

HUBUNGAN KECEMASAN DAN PERILAKU BULLYING ANAK SEKOLAH DASAR

Tantri Widyarti Utami¹, Yunani Sri Astuti¹, Livana PH²

¹Poltekkes Kemenkes Bandung, Program Studi Keperawatan Bogor

²Program studi ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan kendal

Email: tantri_wu@yahoo.com

ABSTRAK

Kecemasan merupakan salah satu gangguan masa kanak-kanak yang paling umum. Kecemasan adalah perasaan khawatir yang berlebihan dan tidak jelas, merupakan respons terhadap stimuli eksternal maupun internal yang menimbulkan gejala emosional, kognitif, fisik dan tingkahlaku. Efek negatif kecemasan yaitu perasaan mudah tersinggung dan perilaku agresif. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan perilaku bullying anak sekolah dasar. Penelitian melibatkan 196 anak sekolah dasar menggunakan kuesioner *Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED)* terdiri dari 41 pertanyaan dan kuesioner perilaku bullying yang terdiri dari 26 pernyataan. Analisis data menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan dan perilaku *bullying* anak sekolah dasar (p value = 0,000). Kecemasan dan perilaku *bullying* merupakan masalah kesehatan jiwa yang banyak terjadi pada anak sekolah sehingga perlu penanganan yang khusus oleh tenaga kesehatan, guru dan orang tua.

Kata Kunci : Kecemasan, perilaku *bullying*, anak sekolah dasar.

THE RELATIONSHIP ANXIETY AND BULLYING BEHAVIOR IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN

ABSTRACT

Anxiety is one of the most common childhood disorders. It is an excessive and unclear feeling of worry and kind of response to external and internal stimuli that cause emotional, cognitive, physical and behavioral symptoms. Negative effects of anxiety are feelings of irritability and aggressive behavior. The aim of the study was to determine the relationship between anxiety and bullying behavior in elementary school children. This study consist of 196 elementary school children. Data were obtained by the screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED) questionnaire which have 41 questions and a bullying behavior questionnaire consisting of 26 statements. Data analysis used the chi square test. Results showed there was an association between anxiety and bullying behavior in elementary school children (p -value = 0.001). Anxiety and bullying behavior are mental health problems that happend a lot in school, so they need special handling by teachers, parents and health services.

Keywords: *Anxiety, bullying behavior, elementary school children*

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah respon emosi manusia normal dan melibatkan aspek perilaku, afektif, dan kognitif terhadap persepsi bahaya. Respon Hal itu dipandang sebagai bagian normal dari masa kanak-kanak. Kecemasan merupakan perasaan khawatir yang berlebihan dan tidak jelas, juga merupakan suatu respons terhadap stimuli eksternal maupun internal yang menimbulkan gejala emosional, kognitif, fisik dan tingkahlaku. (Baradero, 2015)

Prevalensi kecemasan dalam periode kehidupan diperkirakan sekitar 29% dan usia rata-rata terjadinya kecemasan adalah 11 tahun

(Waszczuk M, Zavos, 2013). Penelitian menunjukkan kecemasan dialami oleh usia 9-10 tahun (18%), usia 10-11 tahun (40.9%) dan 11-12 tahun (41.1%). (Banaeipour, et. al, 2016).

Penyebab kecemasan pada anak dipengaruhi oleh faktor stres baik yang berada didalam dan di luar sekolah yang berkontribusi terhadap stres hal-hal seperti bencana lingkungan dan paparan oleh media, masalah keluarga dan masalah sekolah. Kecemasan pada anak memberikan dampak positif dan negatif. Kecemasan membuat individu tetap waspada dan sadar akan hal-hal yang terjadi di

sekelilingnya. Dampak kecemasan tergantung pada tingkat perkembangan anak serta pengembangan keterampilan mengatasi masalah pada usia itu.

