

Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja yang Mengalami *Bullying*

Noer Aeni Zam Zam Mia, Evin Novianti

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Abstrak

Latar belakang: Masa remaja dianggap sebagai transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik atau biologis, kognitif dan psikososial. Perubahan yang dialami selama masa remaja berbagai masalah internal dan eksternal pada remaja yang dapat berupa stres, salah satunya adalah *bullying*. Dukungan sosial dibutuhkan remaja untuk menjalani masa transisi. Studi ini ditujukan untuk menilai pengaruh dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan pada remaja yang mengalami *bullying* di SMA Negeri 7 Jakarta.

Metode: Studi Cross Sectional dengan simple random sampling dari Februari sampai Juni 2020 di SMA Negeri 7 Jakarta. Jumlah sampel penelitian 148 responden yang diwawancarai secara daring menggunakan google form. Uji Korelasi Pearson dan uji T-Independent digunakan untuk menganalisis data.

Hasil: Studi ini menemukan pengaruh hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada remaja pelaku *bullying* di SMA Negeri 7 Jakarta ($p\text{ value}=0,000$).

Kesimpulan: Perawat dapat memberikan edukasi terkait kecemasan yang dialami remaja dengan *bullying*, sekolah diharapkan dapat memberikan bimbingan konseling kepada siswa yang menjadi korban dan pelaku *bullying*, dan bagi keluarga khususnya orang tua diharapkan dapat meningkatkan dukungan untuk anak remaja mereka.

Kata kunci: *bullying*, dukungan keluarga, level kecemasan, remaja

The Effect of Family Support on Anxiety Levels in Teenagers Experience *Bullying*

Abstract

Background: Adolescence is considered as a transition between childhood to adulthood characterized by physical or biological, cognitive and psychosocial changes. Changes experienced during adolescence are various internal and external problems in adolescents which can be in the form of stress, one of which is *bullying*. Social support is needed by adolescents to undergo a transition period. This study aimed to determine the effect of family support and anxiety levels in adolescents with *bullying* at SMA Negeri 7 Jakarta.

Methods: A cross sectional study was done from February to June 2020 at SMA Negeri 7 Jakarta. Total 148 students were selected using simple random sampling who were interviewed online using google form. Pearson Correlation Test and T-Independent test was performed to analysed the data.

Results: The results of this study found that there was a relationship between family support and the level of anxiety among *bullying* adolescents at SMA Negeri 7 Jakarta ($p\text{ value} = 0,000$).

Conclusion: Nurses can provide education regarding the anxiety experienced by adolescents with *bullying*, schools are expected to provide counseling guidance to students who are victims and perpetrators of *bullying*, and for families, especially parents, it is expected to increase support for their teenagers.

Keywords: Adolescents, Anxiety Levels, *Bullying*, Family Support

Korespondensi: Evin Novianti
Email: evinnovianti@upnvj.ac.id

PENDAHULUAN

Masa remaja dianggap sebagai transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik atau biologis, kognitif dan psikososial.¹ Perubahan fisik, kognitif, dan emosional yang terjadi pada masa remaja akan memicu munculnya *stress* dan perbuatan unik pada remaja.² Jadi, perubahan yang dialami pada masa remaja akan menimbulkan berbagai masalah baik dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan sekitarnya.

Bullying merupakan perilaku seseorang ataupun sekelompok orang yang bersifat negatif dan bertujuan menyakiti korban baik secara fisik maupun mental.³ *Bullying* dapat mengakibatkan timbulnya salah satu masalah psikologis remaja yaitu kecemasan.⁴ Kasus *bullying* di Indonesia meningkat tiap tahunnya, dari 2011 hingga 2014. Komisi perlindungan anak Indonesia (KPAI) menulis 1480 laporan tentang masalah *bullying*. Sedikitnya 25% dari jumlah tersebut yaitu 369 kasus berada dalam bidang pendidikan. KPAI mencatat sepanjang tahun 2016 kasus anak yang memiliki masalah hukum meningkat 15% dari tahun 2015, yaitu sebanyak 298 kasus. Remaja korban *bullying* yang mendapatkan dukungan sosial yang baik akan muncul perasaan positif yang membangun dalam dirinya.⁵ Keluarga merupakan sistem pendukung terkuat bagi remaja. Dukungan dari keluarga secara optimal diperlukan untuk meningkatkan perilaku adaptif pada remaja. Studi yang dilakukan oleh Triyanto pada tahun 2014 menunjukkan peningkatan persentase perilaku adaptif remaja sebesar 37% setelah mendapatkan dukungan keluarga.⁶

