PENGARUH *BULLYING* TERHADAP KECEMASAN SISWA DI SMKN 1 SUNGAI AUR PASAMAN BARAT

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S1) Pada Program Studi Bimbingan Konseling

Oleh:

FITRIANI
2614. 195

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN (FTIK)
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BUKITTINGGI
2019M/1440H

ABSTRAK

Skripsi ini ditulis oleh **Fitriani** Nim: **2614.195** yang berjudul **Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecemasan Siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat,** Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi 2019.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh fenomena seperti adanya beberapa siswa yang mengalami korban *bullying* fisik, seperti siswa sering diejek teman-temanya sehingga timbulnya perkelahian, dan *bullying* non fisik, seperti memanggil nama temannya dengan tidak sopan, siswa menyebarkan gosip yang kurang baik tentang teman-temanya, dan ada juga yang suka mengancam, bahkan mengucilkan temannya yang pintar di kelas. Tujuan penelitian ini adalah melihat pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif bersifat regresi yaitu tipe penelitian yang bertujuan melihat dan mendeskripsikan pengaruh antara dua variabel penelitian. Siswa yang terindikasi sebagai korban *bullying* berjumlah 40 orang siswa dan dijadikan sebagai sampel untuk penelitian. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *purposif sampling*. Data dikumpulkan menggunakan angket memakai skala *Likert*, Pengkolerasian variabel penelitian menggunakan rumus *r product moment*, koefisien determinan, persamaan regresi, dan regresi sederhana dengan teknik analisis data menggunakan SPSS Versi 22.

Berdasarkan hasil penelitian ini hasil korelasi di lapangan dapat diketahui r_{hitung} 0,584 > r_{tabel} 0,32 dengan *degree of freedom* (Df) 38 pada taraf signifikan 0,05. Berdasarkan hasil penelitian maka Ho ditolak dan Ha diterima, maka diperoleh gambaran bahwa terdapat pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat dalam korelasi "lemah atau rendah", yang terletak antara antara (0.40 – 0.599) setelah melakukan perhitungan maka diperoleh nilai koefisien determinasi 34,1%. Berdasarkan nilai tersebut dapat diartikan variansi variabel *bullying* dipengaruhi sebesar 34,1% oleh kecemasan siswa, sementara 65,9% ditentukan oleh faktor lain. Sedangkan persamaan regresinya yaitu, y = 41.833+ 0,447x dan hasil uji F yaitu 19.687 dengan sig 0,00 < 0,05 dari tabel F yaitu 3,23 dengan alfa 0,05 artinya terdapat pengaruh yang signifikan *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat. Dapat disimpulkan terdapat pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

Kata Kunci: X=*Bullying* **Y= Kecemasan**

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk Allah SWT yang sempurna. Yaitu makhluk yang diciptakan oleh Allah SWT sebagai makhluk-Nya, yang memiliki akal dan fikiran sebagai pembeda dengan makhluk ciptaan Allah SWT yang ada dimuka bumi ini. Akal dan fikiran yang dimiliki manusia dapat dikembangkan dan diperluas dengan cara belajar dan menempuh pendidikan, untuk memudahkan manusia sebagai makhluk hidup dalam memahami dan mengetahui segala sesuatu yang ada di muka bumi ini.

Akal dan fikiran yang dimiliki manusia dapat mengantarkan manusia kejenjang pendidikan yang lebih tinggi mulai dari Taman Kanak-Kanak (TK), Sekolah Dasar (SD), Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP), Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) dan sampai ke Perguruan Tinggi. Agar tercapainya Tujuan Pendidikan Nasional yang terdapat dalam Undang-Undang No.20 Tahun 2003 yaitu:

> "Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermatabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembanganya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab". [1]

Dunia pendidikan tampaknya belum sepenuhnya mampu dalam menangani persoalan dan kesenjangan yang terjadi akibat pesatnya

[1]Republik Indonesia, *" Undang-undang Dasar 1945 Nomor 20 Tahun 2003* tentangTujuanPendidikan Nasional "

perkembangan ilmu pengetahuan. Hal itu terdeteksi dari banyaknya bermunculan perilaku menyimpang yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang di lingkungan pendidikan.Hal-hal yang memicu terjadinya penyimpangan tersebut diantaranya karena terdapat perbedaan latar belakang keluarga, agama, budaya dan sebagainya di kalangan siswa. Salah satu dari penyimpangan tersebut yaitunya tindakan *Bullying* yang terjadi diantara siswa.

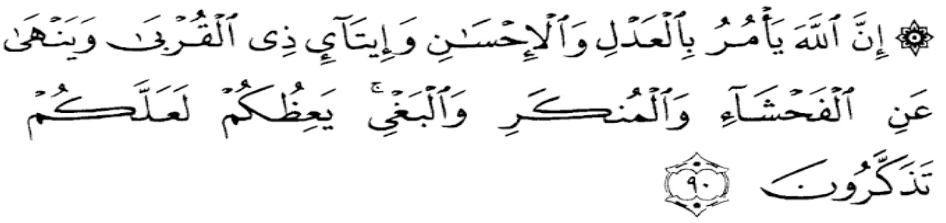
Bullying merupakan perilaku menyimpang yang dapat berakibat sangat serius bagi para korbannya, mulai dari prestasi belajar menurun, gangguan makan, mengisolasi diri, kegelisahan yang parah, trauma berkepanjangan, depresi, terluka, bahkan hingga mengakibatkan kematian.[2] Dengan demikian yang menjadi korban *Bullying* akan berdampak kepada psikologis dan berpengaruh terhadap kecemasan siswa yang akan dialami siswa nantinya dilingkungan sekolah.

Praktik *Bullying* atau kekerasan yang terjadi di lingkungan sekolah merupakan salah satu dari penyimpangan yang dilakukan oleh siswa yang perlu mendapatkan perhatian khusus dari pihak sekolah. Sekolah yang semestinya memberikan rasa aman dan nyaman bagi anak-anak untuk menimba ilmu, serta membantu dalam pembentukan karakter pribadi yang positif ternyata menjadi tempat tumbuhnya praktek-praktek tindakan *Bullying.*

---

[2]Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik*, (Jakarta:PT.BUKU KITA, 2012), h. 150

Hal itu bertentangan dengan ajaran agama islam yang menganjurkan untuk berbuat baik dengan sesama, sesuai dengan firman Allah dalam surat An-Nahl ayat 90 yang berbunyi:[3]



Artinya:"Sesungguhnya Allah menyuruh kamu berlaku adil dan berbuat kebijakan, memberi kamu kerabat, dan Allah melarang kamu dari perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan.Dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran."(QS.An-Nahl:90).

Dari penjelasan ayat diatas dapat diartikan bahwa sesungguhnya Allah melarang kita untuk melakukan perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. Karena hal itu dapat memutuskan tali silaturrahmi serta dapat menimbulkan permusuhan serta kekacauan diantara kita sesama manusia. dan Allah lebih menyukai hambanya untuk berlaku adil dan berbuat kebijakan.

Kita pernah atau mungkin sering menyaksikan aksi seorang anak mendorong temannya hingga terjatuh dan sekelompok anak menertawakan dan mengolok-olok seorang anak lainnya dengan ejekan atau sebutan yang bersifat menghina. Pemandangan lain ketika sorang anak memandang sinis, memelototi, serta mencibir kepada temannya. Peristiwa tersebut

[3]DepartemenAgama RI,Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Bandung: J-Art,2004)

dapat kita temui di halaman sekolah, luar pagar sekolah, lingkungan tempat tinggal, atau tempat anak-anak bermain. Aksi-aksi negatif yang bermunculan itu merupakan sebagian dari tindakan *Bullying.*

Ejekan, cemoohan, olok-olok mungkin terkesan sepele dan terlihat wajar. Namun kenyataannya, hal itu dapat menjadi senjata yang tak kenal ampun yang dapat menjadikan seorang anak itu memiliki kepribadian *Inferiority,* yaitu sebuah rasa rendah diri yang timbul akibat konflik dalam diri seseorang.[4] Jika hal tersebut di biarkan berlarut-larut, maka hal itu dapat mematikan karakter dari anak tersebut.

Menurut Sejiwa, *bullying* adalah situasi dimana seseorang yang kuat (bisa secara fisik maupun mental) menekan, memojokkan, melecehkan, dan menyakiti seseorang yang lemah dengan sengaja dan berulang-ulang, untuk menunjukkan kekuasaannya.[5] Seseorang yang melakukan tindakan *Bullying* kepada orang lain merasa bahwa dirinyalah yang paling hebat dan paling kuat serta paling berani dari korbannya.

Menurut Andrew Mellor dari *Antibullying Network University Of Edinburgh, bullying* terjadi ketika seseorang merasa teraniaya dan direndahkan oleh tindakan orang lain, baik yang berupa verbal, fisik, maupun mental dan orang tersebut takut bila prilaku tersebut akan terjadi lagi.[6]

---

[4]Prayitno, *Konseling Pancawaskita,* (BK FIP UNP,2015), h.51
[5]Ken Achroni,*Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik,*...h.150
[6]Imam Musbikin,*Mengatasi Anak Mogok sekolah dan Malas Belajar,* (Jakarta:Laksana,2012), h.122

Berdasarkan defenisi diatas, dapat peneliti simpulkan bahwa tindakan *Bullying* merupakan tindakan yang dilakukan oleh seorang individu maupun kelompok untuk menekan, memojokkan, melecehkan dan menyakiti seseorang yang lemah baik secara fisik maupun mental sehingga berdampak terhadap psikologis korbannya.

Bullying dapat pula berbentuk perusakan atau perampasan barang milik korban, seperti penyobekan, pencoretan, pembantingan, perebutan dan pencurian. dengan demikian hal itu dapat berdampak pada kepercayaan diri siswa, serta berdampak pada siswa yang menjadi korban *Bullying* yaitu terbentuknya kecemasan.

Kecemasan dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia diartikan sebagai kekuatiran, kegelisahan, ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi, itu juga berarti suatu perasaan takut, kuatir bahwa akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan.[7]Menurut Namora Lumongga Lubis kecemasan adalah perasaan yang dialami oleh individu ketika berfikir tentang sesuatu tidak menyenangkan yang akan terjadi. Sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi tersebut adalah hasil ujian tengah semester yang akan diberikan secara murni kepada peserta didik dan orang tua. Sumber-sumber umum dari kecemasan salah satunya disebabkan oleh sesuatu Saat seorang individu menghadapi kecemasan, maka tubuhnya mengadakan reaksi fisik meliputi perasaan berdebar-debar, gemetar, dan ketegangan.[8]

---

[7]Badudu-Zain, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Sinar Harapan, 1996), h. 56

[8]Namora Lumongga Lubis,*Depresi Tinjauan Psikologis*, (Jakarta: Kencana PrenadaMedia Group, 2009), h. 14-15

Proses terjadinya kecemasan secara tidak disadari kita telah mengetahui terjadinya kecemasan yang kita alami adalah suatu keadaan yang selalu berkaitan dengan pikiran. Beberapa ahli mengemukakan proses terjadinya kecemasan, yaitu menurut Burns, emosi ataupun rasa cemas yang dirasakan disebabkan oleh adanya dialog internal dalam pikiran individu yang mengalami kecemasan atapun perasaan cemas.

Sedangkan menurut Blackburn dan Davidson, mengemukakan proses terjadinya kecemasan yaitu secara teoritis kecemasan diawali oleh pertemuan individu dengan stimulus yang berupa situasi yang berpengaruh dalam membentuk kecemasan (situasi mengancam), yang secara langsung/tidak langsung hasil pengamatan/pengalaman tersebut diolah melalui proses kognitif dengan menggunakan *skemata* (pengetahuan yang telah dimiliki individu terhadap situasi tersebut yang sebenarnya mengancam/tidak mengancam dan pengetahuan tentang kemampuan dirinya untuk mengendalikan dirinya dan situasi tersebut). Terjadinya kecemasan adalah tentang bagaimana kita dapat mengevaluasi tindakan apa saja yang harus kita lakukan apabila merasakan kecemasan. Selain harus memahami tentang keadaan apa saya yang menyebabkan kita merasakan cemas, tentunya setelah itu harus dapat mengendalikan diri untuk dapat mengelola emosi dan permasalahan yang menyebabkan kecemasan tersebut.[9]

[9]Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra,*Manajemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009) , h.50

Dampak buruk yang dapat terjadi pada anak yang menjadi korban tindakan *Bullying* antara lain, kecemasan, merasa kesepian, rendah diri, tingkat kompetensi sosial yang rendah, depresi, somptom psikosomatik, penarikan sosial, keluhan pada kesehatan fisik, minggat dari rumah, peggunaan alkohol dan obat-obatan.[10]

Merujuk pada buku Imam Musbikin menyatakan bahwa situs Bullying.co.uk, beberapa hal berikut dapat ditengarai bila anak menjadi korban bullying diantaranya menghindari keluar rumah, termasuk juga sekolah dengan berbagai alasan yaitu seperti sering mengaku kehilangan barang atau uang, menarik diri dari lingkungan, jadi *moody* dan bertemperamen buruk, prestasi menurun karena kehilangan semangat belajar, insomnia, cemas, dan menjadi orang yang pendiam.[11]

Anak laki-laki yang sering menjadi korban *bullying* cenderung mengalami peningkatan risiko gangguan kecemasan. Namun, kelompok yang paling parah adalah mereka yang pernah menjadi pelaku sekaligus korban dari tindakan ini. Kelompok ini dapat menunjukkan anti-social sekaligus mengalami gangguan kecemasan.[12]

Menurut Arsenault dan timnya menyelidiki, anak yang mengalami *bullying* secara signifikan menunjukkan lebih banyak gejala-gejala

---

[10]Andri Priyatna,*Lets end Bullying*: Memahami, Mencegah dan Mengatasi Bullying,h.4

[11] Imam Musbikin, *Mengatasi Anak Mogok Sekolah+Malas Belajar*, (Jakarta Selatan: Laksana, 2012), h.124

[12]Imam Musbikin, *Mengatasi Anak Mogok Sekolah+Malas Belajar*,...h.140

masalah internalisasi, seperti merasa cemas, terasing, dan merasa bersalah secara berlebihan.[13]

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru Bimbingan Konseling pada tanggal 15 September 2018 di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat yaitu mengatakan adanya siswa yang mengalami korban *Bullying* non fisik, seperti siswa sering diejek teman-temanya sehingga timbulnya perkelahian, memanggil nama temannya dengan tidak sopan, siswa menyebarkan gosip yang kurang baik tentang teman-temanya, dan ada juga yang suka mengancam, bahkan mengucilkan temannya yang pintar di kelas.[14]

Bedasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan siswa yang berinisial AD pada tanggal 15 September 2018, bahwa dia merupakan siswa yang paling pintar di kelas namun teman-temanya mengucilkan dia, teman-temanya berkata AD orang pintar anak orang kaya kita bodoh dan miskin tidak bisa berteman dengan dia itu dilakukan oleh teman-teman kelasnya secara bersama sama. Sedangkan berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan siswa MA pada tanggal 15 September 2018, yaitu dia sering ditertawakan oleh teman-temanya dengan penampilan yang culun, sehingga siswa MA merasa cemas dan malu untuk datang kesekolah dan MA lebih sering menyendiri ketika jam istirahat.

