**Kejadian Bullying Dengan Kualitas Tidur Remaja Pada Siswa Man 1 Kota Kediri**

Dini Maya Saputri1, Linda Ishariani2, Didit Damayanti3

1Program Studi Sarjana Keperawatan, [dinimaya2000@gmail.com](mailto:dinimaya2000@gmail.com), 082132670xxx

2Program Studi Sarjana Keperawatan, [Isharianilinda@gmail.com](mailto:Isharianilinda@gmail.com), 085852272xxx

3Program Studi Sarjana Keperawatan, [rafi.akmalwidiputra@gmail.com](mailto:rafi.akmalwidiputra@gmail.com), 085640259xxx

**Abstrak**

Kejadian *bullying* merupakan tindakan tidak diinginkan yang terjadi pada remaja, kejadian *bullying* berpotensi terjadi berulang kali dan sewaktu-waktu. Dampak terjadinya kejadian *bullying* adalah adanya rasa tidak nyaman, takut, hingga terjadinya gangguan pola tidur pada korban. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan kejadian *bullying* dengan kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri. Desain penelitian adalah korelasi dengan pendekatan *cross-sectional,* teknik pengambilan sampel *purposive sampling* didapatkan sampel sebanyak 63 responden dari 220 populasi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*), dengan analisis menggunakan uji *Spearmen’s Rank*. Hasil penelitian menunjukkan kejadian *bullying* pada siswa MAN 1 Kota Kediri hampir seluruh (77.8%) yaitu 49 responden mengalami tingkat kejadian *bullying* sedang, sedangkan kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri sebagian besar (55.6%) yaitu 35 responden memiliki kualitas tidur buruk. Analisis data uji *Spearmen’s Rank* (p-*value* 0,017 < 0.05) menunjukkan ada hubungan kejadian *bullying* dengan kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri dengan kategori keeratan hubungan sedang (r = 0,300). *Bullying* yang didapatkan siswa adalah *bullying* verbal dan psikolgis seperti dipanggil nama tidak sesuai, mendapat *body shamming*, merasa dikucilkan. Sebaiknya remaja meningkatkan wawasan pengetahuan mengenai kejadian *bullying* mulai dari faktor, kriteria, hingga dampak yang terjadi akibat kejadian *bullying* sehingga remaja dapat meningkatkan sikap dalam memerangi perilaku *bullying* dan menekan angka kejadian *bullying*.

Kata kunci : Kejadian *Bullying*, Kualitas Tidur, Remaja.

**Abstract**

Bullying is an unwanted action that occurs in adolescents, bullying incidents have the potential to occur repeatedly and at any time. The impact of bullying incidents is the feeling of discomfort, fear, to the occurrence of sleep pattern disturbances in the victim. The aim of research was to determine the correlation between bullying incidence and adolescent sleep quality in students of MAN 1 Kediri city. The design of this research used correlation with cross-sectional approach, with purposive sampling technique, obtained a sample of 63 respondents from 220 populations. Data collection for this research used a questionnaire and PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index), followed by analysis used the Spearmen's Rank test. The results showed that the incidence of bullying in students of MAN 1 Kediri City was almost entirely (77.8%), namely 49 respondents experienced a moderate level of bullying, while the sleep quality of adolescents in MAN 1 Kediri City students was mostly (55.6%), namely 35 respondents had poor sleep quality. Analysis of the Spearmen's Rank test data (p-value 0.017 <0.05) showed that there was a correalation between the incidence of bullying and adolescent sleep quality in students of MAN 1 Kediri city with the category of moderate relationship closeness (r = 0.300). The bullying that students get is verbal and psychological bullying such as being called an inappropriate name, getting body shaming, feeling ostracized. It is better for adolescent to increase their knowledge about the incidence of bullying starting from the factors, criteria, until the impact occurs due to bullying so that adolescent can improve their attitude in combating bullying behavior and reduce the incidence of bullying.

