering dilakukan agar kejadian bully di sekolah dapat di hilangkan.

Berdasarkan masalah yang di temukan di SMP N 15 Samarinda, maka peneliti tertarik melakukan penelitian terkait " Hubungan

Tingkat Stres Remaja Dengan Perilaku Bullying Di SMA Negeri 06 Samarinda”.

METODE

Penelitian ini berjenis kuantitatif, dengan rancangan penelitian deskriptif analitik yang

| Jenis kelamin | Frekuensi | Persentase (%) |
|---------------|------------|----------------|
| Laki-laki | 27 | 25.7 |
| Perempuan | 78 | 74.3 |
| Total | 105 | 100.0 |

dilakukan dengan pendekatan *cross sectional* (potong lintang) untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat stress remaja dengan perilaku bullying, dengan pengambilan data yang dilakukan secara bersamaan pada siswa-siswi di SMA N 06 Samarinda.

Populasi pada penelitian ini yaitu siswa-siswi kelas X di SMA Negeri 06 Samarinda tepatnya di Palaran sebanyak 288 siswa, teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel probability sampling yaitu Proportionate Stratified Random

| Perilaku bullying | | | | | |
|-------------------|-------|-------|------|-----|--------------------|
| | | Renda | Ting | Tot | P _{value} |
| | | h | gi | al | |
| Ting | Ring | 26 | 11 | 31 | |
| kat | an | | | | |
| stres | Berat | 32 | 36 | 47 | 0.03 |
| s | | | | | 8 |

Sampling. Didapatkan jumlah sampel setelah dihitung menggunakan rumus slovin sebanyak 105 dan dapat disimpulkan bahwa pengambilan sampel didalam penelitian ini sebanyak 105 remaja di SMA N 06 Samarinda Kalimantan Timur.

Hasil

1. Karakteristik responden

a. Usia

Deskripsi Karakteristik Responden berdasarkan Usia ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan usia

| Usia | Frekuensi | Persentase(%) |
|----------|-----------|---------------|
| 15 tahun | 38 | 36.2 |

| | | |
|--------------|------------|--------------|
| 16 tahun | 56 | 53.3 |
| 17 tahun | 10 | 9.5 |
| 18 tahun | 1 | 1.0 |
| Total | 105 | 100.0 |

Sumber : Data Primer, 2023

Pada tabel 4.1 didapatkan hasil sebagian besar responden berusia 16 tahun sebanyak 56 orang dengan persentase 53,3%, lalu dan hanya terdapat 1 orang yang berusia 18 tahun dengan persentase 1,0%. Data ini menunjukkan bahwa responden penelitian ini memiliki rentang usia 16 hingga 18 tahun.

b. Jenis kelamin

Deskripsi Karakteristik Responden berdasarkan jenis kelamin ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Sumber : Data Primer,2023

Pada tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 78 orang dengan persentase 74,3%, dan responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 27 orang dengan persentase 25,7%.

2. Uji Univariat

a. Tingkat Stres

Deskripsi Karakteristik Responden berdasarkan tingkat stres ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel 4.3 Distribusi responden hasil penggabungan sel variabel tingkat stress.

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan bahwa setelah dilakukan penggabungan sel antara tingkat stress sedang dengan tingkat stress berat menjadi tingkat stress berat sebanyak 68 responden 64.8 %.

b. Perilaku Bullying

Deskripsi Karakteristik Responden berdasarkan perilaku bullying ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel 4.4 Distribusi responden berdasarkan perilaku bullying.

| Perilaku bullying | Frekuensi | Persentase(%) |
|-------------------|------------|---------------|
| Rendah | 58 | 55.2 |
| Tinggi | 47 | 44.8 |
| Total | 105 | 100.0 |

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku bullying rendah yaitu sebanyak 58 orang dengan persentase 55,2%, dan terdapat 47 responden dengan perilaku bullying yang tinggi dengan persentase 44,8%.

