Gambaran Tingkat Kecemasan Siswa SMA Korban *Cyberbullying* di SMA Negeri 27 Kota Bandung

Shelen Indah Tripriantini[1], Nur Oktavia Hidayati[2], Etika Emaliyawati[3]
[1]Universitas Padjadjaran, shelenindahtp@gmail.com
[2]Universitas Padjadjaran, nurkotaviah@gmail.com
[3]Universitas Padjadjaran, etika@unpad.ac.id

ABSTRAK

Salah satu dampak negatif penggunaan internet, khususnya pada kalangan remaja adalah kekerasan melalui media sosial yang umumnya dikenal dengan *cyberbullying. Cyberbullying* bisa menjadi pemicu stressor yang mengancam untuk remaja karena dapat menimbulkan gangguan psikologis. Salah satu dampak yang terjadi pada korban c*yberbullying* adalah kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan siswa SMA pada korban *cyberbullying*. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kuantitatif yang menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel yaitu 123 siswa SMA Negeri 27 Kota Bandung. Alat ukur yang digunakan menggunakan ZSAR – S (*Zung Self Anxiety Rating – Scale*) yang sudah diuji validitaskan dengan R_{hasil} 0,81 dan dinyatakan valid. Hasil data penelitian ini didapatkan kemudian dianalisis menggunakan analisa deksriptif dengan bentuk persentase.Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan (82,9%), sedang (16,3%) dan berat (0,8%). Maka kesimpulan dari penelitian ini didapatkan bahwa kecemasan korban *cyberbullying* dari 123 siswa sebagian besar mengalami kecemasan ringan. Meskipun hasil yang didapat yaitu kecemasan ringan tetapi jika dibiarkan saja akan bisa menjadi kecemasan sedang, berat bahkan panik. Sehingga penelitian ini memiliki rekomendasi untuk siswa yang mengalami kecemasan, siswa tersebut harus mendapatkan perhatian khusus dari lingkungan sekolahnya, dan sekolah memberikan fasilitasi untuk konsultasi yang membuat siswa tersebut terbuka tentang masalah *cyberbullying* yang dialami dan memberikan pendidikan dan pengetahuan tentang pencegahan tindakan *cyberbullying* dimana tindakan tersebut merupakan tindakan kriminalitas yang melanggar UU ITE sehingga siswa yang menggunakan media sosial akan lebih berhati – hati dan menggunakannya dengan baik sesuai kebutuhan.

Kata kunci : *Cyberbullying*, Kecemasan, Remaja

ABSTRACK

One of the negative impacts of internet use, especially among teenagers, is violence through social media, commonly known as cyberbullying. Cyberbullying can be a trigger for a threatening stressor for teens because it can cause psychological disorders. One of the impacts that occur on victims of cyberbullying is anxiety. This study aimed to describe the anxiety level of high school students in victims of cyberbullying. The type of this research was quantitative descriptive which used total sampling technique with a sample size of 123 students of SMA Negeri 27 Bandung. The measuring instrument used was ZSAR-S (Zung Self Anxiety Rating - Scale) which had been tested for validity with Rhasil 0.81 and declared valid. The results of this research data were then analyzed using descriptive analysis in the form of percentages.Based on the results of the study, the majority of respondents experienced mild anxiety levels (82.9%), moderate (16.3%) and severe (0.8%). Then the conclusion of this study found that the anxiety of victims of cyberbullying from 123 students mostly experienced mild anxiety. Although the results obtained were mild anxiety, it could be potentially be a moderate anxiety, even panic. So

that this study has recommendations for students who experience anxiet to get special attention from their school environment, and schools provide facilitation for consultations that make these students open about the problem of cyberbullying experienced and provide education and knowledge about prevention of cyberbullying actions where the action is criminal acts that violate the ITE Law so students who use social media will be more careful and use it properly as needed.

