

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan disajikan tentang kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian.

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya hubungan perilaku *bullying* dengan tingkat kecemasan remaja di SMP Negeri 1 Buduran Sidoarjo yang dibuktikan dengan hasil analisis menggunakan SPSS uji statistik korelasi *Spearman's rho* diperoleh $p \text{ value} = 0,000 < \alpha (0,05)$. Semakin tinggi perilaku *bullying* yang dialami remaja, maka semakin berat tingkat kecemasan yang dialami. *Bullying* dapat menyebabkan kecemasan karena *bullying* memberikan rasa yang tidak aman terutama di lingkungan sekolah. Murid yang *dibully* dapat menyebabkan murid menjadi khawatir akan keselamatan dirinya sehingga dalam kegiatan di sekolah menjadi tidak maksimal, perasaan seperti khawatir pada setiap tindakan yang dilakukan menjadi salah dimata teman yang lain, kekhawatiran tentang perilaku *bullying* yang mungkin diterimanya dikemudian hari.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi kepada pihak sekolah untuk mengetahui tingkat kecemasan siswanya terhadap perilaku *bullying*. Diharap sekolah mampu memberikan pendidikan dan informasi terkait *bullying* kepada orang tua dan murid sehingga mereka memahami lebih dalam tentang perilaku *bullying*. Diharapkan pihak sekolah membuat

suatu program anti *bullying* agar dapat memutus rantai *bullying* yang ada di sekolah karena *bullying* ini dapat berdampak jangka panjang seperti anak yang sering di *bully* menjadi pelaku *bullying* dikemudian hari.

5.2.2 Bagi Siswa Sekolah Menengah Pertama

Menghentikan perilaku *bullying* pada sesama teman, karena *bullying* ini berdampak pada kesehatan fisik dan psikologis seseorang seperti kecemasan. Siswa yang mengalami *bullying* harus terbuka kepada teman yang lain atau terhadap guru maupun keluarga sehingga dapat didiskusikan bagaimana penanganan yang tepat bagi siswa tersebut dan sebagai jembatan untuk memutuskan rantai *bullying*, hal ini dimaksudkan agar kelak siswa tidak menjadi pelaku *bullying* dikemudian hari seperti masuk disekolah lain dan membully antar sesama sebagai ajang balas dendam karena pernah di *bully* di sekolah yang lama. Kecemasan memang hal yang wajar dirasakan pada tiap individu namun kecemasan yang berlebih tidak baik untuk kehidupan sehari-hari. Kecemasan yang diakibatkan perilaku *bullying* ini dapat menghambat potensi diri yang di miliki oleh seseorang. Maka dari itu mengontrol diri untuk tidak melakukan *bullying* terhadap sesama teman dapat terjalin hubungan pertemanan yang sehat.

5.2.3 Bagi Intitusi Pendidikan Kesehatan

Bekerja sama dengan organisasi kemahasiswaan dalam memberikan penyuluhan tentang *bullying* terutama bentuk dan dampaknya sehingga diharapkan setelah mengetahuinya, mereka akan menyadari bahwa apa yang mereka perbuat merupakan bentuk *bullying* yang bisa saja menyakiti

orang lain baik secara fisik maupun pikis.

5.2.4 Bagi Penelitian Selanjutnya

Adapun beberapa saran yang perlu diperhatikan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti tentang perilaku *bullying* dengan tingkat kecemasan remaja:

- a. Penelitian ini diharapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait tentang hubungan perilaku *bullying* yang dialami remaja dengan tingkat kecemasan agar hasil penelitiannya dapat lebih baik dan lengkap lagi.
- b. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih mempersiapkan diri dalam proses pengambilan, pengumpulan dan segala sesuatunya sehingga penelitian dapat dilaksanakan dengan lebih baik.
- c. Peneliti meminta izin kepada pihak sekolah untuk meminta jam atau waktu siswa untuk mengisi kuesioner terlepas dari jam istirahat, agar siswa lebih fokus dalam mengerjakan kuesioner.