Keywords: Bullying Incidence, Sleep Quality, Adolescent

**PENDAHULUAN**

Kejadian *bullying* merupakan tindakan yang tidak diinginkan yang terjadi pada remaja karena adanya ketidakseimbangan kekuatan, dan *bullying* ini berpotensi terjadi berulang kali dan sewaktu-waktu. Tindakan *bullying* ini berupa ancaman, menyerang secara fisik maupun verbal, mengasingkan seseorang dari kelompok (*National Centre Against Bullying*, 2019). *Bullying* sendiri adalah suatu tindakan yang dilakukan seseorang dengan mengucilkan karena dianggap memiliki status yang berbeda (Riyadi,2018). Menurut Wiyani (2012) dampak yang terjadi dari perilaku *bullying* ini adalah adanya rasa tidak nyaman, cemas, takut, gangguan penyesuaian sosial, rasa ingin bunuh diri hingga terjadinya gangguan pola tidur pada korban [1].

Menurut Wicaksono (2012) kebutuhan tidur yang cukup tidak hanya ditentukan oleh kuantitas tidur, melainkan juga oleh kedalaman atau kualitas tidur. Tidur merupakan kebutuhan dasar setiap orang, pada saat tidur kondisi tubuh akan malakukan pemulihan untuk mengembalikan stamina tubuh hingga berada pada kondisi yang optimal (Trilaksono Pranoto, 2010). Perubahan pola atau kebutuhan tidur disebabkan karena tuntutan aktivitas sehari-hari yang berakibat pada kurangnya kebutuhan tidur salah satu penyebab gangguan pola tidur adalah karena efek dari *bullying* (Anurugo Dito, 2012) [2].

Prevalensi perilaku *bullying* pada remaja di seluruh dunia diperkirakan 8 hingga 50% di berbagai negara Asia, Amerika, Eropa (Soedjatmiko dkk, 2013). Di ketahui di Korea terdapat jumlah *bullying* adalah sekitar 23% sampai 63% (*Environmental Research and Public Health*, 2017). KPAI mencatat dari tahun 2011-2019 jumlah pengaduan *bullying* di Indonesia terdapat 2.473 kasus (KPAI, 2020). Diketahui bentuk *bullying* yang sering terjadi di Indonesia 10-60% bentuk *bullying* yang diterima berupa cemooh, pengucilan, kekerasan fisik, dan ejekan (Amalia, 2010). Menurut laporan dari Lembaga Perlindungan Anak (LPA) Jatim (2019) menyatakan bahwa terdapat 90 kasus *bullying* di Jawa Timur, kasus ini tersebar di daerah Surabaya, Gresik, Tulungagung, Lumajang, Malang, Blitar dan Kediri [3].

**Dini Maya Saputri**

EMAIL : [dinimaya2000@gmail.com](mailto:dinimaya2000@gmail.com)

Amalat : STIKES Karya Husada Kediri Jl.Soekarno

Hatta No.7, Darungan, Kec. Pare, Kabupaten

Kediri, Jawa Timur 64225

Di Kediri diketahui jumlah kasus yang teridentifikasi selama 2019 terdapat 6 kasus *bullying* berat (Liputan 6, 30 Desember 2019). Dalam penilitian Hermalinda,dkk (2017) menunjukkan bahwa bentuk tindakan *bullying* yang sering terjadi adalah *bullying* verbal sebanyak 23,6%, *bullying* fisik 29% [4]. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 9 November 2021 di MAN 1 Kota Kediri, didapatkan data sebanyak 30 siswa teridentifikasi pernah mengalami *bullying*, di antranya terdapat *bullying* verbal dan *bullying* psikologis dimana mereka pernah menjadi korban *bully* seperti dipanggil menggunakan nama yang tidak sesuai, mendapat perlakuan dikucilkan, dan mengalami *body shaming* atau dipermalukan karena bentuk tubuhnya.