Efek negatif yang timbul pada anak sekolah adalah perubahan pola tidur, perubahan pola makan, kegelisahan, kehilangan minat dalam aktivitas normal, perasaan tidak berharga, harga diri yang buruk, *self efficacy* yang buruk, kesulitan berkonsentrasi, perasaan mudah tersinggung, kelelahan, menarik diri, penyalahgunaan alkohol, kinerja sekolah yang buruk, hiperaktif, mimpi buruk, perilaku agresif, kekhawatiran berlebihan, ledakan amarah, keluhan penyakit fisik, sakit, nyeri dan perilaku *bullying* jangka panjang.

Bullying merupakan masalah yang banyak dialami anak sekolah. *Bullying* merupakan bentuk penganiayaan beraneka ragam, yang ditandai dengan kegiatan yang dilakukan berulang kali kepada seseorang terhadap agresi fisik atau emosional termasuk menggoda, menyebut nama, mengejek, mengancam, melecehkan, mengejek, mengaburkan, pengucilan sosial atau rumor (WHO, 2010).

Tipe *bullying* dibagi menjadi 4, yaitu *bullying* fisik (memukul, menendang, mencubit dan mendorong), *bullying* verbal (pemanggilan nama yang tidak sesuai, penghinaan, ejekan, intimidasi atau pelecehan verbal), *bullying* sosial (berbohong atau menyebarkan rumor, gerakan wajah atau fisik negatif, tampak mengancam atau menghina), *cyber bullying* (perilaku intimidasi menggunakan teknologi digital, seperti komputer, *smartphone*, media sosial atau situs web) (*National Centre Against Bullying*, 2019).

Dasar-dasar pelaku *bullying* melakukan perbuatan *bullying* dikarenakan faktor karakteristik korban, sikap korban, tradisi/budaya *bullying* di sekolah, serta pelaku tidak memiliki kemampuan empati.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian jenis kuantitatif bersifat deskriptif korelatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, Proses pengukuran variable independen dan

dependen hanya dilakukan satu kali, setelah itu tidak dilakukan tindak lanjut.

Sampel penelitian adalah 196 siswa sekolah dasar di kota Bogor. Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti yaitu *simple random sampling*. Kriteria inklusi sampel penelitian yaitu siswa/ siswi SD usia 9-11 tahun, kelas III -V, berada di kelas saat pengambilan data dan bersedia menjadi responden.

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan tiga kuesioner. Kuesioner satu berisi tentang data demografi, bagian dua berisi pertanyaan tentang kecanduan internet menggunakan kuesioner kecemasan menggunakan *Screen for Child Anxiety Related Disorders* (SCARED) terdiri dari 41 pertanyaan dan kuesioner *perilaku bullying* yang terdiri dari 26 pernyataan. Cut off point kecemasan adalah skor 25 menunjukkan cemas dan skor < 25 menunjukkan tidak cemas dan bagian ketiga mengenai perilaku *bullying* dengan skor 3 menunjukkan perilaku *bullying* dan skor < 3 tidak berperilaku *bullying*.

Data diolah dan diproses menggunakan sistem program komputer. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji proporsi pada setiap variable penelitian, meliputi karakteristik responden, tingkat depresi dan kualitas hidup lansia. Uji *Chi square* dengan kemaknaan $p < 0,05$ digunakan untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan perilaku *bullying* anak sekolah dasar.

HASIL

Karakteristik anak sekolah dasar

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas anak sekolah dasar berjenis kelamin laki-laki. Jumlah teman dekat lebih dari tiga orang, Pola asuh keluarga sebagian besar demokratis, Orang terdekat adalah ibu, cara keluarga mengatasi masalah adalah menjelaskan baik dan buruk. Tabel 2 menunjukkan sebagian besar anak sekolah dasar tidak mengalami kecemasan (63,8%) dan sebagian kecil mengalami kecemasan (36,2%).