3. UJI BIVARIAT

Tabel 4.5 Analisis hubungan Tingkat Stres Remaja Dengan Perilaku Bullying Di SMA Negeri 06 Samarinda
 Sumber data Primer 2023

Dari tabel 4.5 analisa data dilakukan menggunakan *uji chi square* dengan rank antara variabel tingkat stress remaja dengan perilaku bullying di SMA N 06 Samarinda, didapatkan nilai $p_{value} = 0,038$ dimana $p_{value} < 0,05$. Sesuai hasil keputusan uji dikatakan terdapat hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen. Maka H_a diterima dan H_o ditolak yang mana artinya terdapat hubungan antara tingkat stress remaja dengan perilaku bullying di SMAN 06 Samarinda.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Stres Pada Remaja

Pada Remaja Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMA N 06 Samarinda, dapat diketahui dari tabel 4.4 bahwa tingkat stress dari 105 remaja cenderung mengalami tingkat stress berat. Didapatkan data sebanyak 68 orang memiliki tingkat stress berat dan sebanyak 60 orang dengan tingkat stress berat berjenis kelamin perempuan. Sedangkan remaja berjenis kelamin laki-laki lebih cenderung memiliki tingkat stress ringan, yaitu sebanyak 19 orang remaja laki-laki mengalami stress ringan dari total 37 orang.

Menurut (Rizky, 2022) remaja mengalami stress karena kehidupan sekolah sehari – hari yang kebanyakan stress akibat banyaknya tugas yang diberikan dan masalah yang ada di lingkungan serta mudah marah atau sensitif, mudah terbawa emosi atau tidak dapat mengedalikan emosi. Perkembangan psikologis atau emosi remaja bersifat negatif dan temperamental. Oleh karena itu untuk mencapai kematangan emosi merupakan tugas perkembangan yang sangat sulit bagi remaja terutama pada masa remaja madya (pertengahan) yang memiliki tugas perkembangan utama yaitu mencari identitas diri. Upaya untuk mencapai kematangan emosi atau memiliki perkembangan psikologis yang baik pada remaja diperlukan adanya kecerdasan emosi dan mengontrol stress.

Menurut (Nurwela & Rindu, 2022) remaja merupakan salah satu kelompok rentan

| Tingkat Stress | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------|------------|----------------|
| Stress Ringan | 37 | 35.2 |
| Stress Berat | 68 | 64.8 |
| Total | 105 | 100.0 |

terhadap stress, dimana remaja dalam siklus peralihan dan terjadi perubahan fisik maupun psikis. Perilaku remaja seperti ingin mencoba sesuatu yang baru, pola pikir yang makin luas, rasa ingin tahu yang sangat tinggi adalah bagian dari perilaku remaja. Proses perkembangan pada fase remaja cenderung mengalami keraguan terhadap peran sehingga cenderung remaja mengalami stres. Pada fase remaja ini perhatian orang tua harus lebih optimal dalam pengembangan diri, menemukan jati diri remaja yang sesuai.

Menurut (Khasanah & Mamnuah, 2021) tahap perkembangan pada remaja dapat terganggu apabila remaja mengalami stress yang berkepanjangan, stress berkepanjangan menyebabkan terjadinya krisis pendewasaan. Stress yang berkepanjangan bisa terjadi karena gangguan keseimbangan dan kombinasi faktor yang lain, yaitu: biologis, psikologis dan sosial. Gaya hidup yang dipilih remaja, persahabatan yang dibangun dan coping skill yang dimiliki remaja dapat mempengaruhi stress. Stress ini

muncul karena tidak adanya keseimbangan antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki remaja, semakin tinggi kesenjangan yang terjadi, semakin tinggi tingkat stres yang dialami remaja.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Pratami & Rahayu, 2017) didapatkan remaja perempuan cenderung lebih mudah mengalami stress berat dibandingkan dengan laki-laki. Laki-laki biasanya akan lebih rileks dalam menghadapi suatu masalah atau perubahan-perubahan yang ada dalam hidupnya sehingga didapatkan dari penelitian laki-laki cenderung memiliki tingkat stress yang rendah. Ketika remaja tidak mampu mengatasi berbagai stresor yang ia alami, maka hal tersebut dapat menyebabkan munculnya berbagai kondisi yang buruk seperti cemas, depresi, hingga dapat menimbulkan gangguan psikotik. Hal-hal tersebut akan menimbulkan berbagai permasalahan yang kompleks bagi remaja, secara fisik, emosi maupun sosial.