Menurut penelitian Hasson et.al (2019) dalam *Journal of International Research* menyatakan bahwa perilaku *bullying* memiliki efek merugikan bagi korbannya yaitu terjadinya gangguan kesehatan fisik, pesimis terhadap masa depan, kesulitan untuk membina hubungan sosial dengan sekitar [5]. Remaja yang mengalami tindak perilaku *bullying* kebanyakan melapor serta menunjukkan masalah spesifik berupa sakit kepala dan terjadi gangguan pada kebutuhan tidurnya (Biebl et al, 2011) [5]. Gangguan tidur muncul diakibatkan karena korban merasa stress akibat terlalu memikirkan apa yang telah terjadi kepadanya, dari faktor stress inilah akan mempengaruhi kesehatan fisik berupa pusing, cemas, takut, hingga depresi dari hal ini dapat memicu terjadinya mimpi buruk dan selalu terbangun ketika tertidur, sehingga menyebabkan pola tidur korban terganggu dan berdampak terhadap kualitas tidur yang buruk [5].

Adanya fenomena tersebut. Pemerintah Indonesia juga telah menerbitkan Peraturan Presiden (PerPres) tentang pencegahan dan penanggulangan *bullying* dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No 82 tahun 2015 yang komponennya ada 3, yakni penanggulangan, sanksi, dan pencegahan, dengan adanya upaya dari pemerintah penting juga harus didukung oleh peran pola asuh orang tua terhadap anak yaitu dengan cara membangun rasa percaya diri pada anak dan berani untuk mengutarakan pendapat, menumbuhkan sifat kepedulian terhadap sekitar, mengajarkan etika saling menghargai antar sesama.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kejadian *bullying* dengan kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri.

**METODE PENELITIAN**

**Desain Penelitian** adalah korelasi atau hubungan dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang proses pengukuran variabelnya dilakukan pada saat bersamaan (satu waktu tertentu) (Nursalam, 2016) [6].

**Sampel** dalam penelitian ini adalah remaja siswa MAN 1 Kota Kediri yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 63 orang dari 220 populasi.

**Teknik sampling** yang digunakan adalah teknik *Purposive Sampling* yaitu teknik penetapan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016).

**Kriteria inklusi:** siswa MAN 1 Kota Kediri kelas X,XI IPA yang pernah menjadi korban *bullying*, siswa MAN 1 Kota Kediri yang sedang tidak sakit, siswa MAN 1 Kota Kediri yang sedang mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah secara luring.

**Teknik pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner *bullying* dan PSQI *(Pittsburgh Sleep Quality Index),* yang mana kuesioner *bullying* sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan uji *Pearson Correlation* yang mana didapatkan hasil R hitung>R tabel dimana R tabel 0.349 dan semua R hitung melebihi R tabel tersebut, selanjutnya hasil reliabilitas didapatkan alpha 0.865 sehingga alpha>R tabel, dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa setiap item soal dinyatakan valid dan reliabel, sedangkan PSQI *(Pittsburgh Sleep Quality Index)* merupakan instrumen baku untuk menilai kualitas tidur seseorang, lalu kedua instrumen tersebut dibagikan kepada responden disertai dengan petunjuk pengisian, responden dipersilakan mengisi kuesioner sesuai dengan kondisi yang pernah dialami masing-masing, setelah repsonden selesai mengisi kuesioner lalu dikumpulkan, setelah dilakukan pengukuran dengan keusioner selanjutnya data dikumpulkan oleh peneliti dan dilanjutkan dengan pengolahan data meliputi *editing, scoring, tabulating*, dan analisa data dengan menggunakan uji *Spearmen’s Rank*.

**HASIL PENELITIAN**

Penyajian data karakteristik responden meliputi: usia, jenis kelamin, hobi, pekerjaan orang tua, pendidikan orang tua, jumlah saudara, tinggal dengan, keikutsertaan organisasi, media info, riwayat penggunaan obat, sedang merasa stress.