---

[13] Imam Musbikin, *Mengatasi Anak Mogok Sekolah+Malas Belajar*,...h.141-142

16. Wawancara dengan Guru BK , pada tanggal 15 September 2018

Selain melakukan wawancara dengan siswa AD dan MA peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa RA pada tanggal 15 September 2018, dia menyatakan sering di ejek oleh teman-temanya di kelas karena mempunyai warna kulit yang hitam, teman-temanya memanggil dia dengan sebutan orang Negro sehingga RA sering menangis di dalam kelas dan membuat RA tidak percaya diri dan merasa tidak aman dalam bergaul dengan teman-temanya sehingga RA ragu untuk bergaul dengan teman-temanya karena RA cemas akan di ejek terus menerus.[15]

Selain itu, berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan di SMK N 1 Sungai Aur Pasaman Barat pada tanggal 11-13 Oktober 2018, terdapat seorang siswa yang berinisial RA yang menjadi korban *bullying* fisik, perlakuan yang diterimanya yaitu kepala RA sering di dorong oleh teman-temannya, terlebih lagi sewaktu jam istirahat. Ketika itu RA berjalan menuju kantin, dan tiba-tiba teman-teman RA yang lain datang untuk mendorong kepala RA, sehingga RA terlihat cemas dengan mimik wajah yang pucat, dan selama penulis melakukan observasi, perlakuan yang sama tetap di lakukan oleh teman-teman RA. Seketika itu penulis mengamati RA secara seksama, dan terlihat bahwa ruang gerak RA menjadi terbatas, RA enggan untuk bermain-main keluar kelas karena RA merasa takut dengan teman-temanya, RA akan pergi keluar kelas apabila memang terdapat hal yang begitu mendesak. Hal itu dikuatkan lagi dengan

[15]Wawancara dengan siswa yang berinisial (AD, MA, RA) , pada tanggal 15 September 2018

hasil wawancara dengan beberapa orang teman sekelas RA yang berinisial DR, S, AH dan RU.[16]

Sesuai dengan latar belakang diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul : **Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecemasan Siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat".**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan permasalahan di atas dapat dikemukakan identifikasi masalah dalam penelitian ini, antara lain:

1. Terindikasi siswa diejek teman-temanya sehingga timbulnya perkelahian
2. Terindikasi siswa memanggil nama temannya dengan tidak sopan
3. Terindikasi siswa takut untuk pergi ke sekolah dan bertemu dengan teman-temanya
4. Terindikasi siswa menyebarkan gosip yang kurang baik tentang teman-temanya
5. Terindikasi siswa suka mengancam bahkan mengucilkan teman-temanya di kelas
6. Terindikasi siswa sering ditertawakan oleh teman-temanya dengan penampilan yang culun, sehingga siswa merasa cemas dan malu untuk datang kesekolah.

[16]Hasil observasi dengan siswa yang berinisial RA dan teman-temannya (DR, S, AH dan RU), pada tanggal 11-13 Oktober 2018

7. Terindikasi *Bullying* dapat mengakibatkan kecemasan pada diri siswa sehingga siswa tersebut merasa tidak nyaman bergaul dengan teman-teman di sekolah
8. Terindikasi siswa didorong kepalanya oleh teman-temannya sehingga siswa tersebut merasa cemas.
9. Terindikasi siswa yang enggan keluar kelas karena merasa takut dengan teman-temanya.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, karena luasnya pembahasan tentang *bullying*, maka penulis membatasi penelitian pada "Pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat".

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merasakan adanya persoalan-persoalan yang sangat penting untuk di teliti, maka penulis merumuskannya sebagai berikut Seberapa Besar Pengaruh *Bullying* Terhadap terhadap kecemasan siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat?

E. Tujuan Penelitian

Disetiap pelaksanaan penelitian, tentu penulis memiliki tujuan terhadap penelitian. Dalam pelaksanaan penelitian terkait dengan judul di atas, penulis bertujuan untuk mengetahui pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

F. Manfaat Penelitian

Dari tujuan yang di maksudkan di atas, penulis dapat memperoleh kegunaan sebagai berikut:

1. Secara teoritis
   a. Untuk mengembangkan konsep-konsep atau teori-teori terkait dengan tindakan *Bullying*.
   b. Untuk menambah pemahaman tentang pengaruh *Bullying* terhadap kecemasan.
2. Secara Praktis
   a. Sebagai pedoman bagi para guru BK untuk mengatasi tindakan *Bullying* yang terjadi disekolah.
   b. Sebagai referensi dan pedoman untuk para junior dalam mengembangkan konsep serta teori terkait dengan *Bullying.*

G. Penjelasan judul

Pengaruh : Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang.

Bullying : Merupakan situasi dimana seseorang yang kuat (bisa secara fisik maupun mental) menekan, memojokkan, melecehkan, dan menyakiti seseorang yang lemah dengan sengaja dan berulang-ulang, untuk menunjukkan kekuasaannya. Dalam hal ini

yang menjadi objek penelitian yaitu korban *bully*.[17]*Bullying* yang peneliti maksud disini adalah prilaku yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang dimana dapat merugikan orang lain.

kecemasan :Kecemasan ialah suatu keadaan atau kondisi emosi yang tidak menyenangkan, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya dan tidak menentu.[18] Kecemasan yang peneliti maksud disini yaitu suatu perasaan yang dialami oleh korban *Bullying*.

Jadi yang penulis maksud dengan judul secara keseluruhan adalah seberapa besar pengaruh *Bullying* (korban) terhadap kecemasan, baik itu dengan juniornya. teman sebayanya, dan para senior

H. Sistematika Penulisan

Untuk dapat memberikan gambaran mengenai penelitian ini dapat disusun sistematika penulisan sebagai berikut :

Bab I : Merupakan pendahuluan yang berisi dasar pemikiran lahirnya masalah dengan menguraikan latar belakang, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah,

[17]Ken Achroni,*Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik,...* h. 150
[18]Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2014), h. 84

tujuan dan kegunaan penelitian, penjelasan judul serta sistematika penulisan.

Bab II : Merupakan landasan teoritis yang terdiri dari pengertian *Bullying*, bentuk-bentuk *Bullying*, karakteristik orang yang melakukan tindakan *Bullying*, latar belakang orang yang melakukan tindakan *Bullying*, dan pengertian kecemasan, proses terjadinya kecemasan, kharakteristik kecemasan, jenis-jenis kecemasan, indikator kecemasan, tingkat kecemasan, penanganan kecemasan.

Bab III : Merupakan metodologi penelitian yang tediri dari jenis penelitian, lokasi penelitian, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, metode analisis instrumen, teknik analisis data, dan pengujian hiotesis penelitian.

Bab IV :terdiri dari deskripsi data, analisis data dan pembahasan.

Bab V :terdiri dari kesimpulan dan saran dalam penelitian yang penulis lakukan.

.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. *Bullying*

1. Pengertian *Bullying*

Bullying merupakan perilaku menyimpang yang dapat berakibat sangat serius bagi para korbannya, mulai dari prestasi belajar menurun, gangguang makan, mengisolasi diri, kegelisahan yang parah, trauma berkepanjangan, depresi, terluka, bahkan hingga mengakibatkan kematian.[19] Dengan kata lain, *bullying* merupakan suatu penyalahgunaan kekuasaan dengan berbagai bentuk tindakan kekerasan baik secara verbal, fisik, dan psikologis yang bertujuan untuk membuat korban jatuh dan tertekan. Dengan demikian, orang yang menjadi korban *bullying* dapat berakibatkan sangat serius bagi dirinya.

Menurut Olweus, *bullying* adalah prilaku negatif seseorang atau lebih keadaan korban *Bullying* yang dilakukan secara berulang-ulang dan terjadi dari waktu ke waktu. Selain itu *Bullying* juga melibatkan kekuatan dan kekuasaan yang tidak seimbang, sehingga korbannya berada dalam keadaan tidak mampu mempertahankan diri secara efektif untuk melawan tindakan negatif yang di terima korban.

---

[19] Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik*, (Jakarta: PT. BUKU KITA, 2012), h. 150

Bullying merupakan istilah yang memang belum cukup dikenal oleh masyarakat luas di Indonesia, meski perilakunya eksis di dalam kehidupan bermasyarakat, bahkan institusi pendidikan. Menurut Andrew Mellor dari *Antibullying Network University of Edinburgh*, *bullying* terjadi ketika seseorang merasa teraniaya dan direndahkan oleh tindakan orang lain, baik yang berupa verbal, fisik, maupun mental dan orang tersebut takut bila perilaku tersebut akan terjadi lagi.[20] Bahasa merupakan salah satu alat yang digunakan kelas dominan untuk menjalankan mekanisme kekerasan simbolik.

Bullying merupakan perilaku yang ilegal, negatif dan juga agresif yang ada di lingkungan sosial. *Bullying* memiliki perbedaan dengan perilaku agresif yang terlihat dari perbedaan jangka waktu, dimana Bullying akan berkelanjutan sedangkan perilaku agresif hanya satu kali kesempatan dengan waktu yang pendek. Pengaruh yang di timbulkan ada dua yaitu pengaruh jangka pendek dan juga jangka panjang.

Bahasa memiliki peran yang sentral dalam mekanisme kekuasaan dan dominasi, terutama untuk menyembunyikan maksud yang sebenarnya dari sebuah tindakan, yang dilatarbelakangi karena adanya unsur kekuasaan. Bourdieu menyatakan bahwa bahasa berhubungan dengan kekuasaan [21]

---

[20]Imam Musbikin, *Mengatasi Anak Mogok sekolah dan Malas Belajar,* (Jakarta: Laksana, 2012), h. 122

[21]Nanang Martono, *Kekerasan Simbolik di Sekolah, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 2012) ,h. 48*

Menurut Coroloso, *Bullying* adalah tindakan bermusuhan yang dilakukan secara sadar dan disengaja yang bertujuan untuk menyakiti, seperti menakuti melalui ancaman agresi dan menimbulkan teror. Termasuk juga tindakan yang direncanakan maupun yang spontan, bersifat nyata atau hampir tidak terlihat, di hadapan seseorang atau d belakang seseorang, mudah untuk diidentifikasi atau terselubung dibalik persahabatan, dilakukan oleh seorang anak atau sekelompok anak.

Menurut Sejiwa, *bullying* adalah situasi dimana seseorang yang kuat (bisa secara fisik maupun mental) menekan, memojokkan, melecehkan, dan menyakiti seseorang yang lemah dengan sengaja dan berulang-ulang, untuk menunjukkan kekuasaannya. Dalam hal ini sang korban tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya sendiri karena lemah secara fisik atau mental.[22] Bullying dapat pula berbentuk perusakan atau perampasan barang milik korban, seperti penyobekan, pencoretan, pembantingan, perebutan, dan pencuruan.

Menurut situs Peduli Karakter Anak (PeKA), *bullying* sendiri diartikan sebagai penggunaan agresi dengan tujuan untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun mental.[23] *Bullying* tidak sama dengan *occasional conflict* atau pertengakaran biasa yang umum yang terjadi pada anak. Konflik pada anak adalah normal dan membuat anak belajar cara bernegosiasi dan bersepakat satu sama lain,

[22] Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik*,..., h. 150

[23]Imam Musbikin, *Mengatasi Anak Mogok sekolah dan Malas Belajar*, (Jakarta: Laksana, 2012), h. 123

sedangkan *bullying* merujuk pada tindakan yang bertujuan menyakiti dan dilakukan secara berulang. Sang korban biasanya anak yang lebih lemah dibandingkan sang pelaku.

Memang banyak defenisi *Bullying* yang beragam, namun kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa *Bullying* melibatkan perilaku yang tidak menyenangkan yang bertujuan untuk menimbulkan rasa sakit baik secara fisik maupun psikologis, dan dapat terjadi secara berulang-ulang dengan tidak ketidakseimbangan kekuasaan yang terjadi antara pelaku dan korban. *Bullying* dilakukan secara sengaja yang bertujuan untuk membuat mental korbannya jatuh dan tertekan.

2. Bentuk-Bentuk *Bullying*

Menurut Dian Ratna Sawitri, perilaku *Bullying* terbagi menjadi dua jenis, yaitu *bullying* fisik dan *bullying* nonfisik.

a. *Bullying* Fisik

Bullying Fisik yaitu *bullying* yang bisa terlihat secara jelas. Bentuk *bullying* fisik, antara lain pukulan, tendangan, dibenturkan tembok, temparan, dorongan, dan bentuk-bentuk serangan fisik lainnya.[24] Tak hanya itu, *bullying* secara seksual juga kerap kali terjadi di lingkungan sekolah. *Bullying* secara seksual contohnya

[24] Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik*,...h. 151

adalah eksibisionisme, berbuat cabul, dan adanya pelecehan seksual.[25]

b. *Bullying Nonfisik*

Yaitu bentuk *bullying* yang tidak terlihat langsung dan berdampak serius, dapat dilakukan secara verbal dan nonverbal. Bentuk *bullying* nonfisik dilakukan secara verbal, antara lain ejekan, penggilan dengan sebutan tertentu, ancaman, penyebaran gosip, penyebaran berita rahasia, perkataan yang mempermalukan.sedangkan bentuk *bullying* non fisik yang dilakukan secara verbal antara lain ekspresi wajah yang tidak menyenangkan, bahasa tubuh yang mengancam, pengabaian, penyingkiran, dan pengiriman pesan tertulis yang bernada mengganggu, memberikan nama panggilan yang buruk, mengejek dan menggosip.[26]

Bullying secara emosional juga merupakan bagian dari *bullying* nonfisik, antara lain menolak, meneror, mengisolasi dan menjatuhkan, menekan, memeras, memfitnah, menghina, dan adanya deskriminasi berdasarkan ras, ketidakmampuan, dan etnik.[27]

---

[25]Imam Musbikin, *Mengatasi Anak Mogok sekolah dan Malas Belajar,* (Jakarta: Laksana, 2012), h. 129

[26] Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik,*...h. 151

[27]Imam Musbikin, *Mengatasi Anak Mogok sekolah dan Malas Belajar,* (Jakarta: Laksana, 2012), h. 129

3. Karakteristik Orang Yang Melakukan Tindakan *Bullying*

a. Karakteristik Pelaku *Bullying*

1) Suka mendominasi anak lain.
2) Anak bersikap agresif, terutama pada mereka yang lebih muda usianya, atau lebih kecil atau mereka yang tidak berdaya.
3) Anak tidak menampilkan emosi negatifnya pada orang yang lebih tua atau lebih besar badannya lebih berkuasa, namun terlihat anak sebenarnya memiliki perasaan tidak senang.
4) Sesekali anak bersikap agresif yang berbeda ketika bersama anda.
5) Anak yang pernah mengalami *bullying* mungkin menjadi pelaku *bullying.*
6) Suka memanfaatkan anak lain untuk mendapatkan apa yang diinginkannya.
7) Sulit melihat situasi dari titik pandang anak lain.
8) Hanya peduli pada keinginan dan kesenangannya sendiri, tidak mau peduli terhadap perasaan anak lain.
9) Cendrung melukai anak lain saat orang tua atau orang dewasa lainnya tidak ada di sekitar mereka.
10) Memandang saudara-saudara dan teman-teman yang lebih lemah sebagai sasaran.
11) Tidak mau bertanggung jawab atas tindakannya.