Menurut asumsi peneliti ketika fase remaja maka gangguan akan stress akan sangat mudah muncul, dimana remaja akan menemui hal-hal baru yang belum pernah dia hadapi sebelumnya dan proses berpikir yang belum stabil juga akan mempengaruhi remaja dalam merespon terhadap faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres. Karena itulah didapatkan dalam penelitian ini sebanyak 68 remaja berada di tingkat stress berat. Dengan ditemukannya data stress ini peneliti mengharapkan adanya perhatian khusus guru di sekolah terhadap siswa-siswinya agar dapat mengontrol tingkat stress yang dialami oleh siswa-siswi di sekolah. Banyak faktor penyebab stress pada remaja namun untuk remaja usia 15-18 tahun yang bersekolah, tuntutan akan nilai sekolah merupakan salah satu faktor stress remaja. Jenis kelamin juga berpengaruh terhadap tingkat stress remaja dimana remaja wanita cenderung lebih mudah stress dibandingkan remaja laki-laki.

2. Perilaku Bullying Pada Remaja

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui dari tabel 4.5 bahwa perilaku bullying dari 105 remaja di SMAN 06 Samarinda pada kategori rendah yaitu sebanyak 58 remaja dengan 16 laki-laki

dan 42 perempuan, dan terdapat 47 remaja dengan perilaku bullying yang tinggi dengan 11 laki-laki dan 36 perempuan. Remaja dengan perilaku bullying paling banyak berusia 16 tahun yaitu sebanyak 21 remaja. Dapat digambarkan pada hasil ini perilaku bullying di SMAN 06 Samarinda masih pada kategori rendah. Perilaku bullying yang paling banyak ditemukan di SMA N 06 Samarinda yaitu bullying verbal, dimana 77 remaja dari 105 remaja memanggil nama teman dengan julukan masih sering dilakukan oleh siswa-siswi di SMA N 06 Samarinda.

Priyatna (2010) mengungkapkan bahwa anak laki-laki cenderung menjadi pelaku dan mengalami bullying dalam bentuk-bentuk agresi fisik. Namun pada sebagian remaja perempuan bullying secara sosial terkadang dijadikan alat untuk menghibur diri dan digunakan sebagai alat untuk mencari perhatian dari kawan-kawan yang dianggap sebagai saingannya. Sedangkan pada remaja laki-laki lebih menunjukkan kekuatan untuk menjadi posisi yang dominan seperti mengganggu remaja lain yang kurang agresif.

Menurut (Tawaa & Silaen, 2020) Salah satu yang banyak melakukan bullying yaitu siswa sekolah karena kurang perhatian orang tua dan akan berdampak pada mereka yang masih dalam tahap perkembangan kesehatan mental, dapat menimbulkan trauma, stress bahkan depresi. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dan dapat mengontrol emosinya maka tidak akan melakukan perilaku bullying terhadap teman-temannya. Sebaliknya, jika siswa tidak memiliki kecerdasan emosional tidak baik dan tidak dapat mengontrol emosinya maka siswa cenderung akan melakukan perilaku bullying.