Tabel 1. Karakteristik responden

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Karakteristik Responden | F | % |
| 1. | **Usia**  Usia 16-17 tahun  Usia 18-19 tahun  Usia 20 tahun | 14  49  0 | 22.2  77.8  0 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 2. | **Jenis Kelamin**  Perempuan  Laki-Laki | 36  27 | 57.1  42.9 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 3. | **Hobi**  Olahraga  Membaca | 41  22 | 65.1  34.9 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 4. | **Pekerjaan Orang Tua**  Petani/Pedagang  PNS  Wiraswasta | 16  8  39 | 25.4  12.7  61.9 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 5. | **Pendidikan Orang Tua**  SD  SMP/SMA  Sarjana | 9  37  17 | 14.3  58.7  27.0 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 6. | **Jumlah Saudara**  Anak tunggal  2 (dua)  >2 | 14  35  14 | 22.2  55.6  22.2 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 7. | **Tinggal Dengan**  Dengan orang tua  Kos/asrama/pondok | 49  14 | 77.8  22.2 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 8. | **Keikutsertaan Organisasi**  Karang taruna  Osis  Ekstrakulikuler  Tidak mengikuti sama sekali | 7  15  32  9 | 11.1  23.8  50.8  14.3 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 9. | **Media Info**  Medsos  Berita televisi/radio | 43  20 | 68.3  31.7 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 10. | **Riwayat Penggunaan Obat Tidur**  Ya  Tidak | 0  63 | 0  100.0 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |
| 11. | **Sedang Merasa Stress**  Ya  Tidak | 24  39 | 38.1  61.9 |
|  | **Total** | 63 | 100.0 |

Dari tabel 1 diketahui dalam penelitian berdasarkan karakteristik usia didapatkan 14 remaja (22.2%) dalam rentang usia 16-17 tahun, 49 remaja (77.8%) berada pada rentang usia 18-19 tahun. Karakteristik jenis kelamin 36 remaja (57.1%) berjenis kelamin perempuan, 27 remaja (42.9%) berjenis kelamin laki-laki. Karakteristik hobi 41 remaja (65.1%) memiliki hobi olahraga, 22 remaja (34.9%) hobi membaca. Karakteristik pekerjaan orang tua siswa 16 (25.4%) adalah pedangan, 8 (12.7%) adalah PNS, 39 (61.9%) adalah wiraswasta. Karakteristik pendidikan orang tua siswa 9 (14.3%) adalah SD, 37 (58.7%) adalah SMA/SMP, 17 (27%) sarjana. Karakteristik jumlah saudara 14 (22.2%) adalah anak tunggal, 35 (55.6%) remaja dengan jumlah saudara adalah 2, 14 (22.2%) remaja dengan jumlah saudara lebih dari 2. Karakteristik tempat tinggal 49 (77.8%) remaja bertempat tinggal dengan orang tua, 14 (22.2%) tinggal di asrama/pondok/kos. Karakteristik keikutsertaan organisasi 7 (11.1%) mengikuti karang taruna, 15 (23.8%) mengikuti osis, 32 (50.8%) remaja mengikuti kegiatan ektrakulikuler. Karakteristik media info 43 (68.3%) remaja mendapatkan info mengenai *bullying* melalui media sosial, 20 (31.7%) remaja mendapat info *bullying* melalui berita televisi/radio. Karakteristik riwayat penggunaan obat dan perasaan stress 63 (100%) remaja tidak pernah mengkonsusmi obat-obatan tidur dan 39 (61.9%) remaja diketahui tidak sedang merasakan kondisi stress.

Tabel 2. Kejadian *bullying* pada siswa MAN 1 Kota Kediri kelas X, XI IPA Maret 2022

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kejadian *Bullying* | F | % |
| Ringan  Sedang  Berat | 14  49  0 | 22.2  77.8  0 |
| **Total** | 63 | 100.0 |

Dari tabel 2 diketahui menunjukkan bahwa tingkat kejadian *bullying* pada siswa MAN 1 Kota Kediri hampir seluruh (77.8%) yaitu 49 responden mengalami tingkat kejadian *bullying* dengan kriteria sedang, sebagian kecil (22.2%) yaitu 14 responden mengalami kejadian *bullying* dengan kriteria ringan.