Tabel 1. Karakteristik anak sekolah dasar (n=196)

Karakteristik	Sub karakteristik	f	%
Jenis kelamin	1. Perempuan	96	49
	2. Laki-laki	100	51
Jumlah teman dekat	1. 1 orang	29	14,8
	2. 2-3orang	47	24
	3. 4-5 orang	56	28,6
	4. 6 orang	64	32,7
Pola Asuh keluarga	1. Kaku	44	22,4
	2. Demokratis	116	59,2
	3. Bebas	36	18,4
Orang terdekat	1. Ayah	40	20,4
	2. Ibu	102	52
	3. Saudara kandung	18	9,2
	4. Kakek/ nenek	32	16,3
	5. Tidak ada	4	2
Cara keluarga mengatasi masalah anak	1. Mendinginkan	17	8,7
	2. Memarahi	33	16,8
	3. Memukul	12	6,1
	4. Mengurung	4	2,0
	5. Menjelaskan baik ,buruk	130	66,3

Kecemasan anak sekolah dasar

Tabel 2. Kecemasan anak sekolah dasar (n=196)

Variabel	Sub variabel	f	%
Kecemasan	1. Tidak cemas	71	36,2
	2. Cemas	125	63,8

Perilaku *bullying* anak sekolah dasar

Tabel 3 Perilaku *bullying* anak sekolah dasar (n=196)

Variabel	Sub variabel	f	%
Perilaku <i>bullying</i>	1. Tidak <i>bullying</i>	83	42,3
	2. <i>Bullying</i>	113	57,7

Tabel 3 menunjukkan anak sekolah dasar melakukan perilaku *bullying* sebanyak 57,7% dan tidak melakukan perilaku *bullying* sebanyak 42,3%

Hubungan kecemasan dan perilaku *bullying* anak sekolah dasar

Tabel 4. Hubungan kecemasan dan perilaku *bullying* anak sekolah dasar (n=196)

Cemas	<i>Bullying</i>				P value
	Tidak bulliying		<i>Bullying</i>		
	f	%	f	%	
Tidak cemas	46	64,8	25	35,2	0,000
Cemas	37	29,6	88	70,4	
Jumlah	83	42,3	113	57,7	

Tabel 4 menunjukkan ada hubungan kecemasan dan perilaku *bullying* pada anak sekolah dasar (p value = 0,000).

Kaunang (2016) bahwa kecemasan pada anak dialami sekitar 78,09%. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Waite dan Creswell (2014) tentang *Children and adolescents referred for treatment of anxiety disorders* menunjukkan sebanyak 49% anak usia 6-12 tahun mengalami gangguan kecemasan . Penelitian Ismail (2015) yang dilakukan di Mesir ditemukan kecemasan pada

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan kecemasan pada anak sekolah dasar ditemukan sebanyak 63,8% anak. Hal ini sesuai dengan penelitian Lindo, Herdy Munayang, Theresia, dan

anak sekolah sebanyak 15%. Penelitian tentang gejala stres pada anak sekolah dasar yang dilakukan Farnam dan Farshi (2012) menunjukkan lebih dari separuh mengalami khawatir, jantung berdetak cepat, takut, menggigil dan merasa sedih sedangkan sakit kepala (46,6%) dan kelelahan (41,8%). Data ini menunjukkan bahwa kecemasan merupakan masalah kesehatan jiwa pada anak.

Pada penelitian ini juga menunjukkan perilaku *bullying* dilakukan pada 57,7% anak usia sekolah. Beberapa penelitian tentang perilaku *bullying* menunjukkan tindakan *bullying* pada anak sekolah sebesar 52,1%. (Supriani, Eva Purnama Sari, 2017) Penelitian lain didapatkan anak usia sekolah yang melakukan perilaku *bullying* sebanyak 21% (Fink, Patalay, Sharpe, Wolpert, Miranda, 2018).