Menurut Andrew Mellor dalam (Andriani *et al.*, 2021) menjelaskan bahwa ada beberapa jenis bullying, yakni: (1) bullying fisik, yaitu jenis bullying yang melibatkan kontak fisik antara pelaku dan korban. Perilaku yang termasuk, antara lain: memukul, menendang, meludahi, mendorong, mencekik, melukai menggunakan benda, memaksa korban melakukan aktivitas fisik tertentu, menjambak, merusak benda milik korban, dan lain-lain. (2) bullying verbal melibatkan bahasa verbal yang bertujuan menyakiti hati seseorang. Perilaku

yang termasuk, antara lain: mengejek, memberi nama julukan yang tidak pantas, memfitnah, pernyataan seksual yang melecehkan, meneror, dan lain-lain. (3) bullying relasi sosial (psikologis) adalah jenis bullying bertujuan menolak dan memutus relasi sosial korban dengan orang lain, meliputi pelemahan harga diri korban secara sistematis melalui pengabaian, pengucilan atau penghindaran. Contoh bullying sosial antarlain: menyebarkan rumor, mempermalukan seseorang di depan umum, menghasut untuk menjauhi seseorang, menertawakan, menghancurkan reputasi seseorang, menggunakan bahasa tubuh yang merendahkan, mengakhiri hubungan tanpa alasan, dan lain-lain. (4) bullying elektronik merupakan merupakan bentuk perilaku bullying yang dilakukan melalui media elektronik seperti komputer, handphone, internet, website, chatting room, e-mail, SMS, dan lain-lain.

Perilaku bullying memiliki dampak atau akibat yang cukup serius terhadap pelaku maupun korban bullying. Studi yang dilakukan Darney, Howcroft dan Stroud (2013) membuktikan bahwa seseorang yang pernah mengalami bullying di sekolah sebelumnya akan berakibat pada keadaan stres dan penurunan harga diri pada masa dewasa. Dampak fisik terhadap korban bullying berupa keluhan sakit kepala atau perut terutama saat baru pulang sekolah, kemudian luka-luka ringan hingga berat, bahkan sampai berujung pada kematian. Dampak psikis yaitu semakin buruknya penyesuaian sosial, meningkatnya depresi, tertekan, malu, penurunan nilai akademik karena kemampuan analisis terhambat, stres, bahkan sampai tindakan bunuh diri.

Penelitian yang dilakukan Simbar, Ruindungan dan Solang (2015), menyebutkan bahwa 26,7% remaja memiliki harga diri rendah paska mendapat perlakuan bullying yaitu menarik diri dari lingkungan sekitar untuk memperoleh rasa aman. Kejadian yang berlanjut maka akan muncul ide bunuh diri hingga percobaan bunuh diri karena perasaan malu dan stres (Espelage & Holt, 2012). Oleh karena itu dibutuhkan pencegahan dan rehabilitasi sedini mungkin.

Menurut (Paramtapa, 2020) nilai akademik yang diperoleh mahasiswa atau pelajar tidak berpengaruh terhadap perilaku bullying yang dilakukannya. Perilaku bully bisa dikendalikan oleh siswa-siswi apabila memiliki konsep diri yang baik. Didapatkan bahwa ada hubungan antara konsep diri dengan perilaku bullying pada remaja. Sehingga di perlukan peran psikolog dan Wali kelas untuk melakukan konseling kepada para siswa-siswinya untuk meningkatkan konsep diri dan rencana pembelajaran yang sesuai juga memantau para pelaku bullying di SMA N 06 Samarinda.

Menurut asumsi peneliti perilaku bully di remaja sangat kerap terjadi dikarenakan para remaja akan mencari pengakuan dari lingkungan sekitar. Remaja yang melakukan perilaku bullying juga biasanya tidak sadar akan perlakuan nya terhadap korbannya, sehingga perilaku ini sulit untuk dihentikan. Peran orang tua sangat dibutuhkan untuk memperhatikan anaknya bukan hanya tentang anaknya menjadi korban namun juga tetap diawasi apakah anaknya menjadi seorang pelaku bully. Meskipun di penelitian didapatkan sebagian remaja berada di tingkat bully rendah namun selisih dengan tingkat bully tingginya hanya 10,4% sehingga perilaku bully di SMAN 06 Samarinda ini cukup rawan dapat meningkat sehingga perlu pengawasan dari tim pendidik agar perilaku bully di SMA 06 samarinda dapat tetap terkendali.