Tabel 3. Kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri kelas X, XI IPA Maret 2022

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kualitas Tidur | F | % |
| Baik  Buruk | 28  35 | 44.4  55.6 |
| **Total** | 63 | 100 |

Dari tabel 3 dapat diketahui bahwa kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri sebagian besar (55.6%) yaitu 35 responden masuk dalam kriteria kualitas tidur buruk, dan hampir setengah dari responden (44.4%) yaitu 28 responden dalam kriteria kualitas tidur baik.

Tabel 4. Hubungan kejadian *bullying* dengan kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Kejadian *Bullying* | Kualitas tidur | | | | Total | |
| Baik | | Buruk | |
| F | % | F | % | F | % |
| Ringan  Sedang  Berat | 9  19  0 | 14.3  30.2  0 | 5  30  0 | 7.9  47.6  0 | 14  49  0 | 22.2  77.8  0 |
| **Total** | 28 | 44.4 | 35 | 55.6 | 63 | 100.0 |
| **Uji *Spearmen’s Rank*** | **P *Value* = 0,017 < α = 0,05 r = 0,300** | | | | | |

Kediri

Dari data tabel 4 dilakukan analisis statistik dengan menggunakan *Spearmen’s Rank* melalui *software* SPSS, dengan tingat signifikansi 5% (0,05) ditemukan P *value* = 0,017, karena P *value* < 0,05 maka dapat disimpulkan adanya penerimaan H1, yang berarti bahwa terdapat hubungan kejadian *bullying* dengan kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan 9-10 Maret 2022 pada remaja MAN 1 Kota Kediri, diperoleh data bahwa tingkat kejadian *bullying* pada siswa MAN 1 Kota Kediri hampir seluruh (77.8%) yaitu 49 responden mengalami tingkat kejadian *bullying* dengan kriteria sedang. Remaja dalam penelitian ini didapatkan (77.8%) mengalami

*bullying* dengan kriteria sedang dan tergolong dalam kategori *bullying* verbal dan psikologis, yang mana siswa MAN 1 Kota Kediri mengatakan bahwa mereka sering mendapatkan panggilan yang tidak diinginkan, mendapat ejekan karena bentuk fisik yang tidak sempurna atau *body shamming*, dan paling banyak dirasakan oleh siswa perempuan, dari hal ini mereka merasa sering dikucilkan atau tidak diterima oleh teman-teman sekitarnya. Sehingga dari kejadian tersebut dapat menimbulkan perasaan tidak enak dan merasa direndahkan. Hal ini sejalan dengan penelitian kejadian *bullying* di Indonesia antar remaja Yogyakarta yang dilakukan oleh Poeh, RA (2014) yang mana dari 396 siswa, 100 siswa mengaku pernah menjadi korban *bullying*. *Bullying* sering terjadi dikarenakan seorang anak mempunyai kekurangan baik fisik maupun mental (Junior Chamber International, 2016) [7]. Berdasarkan penelitian yang dikemukakan Yunita Bulu (2019) menyatakan bahwa kejadian *bullying* hingga saat ini menjadi perbincangan serius, dimana *bullying* yang dilakukan secara berulang dan bertujuan membuat seseorang merasa tidak nyaman, sehingga dari hal tersebut diperlukan pemahaman moral yang ditekankan mengapa tindakan *bully* itu dilakukan dan bagaimana seseorang berfikir sampai pada keputusan yang dilakukan adalah sesuatu yang baik atau justru sebaliknya [8]. Menurut peneliti kejadian *bullying* dapat terjadi pada siswa MAN 1 Kota Kediri dikarenakan pada usia remaja mereka masih labil dalam mengendalikan emosi dan belum tepat dalam mencari solusi dalam sebuah masalah, sehingga ketika mereka mendapat suatu masalah terjadi kebingungan antara harus mengutarakan pendapatnya ataukah harus memendamnya saja.