Keywords: Cyberbullying, Anxiety, Teenager

Naskah diterima : Maret 2019 Naskah Revisi : April 2019 Naskah diterbitkan : *September 2019*

PENDAHULUAN

Penggunaan internet sudah menjadi kebutuhan setiap individu dan terdapat peningkatan penggunaan internet tiap tahunnya. Kemenkominfo membuat laporan dalam SIARAN PERS NO. 53/HM/KOMINFO/02/2018 tanggal 19 Febuari 2018, bahwa ada sebanyak 143,26 juta jiwa pengguna internet pada tahun 2017. Dalam *Essential Insight Into Internet, Social Media, and Ecommerce Use Around the World*" *We Are Social* dan *Hootsuite* melakukan penelitian terbaru bahwa Januari 2019 penduduk Indonesia yang menggunakan internet berjumlah 150 juta jiwa. Salah satu bentuk baru yang ditawarkan oleh internet dalam berkomunikasi adalah dengan menggunakan media sosial. Media sosial dianggap tepat sebagai wadah ekspresi diri karena mempunyai pandangan yang luas dan bebas untuk melakukan apapun di media sosial. Salah satunya menjadi ajang eksistensi diri khususnya pada remaja. Semakin berkembangnya teknologi informasi dan komunikasi pada remaja khususnya bisa menjadi sebuah wadah baru yang mungkin berisiko bagi aksi kekerasan yang dibuat melalui media sosial.

Efek negatif dalam media sosial yang mungkin terjadi pada remaja adalah perilaku kekerasan yang bukan berupa fisik atau secara langsung melainkan melalui sosial media yang disebut dengan *cyberbullying. Cyberbullying* adalah kejahatan yang dilakukan dengan cara mempermalukan, mengancam, menghina, menakut – nakuti, atau menyebabkan kerugian bagi seseorang sehingga orang tersebut berada dalam masalah. Hal ini termasuk mengirim pesan dengan konten yang menyakitkan dan merendahkan (Hinduja dan Patchin, 2010).

Cyberbullying dapat menjadi stressor yang mengancam untuk remaja karena dapat menimbulkan gangguan psikologis. Dampak yang mungkin terjadi pada remaja korban c*yberbullying* bermacam – macam seperti, menurunnya rasa percaya diri, harga diri rendah, kegagalan di sekolah, merusak emosi dan psikologis, kesedihan mendalam dan frustasi, bahkan dapat mengalami gangguan tidur dan makan, menutup diri dari pergaulan dan lingkungannya (IDAI, 2016). *Cyberbullying* bisa menimbulkan efek negatif yang serius pada remaja seperti psikologis, emosional, dan sosial (Ayas, 2014).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Gopalakrishnan & Sundram (2014) menjelaskan bahwa ada hubungannya antara c*yberbullying* dan kecemasan dengan hasil yang diperoleh yaitu, laki – laki menunjukan kecemasan lebih tinggi 44,89% daripada perempuan 40,82%. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Hinduja dan Patchin (2010) dengan hasil 20% korban *cyberbullying* pernah berpikir ingin mencoba bunuh diri dan 19% melaporkan untuk mencoba bunuh diri. Hal ini disebabkan jika kecemasan yang diakibatkan *cyberbullying* tidak ditangani serta diatasi dengan baik maka kecemasan tersebut akan meningkat dan mengakibatkan korban menjadi depresi bahkan bisa terjadi bunuh diri. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Serra dan Melis (2014) hasil yang ditemukan bahwa perempuan memiliki skor tinggi kecemasan dan kecemasan sosial

dibandingkan laki – laki dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa perbedaan jenis kelamin dan budaya sangat mempengaruhi kecemasan. Selanjutnya penelitian yang dilakukan Jernaro et al., (2017) menyatakan bahwa yang menjadi korban c*yberbullying* menunjukkan gangguan gejala klinis seperti, 9,8% mengalami depresi, 17,5% memiliki skor tinggi dalam status kecemasan sosial dan 20,5% menunjukan ciri – ciri kecemasan, sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian ini mayoritas korban *cyberbullying* mengalami kecemasan. Selain itu menurut Burn (2017) dari 653 siswa sekolah di U.K didapatkan hasil bahwa kecemasan merupakan dampak yang paling banyak didapatkan siswa yang mengalami *cyberbullying* yakni, sebanyak 553 orang sehingga kecemasan secara signifikan menjadi prediktor korban *cyberbullying*.

Kecemasan yang terjadi pada remaja salah satunya didapat dari perilaku agresif yang dilakukan oleh temannya sendiri (Febriana, 2017). Remaja yang menjadi korban *cyberbullying* akan mengalami kecemasan sehingga mengganggu kehidupan sosialnya, ia enggan untuk menggunakan kembali media sosial atau internet, merasa malu, dan akan mengganggu proses akademik disekolahnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan siswa SMA korban *cyberbullying* di SMA Negeri 27 Kota Bandung.

