

STRATEGI COPING STRESS KEJADIAN BULLYING (PERUNDUNGAN) SISWA SMP DI WILAYAH KECAMATAN BANYUMANIK

Yeni Dwi Nurhidayanti, Priyadi Nugraha Prabamurti, Besar Tirto Husodo
Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Diponegoro
Email : ydwi5249@gmail.com

ABSTRACT

The bullying phenomenon often occurs in schools and does not receive enough attention when it can have a negative impact on victims of bullying which causes depression, stress and is also depressed so that it wants to conduct research that can lead to the need for strategies to deal with stress appropriately in accordance with the problems caused by bullying. The research was aimed to know stress coping strategies by adolscent against bullying in Junior High School (JHS) student in the Banyumanik sub-district. The study population was 89 students who were victims of bullying in their schools spread across seven Junior High School (JHS) in the Banyumanik sub-district of Semarang, the sample was 87 respondents taken using total sampling technique with the design research of descriptive analytic. Bullying data was obtained from interview technique with counseling teachers of each school. Retrieval of this research data by questionnaire. The result of the reasearch that were (52,9%) respondents who used stress coping strategies in the form of problem focused coping, while (47.1%) others used emotional focused coping strategies. In the Chi Square test, the results showed that stress coping strategies with perceived suscepibility (p-value =0,033), perceived control over outcomes (p-value = 0.049), perceived control over outcomes (p-value = 0.006). Suggestions for victims of bullying are to remain positively related and to always get along with peers at school, for the school can do active counseling with students who are indicated trying to bullying at school. Research recommended for future research Improving future research More emphasizes strategies to deal with stress by students related to the incidence of bullying in schools in the Banyumanik District.

Keywords : *Bullying, Victims, Adolscent, Junior High School (JHS)*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa

remaja merupakan rentang usia 10-19 tahun yang dibagi menjadi kategori remaja awal (10-14 tahun) dan kategori remaja akhir (15-19 tahun). Siklus kehidupan di tahap remaja merupakan masa-masa kritis dimana adanya peralihan dari masa anak-anak

menuju dewasa. Usia remaja merupakan usia produktif anak sekolah. Remaja yang masih duduk dibangku sekolah dapat menghabiskan waktu minimal 7 jam di sekolah, hal ini tidak dapat dihindari interaksi antar teman maupun guru. Interaksi yang ditimbulkan dapat berupa interaksi negatif. perubahan dalam diri remaja berpengaruh pada perubahan sosial sehingga diperlukan upaya dalam

melakukan penyesuaian diri karena dalam bersosialisasi akan meningkatkan pengaruh dari kelompok teman sebayanya, adanya perubahan dalam berperilaku baik sosial maupun dengan dirinya sendiri. Remaja memiliki nilai yang baru dalam menolak ataupun menerima anggotanya sebagai kelompok sebayanya.¹

Salah satu permasalahan yang dihadapi oleh remaja usia anak sekolah adalah adanya perilaku *bullying* (perundungan). Fenomena *bullying* di sekolah merupakan fenomena yang sudah tidak asing lagi. Perilaku-perilaku seperti memaki, penghindaran, menampar, menebar gosip, mencibir, memukul, mengancam, mengucilkan, dan lain sebagainya sudah sering terjadi di lingkungan sekolah.^{2,3}

Berdasarkan data yang diperoleh dari UNICEF (*United Nations Emergency Children's Fund*) tahun 2015 (40 %) sedangkan tahun 2016 meningkat (41-50%) terjadi pada anak sekolah pada rentang umur 13 sampai 15 tahun.⁴ Data dari KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) menyebutkan bahwa perilaku *bullying* tahun 2011 hingga Agustus 2018 sebanyak 1.589 kasus.⁵ Prevalensi fenomena *bullying* atau perundungan yang dilakukan pelajar di tingkat Jawa Tengah pada tahun 2016 adalah 66,1% dikalangan pelajar SMP sedangkan ada 76,9% di kalangan pelajar SMA.⁶

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ganes (2009) menyebutkan bahwa fenomena *bullying* yang terjadi di sekolah dasar yang berdampak pada psikologis maupun fisik siswa atau

siswi dan fenomena *bullying* ini terjadi pada siswa perempuan maupun laki-laki namun diantaranya terdapat perbedaan dari bentuk *bullying* nya itu sendiri.⁷