HASIL

Studi pendahuluan di SMA Negeri 7 Jakarta pada tanggal 28 Februari 2020 pada 15 siswa kelas X menunjukkan adanya bahwa beberapa kasus *bullying*. Sebanyak 10 siswa yang diwawancarai mengatakan pernah mendapatkan *bullying* verbal dan 1 siswa diantaranya juga mengatakan pernah menjadi korban *bullying* fisik. Di sekolah ini *bullying* sudah menjadi hal yang biasa dan dilakukan secara turun-temurun. Korban *bullying* akan mengalami kecemasan jika melaporkan kejadian tersebut kepada keluarganya kemudian pelaku dipanggil oleh guru, maka masalah tersebut akan menjadi panjang karena setelah kejadian tersebut pelaku *bullying* akan menyelesaikan masalahnya dengan korban di luar sekolah. Oleh karena itu, studi ini dilakukan untuk menilai pengaruh dukungan keluarga terhadap level kecemasan pada remaja yang mengalami *bullying* di SMA Negeri 7 Jakarta.

METODE

Studi *cross sectional* dilakukan di SMA Negeri 7 Jakarta pada Februari hingga Juni 2020. Sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling* dengan jumlah 148 responden yang memiliki kriteria sebagai berikut: Siswa/i kelas X Jurusan IPA dan IPS di SMAN 7 Jakarta yang pernah menjadi korban dan pelaku *bullying*. Pengambilan data dilakukan dengan kuesioner melalui form online (*google form*) yang terdiri dari empat bagian yaitu data demografi, *bullying*, dukungan keluarga dan dan tingkat kecemasan yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan Uji Korelasi Pearson dan uji T-Independent.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, *Bullying*, Dukungan Keluarga Di SMA Negeri 7 Jakarta

Karakteristik	Mean	Median	SD	Min-Max	95% CI
Usia	15,69	16	0,520	15-17	15,60-15,77
<i>Bullying</i>	100,35	98	17,976	75-181	97,43-103,27
Dukungan Keluarga	39,43	40	13,822	13,60	37,18-41,67
Tingkat Kecemasan	11,26	12	14,732	1-18	10,49-12,03

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Remaja dengan *Bullying* Di SMA Negeri 7 Jakarta

Variabel		Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-Laki	62	41,9
	Perempuan	86	58,1
Total		148	100,0

Dengan dasar nilai maksimum pada hasil kuesioner sebesar 181 dan nilai minimum pada hasil kuesioner sebesar 75, diukur berdasarkan nilai mean dan standar deviasi, kategori karakteristik *bullying* siswa-siswi dibedakan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan rentang hasil jika $X > 118,326$ maka karakteristik *bullying* tinggi, apabila $82,374 \leq X \leq 118,326$ maka karakteristik *bullying* sedang, dan apabila $X < 82,374$ maka karakteristik *bullying* rendah. Mayoritas responden memiliki karakteristik *bullying* sedang dengan persentase sebesar 73,6% (109 siswa) sedangkan karakteristik *bullying* tinggi sebesar 13,5% (20 siswa) dan karakteristik *bullying* rendah sebesar 12,8% (19 siswa) (Tabel 1).

Dengan dasar nilai maksimum pada hasil kuesioner sebesar 60 dan nilai minimum pada hasil kuesioner sebesar 3, diukur berdasarkan nilai mean, kategori dukungan keluarga siswa-siswi dibedakan menjadi 2 kategori dengan rentang hasil jika $X \geq 39,43$ maka dukungan keluarga baik, apabila $X < 39,43$ maka dukungan keluarga kurang. Mayoritas responden mendapatkan dukungan keluarga baik dengan persentase sebesar 50,7% (75 siswa) sedangkan dukungan keluarga kurang sebesar 49,3% (73 siswa) (Tabel 1).