KAJIAN LITERATUR

Remaja yang menjadi korban c*yberbullying* tentu mereka akan merasakan dampak yaitu gangguan psikologis, seperti rasa cemas yang berlebih, selalu merasa takut dan khawatir, serta gejala – gejala stress pasca trauma (PTSD), merasa hidupnya penuh dengan tekanan, takut untuk bertemu pelaku, bahkan bisa menjadi depresi serta berkeinginan untuk bunuh diri (Williard, 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Goebert et. all, (2011) bahwa beberapa sekolah menengah di US efek yang paling besar dari *cyberbullying* yaitu adanya tekanan emosional, kecemasan, depresi dan keinginan bunuh diri, karena kecemasan yang tidak ditangani dengan baik sehingga menimbulkan gejala depresi yang berkepanjangan dan membuat remaja tersebut memiliki keinginan bunuh diri. Kecemasan pada siswa korban *cyberbullying* adalah perasaan yang penuh dengan kekhawatiran akan suatu hal buruk yang akan terjadi pada dirinya sehingga akan berdampak merugikan yang mengakibatkan siswa tersebut tidak dapat melakukan sesuatu secara maksimal karena kecemasan dapat menurunkan kemampuan siswa untuk melakukan sesuatu hal secara maksimal. Siswa korban *cyberbullying* mengalami kecemasan yang berlangsung lama atau menetap dan tidak dapat diatasi dengan baik maka akan berubah menjadi depresi, hal ini disebabkan adanya perubahan biologi otak yang berlangsung lama sehingga menyebabkan perubahan di berbagai neurotransmitter dan sistem sinyal intraneuron termasuk hilangnya beberapa neuron dan penurunan kontak sinaps.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk mendeskripsikan dan mengetahui gambaran tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi *cyberbullying*. Dalam penelitian ini, yang akan menjadi populasi adalah siswa SMA Negeri 27 Kota Bandung kelas 10 dan kelas 11 yang pernah menjadi korban *cyberbullying* dengan total populasi 123 siswa. Teknik yang digunakan pada penelitian ini yaitu *total sampling*.

Instrumen penelitian yang digunakan instrumen baku kecemasan ZSAS (*Zung Self Anxiety Rating – Scale*). *Zung Self Anxiety Rating – Scale* untuk mengukur gambaran kecemasan siswa SMA korban *cyberbullying*. Instrumen ini terdiri dari 20 pertanyaan, 15 pertanyaan *Unfavourable* dan 5 pertanyaan *Favourable*. Instrumen ZSAS merupakan instrumen baku dengan nilai *alpha chronbach* 0,85 (McDowell, 2006). Instrumen ZSAS yang digunakan untuk penelitian ini merupakan hasil modifikasi dengan cara uji konten, uji *face validity* dan uji *construct validity*. Instrumen ZSAS yang telah dimodifikasi

sudah dilakukan uji validitas dan uji realibilitas kepada siswa korban *cyberbullying* di SMA Negeri 24 Kota Bandung dengan hasil yang didapat bahwa nilai *alpha* nya yaitu 0,816 dan dinyatakan reliabel.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik (n=123)

Karakteristik Responden	frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki – laki	44	35,8
Perempuan	79	64,2

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh data karakteristik bahwa sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 79 (64,2%).

Tabel 4.2 Hasil Screening Penggunaan Media Sosial (n=123)

Hasil *Screening*	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Media Sosial Yang Digunakan		
WhatsApp	119	96,7
Instagram	117	95,1
Line	111	90,2
Facebook	50	40,7
Snapchat	43	35
Twitter	31	25,2
Lainnya	10	8,1
Skype	4	3,3
Penggunaan Internet Dalam Sehari		
<2 Jam	11	8,94
2 – 3 Jam	37	30,09
>3 Jam	75	60,97

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa media sosial yang digunakan yaitu *WhatsApp* sebanyak 119 responden (96,7%). Selanjutnya penggunaan internet dalam sehari – hari didapatkan data bahwa > 3 jam sebanyak 75 responden (60,97%).