Bullying adalah suatu jenis agresi khusus dimana satu serangan fisik atau ancaman terhadap individu yang lemah dan tidak berdaya, untuk membuat orang tersebut merasa takut, kesal dalam waktu yang lama. (Olweus, 1993). *Bullying* di sekolah merupakan masalah yang signifikan dan memiliki pengaruh negatif yang luas pada penyesuaian psikososial, pencapaian pendidikan kesehatan fisik. Hasil penelitian menunjukkan perilaku *bullying* akan meningkatkan risiko gangguan mental (Carter, 2012). Anak yang memiliki perilaku agresif kepada temannya akan berkembang menjadi berkepribadian anti sosial. (Lovegrove, Henry and Slater, 2012).

Anak yang melakukan perilaku *bullying* biasanya juga memiliki keterikatan yang rendah terhadap sekolah, prestasi sekolah yang buruk dan tingkat membolos yang tinggi. Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* di sekolah adalah iklim sekolah, ada atau tidaknya pencegahan *bullying* di sekolah dan strategi dukungan untuk korban *bullying*.

Pada penelitian ini juga menunjukkan kecemasan berhubungan dengan perilaku *bullying* anak sekolah dasar. Hal ini menunjukkan perilaku *bullying* anak sekolah dasar disebabkan oleh kecemasan. Hal ini sesuai dengan Annual *Bullying* Survey bahwa ansietas sosial menghasilkan perilaku *bullying* sebesar 37%. Penelitian lain juga menunjukkan ada hubungan kecemasan dan

perilaku agresif pada anak.. (Bubier and Drabick, 2009)

Kecemasan terjadi karena aktivasi respons *fight* atau *flight*. Hal ini merupakan respons yang dirancang untuk membuat seseorang aman dari bahaya, dan hanya terjadi ketika seseorang dihadapkan dengan ketakutan atau ketika tidak ada bahaya nyata. Akibat dari respons tersebut terjadi pelepasan adrenalin yang dapat membuat seseorang lebih agresif dan menyebabkan terjadinya perilaku *bullying* pada anak yang mengalami kecemasan. Berbagai dampak dari kecemasan dan perilaku *bullying* pada anak sekolah perlu dilakukan upaya untuk mengatasi ataupun pencegahan kecemasan dan perilaku *bullying*.

Upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan adalah meningkatkan peran tenaga kesehatan, guru dan orang tua. Beberapa tindakan yang dapat dilakukan adalah 1) mengajarkan anak untuk tehnik relaksasi saat anak merasa stress dan tegang, 2) latihan distraksi, mengalihkan perhatian terhadap hal-hal sekeliling yang menyenangkan, 3) kegiatan mewarnai, 4) melawan rasa takut, 5) latih anak keluar dari zona nyaman, 6) tidak menghakimi, 7) ekspresi positif tetapi realistis.

Upaya mengatasi perilaku *bullying* mencakup empat target yaitu sekolah, kelas, individu dan komunitas. Beberapa tindakan yang dapat dilakukan adalah 1) melakukan hukuman bagi pelaku *bullying* dengan duduk diluar kantor kepala sekolah, 2) dikeluarkan dari kelas dan dipaksa untuk menghabiskan waktu dengan anak-anak yang lebih kecil, 3) dicabutnya aktifitas yang menyenangkan, 4) dipaksa untuk bicara serius dengan personil sekolah.

Peran guru dalam menciptakan suasana iklim belajar yang kondusif juga penting seperti tidak mencemooh atau menertawakan teman-temannya yang melakukan kesalahan dan meyakinkan anak bahwa berbuat salah adalah hal yang wajar pada anak. guru juga dapat memberikan penguatan positif terhadap kemampuan anak. Pelibatan orang tua juga merupakan komponen penting dalam pencegahan kecemasan anak, orang tua dilatih untuk meningkatkan *problem solving* dalam mengatasi masalah anak.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan Kecemasan dialami oleh 48% anak sekolah dan perilaku *bullying* sebanyak 84,7%. Perilaku *bullying* pada anak sekolah disebabkan oleh kecemasan.