3. Hubungan Tingkat Stres Remaja Dengan Perilaku Bullying

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja di SMAN 06 Samarinda pada tabel 4.7 didapatkan bahwa remaja dengan tingkat stres berat memiliki perilaku bully tinggi yang paling banyak yaitu sebanyak 36 remaja. Sedangkan responden dengan tingkat stres ringan memiliki perilaku bullying yang rendah yaitu 26 remaja dan 11 remaja memiliki perilaku bullying tinggi. Sebanyak 32 remaja dengan tingkat stress berat memiliki perilaku bullying rendah. Dari hasil uji *chi square continuity correction* didapatkan nilai *asympt.sig (2 sided)* sebesar 0.038 ($p < 0,05$) sehingga secara statistic yang berarti terdapat

hubungan antara tingkat stress dengan perilaku bullying di SMAN 06 Samarinda.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sutrisno *et al.*, 2020) yang berjudul Hubungan antara Tingkat Stres dengan Munculnya Perilaku Bullying Siswa SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun 2019 dimana dikatakan terdapat hubungan yang tidak terlalu signifikan antara tingkat stress dengan perilaku bullying. Hubungan yang didapat sangat rendah dan linear yang mana artinya apabila tingkat bullying rendah maka tingkat stresnya juga akan rendah begitu pula sebaliknya apabila tingkat bullying menurun maka tingkat stres akan menurun pula, selanjutnya dilihat keberartian hubungannya. Hal ini juga dikaitkan dari faktor penyebab perilaku bully itu sendiri dimana perilaku bully bukan hanya 100% dari seseorang yang mengalami stress, dimana dapat digambarkan juga remaja dengan tingkat stress sedang berada pada tingkat bully yang rendah. Meskipun didapatkan adanya hubungan pada penelitian ini, tetap dibutuhkan pengkajian lebih lanjut agar hasil yang didapatkan dapat lebih memperkuat kesimpulan.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Cikal Agustanadea *et al.*, 2019) dimana didapatkan dari 354 responden yang di ambil mendapatkan hasil bahwa ha ditolak dan ho di terima dimana yang bearti tidak terdapat hubungan antara tingkat stress dengan perilaku bullying pada remaja. Tidak adanya hubungan antara tingkat stres dan bullying dapat dikarenakan tidak ada perbedaan pada remaja yang mengalami stres ringan maupun stres berat, remaja sama - sama pernah melakukan bullying.

Penelitian yang dilakukan oleh (Rizky, 2022) dimana didapatkan hasil bahwa semakin tinggi nya kecerdasan emosional remaja maka akan semakin rendah perilaku bullying nya. Selain itu didapatkan hasil lain yang mengatakan semakin tinggi kecerdasan emosional remaja maka tingkat pengendalian stress nya juga semakin tinggi, dan remaja tersebut tidak mudah mengalami stress. Dikatakan juga bahwa apabila tingkat stress remaja tinggi dan kecerdasan emosional rendah, maka remaja akan memiliki perilaku

yang cenderung agresif bahkan melakukan bully terhadap teman sebayanya.

Menurut (Zakiyah *et al.*, 2019) ada beberapa faktor yang paling banyak menyebabkan remaja melakukan perilaku bullying. Faktor pertama yang menyebabkan remaja melakukan perilaku bullying adalah faktor kepribadian, salah satu jenis kepribadian yang tinggi akan melukan bully adalah remaja dengan pribadi yang ekstrovert, dimana remaja yang memiliki kepribadian ekstrovert berperan penting dalam perilaku agresif dan anti sosial. Faktor yang kedua adalah keluarga, yang menjadi masalah pada keluarga adalah pola asuh yang salah pada remaja. Pola asuh otoriter merupakan pola asuh yang paling banyak menyebabkan remaja menjadi pelaku bullying, ini dikarenakan pola asuh otoriter biasanya lebih mengkedepankan hukuman baik fisik maupun psikis. Melakukan kekerasan merupakan cara pola asuh otoriter untuk menyelesaikan masalah sehingga remaja akan berpikir bahwa orang tuanya tidak sensitif dengan perasaan yang dirasakan nya.