Tabel 4.3 Hasil Screening Korban *Cyberbullying* (n=123)

Hasil *Screening*	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Perilaku *Cyberbullying* Yang di Terima		
Outing	82	66,67
Cyberstalking	73	59,34
Flamming	61	49,6
Harrasment	57	46,34
Denigration	47	38,21
Exclusion	35	28,45
Impersonation	29	23,57
Trickery	26	21,13
Terakhir Kali Menerima Perilaku *Cyberbullying*		
Lebih dari 1 tahun yang lalu	58	47,15
3 bulan sampai 6 bulan yang lalu	30	24,39
1 bulan sampai 3 bulan yang lalu	17	13,82
1 hari sampai seminggu yang lalu	11	8,94
1 inggu sampai 4 minggu yang lalu	7	5,7
Perilaku *Cyberbullying* Yang Dialami		
Jarang	88	71,5
Kadang – kadang	25	20,3
Sering	10	8.2

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa hasil *screening* korban *cyberbullying* yaitu perilaku *cyberbullying* yang diterima oleh siswa didapatkan data bahwa, *Outing* sebanyak 82 responden (66,67%). Selanjutnya, terakhir kali menerima perilaku *cyberbullying* didapatkan data bahwa, lebih dari 1 tahun yang lalu sebanyak 58 responden (47,15%). Selanjutnya, perilaku *cyberbullying* yang dialami didapatkan data bahwa, jarang sebanyak 88 responden (47,15%).

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Kecemasan Siswa SMA Korban *Cyberbullying* di SMA Negeri 27 Kota Bandung (n=123)

Skor Kecemasan	frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	102	82,9
Sedang	20	16,3
Berat	1	0,8
Panik	0	00,0

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa sebagian besar 102 (82,9%) responden memiliki kecemasan tingkat ringan pada korban *cyberbullying*.

Tabel 4.5 Dsirtibusi Frekuensi Kecemasan Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Frekuensi dan Terakhir Kali Menerima *Cyberbullying* (n=123)

Karakt	Skor Kecemasan

eristik	Ringan		Sedang		Berat		Panik	
	f	%	F	%	f	%	F	%
Jenis Kelamin								
Perempuan	61	77,2	17	21,5	1	1,3	0	00,0
Laki – laki	41	93,2	3	6,8	0	00,0	0	00,0
Frekuensi								
Jarang	84	82,4	4	20	0	00,0	0	00,0
Kadang – kadang	13	12,7	11	55	1	100	0	00,0
Sering	5	4,9	5	25	0	00,0	0	00,0
Terakhir Kali Menerima *Cyberbullying*								
1 hari sampai 1 minggu yang lalu	10	9,8	1	5	0	00,0	0	00,0
1 minggu sampai 4 minggu yang lalu	4	3,9	3	16	0	00,0	0	00,0
1 bulan sampai 3 bulan yang lalu	8	7,8	8	40	1	100	0	00,0
3 bulan sampai 6 bulan yang lalu	24	23,5	6	30	0	00,0	0	00,0
1 tahun yang lalu	56	54,9	2	10	0	00,0	0	00,0

Berdasarkan tabel 4.5 diperoleh data karakteristik berdasarkan jenis kelamin bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu perempuan sebanyak 61 responden (77,2%) dan laki – laki 41 responden (93,2%), kecemasan sedang yaitu sebanyak perempuan 17 responden (21,5%) dan laki – laki 3 responden (6,8%), dan kecemasan berat yaitu sebanyak perempuan 1 responden (1,3%). Selanjutnya data yang diperoleh berdasarkan frekuensi didapatkan bahwa kecemasan ringan yaitu jarang sebanyak 84 responden (82,4%) kadang – kadang 13 responden (12,7%) dan sering 5 responden (4,9), kecemasan sedang yaitu jarang sebanyak 4 responden (20%), kadang – kadang 11 responden (55%), dan sering 5 responden (25%), kecemasan berat yaitu kadang – kadang sebanyak 1 responden (100%).

Selanjutnya data yang diperoleh berdasarkan terakhir kali mengalami *cyberbullying* didapatkan bahwa kecemasan ringan yaitu 1 hari sampai 1 minggu yang lalu sebanyak 10 responden (9,8%), 1 minggu sampai 4 minggu yang lalu 4 responden (3,9%), 1 bulan sampai 3 bulan yang lalu 8 responden (7,8%), 3 bulan sampai 6 bulan yang lalu 24 responden (23,5%), dan 1 tahun yang lalu 56 responden (54,9%), kecemasan sedang yaitu 1 hari sampai 1 minggu yang lalu sebanyak 1 responden (5%), 1 minggu sampai 4 minggu yang lalu 3 responden (16%), 1 minggu sampai 4 minggu yang lalu 3 responden (16%), 1 bulan sampai 3 bulan yang lalu 8 responden (40%), 3 bulan sampai 6 bulan yang lalu 6 responden (30%) dan 1 tahun yang lalu 2 responden (10%), kecemasan berat yaitu 1 bulan sampai 3 bulan yang lalu sebanyak 1 responden (100%).