12) Tidak memiliki pandangan terhadap masa depan atau masa bodoh terhadap akibat dari perbuatannya.
13) Haus perhatian.[28]

b. Karakteristik Korban *Bullying*

Korban *bullying* dapat diketahui berdasarkan ciri yang tampak dalam kepribadiannya. Berikut adalah ciri-ciri anak-anak yang menjadi korban *bullying* :

1) Sulit berteman
2) Pemalu
3) Memiliki keluarga yang terlalu melindungi
4) Dari suku tertentu
5) Cacat atau keterbatasan lainnya
6) Berkebutuhan khusus.

Anak yang menjadi korban biasanya merasa malu, takut, tidak nyaman. Sehingga untuk membuat dia kembali mampu menjalani kegiatannya sehari-hari seperti biasa, ia harus dibekali dengan "tools" yang membuat ia yakin bahwa ia akan mendapatkan pertolongan.[29]

4. Latar Belakang Terjadinya Tindakan *Bullying*

Latar belakang terjadinya tindakan *bullying* di antaranya :

a. Harga diri yang rendah, konsep diri yang negatif, dan pemahaman moral yang rendah pada anak. Kebutuhan untuk mendapatkan penghargaan dari teman-temannya dan belum pahamnya anak akan

[28]Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik,...*h. 152
[29] Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik,...*h.156

nilai-nilai benar atau salah dan baik atau buruk dapat menjadi pemicu lahirnya perilaku *bullying* pada anak.

b. Pola asuh yang terlalu memanjakan anak. Apapun keinginan anak selalu dituruti. Hingga anak merasa berkuasa, dapat mengatur orang lain, bisa memanfaatkan orang lain, dan dapat menindas anak lain yang lebih lemah dibandingkan dirinya.
c. Anak melakukan *bullying* karena kebutuhan emosionalnya tidak terpenuhi, seperti perhatian, kasih sayang dan penghargaan. Kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi oleh orang tua dan keluarga ini mendorong anak melakukan tindakan-tindakan yang termasuk dalam kategori *bullying* dalam rangka memenuhi kebutuhan emosionalnya tersebut.
d. Mencontoh perilaku buruk yang dilihat anak, baik dari orang tua, teman-teman sekolahnya, televisi, games, internet dan film.
e. Pengaruh teman, menurut Abdullah Nashiin, sebab utama anak berprilaku jelek adalah karena pergaulan negatif dan teman jahat.
f. Terlalu banyak beban, anak-anak sekarang mempunyai beban yang sangat berat. Mayoritas sekolah menerapkan *full day shool* sehingga beban untuk belajar sama dengan orang dewasa yang bekerja dikantor.
g. Kurang kasih sayang, anak yang merasakan limpahan kasih sayang akan merasakan rasa aman dan mengembangkan sikap empati,

simpati, dan toleran yang merupakan sikap dasar untuk membina hubungan dengan orang lain secara menyenangkan. [30]

Dari penjelasan tersebut dapat kita pahami bahwa latar belakang terjadinya tindakan *bulying* antara lain, harga diri yang rendah, pola asuh yang terlalu memanjakan anak, anak melakukan *bullying* karena kebutuhan emosionalnya tidak terpenuhi, mencontoh perilaku buruk yang dilihat anak, pengaruh teman, terlalu banyak beban, kurang kasih sayang. Oleh karena itu anak harus mendapatkan perhatian lebih dari orangtua, keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat agar anak tidak menimbulkan prilaku *bullying* kepada orang lain karena prilaku tersebut sangat membahayakan orang lain.

5. Dampak Tindakan *Bullying*

Ada beberapa dampak yang ditimbulkan oleh tindakan *bullying* , dampak tersebut antara lain :

a. Terganggu fisiknya seperti cedera, terluka, sakit, dan sebagainya.
b. Tertekan psikisnya (kejiwaannya) seperti takut, cemas, rasa tidak nyaman, resah, tertekan dan gejala tekanan psikis lain.
c. Pergaulan sosial terganggu, seperti minder, menyendiri, grogi, pendiam, dan tertutup.

[30] Ken Achroni, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik....* h. 152-153

d. Terganggu prestasi bela jarnya seperti nilai jelek, tidak konsentrasi belajar, lupa mengerjakan tugas, sampai menurunnya rangking atau tidak naik kelas.[31]

Sedangkan dampak lain dari tindakan *bullying* yaitu:

a.) Bagi korban

Setiap perilaku agresif, apapun bentuknya pasti memiliki dampak buruk bagi korbannya. *Bullying* mungkin merupakan bentuk agresifitas antar peserta didik yang memiliki dampak paling negatif bagi korbannya. Hal ini dikarenakan adanya ketidakseimbangan kekuasaan dimana pelaku dari yang lebih senior melakukan tindakan tertentu kepada korban yang tidak berdaya dan tidak mampu melakukan perlawanan.[32]

b.) Bagi pelaku

Tidak hanya korban, pelaku tindak kekerasan *bullying* juga mempunyai resiko yang terjadi pada dirinya, yaitu salah satunya perilaku kolektif, dalam pengertiannya perilaku kolektif adalah sebuah perilaku spontan dan tidak terstruktur yang berkembang dalam suatu indivudi atau kelompok, karena perilaku kolektif yang

[31] Mastur, *Materi Layanan Klasikal Bimbingan Dan Konseling Bidang Bimbingan Sosial*, (Yogyakarta: Paramitra Publishing, 2014), h. 152

[32] Coloroso, B. *Stop Bullying.* Terjemahan oleh Santi Indra Astuti. (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta. 2007) hal 108

bersifat spontan dan tidak terstruktur maka perilaku itu melanggar norma sosial yang sudah mapan.[33]

Dari penjelasan tersebut dapat kita pahami ada beberapa dampak yang ditimbulkan oleh prilaku tindakan *bullying* antaranya dapat mengakibatkan gangguan fisik, dapat menyebabkan tertekanya psikis seseorang, dapat mengakibatkan terganggunya pergaulan sosial, dan juga dapat berdampat kepada prestasi belajar siswa oleh karena prilaku *bullying* tersebut harus ditanggulangi agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

6. Cara Mengatasi *Bullying*

Untuk mncegah agar tidak menjadi korban bullying antara lain yang dapat dilakukan adalah:

a. Hindari membawa atau memakai barang-barang mahal atau uang yang berlebihan.
b. Jangan sendirian terutama ditempat sepi.
c. Hindari mencari gara-gara dengan pelaku bullying
d. Jangan berada dekat dengan orang-orang yang suka melawan tindakan bullying atau berada disekitar mereka.
e. Kenali dan perhatikan pelaku bullying.
f. Jangan ikut-ikutan melakukan tindakan bullying dalam bentuk apapun.[34]

---

[33] Fattah Hanurawan, *Psikologi Social Suatu Pengantar,* (Bandung : PT Rosdakarya,2012), hal 99

[34] Mastur, *Materi Layanan Klasikal Bimbingan Dan Konseling Bidang Bimbingan Sosial,*...h.153

Dari penjelasan di atas dapat kita pahami ada beberapa cara dalam mengatasi prilaku *bullying* antara lain, dengan cara jangan membawa atau memakai barang-barang mahal secara berlebihan karena itu juga berpengaruh kepada prilaku seseorang, jangan suka menyendiri dalam keadaan apapun, hindari prilaku membuat orang lain merasa terganggu, jauhkan diri dari orang-orang yang suka melakukan perbuatan *bullying*, tingkatkan pemahaman baru tentang *bullying* itu sendiri, jangan terpengaruh oleh teman-teman yang suka melakukan *bullying.*

Sedangkan untuk melawan pelaku *bullying* dapat mengambil sikap sebagai berikut:

a. Jadilah orang yang percaya diri dan tunjukkan ketahanan diri bahwa kita tidak mau mengganggu dan diganggu.
b. Bersikap tenang saat ada yang mengganggu, jangar biarkan emosi terpancing.
c. Jika melihat ada teman yang menjadi korban, maka tolonglah korban dan laporkan.
d. Lakukan perlawanan diikuti dengan berteriak, lari atau tindakan apapun sambil mencari pertolongan.

e. Catatlah tempat, orang-orang yang terlibat dan jenis gangguan yang mereka lakukan, laporkan pada orang tua, guru atau pihak berwajib.[35]

Dari pejelasan di atas dapat kita pahami ada beberapa cara untuk melawan prilaku *bullying* diantaranya, jadilah seseorang yang percaya diri dan kita tunjukan kompetensi diri kita kalau kita tidak mau menganggu dan di ganggu orang lain, berusaha bersikat dengan tenang jangan mudah terpancing emosi, bantu teman yang menjadi korban *bullying*, berusaha mencari pertolongan jika ada yang mengganggu, kenali lokasi atau tempat orang-orang yang suka melakukan tindakan yang tidak diinginkan dan laporkan kepada phak yang wajib.

7. Peranan Yang Harus Diemban Pimpinan Sekolah Dalam Mengatasi dan Mencegah *Bullying*

Sebagai pimpinan yang peduli akan sejahteraan dan kenyamanan anak-anak didiknya dalam belajar dan hidup di sekolah, seorang kepala sekolah sudah layaknya mencari terobosan-terobosan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut. Berkaitan dengan *bullying*, pimpinan sekolah perlu mengajak peran serta para guru untuk mengurangi kasus-kasus *bullying* di sekolah. Untuk itu, ia perlu bergerak untuk membuat seluruh gurunya memahami alasan-alasannya, termasuk mengapa para guru perlu berperan serta di dalamnya.

---

[35] Mastur, *Materi Layanan Klasikal Bimbingan Dan Konseling Bidang Bimbingan Sosial*,...h.153

Adapun kerja sama kepala sekolah dengan guru BK dan guru lainnya serta orang tua siswa untuk mencegah terjadinya *bullying* sebagai berikut:

a. Sebagai "Penggerak" Untuk Terjadinya Budaya Sekolah yang "Reduced-*Bullying*

Sebagai sosok yang peduli akan terjadinya budaya sekolah yang ramah dan nyaman bagi pimpinan sekolah dapat mengambil kemudi untuk membentuk sistem *antibullying* yang paling cocok bagi sekolahnya. Ia dapat memilih para "champions" dari sekumpulan guru-gurunya, maupun para siswanya, yang menghayati perjuanganya dalam memerangi *bullying* untuk membuat "panitia antibullying. Bila usaha-usaha di atas dilakukan secara konsisten dengan dukungan pimpinan sekolah, maka perlahan-lahan, budaya sekolah yang ramah dan nyaman bagi para siswanya akan dapat terwujud.

b. Membangun Jaringan *Anti bullying*

Seorang pimpinan sekolah yang kharismatik akan menggunakan berbagai kesempatan untuk membangun jaringan *anti bullying* dengan berbagai sekolah di sekitarnya maupun dengan komponen-komponen masyarakat yang dapat diajak serta dalam memerangi *bullying*. Komponen- komponen masyarakat tersebut dapat berupa: sekolah-sekolah disekitarnya, RT/RW/Lurah, para orang tua, kepolisian, tokoh-tokoh masyarakat. Dalam membangun jaringan di

sekitar sekolahnya, pimpinan sekolah sebaiknya mendorong dan mengajak serta warga sekolahnya, baik para guru, orang tua maupun para siswa untuk bergerak bersama menentang *bullying*.

c. Peranan Para Guru

Para guru juga bisa mulai menyuburkan praktik yang dinamakan *peer support,* yaitu dengan menunjukkan beberapa siswa yang berpotensi menjadi sahabat untuk mendampingi teman-temannya yang berpotensial untuk di-bully dan perlu dampingan. Peranan wali kelas dalam mengatasi bullying sebenarnya amat dominan, mengingat biasanya anak-anak lebih terbuka kepada wali kelas. Seorang wali kelas sebaiknya memiliki kemampuan untuk memberikan konseling kepada para siswa yang membutuhkan bantuan, termasuk mengatasi yang terlibat dalam *bullying*.

d. Peranan Orang Tua

Sebagai orang tua, kita bisa mulai mengajak tetangga-tetangga dan sesama orangtua untuk menetapkan sikap bersama terhadap bullying di lingkungan kita sehingga jika salah satu dari kita mendeteksi perilaku bullying di komunitas kita, seluruh komunitas bisa secara tegas dan arif mengambil langkah-langkah solusi tanpa perlu khawatir menyerang ruang pribadi keluarga-keluarga tertentu

yang putra-putrinya terlibat. Dengan pemahaman dan tekad bersama inilah niscaya bullying dapat diatasi.[36]

B. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia diartikan sebagai kekuatiran, kegelisahan, ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi, itu juga berarti suatu perasaan takut, kuatir bahwa akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan.[37] Kecemasan ialah suatu keadaan atau kondisi emosi yang tidak menyenangkan, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya dan tidak menentu.[38]

Penjelasan kecemasan mnurut beberapa ahli adalah:

a) Freud, menyatakan bahwa kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman dari rasa sakit maupun dunia luar yang tidak siap ditanggulangi dan berfungsi memperingatkan individu akan adanya bahaya. Kecemasan yang tidak dapat ditanggulangi disebut sebagai traumatik. Saat ego tidak mampu mengatasi kecemasan secara rasional, maka ego akan memunculkan mekanisme pertahanan ego (*ego defense mechanism).*
b) Priest, berpendapat bahwa kecemasan atau perasaan cemas adalah suatu keadaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi.