Pengalaman buruk saat masa anak-anak juga menjadi faktor remaja melakukan perilaku bullying, kesulitan yang dialami pada masa anak menyebabkan perkembangan psikologi remaja terganggu sehingga lebih beresiko melakukan perilaku bully. Faktor penyebab perilaku bullying yang terakhir adalah lingkungan sekolah, didapatkan hasil bahwa lingkungan sekolah yang nyaman dan aman menunjukkan bahwa perilaku bullying ditemukan ditingkat yang rendah. Lingkungan sekolah yang tidak nyaman menunjukkan perilaku bully yang tinggi, mulai dari bully verbal, relasional dan cyber bully. Di lingkungan sekolah inilah biasanya stress remaja datang sehingga makin memperburuk keadaan psikis remaja yang dapat dengan mudah untuk melakukan perilaku bullying.

Menurut (Sukmawati *et al.*, 2021) pada dasarnya dampak dominan dari bullying adalah korban merasa tidak memiliki kepercayaan diri yang sebelumnya ada. Korban jadi merasa dirinya itu rendah. Korban pun menarik diri karena khawatir akan hal buruk yang dilakukan pelaku terhadap dirinya. Pada penelitian, dampak ini cukup besar terhadap diri korban. Pada saat korban merasakan rendah diri, itu

akan menyebabkan tindakan yang lainnya seperti kecemasan, depresi, dan keinginan bunuh diri. Dampak lain dari perilaku bully ini adalah dapat menyebabkan korbannya disfungsi sosial atau seseorang akan kesulitan dalam melakukan tugas atau tanggung jawabnya, seelain itu akan menjadikan korbanya insomnia atau sulit tidur dan bahkan dapat menyebabkan depresi. Dari dampak-dampak yang sudah dijelaskan maka dapat dikatakan perilaku bully ini sangat berbahaya bagi korbannya, oleh karena itu pada usia remaja pendidikan tentang kesehatan mental sangat dibutuhkan agar menjadi pedoman bagi remaja yang masih melakukan perilaku bully untuk menghentikan tindakannya.

Menurut asumsi peneliti setelah dilakukan pengujian didapatkan hasil terdapat hubungan antara tingkat stres remaja dengan perilaku bullying, stres pada remaja menjadi salah satu sub faktor bagi remaja melakukan bully. Tingkat stres ringan hingga berat pada remaja tetap dapat melakukan perilaku bullying di sekolah sehingga didapatkan hubungan yang tidak begitu signifikan antara stress remaja dengan perilaku bullying. Remaja dengan tingkat stres yang berat cenderung menunjukkan perilaku bullying yang tinggi, hal ini dapat menjadi acuan agar dapat dipahami bahwa stres terhadap remaja memiliki dampak yang buruk bagi remaja lainnya. Peneliti juga berasumsi bahwa peran orang tua, pendidik dan semua orang yang ada di sekitar siswa sangat dibutuhkan agar remaja dapat tumbuh menjadi pribadi yang jauh dari stres dan dapat mengendalikan perilaku bully.