Hasil penelitian yang melibatkan 123 responden menunjukan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 102 (82,9%) responden, kecemasan sedang sebanyak 20 (16.3%) responden, kecemasan berat sebanyak 1 (0,8%) responden, dan tidak ada yang mengalami panik. Hasil penelitian menunjukan bahwa tingkat kecemasan pada korban *cyberbullying* terdapat pada tingkat kecemasan ringan sebanyak 120 responden atau (82,9%). Menurut Stuart (2016) kecemasan ringan, berhubungan ketegangan dalam kehidupannya sehari – hari sehingga menyebabkan setiap individu menjadi lebih waspada dan lapang persepsinya meningkat. Sehingga remaja yang memiliki kecemasan ringan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan kreativitas pada setiap individu.

Selanjutnya hasil penelitian menunjukan bahwa sebanyak 20 responden (16,3%) mengalami tingkat kecemasan sedang. Menurut Stuart (2016) kecemasan sedang, membuat individu untuk berfokus pada hal – hal yang penting dan mengesampingkan hal – hal yang lain serta mempersempit lapang persepsi individu tersebut. Kecemasan sedang yang dialami oleh siswa tersebut dapat mempengaruhi beban pikiran, perilaku serta dalam menghadapi kehidupan sehari – harinya dan memusatkan kepada hal penting. Ditandai dengan respon fisiologis yaitu, nadi cepat, napas pendek, tekanan darah meningkat, mulut kering, kontipasi atau diare, sering berkemih, dan sakit kepala. Respon perilaku dan emosi yaitu, tegang, susah untuk tidur, gelisah, dan perasaan tidak aman. Kecemasan pada tingkat sedang dapat berlanjut menjadi ke hal yang lebih parah sepeti menjadi kecemasan tingkat berat, jika tidak dapat penanganan yang baik bisa menyebabkan depresi (Miloyan et al., 2017).

Berdasarkan karakteristik responden pada penelitian ini, responden yang mengalami kecemasan tingkat sedang didominasi oleh perempuan, yaitu sebanyak 21 responden (21,5%) sementara laki – laki yang mengalami kecemasan tingkat sedang sebanyak 3 responden (3,8%) dan perempuan yang mengalami kecemasan berat sebanyak 1 responden (0,08%). Hal ini sejalan dengan penelitian Jenaro et. all, (2017) bahwa perempuan lebih banyak mengalami kecemasan dibandingkan dengan laki – laki. Selanjutnya, hasil penelitian Osso et. all, (2015) menunjukan bahwa perempuan memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dibandingkan laki – laki. Selain itu, laki – laki lebih bisa analisis bagaimana dia menghadapi emosi yang negatif, sedangkan perempuan cenderung menggunakan perasaannya yang akan membuat mereka lebih rentan pada kecemasan. Selanjutnya penelitian yang dilakukan (Maccoby & Master ; Lenzo et. all, 2016) bahwa laki – laki diajarkan untuk menjadi pribadi yang lebih aktif dan asertif, sedangkan perempuan diajarkan untuk menjadi pribadi yang lebih pasif dan bergantung pada orang lain. Hal ini dikarenakan kecemasan yang dialami oleh perempuan dianggap lebih rentan dibandingkan laki – laki dengan perbandingan 2:1, karena laki – laki memiliki pemikiran yang lebih sederhana serta dewasa dibandingkan dengan perempuan.