---

[36]Ariobimo Nusantara, *Bullying Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak, (*Jakarta: PT Grasindo, 2008), h. 37- 43

[37] Badudu-Zain, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Sinar Harapan, 1996), h. 56

[38] Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2014), h. 84

c) Calhoun dan Acocella, kecemasan adalah perasaan ketakutan (baik realistis maupun tidak realistis)yang disertai dengan keadaan peningkatan reaksi kejiwaan.

d) Atkinson, dkk, menjelaskan kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan gejala seperti kekhawatiran dan perasaan takut. Segala bentuk situasi yang mengancam kesejahteraan organisme dapat menimbulkan kecemasan, konflik merupakan salah satu sumber munculnya cemas. Adanya ancaman fisik, ancaman terhadap harga diri, serta perasaan tertekan untuk melakukan sesuatu di luar kemampuan juga menumbuhkan kecemasan.

e) Davis dan Palladino, kecemasan memiliki pengertian sebagai perasaan umum yang memiliki karakteristik perilaku dan kognitif atau symptom psikologikal.

f) Hall dan Lindzey, kecemasan adalah ketegangan yang dihasilkan dari ancaman terhadap keamanan, baik nyata maupun imajinasi biasa.[39]

Kecemasan adalah sebagai keadaan takut yang mempengaruhi area fungsional. Kecemasan memiliki tiga komponen dasar yaitu:

a) Keadaan subjektif yang berkaitan dengan ketegangan, ketakutan, dan perasaan tidak mampu untuk mengatasi *(coping).*

b) Respon tingkah laku seperti menghindar dari situasi yang menimbulkan ketakutan, terganggunya fungsi bicara, motorik, dan kerja pada tugas-tugas kognitif yang kompleks.

---

[39]Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), h. 49

c) Respon fisiologis yang meliputi ketegangan otot, peningkatan detak jantung, tekanan darah, dan kecepatan pernafasan, mulut menjadi kering, mual, diare, dan pusing.[40]

Kecemasan bersumber dari hal-hal yang diantaranya adalah, pergaulan, kesehatan, anak-anak, kehamilan, menuju usia tua, kegoncangan rumah tangga, pekerjaan, kenaikan pangkat, kesulitan keuangan, problem-problem dan ujian-ujian.

Kecemasan disebut juga dengan *kecemasan*. Jadi, kecemasan adalah tanggapan dari sebuah ancaman, nyata ataupun khayalan. Individu mengalami kecemasan karena adanya ketidak pastian dimasa mendatang. Kecemasan juga bisa berkembang menjadi suatu gangguan jika menimbulkan ketakutan yang hebat dan menetap pada individu tersebut. Kecemasan dapat dikatakan juga sebagai perasaan yang dialami seseorang ketika berfikir tentang sesuatu tidak menyenangkan akan terjadi.[41]

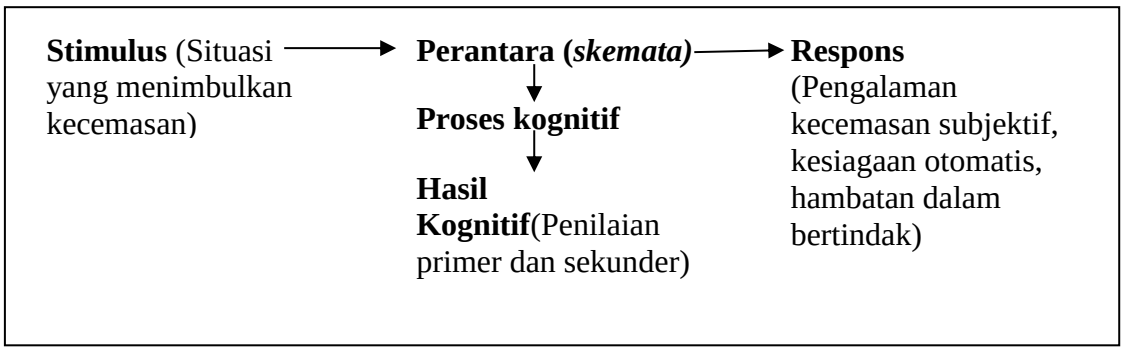
2. Proses Terjadinya Kecemasan

Secara tidak disadari kita telah mengetahui terjadinya kecemasan yang kita alami adalah suatu keadaan yang selalu berkaitan dengan pikiran. Beberapa ahli mengemukakan proses terjadinya kecemasan, yaitu:

[40]Rini Hildayati, dkk, *Penanganan Anak Berkelainan (Anak dengan Kebutuhan Khusus)*, (Tanggerang Selatan: Universitas Terbuka, 2014), h. 4.2

[41]Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologis*, (Jakarta: Kencana Penada Media Group, 2009), h. 14

a. Burns, emosi ataupun rasa cemas yang dirasakan disebabkan oleh adanya dialog internal dalam pikiran individu yang mengalami kecemasan atapun perasaan cemas.
b. Blackburn dan Davidson, mengemukakan proses terjadinya kecemasan yaitu secara teoritis kecemasan diawali oleh pertemuan individu dengan stimulus yang berupa situasi yang berpengaruh dalam membentuk kecemasan (situasi mengancam), yang secara langaung/tidak langsung hasil pengamatan/pengalaman tersebut diolah melalui proses kognitif dengan menggunakan *skemata* (pengetahuan yang telah dimiliki individu terhadap situasi tersebut yang sebenarny mengancam/tidak mengancam dan pengetahuan tentang kemampuan dirinya untuk mengendalikan dirinya dan situasi tersebut). Setiap pengetahuan tersebut dapat terbentuk dari keyakinan pendapat orang lain, maupun pendapat individu sendiri serta dunia luar. Pengetahuan (*skemata)* tersebut, tentunya akan mempengaruhi individu untuk dapat membuat penilaian sehingga respons yang akan ditimbulkan tergantung seberapa baik penilaian individu tersebut dapat mengendalikan dirinya. Apabila pengetahuan subjek terhadap situasi yang mengancam tersebut tidak memadai, tentunya individu tersebut akan mengalami kecemasan.



Praktisnya, terjadinya kecemasan adalah tentang bagaimana kita dapat mengevaluasi tindakan apa saja yang harus kita lakukan apabila merasakan kecemasan. Selain harus memahami tentang keadaan apa saya yang menyebabkan kita merasakan cemas, tentunya setelah itu harus dapat mengendalikan diri untuk dapat mengelola emosi dan permasalahan yang menyebabkan kecemasan tersebut.[42]

3. Karakteristik Kecemasan

Anak yang cemas mudah dihinggapi perasaan takut dan sering nampak mencari-cari hal yang membuatnya cemas. Mereka sering merasa kuatir dan cemas terhadap situasi sehari-hari, yang orang lain mungkin tidak begitu mempedulikan situasi tersebut. Anak yang kecemasan yang tinggi sering kali kurang popular, kurang kreatif, dan kurang fleksibel dibandingkan anak yang memiliki kecemasan yang rendah. Mereka lebih mudah ber-sugesti, ragu-ragu, hati-hati, dan kaku. Mereka juga cenderung dikelilingi oleh perasaan tegang, kuatir, kesepian, dan merasa kecil hati.

[42]Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*,....h.50

Konsep diri dari anak-anak pencemas tergolong buruk. Mereka memiliki ketergantungan yang lebih besar pada orang dewasa dan kurang mengekspresikan kemarahannya kepada orang lain secara terbuka. Anak dengan reaksi kecemasan cenderung menjadi mudah marah, tegang, rektif, dan waspada secara berlebihan terhadap ancaman dari lingkungan.

Anak-anak yang memiliki kecemasan tinggi, secara menyolok, memiliki skor yang lebih rendah pada tes-tes prestasi dan intelegensi. Hal itu merupakan implikasi dari kecemasan terhadap kemampuan anak untuk berfungsi secara efisien. Anak merasa diancam oleh kemungkinan bahwa belajar akan membawa tuntutan dalam kegiatan dan performa. Di sisi lain mereka, kurang memiliki energi untuk berusaha kearah pemenuhan tuntutan yang ada.[43]

4. Jenis-Jenis Kecemasan

Secara umum, kecemasan terdiri dari dari beberapa jenis, yaitu:

a. Gangguan Kecemasan Umum *(Generalizet Anxiety Disorder)* atau Keadaan Cemas *(Anxiety States).* Gangguan ini membuat seseorang mencemaskan secara berlebihan keadaan hidup mereka, seperti keuangan, kesejahteraan anak-anak, dan hubungan sosial mereka. Anak-anak dengan gangguan ini mencemaskan prestasi akademik, atletik, dan aspek sosial lain dari kehidupan mereka.[44]

b. Gangguan *Obsesif-Kompulsif Disorder* (OCD). Pada kasus ini, penderita merasa terdorong atau terpaksa berpikir tentang sesuatu dan

[43]Rini Hildayati, dkk, *Penanganan Anak Berkelainan*,... h. 44
[44]Jeffrey S. Nevid, dkk, *Psikologi Abnormal, (*Jakarta: Erlangga, 2003), h. 167

melakukan tindakan tertentu yang tidak dimauinya. Gangguan OCD lazim diderita oleh orang-orang yang minder dan merasa tidak aman, yang kaku suara hatinya, yang mudah merasa bersalah, dan yang mudah merasa terancam.

c. Gangguan Fobia. Fobia adalah perasaan takut yang bersifat menetap terhadap objek atau situasi tertentu yang sesungguhnya tidak menimbulkan ancaman nyata bagi yang bersangkutan atau bahayanya terlalu dibesar-besarkan. Fobia memiliki sifat khusus, yaitu:
    1) Perasaan takutnya intens dan mengganggu kegiatan sehari-hari penderita.
    2) Disertai simtom-simtom seperti: pusing-pusing, sakit perut, dan sebagainya.
    3) Kadang disertai kesulitan membuat keputusan.

Menurut beberapa ahli, kecemasan terdiri dari beberapa jenis, yaitu:

a. Gilmer, kecemasan dibedakan menjadi dua, yaitu:
    1) Kecemasan Normal, adalah suatu kecemasan yang derajatnya masih ringan, dan merupakan suatu reaksi yang dapat mendorong konseli untuk bertindak, seperti: menunjukkan kurang percaya diri, dan juga dapat melakukan mekanisme pertahanan ego, contoh: memberikan suatu alasan yang rasional atas kegagalan yang dialaminya.
    2) Kecamasan Abnormal, adalah suatu kecemasan yang sudah kronis, adanya kecemasan tersebut dapat menimbulkan perasaan dan

tingkah laku yang tidak efisien, misalnya mahasiswa harung mengulang ujian, karena ujian pertama belum lulus.

b. Lazarus dan Spielberger, kecemasan dibagi menjadi dua, yaitu:

1) Kecemasan *State Anxiety*, suatu kecemasan disebut *state anxiety* bila gejala kecemasan yang timbul dianggap sebagai suatu situasi yang mengancam individu. Misalnya, konseli merasa terancam atas kemungkinan kegagalan yang pernah dialaminya pada tahun yang lalu.

2) *Trait Anxiety*, merupakan kecemasan sebagai keadaan yang menetap pada individu. Kecemasan ini berhubungan dengan kepribadian individu yang mengalaminya. Konseli yang mempunya *trait anxiety* tinggi cenderung untuk menerima situasi sebagai bahaya atau ancaman, dibandingkan konseli yang menderita *trait anxiety* yang rendah, sehingga merkea akan merespon situasi yang mengancam dengan kecemasan yang lebih besar intensitasnya.

Konseli yang mengalami kecemasan tesebut, pada dirinya timbul reaksi-reaksi tertentu. Pada dasarnya reaksi kecemasan dapat dibedakan menjadi reaksi fisiologis dan reaksi psikologis. Reaksi fisiologis adalah reaksi tubuh, terutama organ-organ yang diatur oleh saraf simpatetis, seperti jantung, pembuluh darah, kelenjar, pupil mata, sistem pencernaan, dan sistem pembuangan. Dengan adanay kecemasan, maka satu atau lebih organ-organ

dalam tubuh akan mengalami peningkatan fungsinya, seperti jantung berdebar-debar, sering buang air kecil, nyeri di perut, keluar keringan dingin, gemetas, dan srkulasi darah tidak teratur. Reaksi psikologis adalah reaksi kecemasan yang biasanya disertai dengan reaksi fisiologis, seperti adanya rasa tegang, kebingungan, merasa terancam, tidak berdaya, rendah diri, kesulitan memusatkan perhatian, dan kesulitan berkonsentrasi.[45]

c. Spilberger, kecemasan terdiri dari dua bentuk yaitu:
   1) *Trait anxiety*, kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya. Kecemasan ini disebabkan karena kepribadian individu tersebut memang mempunyai potensi cemas dibandingkan dengan individu lain.
   2) *State anxiety,* keadaan dan kondis emosional sementara pada diri seseorang yang ditandai dengan perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan dengan sadar serta bersifat subjektif dan meningginya aktivitas system syaraf otonom, sebagai suatu keadaan yang berhubungan dengan situasi lingkungan khusus.
d. Freud, membedakan tiga macam kecemasan, yakni:
   1) Kecemasan realitas atau takut akan bahaya-bahaya nyata yang ada di luar.

[45]Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*,...h. 85-86

2) Kecemasan *neurotic* adalah rasa takut jangan-jangan insting-insting akan lepas dari kendali dan menyebabkan sang pribadi berbuat sesuatu yang bias membuatnya dihukum.

3) Kecemasan moral, mempunyai dasar dalam realitas, di masa lampau sang pribadi pernah mendapat hukuman karena melanggar norma moral dan bias dihukum lagi.[46]

5. Indikator Kecemasan

Calhoun dan Acocella, mengemukakan aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan dalam tiga reaksi, yaitu:

a. Reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan prsepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri tau orang lain.

b. Reaksi kognitif, yaitu ketakutan atau kekhawatiran yang berpengaruh pada kemampuan berfikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya.

c. Reaksi fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan system syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjr tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, tekanan darah meningkat.[47]

---

[46]Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*,....h. 54

[47]Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*,.... h. 55

Pada saat menghadapi kecemasan, tubuh mengadakan reaksi fisik, meliputi:

a. Berdebar-debar.