Dengan dasar nilai maksimum pada hasil kuesioner sebesar 18 dan nilai minimum pada hasil kuesioner sebesar 1, diukur berdasarkan nilai mean dan standar deviasi, kategori tingkat kecemasan siswa-siswi dibedakan menjadi tigakategori yaitu ringan, sedang, dan berat dengan rentang hasil jika $X < 6,528$ maka tingkat kecemasan ringan, apabila $6,528 \leq X \leq 15,992$ maka tingkat kecemasan sedang, dan

apabila $X > 15,992$ maka tingkat kecemasan ringan. Mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan sedang dengan persentase sebesar 58,1 % (86 siswa) sedangkan tingkat kecemasan berat sebesar 22,3% (33 siswa) dan tingkat kecemasan ringan sebesar 19,6% (29 siswa) (Tabel 1).

Tabel 3 Hubungan Usia dengan Tingkat Kecemasan Responden Tahun 2020

Variabel	R	Pvalue	n
Usia dengan Tingkat Kecemasan	0,002	0,978	148

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh p value 0,978, maka secara statistik menunjukkan tidak adanya korelasi atau tidak ada hubungan antara usia dengan tingkat kecemasan. Nilai korelasi *pearson* sebesar 0,002 yang menunjukkan korelasi positif yang berarti yaitu semakin bertambah usia maka semakin tinggi tingkat kecemasannya.

Tabel 4 Hubungan Jenis Kelamin dengan Tingkat Kecemasan Tahun 2020

Variable Jenis Kelamin	Mean	p-value	n
Laki-Laki	9,95	0,004	148
Perempuan	12,20		

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh bahwa rata-rata tingkat kecemasan perempuan lebih tinggi daripada laki- laki. P -value = 0,004, maka secara statistik menunjukkan ada hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan. Berdasarkan tabel 5 diperoleh bahwa p value 0,000 ($<0,05$) yang menunjukkan adanya korelasi atau hubungan bermakna antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada remaja yang mengalami *bullying* di SMA Negeri 7 Jakarta. Nilai korelasi *pearson* -0,285 yang menunjukkan korelasi negatif dan lemah yang berarti semakin baik dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat kecemasannya.

Tabel 5 Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Tahun 2020

Variabel	R	P value	N
Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan	-0,285	0,000	148

PEMBAHASAN

Usia dengan Tingkat Kecemasan

Studi ini menemukan tidak ada hubungan antara usia dengan tingkat kecemasan pada remaja dengan *bullying* di SMA Negeri 7 Jakarta. Namun, berbeda dengan studi yang dilakukan Vellyana tahun 2017 di Pringsewu, Lampung yang mendapatkan hubungan yang signifikan antara usia dengan tingkat kecemasan.⁷ Kemungkinan perbedaan hasil tersebut disebabkan perbedaan karakteristik populasi studi seperti usia. Ada sebagian individu yang usianya sudah matang tetapi belum bisa mengontro tingkat kecemasannya dan ada sebagian indivu yang usianya belum matang tetapi sudah dapat mengontrol tingkat kecemasannya. Didukung penelitian Suherman tahun 2016 di Palu didapatkan tidak ada hubungan antara umur dengan tingkat kecemasan.⁸

Kemampuan mekanisme koping seseorang akan lebih tinggi jika individu mengalami kematangan emosional. Oleh sebab itu, individu yang lebih matang sukar mengalami kecemasan dibandingkan individu yang memiliki usia belum matang karena mereka memiliki kemampuan beradaptasi yang lebih besar terhadap kecemasan.² Jadi semakin tinggi usia akan semakin banyak masalah yang dialami yang dapat menimbulkan kecemasan. Ketika menghadapi masalah koping individu dipaksa untuk menanggapi masalah tersebut, semakin banyak stressor maka akan semakin banyak individu belajar menghadapi masalah dan mampu menyelesaikannya. Teori tersebut didukung temuan Sentana pada tahun 2016 di NTB yaitu ada hubungan antara usia dengan tingkat kecemasan.⁹

Jenis Kelamin dengan Tingkat Kecemasan

Studi ini menemukan hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat

kecemasan pada remaja dengan *bullying* pada siswa SMA. Perempuan lebih banyak yang mengalami kecemasan dibandingkan laki-laki. Sejalan dengan penelitian Suherman di Palu dan Saputri di Jember yang mendapatkan hasil adanya hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan.^{8,10} Maka dapat disimpulkan bahwa memang ada kemungkinan hubungan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan.