Selanjutnya hasil penelitian ini menunjukan bahwa sebanyak 1 responden (0,8%) mengalami tingkat kecemasan berat. Menurut Stuart (2016) kecemasan berat, dapat mempengaruhi lapang persepsi setiap individu, dimana individu tersebut cenderung akan berfokus pada sesuatu hal yang menurutnya rinci dan spesifik serta tidak dapat memikirkan hal – hal lain. Kecemasan berat yang dialami remaja yang diakibatkan oleh *cyberbullying* yang mengakibatkan adanya trauma karena kejadian buruk akan membuat remaja tersebut merasa terancam. Maka dari itu, kecemasan tingkat berat ini yang dialami remaja memerlukan pengarahan penuh dan khusus dari orang sekitarnya serta dapat menangani setiap masalah yang dirasakan (Stuart, 2016). Kecemasan berat yang terjadi pada remaja korban *cyberbullying* sangat perlu untuk diberikan pengarahan penuh dari orang lain agar bisa mencegah ke arah gangguan psikologis yang lebih serius salah satunya depresi.

Kecemasan merupakan masalah terpenting yang sedang dihadapi oleh siswa korban *cyberbullying*. Kecemasan sedang dan berat yang dialami oleh siswa korban *cyberbullying* dapat mempengaruhi siswa tersebut sehingga tidak dapat melakukan sesuatu hal secara maksimal seperti biasanya, karena kecemasan yang dirasakan ini dapat menurunkan kemampuan siswa tersebut baik disekolah maupun dilingkungan lainya. Berdasarkan frekuensi terjadinya *cyberbullying* dan terakhir kali menerima perilaku *cyberbullying* yaitu dengan frekuensi kadang – kadang (20,3%) dan sering (8,2%), hal ini bisa dikaitkan dengan hasil kecemasan tingkat sedang dan berat yang dialami oleh siswa korban *cyberbullying*, bahwa kecemasan tingkat sedang dan berat dapat dipengaruhi dari seberapa sering siswa tersebut mendapatkan perilaku *cyberbullying*. Selanjutnya, waktu terakhir kali mendapatkan perilaku *cyberbullying*

dapat dikaitkan dengan tingkat kecemasan siswa yang mengalami kecemasan sedang dan berat karena dengan rata rata waktu terakhir kali mendapatkan *cyberbullying* yaitu 1 minggu sampai 4 minggu yang lalu dan 1 sampai 3 bulan yang lalu, waktu yang terjadi belum cukup lama dapat mempengaruhi kecemasan siswa tersebut karena merasa dirinya terancam sehingga menimbulkan trauma.

Hal ini diperkuat oleh Spielberger (2007) bahwa kecemasan itu dibagi menjadi 2 yaitu, *state anxiety* dan *trait anxiety*. *State anxiety* merupakan kecemasan yang bersifat sementara atau kecemasan yang timbul jika ada stressor atau ancaman terhadap individu tersebut. Sedangkan *trait anxiety* adalah kecemasan yang sudah menetap pada diri individu tersebut yang akan lebih mudah merasakan kecemasan saat dihadapkan dengan situasi tertentu. Sehingga kecemasan yang dialami oleh korban *cyberbullying* akan berbeda – beda tergantung frekuensi waktu mereka mendapatkan ancaman atau stressor yang di akibatkan oleh *cyberbullying*.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa gambaran kecemasan siswa SMA korban *cyberbullying* SMA Negeri 27 Kota Bandung memiliki tingkat kecemasan yang berbeda – beda, setiap tingkat kecemasan memiliki karakteristik dan persepsi yang berbeda, hal ini tergantung pada setiap individu itu sendiri dalam menerima pengetahuan atau informasi mengenai kondisi yang ada pada dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya (Stuart, 2016). Dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini memiliki tingkat kecemasan rendah pada korban c*yberbullying* dan bisa dikaitkan memiliki efek positif pada siswa yaitu siswa yang menjadi korban c*yberbullying* mampu menemukan cara untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya dan mereka dapat memotivasi diri mereka sendiri agar belajar dari pengalaman yang mereka dapat sehingga mampu lebih waspada dalam menggunakan media sosial. Kecemasan yang didapat oleh remaja juga memiliki efek negatif yaitu adanya penghindaran sosial dan rasa tertekan, adanya persepsi negatif terhadap dirinya sendiri, dan merasa takut untuk berhubungan dengan orang lain atau orang baru. Menurut Khoirunnisa et. all, (2018) remaja yang merasakan kecemasan jika didiamkan akan menimbulkan dampak yang semakin buruk pada psikologis remaja tersebut.