Perilaku *bullying* dapat berdampak serius bagi siswa yang merupakan korban *bullying*. Baik secara fisik maupun psikologis. Lazarus mengungkapkan bahwa *stress* merupakan suatu keadaan yang disebabkan oleh dirinya sendiri yang berhadapan pada suatu kondisi internal dan eksternal yang dirasakan oleh individu tersebut. Remaja yang mengalami *stress* akibat dari tindakan *bullying* sangat beresiko mempengaruhi kehidupannya sehari-hari. Dampak yang ditimbulkan dari keadaan tersebut yaitu remaja merasa kurang aman dan nyaman. Korban *bullying* akan merasa dibayang-bayangi rasa takut karena diintimidasi, merasa rendah diri dan merasa tidak berharga dilingkungan sekitar akibat perlakuan *bullying* yang didapatkannya.⁸

Coping merupakan salah satu usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan individu dalam mengatasi masalah. Sedangkan strategi *coping stress* adalah suatu usaha yang dilakukan tiap masing-masing individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi kondisi baik yang merupakan kategori mengancam secara kognitif dan perilaku.⁹ Dari fenomena diatas dapat dilihat bahwa stres pada remaja korban *bullying* bisa menimbulkan berbagai dampak negatif, baik bagi remaja itu sendiri maupun bagi lingkungan di sekitarnya. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian tentang strategi *coping stress* oleh remaja terhadap

kejadian *bullying* (perundungan) pada siswa SMP di wilayah Kecamatan Banyumanik.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan kuantitatif yaitu mengukur variabel yang telah ditentukan dan mencari hubungan antar variabel dari fenomena yang diteliti. Desain penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di tujuh SMP Kecamatan Banyumanik dengan sampel dari penelitian ini adalah total sampel sebanyak 89 responden, pada penelitian ini sekolah terkait akan disamarkan nama sekolah dikarenakan untuk menjaga nama baik sekolah tersebut. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Instrumen atau angket yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada *Adolescent Coping Orientation for Problem Experience (A-COPE)*, yang telah dikembangkan oleh Patterson & Mc Cubbin (1987), digunakan dalam mengukur perilaku *coping* pada remaja 11-18 tahun.⁹

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Penelitian ini melibatkan 89 responden namun dilapangan 2 sampel sedang sakit sehingga jumlah sampel 87. Sampel penelitian yang diambil dari SMP yang berwilayah Kecamatan Banyumanik. Berikut adalah hasil analisis univariat responden dengan rata-rata umur 12-16 tahun, remaja awal (10-14 tahun) berjumlah 81 orang (93,1%) dan remaja tengah (15-19 tahun) berjumlah 6 orang (6,9%). Mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 61 (70,1%), sedangkan perempuan sebanyak 26 (29,9%). Pada variabel bebas jenis perilaku *bullying* diperoleh bahwa sejumlah 45 responden (51,7%) mengalami *bullying* secara verbal, 42 responden (48,3%) mengalami *bullying* non verbal (*bullying* secara non verbal, fisik, dan elektronik). Strategi *coping stress* yang dilakukan responden mayoritas dengan menggunakan *problem focused coping* sejumlah 46 responden (52,9%) sedangkan dengan *emotional focused coping* sejumlah 41 responden (47,1%)

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Individu, Jenis Perilaku *Bullying* dan Strategi *Coping Stress*

Variabel Bebas	Kategori	f	%	
Karakteristik Individu	Umur	10-14	81	93,1
		15-19	6	6,9
	Jenis kelamin	Laki-Laki	61	70,1
		Perempuan	26	29,9
Jenis Perilaku <i>Bullying</i>	Secara Verbal	45	51,7	
	Non Verbal	42	48,3	
Variabel Terikat	Strategi <i>coping stress</i>	<i>problem focused coping</i>	46	52,9
		<i>emotional focused coping</i>	41	47,1

2. Analisis Hubungan Strategi Coping Stress dengan Karakteristik Individu

Tabel 2. Hubungan Strategi Coping Stress dengan Umur Responden

Kategori Coping	Umur (tahun)	
	10-14	15-19
<i>Emotional focused coping</i>	f 38	3
	% 46,9	50
<i>Problem focused coping</i>	f 43	3
	% 53,1	50
Jumlah	f 81	6
	% 100	100
$\alpha = 0,05$	$p = 1$	Ho=diterima