Kejadian *bullying* yang menimpa siswa MAN 1 Kota Kediri memiliki dampak terhadap kualitas tidurnya, siswa yang menjadi korban *bullying* mengatakan mereka merasakan stress karena terlalu berfikir berelebihan mengenai kejadian yang menimpanya. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri sebagian besar (55.6%) yaitu 35 responden masuk dalam kriteria kualitas tidur buruk, kualitas tidur yang buruk pada siswa MAN 1 Kota Kediri disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya, adanya masalah dengan sesama teman serta perasaan *insecure* karena dirinya tidak dapat diterima oleh sekitarnya akibat kekurangan yang mereka miliki. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mohd Luthfi, dkk (2017) yang mana bahwa kualitas tidur pada remaja dikatakan buruk akibat beberapa faktor diantaranya karena pengaruh lingkungan, penggunaan smartphone yang berlebihan, jadwal sekolah yang sangat padat, hingga konflik-konflik yang muncul pada diri remaja itu sendiri. Kualitas tidur merupakan fenomena yang sangat kompleks yang melibatkan berbagai domain diantaranya , penilaian terhadap tidur, gangguaan tidur, latensi tidur, disfungsi di siang hari, efisiensi tidur, kualitas tidur, penggunaan obat tidur. Jadi apabila dari ke tujuh domain tersebut ada yang terganggu maka akan mengakibatkan penurunan kualitas tidur (Indarwati, 2012) [9]. Menurut peneliti kualitas tidur buruk yang terjadi pada siswa man 1 Kota Kediri di karenakan adanya permasalahan dalam diri siswa seperti adanya masalah pertemanan yang belum terselesaikan sehingga akan memepengaruhi terjadinya stress yang berlebihan terutama mengenai kejadian *bullying* yang dirasakan akibatnya siswa terlalu memikirkan hal buruk yang terjadi padanya yang mengakibatkan timbulnya depresi, sehingga dari hal ini dapat memicu kurangnya durasi istirahat di malam hari yang meyebabkan berubahnya pola tidur, sehingga dari kejadian tersebut diketahui bahwa terdapat hubungan kejadian *bullying* dengan kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri, yang mana hasil uji menggunakan analisis statistik *Spearmen’s Rank* menunjukkan bahwa *P Value* 0.017 < α = 0,05 yang diartikan adanya hubungan kejadian *bullying* dengan kualitas tidur remaja pada siswa MAN 1 Kota Kediri, responden yang memiliki kualitas tidur buruk diakibatkan dari kejadian *bullying* yang dialaminya seperti, belum terselesaikannya masalah antar sesama teman, sering merasa *insecure* atau minder karena bentuk tubuh yang dimiliki tidak sesuai dengan yang diharapakan, merasa dipandang sebelah mata oleh sekitarnya karena korban tidak memiliki potensi yang sama dengan komunitasnya, hal ini yang memicu peningkatan stress yang mana jika stress dirasakan terlalu berlarut maka akan terjadi depresi sehingga berdampak terhadap gangguan pola tidur, selain itu juga kejadian *bullying* merupakan suatu stressor yang terjadi pada remaja karena penerimaan dari teman sebaya dianggapnya suatu hal yang penting, sehingga ketika remaja mengalami suatu pengucilan dari teman sekitarnya dapat menimbulkan perasaan tertekan dan selalu berpikir berlebihan tentang apa yang terjadi terhadapnya dari hal ini dapat menyebabkan depresi dan dari depresi tersebut dapat menyebabkan terjadinya gangguan pola tidur [10].

Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhani (2013) yang menyatakan bahwa remaja yang mengalami kejadian *bullying* menunjukkan dampak terhadap gangguan pola tidur, dimana remaja yang sering mengalami *bullying* 7 kali lipat menunjukkan terjadinya gangguan terhadap kualitas tidurnya dibandingkan yang tidak pernah atau jarang menjadi korban *bully* [11]. Jika kejadian *bullying* ini sering terjadi maka akan menimbulkan gangguan terhadap korban dimana di antaranya korban merasa tertekan, takut, merasa rendah diri, sulit tidur nyanyak (Zakiyah, E. Z et al., 2019) [12].