   Ketika berada pada pengaruh stress yang menyebabkan kecemasan, akan memicu jantung terpacu dengan cepat.

b. Gemetar.

   Saat mengalami kecemasan, tubuh akan terasa goyah atau tergoncang. Tangan dan lutut bergemetar ketika berusaha melakukan sesuatu.

c. Ketegangan.

   Tanda paling utama dari kecemasan adalah ketegangan. Seseorang merasakan saraf di belakang leher sangat kencang dan menegang. Ketegangan pada kulit kepala, merupakan salah satu penyebab timbulnya pusing yang akan mengantarkan pada keresahan.[48]

   Dari penjelasan di atas dapat kita pahami ada beberapa indikator kecemsan yaitu ketika mengalami stres seseorang menyebabkan jantungnya berdebar-debar, mengalami gemetar, serta timbulnya ketegangan pada diri seseorang.

   Secara umum, individu mengalami kecemasan dengan merasakan atau menimbulkan reaksi, sebagai berikut:

   a. Senantiasa diliputi ketegangan, rasa was-was dan keresahan yang bersifat tidak menentu.

[48] Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologis,...* h. 15

b. Terlalu peka (mudah tersinggung) dalam pergaulan, dan sering merasa tidak mampu, minder, depresi, dan serba sedih.
c. Sulit berkonsenterasi dan mengambi keputusan, serba takut salah.
d. Rasa tegang menjadikan yang bersangkutan selalu bersikap tegang-lamban, bereaksi secara berlebihan terhadap rangsangan yang datang secara tiba-tiba atau yang tidak diharapkan, dan selalu melakukan gerakan-gerakan neorotik tertentu, seperti mematah-matahkan kuku jari.
e. Sering mengeluh bahwa ototnya tegang, khususnya pada leher dan sekitar bagian atas otot bahu, mengalami diare ringan yang kronik, sering buang air kecil, dan menderita gangguan tidur berupa insomnia dan mimpi buruk.
f. Mengeluarkan banyak keringat dan telapak tangannya sering basah.
g. Sering berdebar-debar dan tekanan darahnya tinggi.
h. Sering mengalami gangguan pernafasan dan berdebar-debar tanpa sebab yang jelas.
i. Sering mengalami *"anxiety attacks"* atau tiba-tiba cemas tanpa ada sebab pemicu yang jelas.[49]

Menurut Priest, individu yang mengalami kecemasan akan menunjukkan reaksi fisik berupa tanda-tanda jantung berpacu lebih cepat, tangan dan lutut gemetar, ketegangan pada syaraf di belakang leher,

[7] Supratiknya, *Mengenal Prilaku Abnormal*, (Yogyakarta: Kanisius, 2003), h. 39

gelisah atau sulit tidur, banyak berkeringat, gatal-gatal pada kulit, serta selalu ingin buang air kecil.

Calhoun dan Acocella, mengemukakan aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan dalam tiga reaksi, yaitu:

d. Reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan prsepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri tau orang lain.
e. Reaksi kognitif, yaitu ketakutan atau kekhawatiran yang berpengaruh pada kemampuan berfikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya.
f. Reaksi fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan system syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjr tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, tekanan darah meningkat.[50]

C. Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecemasan Siswa

Bullying merupakan perilaku menyimpang yang dapat berakibat sangat serius bagi para korbannya, mulai dari prestasi belajar menurun, gangguang makan, mengisolasi diri, kegelisahan yang parah, trauma berkepanjangan, depresi, terluka, bahkan hingga mengakibatkan kematian.

[50]Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*,.... h. 55

Bullying merupakan perilaku yang ilegal, negatif dan juga agresif yang ada di lingkungan sosial.[51] *Bullying* memiliki perbedaan dengan perilaku agresif yang terlihat dari perbedaan jangka waktu, dimana *Bullying* akan berkelanjutan sedangkan perilaku agresif hanya satu kali kesempatan dengan waktu yang pendek. Pengaruh yang di timbulkan ada dua yaitu pengaruh jangka pendek dan juga jangka panjang. Mereka yang sering menjadi pelaku *bullying* cenderung menunjukkan kelainan kepribadian antisosial dibanding remaja lain yang seumur dengan mereka juga tampak mengabaikan hukum dan hak-hak orang lain, berprilaku agresif, serta kejam. Anak laki-laki yang sering menjadi korban *bullying* cenderung mengalami peningkatan risiko kecemasan. Dengan berbagai pengaruh yang di datangkan oleh *bullying,* hal itu berpengaruh terhadap kecemasan yang dialami siswa.

Kecemasan adalah tanggapan dari sebuah ancaman, nyata ataupun khayalan. Individu mengalami kecemasan karena adanya ketidak pastian dimasa mendatang. Kecemasan juga bisa berkembang menjadi suatu gangguan jika menimbulkan ketakutan yang hebat dan menetap pada individu tersebut. Kecemasan dapat dikatakan juga sebagai perasaan yang dialami seseorang ketika berfikir tentang sesuatu tidak menyenangkan akan terjadi.[52]

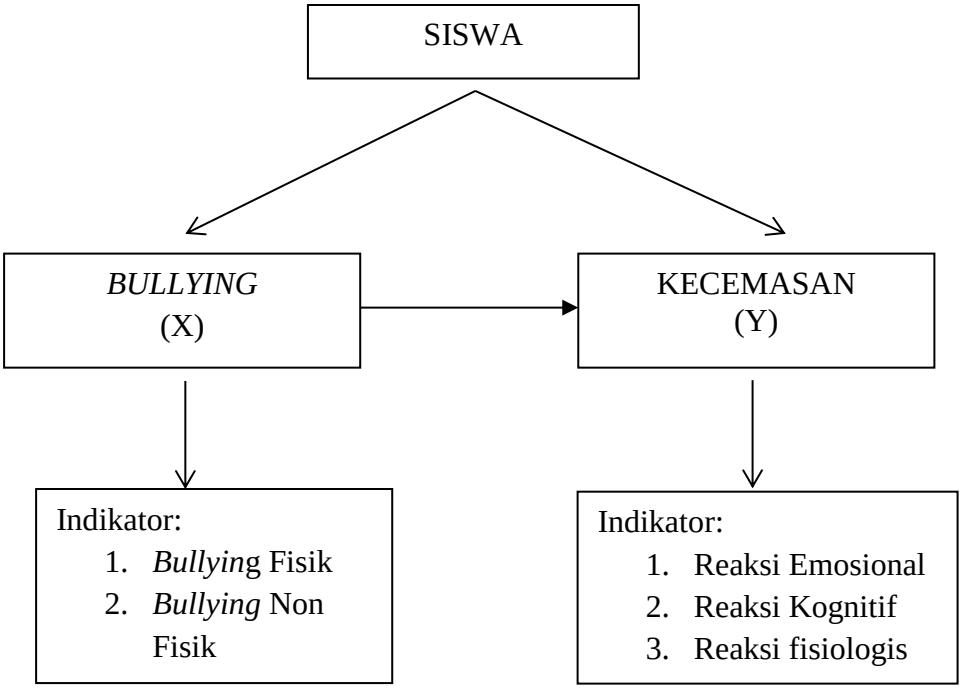
Dengan demikian, individu yang menjadi korban *bullying* dapat berdampak kehilangan rasa percaya diri dan berperasaan bahwa diri nya itu

[51]Ken Achroni, Ternyata Selalu Mengalah Itu Tidak Baik,... h. 150

[52]Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologis*, (Jakarta: Kencana Penada Media Group, 2009), h. 14

rendah diri. Kemudian hal itu dapat mempengaruhi individu tersebut mengalami masalah kecemasan di dalam lingkungan sekolah.

D. Kerangka Konseptual



Berdasarkan kerangka konseptual di atas dapat dilihat bahwa penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah *bullying* sedangkan variabel terikat adalah kecemasan. Dari kerangka konseptual di atas dapat di lihat bahwa *bullying* memiliki pengaruh langsung dengan kecemasan siswa.

E. Penelitian Relevan

Berdasarkan studi kepustakaan penelitian tentang pengaruh *bullying* ini sudah pernah dilakukan sebelumnya. Penelitian ini dilakukan oleh Shelly Fadhila (2611.079), dan Puspa Amrina.

Penelitian pertama yaitu penelitian yang dilakukan Shelly Fadhila NIM 2611.079 Fakultas Tarbiyah Jurusan Bimbingan Konseling IAIN

Bukittinggi dengan judul skripsi " Pengaruh *bullying* terhadap psikologis siswa SMPN 6 Bukittinggi". Berdasarkan pengolahan data membandingkan t_{hitung} dan t_{tabel} yaitu 6,814>1,96 artinya terdapat pengaruh *bullying* terhadap kondisi psikologis (emosi) siswa selanjutnya juga didapatkan besarnya pengaruh bullying terhadap emosi siswa yaitu 34,0%, jadi dapat disimpulkan bullying memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kondisi psikologis siswa yang terindikasi sebagai korban *bullying.*

Beda penelitian yang dilakukan peneliti sebelumnya dengan penelitian penulis yaitu peneliti sebelumnya melihat Pengaruh Bullying Terhadap Kondisi Psikologis Siswa SMPN 6 Bukittinggi. Sedangkan penelitian yang penulis teliti ini untuk melihat Pengaruh Bullying Terhadap Kecemasan Siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini diteliti oleh mahasiswa Puspa Amrina Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda dengan judul penelitian "Pengaru Bullying Terhadap Motivasi Belajar Siswa kelas VII di SMPN 31 Samarinda". Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh antara perilaku bullying terhadap motivasi belajar siswa kelas VII SMPN 3 Samarinda. Dengan nilai linearity F = 1.319 dan p = 0.172 < 0,05 yang berarti hubungan dikatakan linier. Sedangkan hasil koofisien R = 0.192 menunjukkan bahwa pengaruh *bullying* terhadap motivasi belajar hanya sebesar 0.192 % dan 99.%

merupakan faktor lain yang mempengaruhi motivasi belajar siswa selain bullying di sekolah. Artinya hipotesis maryor dalam penelitian ini ditolak.

Beda penelitian yang dilakukan peneliti sebelumnya dengan penelitian penulis yaitu peneliti sebelumnya melihat Pengaruh *Bullying* Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas VII di SMPN 31 Samarinda. Sedangkan penelitian yang penulis teliti ini untuk melihat Pengaruh *Bullying* Terhadap Kecemasan Siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

F. Hipotesis

Hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampel yang terbukti melalui data yang terkumpul.[53] berdasarkan kajian teori tersebut maka dapat diajukan hipotesis dengan rumusan sebagai berikut:

Hipotesis: Dengan adanya pengaruh bullying berdampak terhadap kecemasan siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

[53] Suharsimin Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rinika Cipta, 20 06), hal. 64

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Berdasarkan permasalahan dan judul dalam penelitian ini, yaitu pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat, maka jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan metode analisis regresi liniear sederhana. Untuk mengetahui pengaruh satu variabel bebas *(indenpendent)* terhadap satu variabel tak bebas (*dependent)* adalah menggunakan regresi liniear. Tujuan penerapan metode ini adalah untuk meramalkan atau memprediksikan besaran nilai variabel tak bebas yang dipengaruhi oleh variabel bebas.[54] Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian ini untuk menemukan besar pengaruh *bullying* (X) terhadap kecemasan (Y).

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat. Pemilihan lokasi ini sebagai tempat penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa pada lokasi ini peneliti sangat tertarik untuk mlakukan penelitian dikarenakan sekolah tersebut terletak strategis, mempunyai pemandangan lokasi yang indah, banyak meraih prestasi dibidang olah raga, akan tetapi peneliti menemukan fenomena yang sebagaimana telah peneliti jabarkan dilatar belakang masalah oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.

---

[54]Syofian Siregar, *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. (Jakarta:PT.Bumi Aksara,2014), h. 379

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah semua individu yang dijadikan objek penelitian untuk memperoleh informasi yang sesuai dengan tujuan penelitian. Menurut Sugiono, populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.[55] Dengan kata lain, populasi merupakan keseluruhan dari objek atau subjek yang ingin diteliti oleh peneliti.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat kelas XI. Karena tindakan *bullying* bisa terjadi kepada siapa pun dan dimana pun. Selain itu, berdasarkan penjelasan dari guru BK di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat bahwa *bullying* banyak terjadi dikalangan siswa X, XI, XII. Namun dalam penelitian ini, peneliti hanya bisa mengambil populasi dari siswa kelas XI saja. Karena pada kelas XII, siswa akan melaksanakan persiapan UN. Sehingga peneliti tidak mendapatkan kesempatan untuk melakukan penelitian terhadap siswa kelas XII. Dan pada kelas X tindakan *bullying* belum terlihat jelas dilakukan oleh siswa. Populasi terdiri dari kelas XI. TBSM1, XI. TBSM2, dan XI. APHP .

---

[55] Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan,* (Bandung:Alfabeta,2009), cet. Ke-delapan, h.117

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi, sebagai contoh yang diambil dengan menggunakan cara-cara tertentu. Suharsimi Arikunto berpendapat bahwa jika subjek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil seluruhnya, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, selanjutnya jika subjek penelitiannya besar dari 100 dapat diambil antara 10-25%.[56]

Penulis mengambil sampel dengan teknik *purposive Sampling*. *purposive Sampling* adalah salah satu teknik sampling non random sampling dimana penulis menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian.[57] Sampel yang diambil oleh penulis sebanyak 40 orang siswa dikarenakan 40 orang siswa tersebut terindikasi sebagai korban tindakan *bullying* yang mana penulis mendapatkan data dari buku studi kasus dan dari guru BK, yang tercatat bahwa kelas XI. TBSM 1 berjumlah 14 orang, kelas XI. TBSM 2 berjumlah 12 orang, dan kelas XI. APHP berjumlah 14 orang siswa.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Angket

Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dalam bentuk angket. Angket merupakan cara pengumpulan data berbentuk pengajuan

---

[56] Margono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Jakarta:Rineka Cipta,2007)cet. Ke-6, h. 121
[57] Sugiyono, *Metodologi Penelitian Bisnis*,(Jakarta:PT.Gramedia,2007), h. 132

pernyataan tertulis melalui sebuah daftar pernyataan yang sudah dipersiapkan sebelumnya.[58] Angket disusun dengan menjabarkan variabel, variabel dalam penelitian ini adalah *bullying* (variabel X) dan cara siswa anxietas (variabel Y). Masing- masing variabel dijabarkan kedalam sub-sub variabel, dari sub-sub variabel disusun butir-butir (item) yang berupa pernyataan positif dan negatif. Setiap responden dapat memilih jawaban dengan cara memberi tanda (X) pada lembar jawaban.