Berdasarkan hasil crosstab didapatkan hasil bahwa strategi *emotional focused coping* lebih banyak dijumpai pada remaja tengah (15-19 tahun) sebanyak (50%) sedangkan remaja awal (10-14 tahun) lebih banyak menggunakan *problem focused coping* (53,1%). Uji chi square dengan taraf signifikansi (5%) dengan p-value sebesar 0,1 menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara umur responden dengan strategi *coping stress*, sehingga hipotesis penelitian tidak diterima. Lazarus & Folkman (1984), mengungkapkan bahwa kematangan proses yang terjadi selama masa remaja berpengaruh dengan usaha *coping* yang dilakukan dengan dibatasi oleh kematangan secara biologis, kognitif, sosial dan emosional.¹⁰

Tabel 3. Hubungan Strategi Coping Stress dengan Jenis Kelamin

Kategori Coping	Jenis Kelamin	Jumlah	
		L	P
<i>Emotional focused coping</i>	f 30	11	19
	% 49,2	42,3	42,3
<i>Problem focused coping</i>	f 31	15	16
	% 50,8	57,7	57,7
Jumlah	f 61	26	26
		$\alpha = 0,05$	$p = 0,05$

	%	100	100
$\alpha = 0,05$	$p = 0,557$		Ho =
diterima			

Berdasarkan hasil crosstab diperoleh hasil bahwa strategi *coping stress* dengan *emotional focused coping* paling banyak dijumpai pada responden laki-laki (49,2%) dan perempuan 42,3%. Sedangkan strategi *coping stress* berupa *problem focused coping* paling banyak dijumpai pada perempuan (57,7%) dan laki-laki (50,8%). Uji *Chi square* diperoleh $p = 0,557$. Karena nilai $p > 0,05$ sehingga Ho ditolak artinya tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan strategi *coping stress*. Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan *American Association of School Administrators* bahwa anak laki-laki secara natural lebih bersikap agresif dibandingkan anak perempuan terutama secara fisik karena pola pergaulan anak laki-laki cenderung agresif dibandingkan anak perempuan. Pola pergaulan yang agresif ini menyebabkan anak laki-laki lebih cenderung melakukan perilaku *bullying* dibandingkan anak perempuan.¹¹

3. Analisis Hubungan Strategi Coping Stress dengan Jenis Perilaku Bullying

Tabel 4. Hubungan Strategi Coping Stress dengan Jenis Perilaku Bullying

Kategori Coping	Jenis Kelamin	Jenis Perilaku Bullying	
		Verbal	Non Verbal
<i>Emotional focused coping</i>	f 30	24	6
	% 66,7	57,1	11,3
<i>Problem focused coping</i>	f 15	18	3
	% 33,3	42,9	11,3
Jumlah	f 45	42	3
	% 100	100	100
		$\alpha = 0,05$	$p = 0,036$
			Ho = diterima

Berdasarkan hasil crosstab, responden menggunakan *emotional focused coping* lebih banyak dijumpai pada responden yang mengalami *bullying* secara verbal (66,7%) dan secara non verbal 57,1%. Uji *Chi square* didapatkan nilai $p = 0,036$ maka H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara jenis *bullying* dengan strategi *coping stress*. Tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herlin Eviani dan Jati Ariati (2015) menjelaskan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *coping stress* dengan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI SMK Muhammadiyah Kudus. Hubungan yang negatif tersebut mengindikasikan bahwa semakin efektif *coping stress* maka semakin rendah perilaku *bullying* siswa, demikian pula sebaliknya semakin tidak efektif *coping stress* maka semakin tinggi perilaku *bullying* pada siswa.¹²