Diharapkan orang tua paham akan perilaku bullying pada remaja dan mampu mengawasi serta mengarahkan anaknya agar menjauhi dan tidak melakukan perilaku bullying. Jenis bully yang paling banyak dilakukan oleh remaja di SMA N 06 Samarinda adalah bully verbal, biasanya para siswa yang melakukan bully jenis ini tidak menyadari bahwa apa yang telah diucapkannya masuk didalam kategori bully dan dapat membuat rasa tidak nyaman pada korban bahkan dapat menyebabkan gangguan psikologis pada korba. Oleh karena itu diperlukan peran psikolog dan wali kelas untuk melakukan konseling kepada para

siswa-siswinya untuk mengontrol tingkat stres pada remaja agar rencana pembelajaran dapat terlaksana dengan lancar, hal ini juga dapat memantau para pelaku bullying di SMA N 06 Samarinda.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara tingkat stres remaja dengan perilaku bullying di SMAN 06 Samarinda. Dari hasil uji *chi square* didapatkan nilai *asympt.sig (2 sided)* sebesar 0.038 ($p < 0,05$) secara statistic H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stress dengan perilaku bullying di SMAN 06 Samarinda.

DAFTAR PUSTAKA

- Arista, M. P. (2017). Hubungan Tingkat stres dengan Kejadian Dysmenorrea pada Remaja Putri di MAN 1 Kota Madium. *Doctoral Dissertation*.
- Barseli, M. (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa*. 5(2005), 143–148.
- Cikal Agustanadea, C., Priyono, D., Anggraini, R., Keperawatan, M. P., Kedokteran, F., Tanjungpura, U., & Keperawatan, D. (2019). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kecerdasan Emosi Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja Di Kota Pontianak*.
- Dahlan, S. (2014). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan*. Edisi 6. Jakarta:Selemba Medika
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fhadila, kenny D. (2017). Menyikapi perubahan perilaku remaja. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 2(2), 17–23. <https://jurnal.iicet.org/index.php/jpgi/article/view/220>
- Hakim, A. R., Mardhiyah, A(2021). Pembentukan Identitas Diri Pada Kpopers. *Motiva Jurnal*, 4(1), 19–32. <http://ejurnal.untagsmd.ac.id/index.php/MV/article/view/5188>
- Khasanah, S. M. R., & Mamnuah. (2021). Tingkat Stres Berhubungan dengan Pencapaian Tugas Perkembangan Pada

- Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 107–116.
- Khoirunnisa, M. L., Maula, L. H., & Arwen, D. (2018). Hubungan Tindakan Bullying Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pelajar Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Pgr 1 Tangerang. *Jurnal JKFT*, 3(2), 59. <https://doi.org/10.31000/jkft.v3i2.1286>
- Kosasih, Alwi. (2022). Panduan Antibullying Untuk Siswa. Penerbit : ESENSI Erlangga Group
- Maslikan, M. (2018). Keefektifan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Pemahaman Identitas Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 32(2), 107–115. <https://doi.org/10.21009/pip.322.3>
- Nabila, S. F. (2022). *Adolescence Sofa Faizatin Nabila*. March. <https://www.researchgate.net/publication/359369967> Perkembangan Remaja Adolescence
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Novianti, E. (2019). Manajemen Asuhan Keperawatan Potensial Pembentukan Identitas Diri Remaja Dengan Pendekatan Model Health Promotion Di Kelurahan Katulampa Bogor Timur. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 1. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v1i0.835>
- Novrianto, R., Maretih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas Konstruk Instrumen. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1–9.
- Novitasari, A., Kirana, W., & Anggraini, R. (2019). Hubungan Stres Akademik dan Family Attachment terhadap Perilaku Bullying pada Remaja di SMPN Wilayah Kecamatan Pontianak Timur. *Konferensi Nasional (Konas) Keperawatan Kesehatan Jiwa*, 4(1), 297–305.
- Nurmala, Ira et al. 2020. Mewujudkan Remaja Sehat Fisik Mental Dan Sosial. Surabaya: Airlangga university press.
- Nurhayati, G. E., & Lauren, V. Y. (2020). *Tindakan Bullying Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja. XIV*.
- Nursalam. 2015. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2017). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Nurwela, T. S., & Rindu, Y. (2022). Tingkat Stres Pada Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Kupang. *Flobamora Nursing Jurnal*, 1(2), 12–26. <http://jurnal.poltekeskupang.ac.id/index.php/fnj>
- Pratami, P., & Rahayu, P. P. (2017). *Hubungan Peran Teman Sebaya dengan Tingkat Stres dalam Menghadapi Tumbuh Kembang Pada Remaja di MTs Negeri 1 Bantul*. <http://digilib.unisayogya.ac.id/2569/>
- Putri, H. N. (2015). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja*. 2(2).
- Putri, T. H., & Azalia, D. H. (2022). Faktor yang Memengaruhi Stres pada Remaja Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(2), 285. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.2.2022.285-296>
- Purwanti, F. (2018). *Developmental and Clinical Psychology Identitas Diri pada Remaja Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang ditinjau dari Jenis Kelamin Sejarah Artikel: Diterima Agustus 2013 Disetujui September 2013 Dipublikas*. 2(2), 29–37. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp>
- Purwoningrum, A. K., & Mandagi, A. M. (2020). Tingkat Depresi Pada Remaja di Banyuwangi berdasarkan Jenis Kelamin Menggunakan Beck Depression Inventory-II Depression. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 11 Nomor 2 (2020)*, 105-111, 11, 105–111.
- Riskesdas. (2019). Laporan Provinsi Kalimantan Timur Riskesdas 2018. Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan, 472.
- Rizky, N. M. (2022). Perilaku Bullying: Hubungan Tingkat Stres dengan Kecerdasan Emosional Pelaku. *JPKK: Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 2(1), 116–122.