Peneliti menggunakan skala likert, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala ini mencamtumkan lima alternative jawaban, yaitu selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), jarang (J), tidak pernah (TP).

Table 3.2
Pengukuran angket

Alternative	Angket positif	Angket negatif
Selalu (SL)	5	1
Sering (SR)	4	2
Kadang-kadang (KD)	3	3
Jarang (J)	2	4
Tidak pernah (TP)	1	5

Pernyataan instrumen terdiri dari pernyataan positif dan negatif. Untuk pernyataan positif diberi skor masing-masing secara berturut-turut adalah 5,4,3,2,1, dan untuk pernyataan negatif diberi skor masing-masing 1,2,3,4,5. Pengumpulan data melalui angket ini ditunjukan kepada siswa

[58]AnasSudijon, *PengantarStatistikPendidikan*(Jakarta : RajawaliPers ,1999) hal. 27

kelas XI SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat yang menjadi anggota sampel. Angket yang diberikan terdiri atas dua bagian, yaitu angket yang berisikan pernyataan tentang *Bullying* dan angket yang berisikan pernyataan tentang Kecemasan siswa. Dengan contoh kisi-kisi angket sebagai berikut:

Tabel 3.3
Kisi-kisi Angket

No	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Deskriptor
1	*Bullying*	1.Indikator *Bullying* (bentuk-bentuk *Bullying)*	1. *Bullying* fisik	1) Tamparan 2) Pukulan 3) Tendangan 4) Dibenturkan tembok 5) Dorongan
			2. *Bullying* non fisik	1) Verbal 2) Non verbal
2	Anxietas	1. Indikator kecemasan	1. Reaksi Emosional	1) Perasaan keprihatinan 2) Ketegangan 3) Sedih 4) Mencela diri sendiri atau orang lain.
			2. Reaksi Kognitif	1) Mengalami ketakukutan dan kekhawatiran.

			3. Reaksi fisiologi	1) jantung berdetak lebih keras 2) nafas bergerak lebih cepat 3) 3) tekanan darah meningkat.

E. Metode Analisis Instrumen

1. Validitas Instrumen Angket

Sebuah instrument membutuhkan suatu pengukuran dari sebuah data yaitu validitas. Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketetapan dan kecermatan satu instrument pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Satu tes dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukur secara teapat atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukan pengukuran tersebuat. Artinya hasil ukuran dari pengukuran tersebut merupakan besaran yang mencerminkan secra tepat fakta atau keadaan sesungguhnya dari apa yang diukur.[59]

Untuk menemukan validitas instrument ini peneliti menggunakan kategori uji validitas sebagaimana yang diungkapkan oleh Suharsimi Arikunto yaitu:

a) *Content validity* (Validitas isi) yaitu suatu instrumen dikatakan valid apabila sebuah instrumen tersebut secara isi telah menggambarkan apa yang diukur secara keseluruhan. *Content validity* dilakukan dalam

[59]Suharsimi Arikunto , *Dasar-DasarEvaluasiPendidikan* , (Jakarta : Bumi Aksara,1999), h. 66-67

bentuk pencekan kembali dari butir-butir instrumen penelitian terhadap teori yang dikemukakan.

b) *Construct validity* (Validitas konstruk) yaitu suatu instrumen dinyatakan valid setelah dikonsultasikan dengan orang yang ahli di bidang tersebut. Dilakukan dalam bentuk konsultasi kepada beberapa orang dosen yang dianggap ahli.

c) Validitas empiris yaitu melakukan uji coba instrument. Dengan menggunakan rumus:

$r_{hitung} > r_{tabel}$ = Jika N.30 maka *r*tabel 0.360

Dalam penelitian ini, untuk menguji validitas konstrak dengan menggunakan pendapat dari ahli (*judgment experts*) maka peneliti melakukan validasi instrumen penelitian kepada dosen yang ahli dibidangnya. Peneliti meminta kepada tiga orang ahli yaitu Dr. Afrinaldi,MA, Ahmad Masrur Firosad, S.Pd.I., M.Pd dan Ibu Nurhasnah, MA

Untuk melihat valid atau tidaknya suatu pernyataan angket, dilihat dari tabel *Item Total Statistics* kolom *Corrected Item Total Correlation* yang dibandingkan dengan nilai r tabel pada taraf signifikansi 0,05. Suatu item/pernyataan dapat dikatakan valid jika koefisien korelasinya besar dari nilai r tabel pada taraf signifikansi 0,05 (5%). Jika koefisien korelasinya kecil dari nilai r tabel pada taraf signifikansi 0,05 (5%) maka pernyataan/item tersebut dapat dikatakan tidak valid.maka dapat diketahui banyak item valid dan yang gugur setiap variabel sebagai berikut:

NO	Variabel	Degree of Freedom (Df)	Item Valid	Item Tidak Valid
1	*Bullying*	0,444	1,2,4,7,8,10,12,14,16,18,19,20,21,22,24,26,27,28,30,32,33,36,38,39,40,41,42,44,45,47,52,56,58,59,60,6162,65,67,68,70,72,73,74,75,76,78,80	3,5,6,9,11,13,15,17,23,25,29,31,34,35,37,43,46,48,49,50,51,53,54,55,57,63,64,66,69,71,77,79
2	Kecemasan	0,444	2,3,4,6,8,10,12,14,16,17,18,20,21,23,24,25,26,30,32,33,34,36,38,39,43,44,45,48,49,50,52,55,56	1,5,7,9,11,13,15,19,22,27,28,29,31,35,37,40,41,42,46,47,51,53,54

Hasil uji validitas instrumen dengan menggunakan SPSS 22.0 terhadap 80 item pernyataan untuk instrumen *bullying* yaitu 48 item pernyataan yang valid dan 32 item pernyataan yang tidak valid. Kemudian terhadap 56 item pernyataan untuk instrumen kecemasan yaitu 33 item yang valid dan 23 item yang tidak valid. Untuk item yang valid, digunakan untuk mengumpulkan data penelitian, sedangkan yang tidak valid di hapuskan saja.

2. Reliabilitas Instrumen

Pengujian realiabilitas instrument dilakukan dengan cara ekuivalen yang pertanyaan yang secara bahasa berbeda tetapi maksudnya sama. Pengujian reliabitas dengan cara ini cukup dilakukan sekali, tetapi instrumen dengan cara ini cukup dilakukan sekali, tetapi instrumennya dua, pada responden yang sama, waktu yang sama, instrumen berbeda. Realibitas instrument dihitung dengan cara mengkolerasikan antara data instrument yang satu dengan data instrument yang dijadikan equivalen bila korelasi positif dan signifkan, maka instrument dapat dinyatakan reliable.

Uji reliabitas dilakukan dengan menggunakan rumus alpha cron bach dengan batuan SPSS 22.0.

Instrument yang reliable adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, ini tergolong pada *Internal Consistency* yaitu dilakukan dengan cara mencobakan instrument sekali saja, kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan teknik belah dua dari Spearman Brown (*Split Half*).[60]

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)}\right]\left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma 1^2}\right]$$

Keterangan:

r_{11} : Reliabilitas Instrumen
k : Banyak Butir
$\sum \sigma b^2$: Jumlah varian butir
σ_1^2 : Varians total

Dalam penelitian ini, pengujian reliabilitas instrumen, peneliti menggunakan program SPSS versi 22.0

Suatu item/pernyataan dapat dikatakan reliabel jika koefisien korelasinya besar dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 (5%). Jika koefisien korelasinya kecil dari nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 (5%) maka pernyataan/item tersebut dapat dikatakan tidak reliabel.

Tabel 3.5

[60]Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D...*, h. 131

Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Banyak Butir	*Alpha Cronbach*	Keterangan
Bullying	48	0.942	Reliabel
Kecemasan	33	0.943	Reliabel

Dari tabel *reliabilitas statistics* di atas dapat dijelaskan bahwa Cronbach's Alpha sebesar 0,942 pada variabel *Bullying* merupakan nilai dari reliabelitas angket. N of items sebesar 80 merupakan banyaknya item pernyataan yang di input dan dianalisa. Dan pada variabel kecemasan terdapat Cronbach's Alpha sebesar 0.943 merupakan nilai dari reliabelitas angket. N of item sebesar 56 merupakan banyaknya item pernyataan yang di input dan dianalisa.

Jumlah tersebut merupakan jumlah butir pernyataan yang valid, hal ini disebabkan dari 80 butir pernyataan yang digunakan 48 yang valid pada variabel *Bullying,* dan 56 butir pernyataan yang digunakan 33 yang valid pada variabel kecemasan. Untuk menentukan apakah angket penelitian reliabel atau tidak, dilakukan perbandingan antara nilai reliabilitas yang diperoleh dengan standar yang ada, dimana semakin koefisien reliabelitas mendakati 1 maka semakin tinggi.

Secara umum koefisien yang biasa digunakan dalam penelitian adalah sebesar 0,60, semakin besar dari 0,60 dan mendekati 1 semakin baik dan dapat diandalkan. Dari analisis reliabelitas menggunakan SPSS 22 di atas dapat terlihat bahwa koefisien reliabelitas sebesar 0,942 dan 0,943. Nilai tersebut lebih besar dari 0,60 (0,942> 0,60) dan (0,943>0,60) ini berarti

bahwa data instrumen penelitian mempunyai tingkat reliabel yang tinggi, data hasil instrumen penelitian bisa diandalkan dan dipercaya.

F. Teknik Analisis Data

1. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data tentang *bullying* dan kecemasan siswa tersebut dianalisis dengan melihat nilai rata-rata dengan rumus sebagai berikut:

$$\overline{X} = \frac{\sum Xn}{N}$$

Keterangan :
$\overline{X}$ = rata-rata hitung
$\sum$ = sigma ,artinya jumlah
N = jumlah populasi dalam distribusi itu

Kemudian dilanjutkan dengan menghitung persentase dari setiap skor masing-masing responden.

Deskripsi *bullying* dan kecemasan berdasarkan norma kategori diklasifikasikan dengan kriteria sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategorisasi dilakukan untuk menempatkan individu kedalam kelompok–kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Dalam melakukan kategorisasi, diperlukan rentangan data atau interval, yang diperoleh dari rumus berikut:[61]

$$Interval = \frac{dataterbesar - dataterkecil}{jumlahkelompok}$$

Teknik lain yang digunakan untuk mengolah data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik statistik sederhana dengan mencari skor

[61]Agus Irianto, *Statistik*, (Jakarta: Kencana, 2004), h. 22

mean, standar deviasi, range, skor minimum dan skor maksimum dengan formula:

a. Mean, yaitu: M = $\frac{\sum FX}{N}$

b. Range, yaitu: ST – SR

Setelah data diolah dengan menggunakan rumus statistik sederhana, kemudian kedua variabel data diklasifikasikan kedalam kategori interprestasi angket, sebagai berikut:[62]

Tabel 3.6
Pedoman Interprestasi Angket

Kategori		**Persentase**
Sangat Tinggi	Sangat Cemas	81 – 100 %
Tinggi	Cemas	61 – 80 %
Sedang	Sedang	41 – 60 %
Kurang Tinggi	Kurang Cemas	21 – 40 %
Rendah	Tidak Cemas	– 20 %

c. Standar Deviasi

$$SD = \frac{\sqrt{\sum fx^2}}{N}$$

Keterangan:

SD : Standar Deviasi
∑fx : Jumlah hasil perkalian antara frekuensi masing-masing skor dengan deviasi skor yang telah dikuadratkan
N :Number of cases

d. Menghitung frekuensi (F) dari setiap item

e. Mencari persentase % dari setiap item dalam penelitian ini, penulis menggunakan rumus:

[62]Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta,1998), h.354

$$\mathbf{P = \frac{F}{N} X\ 100\%}$$

Keterangan:
P= Persentase
F= Frekuensi
N= Jumlah responde

Setelah data diolah dengan menggunakan rumus statistik sederhana, kemudian kedua variabel data diklasifikasikan kedalam kategori interprestasi angket sebagai berikut:

Tabel 3

Kriteria Analisis Deskriptif Bullying

Interval	Kategori
≥200	**Sangat Tinggi**
189-199	**Tinggi**
174-186	**Sedang**
161-173	**Kurang Tinggi**
148-160	**Rendah**

Tabel 3
Kriteria Analisis Deskriptif Kecemasan

Interval	Kategori
≥146	**Sangat tinggi**
135-145	**Tinggi**
124-134	**Sedang**
113-123	**Rendah**
102-112	**Sangat rendah**

G. Pengujian Hipotesis Penelitian

1. **Pengujian Normalitas**

Uji normalitas ini digunakan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 22.0 yang dianalisis dengan menggunakan uji *Kolmogorov Simirnov.* Berdasarkan uji *Kolmogorov Simirnov* ini ditetapkan hipotesis yaitu, Ha (data berdistribusi normal) dan Ho (data tidak berdistribusi normal), taraf signifikansi sebesar 0,05. Adapun kriteria uji hipotesis adalah sebagai berikut :

Jika asymp sig >0.05, Ha diterima dan Ho ditolak

Jika asymp sig <0,05, Ha ditolak dan Ho diterima

Kriteria pengujiannya adalah jika nilai signifikasi (sig)>0,05 maka data tersebut berdistribusi normal.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan liliefors dengan pengolahan data menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS)22.

Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidaknya dilihat pada kolom *Kolmogorov-Smirnov* dan dibandingkan dengan taraf signifikansi 0,05 (5%).

2. **Uji Linearitas**

Pengujian kelinearan regresi dilakukan dalam rangka menguji model persamaan regresi suatu variabel Y terhadap suatu variabel X. Perhitung linearitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS. 22.0.

Menurut asumsi hubungan antara variabel bebas dan variable terikat merupakan hubungan linear, maka harus diadakan pengujian linieritas.Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas dengan variabel terikat memiliki pengaruh yang linier atau tidak. Uji linieritas dilakukan dengan menghitung nilai F. Rumus F sebagai berikut:

$$F=\frac{JK_{reg}/K}{JK_{res}/(n-k-1)}$$

Setelah menghitung F, selanjutnya F_{hitung} dibandingkan dengan F_{tabel}. jikaF_{hitung} lebih besar dari F_{tabel}, taraf nyata yang digunkaan (α)= 5% atau 0,05 dengan derajat kebebasan dk = k dk_1. Maka dapat disimpulkan bahwa regresi tersebut berarti, begitu pun sebaliknya jika F_{hitung} lebih kecil dari F_{tabel} dengan taraf nyata 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa regresi tersebut tidak berarti.