Dari hasil pemikiran peneliti bahwa siswa remaja di MAN 1 Kota Kediri hampir seluruh siswa mengalami kejadian *bullying* sedang dan banyak yang mengalami kualitas tidur dengan kriteria buruk akibat kebanyakan dari mereka memiliki konflik dengan teman sekelas atau seorganisasi yang belum terselesaikan, adanya perasaan *insecure* atau minder dengan anggapan bahwa dirinya tidak pantas masuk ke dalam pertemanan yang terjalin karena keterbatasan yang dimiliki, dan selalu mencemaskan hal buruk yang telah terjadi, dari stressor-stressor tersebut dapat memperburuk suasana dalam diri remaja sehingga berpengaruh terhadap kualitas tidur pada remaja karena stress terlalu memikirkan konflik atau masalah yang belum terselesaikan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin sering mendapat *bullying* maka akan semakin buruk kualitas tidur yang dimiliki.

**SIMPULAN DAN SARAN**

Kejadian *bullying* pada siswa MAN 1 Kota Kediri sebagian besar pada kriteria mengalami kejadian *bullying* sedang dengan kualitas tidur yang dimiliki oleh remaja siswa MAN 1 Kota Kediri adalah pada kriteria kualitas tidur yang buruk, dan keduanya saling berhubungan yang mana jika semakin sering seseorang mendapat kejadian *bullying* maka akan semakin buruk kualitas tidur yang dimiliki akibat korban terlalu berfikir berlebihan terkait apa yang terjadi terhadapnya. Disarankan pada peneliti selanjutnya menjadikan penelitian ini sebagai dasar atau referensi untuk meneliti permasalahan terkait kejadian *bullying* pada siswa sekolah, terlebih fokus pada faktor stress. Selain itu penggunaan instrumen penelitian sebaiknya peneliti selanjutnya dapat menggunakan lembar observasi supaya mempermudah komunikasi dengan responden sehingga dapat meminimalkan responden agar tidak berbohong mengenai kondisinya.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Anjarwarni,Tri dkk. (2019). *Deteksi Dini Potensi Kenakalan Remaja (Juvenile Deliquency) dan Solusi* . Sidoarjo: Zifatama jawara
2. Ningsih Setya, Dewi; Permatasari Indah, Rani. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMKN 7 Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*, 2(2), 262-267
3. . 2019. “10 Daerah Di Jawa Timur dengan Angka Kasus Kekerasan Tertinggi Terhadap Anak”, [10 Daerah di Jawa Timur dengan Angka Kasus Kekerasan Tertinggi Terhadap Anak - Surabaya Liputan6.com](https://surabaya.liputan6.com/read/4144379/10-daerah-di-jawa-timur-dengan-angka-kasus-kekerasan-tertinggi-terhadap-anak), diakses pada tanggal 8 Oktober 2021
4. Hermalinda, dkk. (2017). Hubungan Karakteristik Remaja Dengan Perilaku *Bullying* Pada Siswa SMP Di Kota Padang. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(1), 1-11
5. Hanson, Erika et.al. (2019). Bullying, health complaints, and self-rated health among school-aged children and adolescent. *Journal of International Medical Research*, 48(2), 1-9
6. Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta : Salemba Medika
7. Lestari, Puji; Liyanovitasari. (2020). Konsep Diri Remaja Yang Mengalami Bullying. Jurnal Keperawatan Terpadu, 2(1), 40-46
8. Diananda, Amita. (2018). Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *ISTIGHNA*, 1(1), 116-133
9. Pusdatin Kemkes. “Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja”. pusdatin.kemkes.go.id. [infodatin-reproduksi-remaja.pdf (kemkes.go.id)](https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-reproduksi-remaja.pdf) diakses pada tanggal 8 Oktober 2021
10. Utami,W Tantri. (2019). Hubungan *Bullying* Dengan Ketidakberdayaan Pada
11. Ramadhani A, Retnowati S. (2013). Depresi Pada Remaja Korban *Bullying*. *Jurnal Psikologi 2*, 9(2).
12. Zakiyah ,Z Ela, dkk (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*. *Jurnal Penelitian&PPM*, 4(2), 129-389