Dalam upaya pencegahan dan penanganan kecemasan yang diakibatkan oleh *cyberbullying* agar tidak menjadi lebih parah salah satunya menggunakan terapi kognitif berfungsi untuk menurunkan kecemasan yang diakibatkan oleh tindakan *cyberbullying*. Terapi kognitif merupakan salah satu terapi yang mengidentifikasi pemikiran negatif dan mendorong seseorang kearah kecemasan, depresi dan gejala klinis lainnya (Gavino, 2013). Terapi kognitif juga dapat menghentikan pemikiran – pemikiran negatif serta membantu untuk melawan pikiran negatif yang ada pada diri seseorang, serta terapi ini bertujuan untuk membantu individu tersebut mengubah pikiran negatif menjadi pikiran yang lebih positif (Ingul et. all, 2013).

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, mendapatkan bahwa 123 responden kecemasan siswa SMA korban *cyberbullying* di SMA Negeri 27 Kota Bandung memiliki tingkat kecemasan rendah dengan karakteristik usia dari 15 tahun – 17 tahun dengan kecemasan yang paling sering yang dialami oleh perempuan. Selanjutnya, tindakan *cyberbullying* paling banyak yang mereka dapat yaitu, *outing*, *cyberstalking*, *harrasment*, *flamming* dan *denigration*. Terakhir kali siswa korban mengalami *cyberbullying* rata – rata lebih dari 1 tahun yang lalu dan 3 bulan sampai 6 bulan yang lalu. Selanjutnya, frekuensi mereka menerima *cyberbullying* rata – rata jarang mendapatkan perilaku *cyberbullying*. Diperlukan penelitian selanjutnya menggunakan desain yang berbeda, seperti deskriptif kolerasi dengan analisa multivariat untuk mencari hubungan antara kecemasan dengan faktor – faktor yang mempengaruhi kecemasan yang muncul pada korban *cyberbullying* dan mencari hubungan antara kecemasan dengan frekuensi terjadinya perilaku *cyberbullying*. Serta diperlukannya instrumen khusus dan tepat untuk

melakukan penelitian kecemasan yang diakibatkan oleh *cyberbullying*.

REFERENSI

Ayas, T. (2014). Prediction *Cyber Bullying* with Respect to Depression, Anxiety and Gender Variables, *1*, 1–27.

Burn, L. Megan (2017). *Cyberbullying*: Reciprol Links with Social Anxiety, Self – Esteem and Resilience in U.K School Children. University of Chester, United Kingdom. https://hdl.handle.net/10034/620963

Detiknet. (2018). 130 Juta Orang Indonesia Tercatat Aktif di Media Sosial. Retrieved from https://inet.detik.com/cyberlife/d-3912429/130-juta-orang-indonesia-tercatat-aktif-di-medsos

Febriana, B. (2017). Penurunan Kecemasan Remaja Korban Bullying melalui Terapi Kognitif. *Indonesian Journal of Nursing Practices*, *1*(2), 1–8. https://doi.org/10.1063/1.1920414

Gavino, M F. Group Therapy for Adolescent Bullying Victims (Cognitive Approach). *De La Salle University*.

Goebert, D., Else, I., Matsu, C., & Chang, J. C. J. Y. (2011). The Impact of Cyberbullying on Substance Use and Mental Health in a Multiethnic Sample, 1282–1286. https://doi.org/10.1007/s10995-010-0672-x

Gopalakrishnan, S. K., & Sundram, S. (2014). Cyber Bullying Victimization and Social Anxiety Among Secondary School Student. *International Journal of Current Research and Academic Review*, *2*(10), 55–59.

Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). Bullying, Cyberbullying, and Suicide. *Archives of Suicide Research*, *14*(3), 206–221.

IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia). (2016). Cyberbullying. Retrieved from http://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/cyberbullying

Indonesia, C. (2018). Cyberbullying: Ancaman di Tengah Kemajuan Tekonologi. Retrieved from https://student.cnnindonesia.com/edukasi/20180103112946-445-266342/cyberbullying-ancaman-di-tengah-kemajuan-teknologi/

Indonesia, U. (2018). Studi Terakhir: Kebanyakan Anak Indonesia Sudah Online, Namun Masih Banyak Yang Tidak Menyadari Potensi Resikonya. Retrieved from https://www.unicef.org/indonesia/id/media_22169.html

Ingul, J.M & Nordahl. (2013). No TitleA Randomized Controlled Trial of Individual Cognitive Therapy, Group Cognitive Behaviour Therapy and Attentional Placebo for Adolescent Social Phobia. *Psychother Psychosom Journal*. https://doi.org/0.1159/000354672

Jenaro, C., Flores, N., & Frías, C. P. (2017). Anxiety and Depression in Cyberbullied College Students: A Retrospective Study. *Journal of Interpersonal Violence*.