3. Pengujian Hipotesis Penelitian

a) Uji Regresi Sederhana

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik analisis persamaan regresi yang diolah dengan bantuan program SPSS. 22.0. Regresi sederhana adalah regrasi linier yang mengestimasi besarnya koefisien-koefisien yang dihasilkan dari persamaan yang bersifaat linier, melibatkan satu variabel terikat. Adapun rumus umum regresi linier sederhana adalah : Y = a +Bx

Keterangan :
Y : variabel
a : konstanta
B : koefisien
X : variabel bebas yaitu *bullying*

Dengan mengunakan regresi linier sederhana ini, dapat diketahui ada atau tidaknya pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa.

b) Uji korelasi

Untuk *melihat* keeratan hubungan antara variabel, maka langkah selanjutnya dilakukan analisa data dengan menggunakan analisis Korelasi Product Moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan

N : Jumlah Responden

r_{xy} : Koefisien korelasi antara X dan Y

X : Skor mentah variabel X

Y : Skor mentah variabel Y

$\sum XY$: Jumlah hasil penelitian tiap skor asli dari variabel X dan

$\sum X$: Jumlah variabel X

$\sum Y$: Jumlah variabel

Setelah dilakukan perhitungan rumus di atas, maka selanjutnya melakukan interpretasi dengan menggunakan tabel "r" *product moment* dengan langkah:

a. Merumuskan hipotesis alternatif yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

b. Merumuskan hipotesis nihil yaitu tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh *bullying* terhadap terhadap kecemasan siswa di SMKN 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

c. Menginterpretasikan dengan tabel "r" *product moment*, sebagai berikut:[63]

Tabel 3.7
Pedoman Interpretasi *Product Moment*

Besarnya "*r*" Product Moment (r_{xy})	**Interpretasi**
0	Tidak berkorelasi
0.01-0.199	Antara variabel X dan variabel Y memang terdapat hubungan, akan tetapi hubungan itu sangat lemah atau sangat rendah sehingga hubungan itu diabaikan (dianggap tidak ada hubungan antara variabel X dan variabel Y).
0.20-0.399	Antara variabel X dan variabel Y terdapat hubungan yang lemah atau rendah.
0.40-0.599	Antara variabel X dan variabel Y terdapat hubungan sedang atau cukup.
0.60-0.799	Antara variabel X dan variabel Y terdapat hubungan yang kuat atau tinggi.
0.80-1.00	Antara variabel X dan variabel Y terdapat hubungan yang sangat kuat atau sangat tinggi.[64]

c) Uji F
Rumus F sebagai berikut:

$$F=\frac{JK_{reg}/K}{JK_{res}/(n-k-1)}$$

Setelah menghitung F, selanjutnya F_{hitung} dibandingkan dengan F_{tabel}.jikF_{hitung} lebih besar dari F_{tabel}, taraf nyata yang digunakan (α)= 5% atau 0,05 dengan derajat kebebasan dk = k dk_1. Maka dapat disimpulkan bahwa regresi tersebut berarti,begitu

[63]Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*..., h. 255
[64]Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dans R & D,* h. 184

pun sebaliknya jika F_{hitung} lebih kecil dari F_{tabel} dengan taraf nyata 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa regresi tersebut tidak berarti.

BAB IV
HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi hasil penelitian diperoleh dari pengumpulan data instrument penelitian berupa pemberian skor. Pemaparan tersebut meliputi variabel-variabel penelitian yaitu *bullying* terhadap kecemasan siswa, yang mencakup mean, median, mode, standar deviasi, rentang skor (range), skor minimum, dan skor maksimum. Adapun perolehan skor data variabel penelitian dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.1
Skor Data Empirik Variabel Penelitian
Statistik

Statistics

		Bullying	Kecemasan
N	Valid	40	40
	Missing	0	0
Mean		171.43	118.43
Std. Error of Mean		1.791	1.369
Median		171.00	118.50
Mode		166	119
Std. Deviation		11.325	8.661
Variance		128.251	75.020
Range		61	49
Minimum		148	102
Maximum		209	151
Sum		6857	4737

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat diketahui bahwa skor data empirik variabel *bullying* pada bagian mean 171.43, pada bagian median 171.00, pada bagian minimum 148, maksimum 209, pada bagian std.deviasi 11.325 dan skor data empirik variabel kecemasan pada bagian mean 118.43, pada

bagian median 118.50, pada bagian std. deviasi 8.661, pada bagian minimum 102, dan pada bagian maksimum 161.

Berdasarkan hasil pengolahan data angket yang mengenai pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa siswa diperoleh data sebagai berikut:

1. Bullying

Data tentang *bullying* dikumpulkan menggunakan angket yang peneliti sebarkan kepada sampel penelitian sejumlah 40 orang siswa. Angket yang disebarkan menggunakan skala likert yang terdiri dari penyataan positif dan negatif. Siswa bisa memilih dengan alternatif jawaban yaitu Selalu (SL), Sering (SR), Jarang (JR), Kadang-kadang (KD), Tidak pernah (TP). Untuk pernyataan positif diberikan skor yaitu, SL=5, SR=4, JR=3, KD=2, TP=1. Sedangkan untuk pernyataan negatif diberikan skor yaitu, SL=1, SR=2, JR=3, KD=4, TP=5.

Untuk mendapat hasil penelitian yang rinci berkenaan dengan *bullying* dapat diketahui bahwa jumlah skor untuk keseluruhan siswa adalah skor tertinggi yang diperoleh adalah 209 , skor terendah yang diperoleh adalah 148.Selanjutnya skor yang diperoleh masing-masing responden dimasukkan ke dalam daftar disribusi frekuensi sebagai berikut

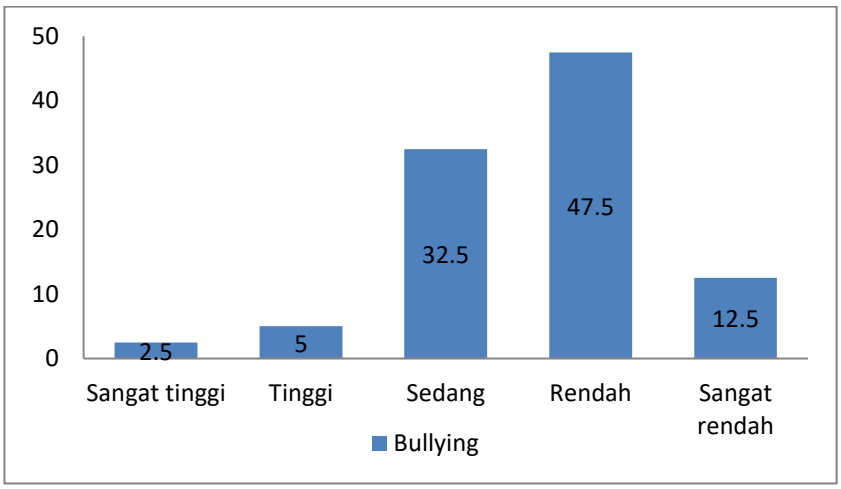
Tabel 4.2
Daftar Distribusi Frekuensi Bullying

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
≥200	1	2,5%	**Sangat tinggi**
189-199	2	5%	**Tinggi**
174-186	13	32,5%	**Sedang**
161-173	19	47,5%	**Rendah**
148-160	5	12,5%	**Sangat rendah**

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat diketahui bahwa 1 orang siswa dengan persentase 2,5% tersebut menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sangat tinggi, 2 orang siswa dengan persentase 5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadipada siswa berada pada kategori tinggi, 13 orang siswa dengan persentase 32,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sedang, 19 orang siswa dengan persentase 47,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori rendah, dan 5 orang siswa dengan persentase 12,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sangat rendah.

Agar lebih jelasnyabullying yang terjadi pada siswa di SMK Negeri 1Sungai Aur Pasaman Barat, dapat dilihat pada grafik berikut:

Grafik 4.1



Berdasarkan grafik 4.1 diatas dapat diketahui bahwa 1 orang siswa dengan persentase 2,5% tersebut menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sangat tinggi, 2 orang siswa dengan

persentase 5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadipada siswa berada pada kategori tinggi, 13 orang siswa dengan persentase 32,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sedang, 19 orang siswa dengan persentase 47,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori rendah, dan 5 orang siswa dengan persentase 12,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sangat rendah.

2. Kecemasan

Data tentang kecemasan dikumpulkan menggunakan angket yang peneliti sebarkan kepada sampel penelitian sejumlah 40 orang siswa. Angket yang disebarkan menggunakan skala likert yang terdiri dari penyataan positif dan negatif. Siswa bisa memilih dengan alternatif jawaban yaitu Selalu (SL), Sering (SR), Jarang (JR), Kadang-kadang (KD), Tidak pernah (TP). Untuk pernyataan positif diberikan skor yaitu, SL=5, SR=4, JR=3, KD=2, TP=1. Sedangkan untuk pernyataan negatif diberikan skor yaitu, SL=1, SR=2, JR=3, KD=4, TP=5.

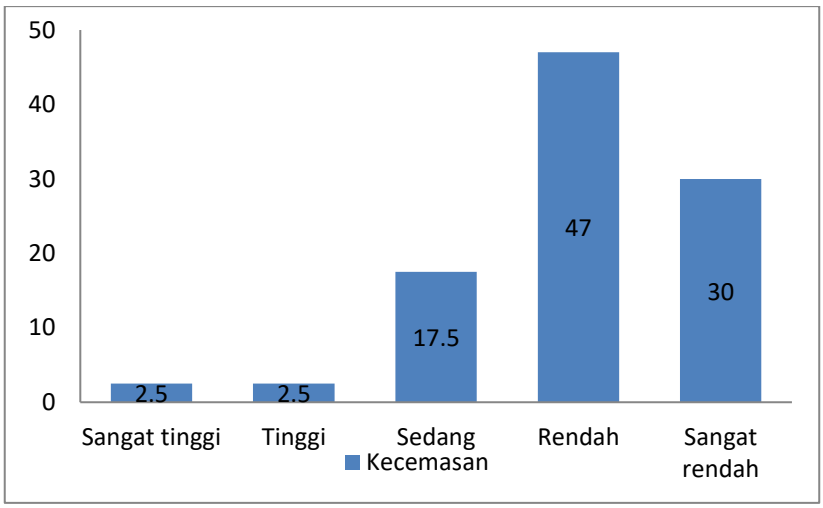
Untuk mendapat hasil penelitian yang rinci berkenaan dengan kecemasan dapat diketahui bahwa jumlah skor untuk keseluruhan siswa adalah skor tertinggi yang diperoleh adalah 151, skor terendah yang diperoleh adalah 102. Selanjutnya skor yang diperoleh masing-masing responden dimasukkan ke dalam daftar disribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4.3
Daftar Distribusi Frekuensi Kecemasan

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
≥146	1	2,5%	**Sangat tinggi**
135-145	1	2,5%	**Tinggi**
124-134	7	17,5%	**Sedang**
113-123	19	47%	**Rendah**
102-112	12	30%	**Sangat rendah**

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat diketahui bahwa 1 orang siswa dengan persentase 2,5% tersebut menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sangat tinggi, 1 orang siswa dengan persentase 2,5% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori tinggi, 7 orang siswa dengan persentase 17,5% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sedang, 19 orang siswa dengan persentase 47% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori rendah, dan 12 orang siswa dengan persentase 30% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sangat rendah. Agar lebih jelasnya kecemasan pada siswa didi SMK Negeri 1Sungai Aur Pasaman Barat, dapat dilihat pada grafik berikut:

Grafik 4.2



Berdasarkan grafik 4.2 diatas dapat diketahui bahwa 1 orang siswa dengan persentase 2,5% tersebut menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sangat tinggi, 1 orang siswa dengan persentase 2,5% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori tinggi, 7 orang siswa dengan persentase 17,5% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sedang, 19 orang siswa dengan persentase 47% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori rendah, dan 12 orang siswa dengan persentase 30% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sangat rendah.

B. Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas peneliti lakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *SPSS Versi 22*. Jika *signivicance correlation (sig)* pada hasil perhitungan besar sama dari *alpha*, maka

dapat dikatakan berdistribusi normal. Sebaliknya jika nilai *signivicance correlation* (*sig)* pada hasil perhitungan kecil sama dari *alpha*, maka dapat dikatakan tidak berdistribusi normal. *Alpha* yang digunakan adalah 0,05.

Adapun hasil perhitungan uji normalitas terhadap 40 orang sampel pada penelitian ini menggunakan jasa komputer dengan bantuan *SPSS versi 22* adalah sebagai berikut:

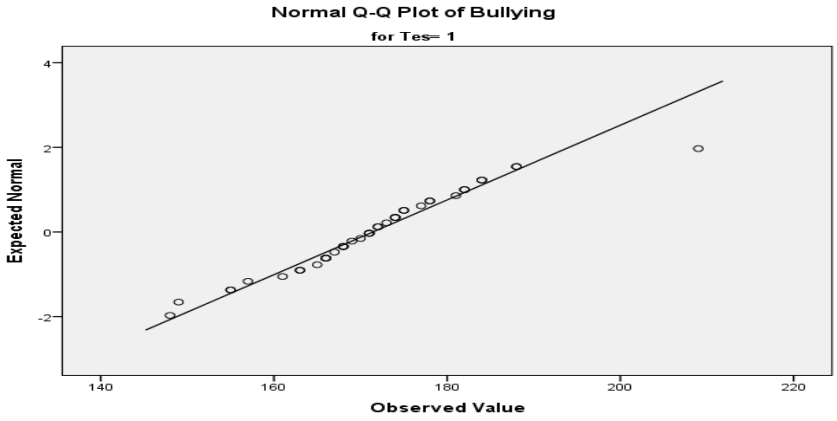
Tabel 4.4
***One Sample Kolmogrov-Smirnov Test* Uji Normalitas**

Tests of Normality[c,d]

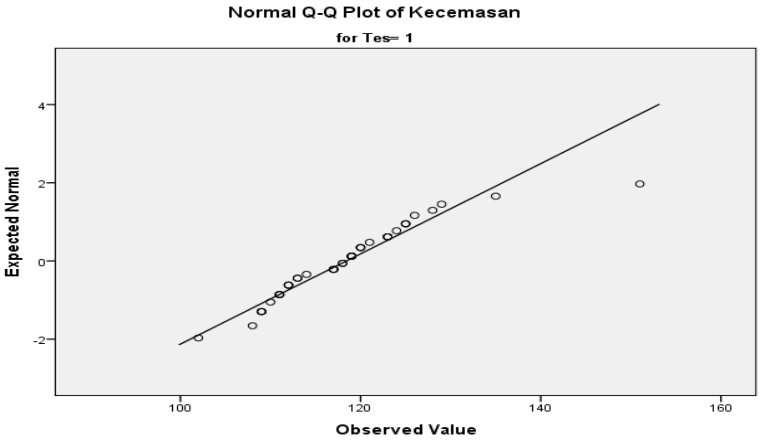
		Kolmogorov-Smirnov[a]		
	Tes	Statistic	Df	Sig.
Kecemasan	1	.103	40	.200*
Bullying	1	.101	40	.200*

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat dilihat variabel *bullying* (X) memiliki nilai *Significance* 0,200 lebih besar dari *alpha* (0,05), dan kecemasan (Y) memiliki nilai *Significance* 0,200 lebih besar dari *alpha* (0,05), sehingga data diasumsikan berdistribusi normal.Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik normalitas sebagai berikut:

Grafik 4.3



Grafik 4.4



Berdasarkan kedua grafik di atas diketahui penyebaran data mendekati garis normal, sehingga dapat diasumsikan data berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah uji yang menyatakan bahwa hubungan antara variabel independen (X) dengan variabel dependen (Y) linear atau searah.Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui pengaruh *bullying* (X) cenderung membentuk garis linear terhadap kecemasan (Y).