4. Analisis Hubungan Strategi Coping Stress dengan Persepsi Kerentanan (Perceived susceptibility)

Tabel 5. Hubungan Strategi Coping Stress dengan Persepsi Kerentanan

Kategori Coping	Persepsi Kerentanan		Kategori Coping	Persepsi Mengontrol Situasi	
	Stressor rendah	Stressor tinggi		Baik	Kurang
<i>Emotional focused coping</i>	f 21	18	<i>Problem focused coping</i>	f 19	27
	% 53,8	46,2		% 57,6	50
<i>Problem focused coping</i>	f 18	28	Jumlah	f 33	54
	% 46,2	58,3		% 100	100
Jumlah	f 39	48	$\alpha = 0,05$	$p = 0,049$	$H_0 = \text{ditolak}$
	% 100	100			

Berdasarkan analisis crosstabs terlihat bahwa responden yang menggunakan strategi *coping stress* berupa *problem focused coping* lebih banyak dijumpai pada persepsi kerentanan yang tinggi pada responden (58,3%) dilanjutkan

dengan *stressor* rendah (46,2%). Setelah dilakukan uji *Chi Square* diperoleh nilai $p = 0,033$ maka H_0 ditolak. Artinya ada hubungan antara persepsi kerentanan *stressor* dengan strategi *coping stress*. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jill F. DeVoe (2007) mengenai *The Protective Behaviours of Student Victims: Responses to Direct and Indirect Bullying* menjelaskan bahwa ada keterkaitan antara kerentanan diri dengan *coping* yang dilakukan siswa yang menjadi korban *bullying*, menjelaskan perlindungan diri sebagai upaya pendorong terhadap persepsi yang dimiliki siswa yang menjadi korban *bullying*.¹³

5. Analisis Hubungan Strategi Coping Stress Berdasarkan Persepsi Kemampuan Mengontrol Situasi (Perceived control over outcomes)

Tabel 6. Hubungan Strategi Coping Stress dengan Persepsi Kemampuan Mengontrol Situasi

Kategori Coping	Persepsi Mengontrol Situasi	
	Baik	Kurang
<i>Emotional focused coping</i>	f 14	27
	% 42,4	50
<i>Problem focused coping</i>	f 19	27
	% 57,6	50
Jumlah	f 33	54
	% 100	100

Berdasarkan hasil crosstab diperoleh hasil bahwa responden yang menggunakan *emotional focused coping* lebih banyak digunakan oleh responden dengan persepsi kemampuan mengontrol situasi yang kurang baik (50,0%) diikuti dengan yang baik (42,4%), Setelah dilakukan uji *Chi Square*

diperoleh nilai $p = 0,049$, maka H_0 ditolak. Artinya ada hubungan antara persepsi kemampuan mengontrol situasi dengan strategi *coping stress* yang digunakan oleh responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Bandura (1988) yang mengatakan kemampuan dalam mengontrol kondisi yang dapat menimbulkan stresor hal ini dapat mengurangi stres karena kemampuan tersebut yang mampu mencegah pengalaman-pengalaman buruk, namun banyak hal yang dapat mengurangi stres dengan kontrol perilaku daripada hanya membatasi diri dari masalah. Kontrol perilaku ini memperkuat keyakinan seseorang tentang kemampuan dalam melakukan *coping*.¹⁴

6. Analisis Hubungan Strategi Coping Stress Berdasarkan Persepsi Kemampuan Mengontrol Emosi (*Perceived control over emotion*)

Tabel 6. Hubungan Strategi *Coping Stress* dengan Persepsi Kemampuan Mengontrol Emosi

Kategori Coping	Persepsi Mengontrol Emosi	
	Baik	Kurang
<i>Emotional focused coping</i>	f 13 % 40,6	f 28 % 50,9
<i>Problem focused coping</i>	f 19 % 59,4	f 27 % 49,1
Jumlah	f 32 % 100	f 55 % 100
$\alpha = 0,05$	$p = 0,033$	$H_0 = \text{ditolak}$

Berdasarkan hasil crosstab diperoleh hasil bahwa responden yang menggunakan *problem focused coping* lebih banyak digunakan oleh responden yang memiliki persepsi kemampuan dalam mengontrol emosi yang baik (59,4%) diikuti dengan yang kurang (49,1%). Uji *Chi Square* diperoleh

nilai $p = 0,006$ maka H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara persepsi kemampuan mengontrol emosi dengan strategi *coping stress* yang digunakan oleh responden. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Suzy Fox dan Paul Spector (2006) yang menyatakan bahwa individu yang mendapatkan *stressor* dan tidak mampu untuk mengontrolnya dapat memicu emosi yang negatif sehingga kontrol terhadap emosi merupakan kunci dalam meningkatkan kemampuan *coping* individu tersebut.¹⁵