Kemenkominfo. (2014). Riset Kominfo dan UNICEF Mengenai Perilaku Anak dan Remaja Dalam Menggunakan Internet. Retrieved from https://kominfo.go.id/content/detail/3834/siaran-pers-no-17pihkominfo22014-tentang-riset-kominfo-dan-unicef-mengenai-perilaku-anak-dan-remaja-dalam-menggunakan-internet/0/siaran_pers

Kemenkominfo. (2018). Jumlah Pengguna Internet 2017 Meningkat, Kominfo

Terus Lakukan Percepatan Pembangunan Broadband. Retrieved from https://www.kominfo.go.id/content/detail/12640/siaran-pers-no-53hmkominfo022018-tentang-jumlah-pengguna-internet-2017-meningkat-kominfo-terus-lakukan-percepatan-pembangunan-broadband/0/siaran_pers

Khoirunnisa, M L, Lia Hikmatul Maula, dan Desri Arwen. (2018). Hubungan Tindakan Bullying Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pelajar Sekolah Menengah Kejurusan (SMK) 1Tangerang. *JFKT: Universitas Muhamaddiyah Tangerang*, *3*, 59–69.

Kompas. (2009). Pengguna Internet Indonesia Didominasi Remaja. Retrieved from https://edukasi.kompas.com/read/2009/03/20/2028042/Pengguna.Internet.Indonesia.Didominasi.Remaja

Lenzo, V., Ellen, M., Tripodi, F., & Quattropani, M. C. (2016). Gender Differences In Anxiety , Depression And Metacognition.

McDowell. (2006). Measuring Health: A Guide to Rating Scales and Questionnaires. Retrieved from https://books.google.co.id/books?id=06t-63RaYk0C&pg=PA303&lpg=PA303&dq=validity+of+zung+self-rating+anxiety+scale+mcdowell&source=bl&ots=on5q406EIP&sig=ACfU3U2Mg_n5GRGHJS5HbHYSFPyDKdWbUQ&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwjXid2kgoXgAhWDF3IKHQbJDc4Q6AEwBnoECAIQAQ#v=onepage&q=validity of zung self-rating anxiety scale mcdowell&f=false

Miloyan, B., Bienvenu, O. J., Brilot, B., & Eaton, W. W. (2017). Author's Accepted Manuscript. *Psychiatry Research*.

Osso, L. D., Abelli, M., Pini, S., Carpita, B., Carlini, M., Mengali, F., … Massimetti, G. (2015). The influence of gender on social anxiety spectrum symptoms in a sample of university students, *50*(6), 295–301.

Serra, I. & Melis, S. O. (2014). Cyberbullying: A New Kind of Peer Bullying Through Online Technology and Its Relationship With Aggression adn Social Anxiety. Turki: Elsevier B.V.

Spielberger, C. . (2007). *Encyclopedia of Applied Psychology*. Florida: Elsevier Academic Press.

Stuart, G. W. (2016). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart* (Indonesia). Singapore: Elsevier.

Willard, N. (2007). Effectively Managing Internet Use Risks in Schools. *Cyberbully.Org*, 1–19.

Zung, W. W. K. (1971). A Rating Instrument For Anxiety Disorders. *Psychosomatics*, *12*(6), 371–379. https://doi.org/10.1016/S0033-3182(71)71479-0

BIODATA PENULIS

Shelen Indah Tripriantini, merupakan mahasiswa program regular lulusan Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjran pada tahun 2019.

Nur Oktavia Hidayati, merupakan dosen dari Departemen Jiwa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Nur Oktavia Hidayati merupakan lulusan Sarjana Keperawatan Universitas Padjadjaran pada tahun 2004 dan lulusan Magister Keperawatan Universitas Indonesia pada tahun 2009.

Etika Emaliyawati, merupakan dosen dari Departemen Kritis Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Etika Emaliyawati merupakan lulusan Sarjana Keperawatan Universitas pada tahun 2001 dan lulusan Magister Keperawatan Universitas Padjadjaran pada tahun 2011.