Tujuan dilakukannya uji linearitas untuk mengetahui apakah antara variabel terikat (Y) dan variabel bebas (X) mempunyai hubungan linear.[65] Dasar pengambilan keputusan dijelaskan sebagai berikut:

a. Jika nilai *deviation from linearity* sig > 0,05, maka H_a diterima. Artinya sebaran data variabel X (*bullying*) membentuk garis linear terhadap variabel Y (kecemasan).

[65] Syofian Siregar, *StatistikParametrik Untuk Penelitian Kuantitatif,* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012) hal. 178

b. Jika nilai *deviation from linearity* sig < 0,05, maka H_a ditolak. Artinya sebaran data variabel X (*bullying*) tidak membentuk garis linear terhadap variabel Y (kecemasan).

Adapun hasil dari uji linearitas sebagaimana tabel output SPSS *versi 22* berikut:

Tabel 4.5
***One sample Deviation From Linearity Test* Uji Linearitas**

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan * Bullying	Between Groups	(Combined)	2425.942	23	105.476	3.376	.008
		Linearity	998.489	1	998.489	31.962	.000
		Deviation from Linearity	1427.452	22	64.884	2.077	.069
	Within Groups		499.833	16	31.240		
	Total		2925.775	39			

Berdasarkan hasil tabel 4.5 uji linieritas di atas, maka dapat dilihat nilai signifikansi *deviation from linearity* adalah linear sebesar 0,69 yang menyatakan bahwa nilai linearity > (lebih besar) dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang linier antara variabel *bullying* terhadap kecemasan siswa.

C. Pengujian Hipotesis

Mengingat persyaratan yang dibutuhkan sebagai model regresi linear antara variabel X (variabel bebas) dengan variabel Y (variabel terikat) dipenuhi, maka analisis selanjutnya dilakukan hipotesis penelitian.

1. Uji Korelasi

Untuk mengetahui pola hubungan, peneliti menggunakan uji korelasi dengan memanfaatkan *SPSS versi 22*. Adapun hasil uji korelasi pada variabel *bullying* terhadap kecemasan siswa dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.6
Uji Korelasi

Correlations

		Bullying	Kecemasan
Bullying	Pearson Correlation	1	.584**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
Kecemasan	Pearson Correlation	.584**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

Berdasarkan tabel 4.6 di atas, taraf hubungan antara variabel X dan Y adalah 0,387. Untuk mengkorelasikan kedua variable tersebut digunakan rumus *degree of freedom* df= n-2 (40-2=38). Kemudian dilihat r tabel korelasi *product moment* pada signifikan 0,05 dengan df= 0,32. Berdasarkan pedoman interpretasi jika r hitung < dari pada r tabel maka tidak ada hubungan yang signifikan. Pada hasil perhitungan tersebut maka dapat diketahui bahwa angka indeks korelasi (rxy sebesar 0,584 r hitung > dari pada r tabel yaitu 0,32). Maka dapat diketahui bahwa terdapat korelasi (hubungan) yang signifikan antara *bullying* terhadap kecemasan siswa. Jika dilihat pada tabel pedoman interpretasi *product moment* dapat disimpulkan bahwa 0,584 terletak (0.40 – 0.599) yaitu antara variabel X

dan variable Y terdapat korelasi yang artinya terdapat korelasi yang sedang atau cukup.

2. Uji Regresi Sederhana

Dalam penelitian yang peneliti lakukan untuk menguji antara variabel X dan variabel Y peneliti menggunakan rumus *Product Moment Person*. Adapun untuk mendapatkan hasil yang lebih rinci peneliti menggunakan *SPSS versi 22* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.7

Model Summary[b]

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.584[a]	.341	.324	7. 122

Berdasarkan tabel 4.7 di atas diketahui nilai *R Square* sebesar 0,341. Nilai *R Square* adalah sebesar kontribusi variable X (*bullying*) terhadap variable Y (kecemasan). Hal tersebut diketahui bahwa kontribusi bullying terhadap kecemasan siswa sebesar 34,1 % dan 65,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

Tabel 4.8

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	998.489	1	998.489	19.687	.000[b]
	Residual	1927.286	38	50.718		
	Total	2925.775	39			

Berdasarkan tabel 4.8 di atas, dapat dilihat bahwa nilai signifikan sebesar 0,000. Adapun kriteria pengujian hipotesis sebagai berikut:

a. Jika $F_{hitung} > F_{tabel,}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima

b. Jika $F_{hitung} < F_{tabel,}$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima

Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan *SPSS versi 22* menunjukkan bahwa F_{hitung} sebesar 19.687, sedangkan F_{tabel} sebesar 3,23, artinya 19.687> 3,23. Berdasarkan perhitungan kriteria diatas dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat kontribusi *bullying* terhadap kecemasan siswa siswa di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat.

3. Persamaan Regresi

Tabel 4.9

Coefficients[a]

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	41.833	17.299	.000	2.418	.020
Bullying	.447	.101	.584	4.437	.000

Berdasarkan tabel 4.9 di atas pada konstanta *(a)* adalah 41.833 sedangkan *bullying* (*b)* adalah 0,447 sehingga gambaran persamaan regresi yaitu :

$Y = a + Bx$

$Y = 41.833 + 0{,}447X$

Angka-angka ini diartikan sebagai berikut:

a. Interpretasi sebesar 41.833, artinya jika *bullying* 0 atau biasa maka kecemasan siswa positif yaitu 41.833.
b. Interpretasi regresi variabel *bullying* sebesar 0,447, artinya jika *bullying* pada siswa mengalami kenaikan, maka *bullying* siswa mengalami kenaikan sebanyak 0,447.

D. Pembahasan

Hasil skor data empirik variabel bullying pada bagian mean 171.43, pada bagian median 171.00, pada bagian minimum 148, maksimum 209, pada bagian std.deviasi 11.325. Berdasarkan tabel distribusi frekuensi *bullying* siswa di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat dapat diketahui bahwa 1 orang siswa dengan 2,5% tersebut menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sangat tinggi, 2 orang siswa dengan persentase 5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadipada siswa berada pada kategori tinggi, 13 orang siswa dengan persentase 32,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sedang, 19 orang siswa dengan persentase 47,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori rendah, dan 5 orang siswa dengan persentase 12,5% menyatakan bahwa *bullying* yang terjadi pada siswa berada pada kategori sangat rendah. Maka secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa mengalami *bullying* dengan kategori sedang dengan persentase 47,5%.

Hasil Skor data empirik variabel kecemasan mean 118.43, pada bagian median 118.50, pada bagian std. deviasi 8.661, pada bagian minimum 102, dan pada bagian maksimum 161. Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kecemasan terdapat bahwa 1 orang siswa dengan persentase 2,5% tersebut menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sangat tinggi, 1 orang siswa dengan persentase 2,5% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori tinggi, 7 orang siswa dengan persentase 17,5% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sedang, 19 orang siswa dengan persentase 47% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori rendah, dan 12 orang siswa dengan persentase 30% menyatakan bahwa kecemasan pada siswa berada pada kategori sangat rendah. Maka secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kecemasan dengan kategori sedang dengan persentase 47%.

Berdasarkan teori yang penulis dapatkan menurut Arsenault *bullying* secara signifikan menunjukkan lebih banyak gejala-gejala masalah internalisasi, seperti merasa cemas, terasing, dan merasa bersalah secara berlebihan. Orang yang menderita hal tersebut di usia muda punya risiko lebih besar mengalami depresi dan kegelisahan di masa depan.[66]

[66] Imam Musbikin, *Mengatasi Anak Mogok Sekolah+Malas Belajar,(* Laksana: Yogyakarta,2012), hal 142.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut. Dari hasil analisis pada setiap indikator pada kedua variabel yaitu pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat sebagai berikut:

Berdasarkan hasil uji regresi sederhana diperoleh hasil F_{hitung} 6.697 > F_{tabel} 3,23, bahwa H_o ditolak sedangkan H_a diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara *bullying* terhadap kecemasan siswa SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat. Besarnya *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat yaitu sebesar 15 % dan sebesar 85% dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan penelitian pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat yang telah dilakukan dalam rangka mengetahui dari peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi siswa yang menjadi korban *bullying*, diharapkan untuk lebih tegas lagi dalam setiap bertindak, dan di harapkan lagi agar para siswa untuk lebih bisa mencegah agar tindakan *bullying* tidak terjadi pada dirinya.

2. Bagi guru BK, sebaiknya para guru BK memberikan layanan yang berkaitan dengan bahayanya tindakan perilaku *bullying* dan pentingnya untuk menjauhi perilaku *bullying* tersebut.
3. Bagi Kepala Sekolah, agar lebih menegakkan sistem dengan memberikan sanksi yang setimpal untuk para pelaku *bullying*, agar para pelakunya jera dan takut untuk melakukan tindakan *bullying.*
4. Bagi orang tua, agar lebih meningkatkan lagi pengawasan terhadap anak, agar anak tidak menjadi pelaku atau korban *bullying.*

BAB V

PENUTUP

C. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut. Dari hasil analisis pada setiap indikator pada kedua variabel yaitu pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat sebagai berikut:

Berdasarkan hasil uji regresi sederhana diperoleh hasil F_{hitung} 6.697 > F_{tabel} 3,23, bahwa H_o ditolak sedangkan H_a diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara *bullying* terhadap kecemasan siswa SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat. Besarnya *bullying* terhadap kecemasan siswa di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat yaitu sebesar 15 % dan sebesar 85% dipengaruhi oleh faktor lain.

D. Saran

Berdasarkan penelitian pengaruh *bullying* terhadap kecemasan siswa di di SMK Negeri 1 Sungai Aur Pasaman Barat yang telah dilakukan dalam rangka mengetahui dari peneliti adalah sebagai berikut :

5. Bagi siswa yang menjadi korban *bullying*, diharapkan untuk lebih tegas lagi dalam setiap bertindak, dan di harapkan lagi agar para siswa untuk lebih bisa mencegah agar tindakan *bullying* tidak terjadi pada dirinya.

6. Bagi guru BK, sebaiknya para guru BK memberikan layanan yang berkaitan dengan bahayanya tindakan perilaku *bullying* dan pentingnya untuk menjauhi perilaku *bullying* tersebut.
7. Bagi Kepala Sekolah, agar lebih menegakkan sistem dengan memberikan sanksi yang setimpal untuk para pelaku *bullying*, agar para pelakunya jera dan takut untuk melakukan tindakan *bullying.*
8. Bagi orang tua, agar lebih meningkatkan lagi pengawasan terhadap anak, agar anak tidak menjadi pelaku atau korban *bullying.*

DAFTAR KEPUSTAKAAN

Achroni Ken, 2012, *Ternyata Selalu Mengalah itu Tidak Baik,* Jakarta:PT.BUKU KITA.

Arikunto Suharsimin, 2006, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rinika Cipta.

Coloroso. 2007, *Stop Bullying.* Terjemahan oleh Santi Indra Astuti. (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.

Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahannya, Bandung: J-Art, 2004

Hartono dan Boy Soedarmadji, 2014, *Psikologi Konseling,* (Jakarta: Prenada Media Group.

Hanurawan Fattah. 2012, *Psikologi Social Suatu Pengantar,* (Bandung : PT Rosdakarya.

Hildayati Rini, dkk, 2009, *Penanganan Anak Berkelainan (Anak dengan Kebutuhan Khusus),* Tanggerang Selatan: Universitas Terbuka.

Lubis Lumongga Namora, 2009, Lumongga, *Depresi Tinjauan Psikologis*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Margono, 2007, *Metode Penelitian Pendidikan* Jakarta: Rineka Cipta, cet. Ke-enam.

Martono Nanang, 2012, *Kekerasan Simbolik di Sekolah, Jakarta: PT Grafindo Persada.*

Mastur, 2014, *Materi Layanan Klasikal Bimbingan Dan Konseling Bidang Bimbingan Sosial,* Yogyakarta: Paramitra Publishing.

Musbikin Imam, 2012, *Mengatasi Anak Mogok Sekolah+Malas Belajar,* (Jakarta Selatan: Laksana.

Nevid Jeffrey S, dkk, 2003, *Psikologi Abnormal*, Jakarta: Erlangga.

Nusantara Ariobimo, 2008, *Bullying Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak,* Jakarta: PT Grasindo.

Prayitno. 2015, *Konseling Pancawaskita,* BK FIP UNP.

Priyatna Andri, 2010, *Lets end Bullying*: Memahami, Mencegah dan Mengatasi *Bullying.*

Republik Indonesia, *“ Undang-undang Dasar 1945 Nomor 20 Tahun 2003*, tentang TujuanPendidikan Nasional.

Siregar Syofian, 2012, *StatistikParametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: PT Bumi Aksara.

Sugiono,2009, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung:Alfabetacet. Ke-delapan.

Supratiknya, 2003, *Mengenal perilaku Abnormal*, Yogyakarta: kanisius.

Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, 2009, *Manajemen Emosi*, Jakarta: PT Bumi Aksara.

Zain-Badudu. 1996, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Sinar Harapan.