- <https://jurnal.ikbis.ac.id/JPKK/article/view/269>
- Rudianto, R., Erwandi, D., Lestari, F., & Kadir, A. (2021). Hubungan Bullying Di Tempat Kerja Terhadap Distress Psikologis Dan Kepuasan Hidup Pekerja Pelayanan Kesehatan. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 1013–1025.
<https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i2.2422>
- Samsugito, I., & Putri, A. N. (2019). Gambaran Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Terapi Seft pada Remaja di SMAN 14 Samarinda. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan, JKPBK*. 2019; 2(2), 2(2), 70–78.
- Saranga', J. L., Abdu, S., Marampa, A. L., & Mangalla, A. (2021). Hubungan Antara Perilaku Bullying Dengan Efikasi Diri Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 83–88.
<https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i2.69>
- Serafini, T. E., & Maitland, S. B. (2013). Validating the Functions of Identity Scale: Addressing methodological and conceptual matters. *Psychological Reports*, 112 (1), 160-183.
- Siswantara, P., Soedirham, O., & Muthmainnah, M. (2019). Remaja Sebagai Penggerak Utama dalam Implementasi Program Kesehatan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 7(1), 55–66.
<https://doi.org/10.14710/jmki.7.1.2019.55-66>
- Sitasari, N. W., Kristiyani, V., Psikologi, F., & Esa, U. (2021). *Hubungan Antara Strategi Regulasi Emosi Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja Di DKI Jakarta*. 2, 68–80.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian*. Bandung : Penerbit Alfabeta
- Sukmawati, I., Fenyara, A. H., Fadhilah, A., & Herbawani, C. K. (2021). Dampak bullying pada anak dan remaja terhadap kesehatan mental. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat 2021*, 2(1), 126–144.
- Sutrisno, T. K., Rusmini, H., Supriyati, S., & Herlina, N. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Munculnya Perilaku Bullying Pada Siswa Sma Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun 2019. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(1), 401–407.
<https://doi.org/10.33024/jikk.v7i1.2532>
- Tawaa, S. I. A., & Silaen, S. M. J. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosional dan empati dengan perilaku bullying pada siswa smp negeri 242 lenteng agung jakarta selatan. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 4(2), 24–34.
<https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/550>
- Tim Penulis Depkes. 2012. *Kesehatan Remaja : Problem dan Solusinya*. Jakarta:Penerbit Salemba Medika
- Usmadi. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas dan Uji Normalitas. *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62.
- Zakiah, E. Z., Humedi, S., & Santoso, M. B. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Bullying. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 324–330.