Wanita mempunyai tingkat kecemasan yang lebih tinggi itu karena dampak dari reaksi saraf otonom yang berlebih disertai naiknya sistem simpatis dan naiknya norepinefrin, pelepasan katekolamin juga mengalami peningkatan, dan adanya gangguan pada regulasi serotonergik yang tidak normal.¹¹ Perempuan akan cenderung mengalami kecemasan karena perempuan akan lebih peka dengan emosinya sehingga menimbulkan kepekaan terhadap perasaan cemasnya.² Teori ini didukung hasil studi Irianto di Lampung didapatkan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan potensi kecemasan dengan perempuan 3 kali lebih banyak mengalami kecemasan jika dibandingkan dengan laki-laki.¹²

Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramatika di Riau yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan.¹³ Namun terdapat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gunawan di Kupang yang melaporkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan.¹⁴

Bullying merupakan salah satu penyebab timbulnya stress pada remaja. *Bullying* merupakan perilaku seseorang ataupun sekelompok orang yang bersifat negatif dan bertujuan menyakiti korban baik secara fisik maupun mental.³ Secara teori, *bullying* dapat menyebabkan dampak negatif bagi kesehatan psikososial korban dan hal tersebut dilaporkan juga oleh Zakiyah di SMK Pariwisata Telkom Bandung bahwa *bullying* mempengaruhi tugas perkembangan remaja korban *bullying*.¹⁵ Menurut Priyatna korban

bullying akan mendapatkan dampak buruk, yang akan timbul pertama kali yaitu kecemasan, lalu korban merasa kesepian, rendah diri, menarik diri dari lingkungan sosial, bahkan korban dapat mengalami depresi.⁴ *Bullying* juga dapat menyebabkan timbulnya salah satu masalah psikologis remaja yaitu kecemasan.⁴ Kecemasan pada anak disebabkan oleh beberapa faktor stress baik dari dalam maupun luar sekolah, seperti kejadian bencana di lingkungan, pengaruh dari media, terjadinya masalah keluarga, dan masalah di sekolah.¹⁶

Remaja dengan *bullying* yang menerima dukungan sosial yang tinggi, seperti mendapatkan perhatian dari orang tua, mendapatkan pertolongan dari teman sebaya dan mendapatkan nasihat dari guru akan menimbulkan perasaan positif dalam dirinya.⁵ Dukungan keluarga berupa informasional, penilaian dan penghargaan, instrumental, serta emosional diharapkan mampu memfasilitasi remaja untuk beradaptasi. Pada kondisinya di populasi, penelitian Al Aziz dan Sudiro di Sragen mendukung teori tersebut yaitu adanya hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan dengan kekuatan yang sangat kuat yaitu semakin tinggi dukungan keluarga semakin tidak ada kecemasannya.¹⁷ Dan dalam penelitian yang dilakukan oleh Effendi di Palembang bahwa ada hubungan antara dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif, dukungan instrumental dengan tingkat kecemasan.¹⁸

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada remaja dengan *bullying* di SMA Negeri 7 Jakarta. Hubungan kedua variabel tersebut bernilai negatif yang berarti semakin baik dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Serta memiliki kekuatan korelasi yang lemah, karena tidak hanya dukungan keluarga yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada remaja dengan *bullying* melainkan ada faktor lain seperti dukungan sosial dari teman sebaya, guru maupun lingkungan sekitarnya.