Saran

Penelitian ini telah membuktikan adanya hubungan antara kecemasan dan perilaku *bullying*, namun belum mendeskripsikan bagaimana pengaruh dari karakteristik terhadap kecemasan dan perilaku *bullying* pada anak. Penelitian lebih lanjut tentang Tindakan menurunkan kecemasan dan mengatasi perilaku *bullying* pada anak sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Banaeipourl Z, Rostami S, Zarea K, Cheraqian B (2016). The prevalence of anxiety and its related factors among school-age children in South West of Iran. *Int J Pediatr*, Vol.4, N.6, Serial No.30, Jun 2016.
- Boris Birmaher, M.D., Suneeta Khetarpal, M.D., Marlane Cully, M.Ed., David Brent, M.D., and Sandra McKenzie, Ph.D., (1995). *Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED) CHILD Version—Page 1 of 2 (to be filled out by the CHILD)*.
- Carter S (2012) The Bully at School: An Interdisciplinary Approach. *Journal of Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 2012; 35(3–4): 153–162
- Fink, Elian; Patalay, Praveetha; Sharpe, Helen; Wolpert, Miranda (2018) Child- and school-level predictors of children's *bullying* behavior: A multilevel analysis in 648 primary schools. *Journal of Educational Psychology* Vol. 110, Iss. 1, (Jan 2018): 17-26. DOI:10.1037.
- Ismail A, Abdelgaber A, Hegazi H, Lotfi M, Kamel A, et al. (2015) The Prevalence and Risk Factors of Anxiety Disorders in an Egyptian Sample of School and Students at the Age of 12-18 Years. *J Psychiatry* 18:316doi: 10.4172/2378-5756.1000316.
- Jennifer L. Bubier, and Deborah A.G. Drabick. Co-occurring Anxiety and Disruptive Behavior Disorders: The Roles of Anxious Symptoms, Reactive Aggression, and Shared Risk Processes. *Journal of Clinical Psychology Rev.* 2009 Nov; 29(7): 658–669.
- Leila Valizadeh, Aliraza Farnam, and Mahni Rahkar Farshi (2012) Investigation of Stress Symptoms among Primary School Children. *Journal of Caring Sciences* 2012 May; 1(1):25–30.
- Lovegrove, P.J. Henry K.L, And Slater M.D (2013). Examination of the Predictors of Latent Class Typologies of *Bullying* Involvement Among Middle School Students. *J Sch Violence*. 2012 Jan; 11(1): 75–93.
- Lindo D.R. Munayang H, Kaunang. Theresia M.D, (2016). Gambar tingkat kecemasan pada anak yang mengalami kekerasan di sekolah dasar di kecamatan Malalayang kota Manado. *Jurnal E Clinic*. Volume 4 No 2 Tahun 2016.
- National Centre Against *bullying*. 2019. <https://www.ncab.org.au/bullying-advice/bullying-for-parents/types-of-bullying/#>. Diperoleh 02 Februari 2019.
- Olweus. 1993. *Bullying at School. What We Know and What We Can Do*. Oxford. England. Blackwell.
- Polly Waite, Cathy Creswell. (2014). Children and adolescents referred for treatment of anxiety disorders: Differences in clinical characteristics. *J Affect Disord*. 2014 Oct 1; 167(100): 326–332. doi: 10.1016/
- Supriani, Eva Purnama Sari (2017). Faktor Yang Mempengaruhi *Bullying* Pada Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh. *Idea Nursing Journal Volume VIII*. No 3. 2017.
- Waszczuk, M.A. Zavos, H.M.S and Eley T.C. (2013). Genetic and environmental influences on relationship between

anxiety sensitivity and anxiety subscales in children. *Journal of Anxiety Disorder*. 2013 Jun; 27(5): 475–484.

WHO.2010. *Prevention of bullying-related morbidity and mortality: a call for public health policies*. Tersedia pada: <https://www.who.int/bulletin/volumes/88/6/10-077123/en/>. Diperoleh 02 Februari 2019.