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini adalah:

1. Responden dalam menggunakan strategi *coping stress* berupa *problem focused coping* sejumlah (52,9%), sementara (47,1%) lainnya menggunakan strategi *emotional focused coping*.
2. Tidak adanya hubungan antara karakteristik responden (umur $p\text{-value} = 1$, jenis kelamin $p\text{-value} = 0,557$) dengan strategi *coping stress* siswa SMP terhadap kejadian *bullying* di Kecamatan Banyumanik.
3. Ada hubungan antara persepsi kerentanan ($p\text{-value} = 0,033$) pada strategi *coping stress* siswa SMP terhadap kejadian *bullying* di Kecamatan Banyumanik.
4. Ada hubungan antara kemampuan dalam mengontrol situasi ($p\text{-value} = 0,049$) pada strategi *coping stress* siswa SMP terhadap kejadian *bullying* di Kecamatan Banyumanik.
5. Ada hubungan antara kemampuan dalam mengontrol emosi ($p\text{-value} = 0,006$) pada strategi *coping stress* siswa SMP terhadap kejadian *bullying* di Kecamatan Banyumanik.

Disarankan bagi korban *bullying* yaitu menerapkan pemikiran positif senantiasa bergaul antar teman

sebaya di sekolah, pihak sekolah mengkampanyekan larangan melakukan *bullying* di sekolah dan melakukan konseling secara aktif dengan siswa yang diindikasikan mengalami *bullying* di sekolah.

ak sekolah menjadi mediasi antar keduanya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Magfirah U, Rachmawati MA. *Hubungan Antara Iklim Sekolah Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying*. 2006;1–10.
2. Sari P. *Coping Stress Pada Remaja Korban Bullying Di Sekolah "x."* Jurnal Psikologi. 2010;8(2).
3. Andriani N, Elita V, Rahmalia S. *Hubungan Bentuk Perilaku Bullying Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Korban Bullying*. 2011;
4. UNICEF. *Laporan Tahunan Indonesia 2015*. Jakarta. 2015
5. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). *Rincian Data Kasus Berdasarkan Klaster Perlindungan*. Jakarta.2016;2011
6. Putri Kristinawati. *Gambaran Kejadian Bullying di Siswa dan Siswi Sekolah Menengah Pertama di Jawa Tengah Tahun 2016*. Ejournal. 2016;01.
7. Widayanti CG. *Fenomena Bullying Di Sekolah Dasar Negeri Di Semarang: Sebuah Studi Deskriptif*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro. 2009;5.
8. Kustanti ER. *Gambaran Bullying Pada Pelajar Di Kota Semarang*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro. 2015;14(1):29–39.
9. Hastuti F, Studi P, Keperawatan I, Kedokteran F, Ilmu DAN, Islam U, et al. *Perilaku Agresif Di SMP Negeri 9 Depok*. 2013;1–108.
10. Nicholls A, Polman R, Morley D, Taylor NJ. *Coping and Coping Effectiveness in Relation to a Competitive Sport Event: Pubertal Status, Chronological Age, and Gender among Adolescent Athletes*.
11. *Journal of Sport Exercise Psychology*. 2016;31(3):299–317
12. Eviani Herlin dan Jati Ariati. *Hubungan Antara Coping stress dengan Bullying Pada Siswa SMK Muhammadiyah Kudus*. Fakultas Psikologi. Universitas Diponegoro: Semarang.
13. De Voe, J.F.(2007). *The Protective Behaviors of Students Victims: Responses to Direct and Inderct Bullying*. University of Maryland, Criminology and Criminal Justice United States: ProQuest
14. Bandura A, Cioffi D, Taylor CB, Brouillard ME. *Perceived Self-Efficacy in Coping With Cognitive Stressors and Opioid Activation*. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol, 35. No 3. 1988.
15. Suzy Fox dan Paul E. Spector. *The Many Roles Of Control In A Stressor-Emotion Theory Of Conterproductive Work Behaviour*. *Employee Health, Coping And Methodologies*. Oxford: Elseiver; 2006