Saran diberikan kepada siswa untuk melatih coping adaptif terhadap stressor yang dialami dengan memanfaatkan support system yang ada khususnya dukungan keluarga dan hendaknya siswa mau menceritakan tentang *bullying* yang terjadi kepada orang tua agar orang tua dapat memberikan dukungannya. Untuk orang tua hendaknya dapat memahami pentingnya dukungan keluarga agar dapat meningkatkan kepekaan, pengawasan serta dukungannya terhadap anak mereka khususnya tentang psikologisnya. Untuk guru baiknya dapat menjalin kerjasama dan komunikasi dengan orang tua agar lebih meningkatkan dukungan keluarga mengingat pentingnya bagi kesehatan jiwa remaja serta perlu mengadakan sosialisasi atau bimbingan konseling secara rutin kepada siswanya tentang masalah siswa/I yang menjadi korban maupun pelaku *bullying*. Saran kepada institusi keperawatan khususnya keperawatan jiwa dapat memberikan edukasi kepada para remaja tentang kecemasan pada remaja dengan *bullying* sebagai upaya tindakan preventif untuk mencegah timbulnya dampak negatif pada psikologi remaja sehingga perkembangan remaja dapat berjalan dengan optimal dan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Santrock JW. *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. 13th ed. Jakarta: Erlangga; 2012.
2. Stuart G. *Prinsip dan Praktik Keperawatan Jiwa*. Keliat B, editor. Elsevier (Singapore) Pte Ltd; 2016.
3. Andriani N, Elita V, Rahmalia S, Studi P, Keperawatan I, Riau U. Hubungan Bentuk Prilaku *Bullying* dengan Tingkat Stres pada Remaja Korban *Bullying*. *Progr Study Ilmu Keperawatan*. 2011;426–35.
4. Khoirunnisa ML, Maula LH, Arwen D. Hubungan Tindakan *Bullying* dengan Tingkat Kecemasan Pada Pelajar Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) PGRI 1 Tangerang. *J JKFT*. 2018;3(2):59.
5. Harefa PPP, Rozali YA. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Konsep Diri pada Remaja Korban *Bullying*. *J Psikol*. 2017;2(2):1–12.

6. Triyanto E, Setiyani R, Wulansari R. Pengaruh Dukungan Keluarga dalam Meningkatkan Perilaku Adaptif Remaja Pubertas. *J Keperawatan Padjadjaran*. 2014;v2(n1):1–9.
7. Vellyana D, Lestari A, Rahmawati A. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Preoperative di RS Mitra Husada Pringsewu. *J Kesehatan*. 2017;8(1):108.
8. Suherman, Indah Puspasari Kiay Demak. Hubungan Umur, Jenis Kelamin Mahasiswa Dan Pendapatan Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Pendidikan Sarjana Program Studi Pendidikan Dokter Fkik Universitas Tadulako. *J Ilm Kedokt [Internet]*. 2016;3(1):52–62. Available from: file:///C:/Users/hp/Downloads/8025-26375-1-PB.pdf
9. Sentana AD. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien yang Dirawat di Ruang Intensif Care RSUD Provinsi NTB Tahun 2015. *J Chem Inf Model*. 2016;53(9):1689–99.
10. Saputri KM, Handayani LT, Kurniawan H. Hubungan Jenis Kelamin dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Bedah RS. *Baladhika Husada Jember*. 2016;
11. Sadock VA, Sadock BJ, Ruiz P. *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry*. 11th ed. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins; 2015.
12. Irianto TD, Wibowo A, Sahara N. Hubungan Jenis Kelamin dengan Potensi Kecemasan Pemasangan Orthodontics Cekat pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Angkatan 2013 Universitas Malahayati Tahun 2016. *J Med Malahayati*. 2016;3(2):83–7.
13. Abadi DR, Dewi AP, Nurchayati S. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche. *Jom*. 2015;2(2):1007–17.
14. Gunawan YES, Landi M, Anthasari D. Hubungan Antara Motivasi, Dukungan Keluarga dan Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Ujian Proposal di Prodi Keperawatan Waingapu. *J Info Kesehatan*. 2018;16(1):72–82.
15. Zakiyah EZ, Fedryansyah M, Gutama AS. Dampak Bullying pada Tugas Perkembangan Remaja Korban Bullying. *Focus J Pekerj Sos*. 2019;1:265.
16. Utami TW, Astuti YS. Hubungan Kecemasan dan Perilaku Bullying Anak Sekolah. *J Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2019;2(1):6–11.
17. Al Aziz IH, Sudiro S. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisis di RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. *J Keperawatan Glob*. 2017;2(1):56–61.
18. Effendi Z. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Fraktur Ekstremitas di Irna Bedah Rsup Dr . Mohammad Hoesin Palembang. *Semin Nas Keperawatan “Tren Perawatan Paliat sebagai Peluang Prakt Keperawatan Mandiri” Hub*. 2016;207–14.