

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

Pada bab ini, peneliti akan menyajikan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan berdasarkan pada pengolahan data hasil temuan dari penelitian ini. Kemudian, peneliti akan menyajikan implikasi serta rekomendasi untuk pihak yang bersangkutan.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti mengenai hubungan perilaku bullying dengan phobia sosial pada siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung, maka peneliti menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara perilaku bullying dengan phobia sosial siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,645. Hubungan positif antara kedua variabel tersebut berarti jika perilaku bullying di lingkungan sekolah semakin tinggi, maka akan semakin tinggi juga phobia sosial yang dialami oleh siswa. Phobia sosial yang dialami oleh siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung berdasarkan jumlah pengkategorisasian berada pada tingkat kategori yang sedang atau cukup yang artinya bahwa perilaku bullying memberikan pengaruh terhadap phobia sosial siswa baik dalam tingkat kognitif, somatik, maupun emosi. Namun, pengaruh atau hubungan yang dihasilkan tidak tinggi hanya sekedar cukup saja. Oleh karena itu, hasil uji hipotesis sub variabel ini menunjukkan H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian perilaku bullying dan phobia sosial memiliki hubungan yang signifikan.
2. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara perilaku bullying dengan tingkat kognitif phobia sosial siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,670. Phobia sosial tingkat kognitif pada siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung berdasarkan jumlah pengkategorisasian berada pada kategori yang sedang atau cukup. Hubungan tersebut berarti bahwa perilaku bullying tidak begitu tinggi mempengaruhi tingkat kognitif phobia sosial karena perilaku bullying cukup memberikan dampak terhadap tingkat kognitif phobia sosial siswa. Oleh karena itu, hasil

uji hipotesis sub variabel ini menunjukkan H_a diterima dan H_0 ditolak. Mayoritas responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mereka beberapa kali mengalami pikiran yang kosong saat pembelajaran di kelas sehingga sulit untuk mengerti materi yang disampaikan oleh guru dan sering berpikiran negatif terhadap dirinya sendiri.

3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara perilaku bullying dengan tingkat somatik phobia sosial siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,525. Phobia sosial tingkat somatik pada siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung berdasarkan jumlah pengkategorisasian termasuk pada kategori sedikit rendah. Hubungan tersebut berarti bahwa perilaku bullying memberikan pengaruh atau dampak terhadap tingkat somatik phobia sosial siswa, namun dampak tersebut sedikit rendah dialami oleh siswa. Oleh karena itu, hasil uji hipotesis sub variabel ini menunjukkan H_a diterima dan H_0 ditolak. Mayoritas responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa setelah mengalami pengalaman buruk dari tindakan bullying dalam lingkungan sekolah, mereka kadang-kadang mengalami gangguan tidur, pola makan yang tidak teratur sehingga mengganggu kondisi kesehatan, dan juga mengalami suhu tubuh serta jantung yang berdebar tidak menentu saat berada di lingkungan sosial.
4. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara perilaku bullying dengan tingkat emosi phobia sosial siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,450. Phobia sosial tingkat emosi pada siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung berdasarkan jumlah pengkategorisasian berada pada kategori sedikit rendah. Hubungan tersebut berarti bahwa perilaku bullying yang terjadi memang memberikan pengaruh atau dampak terhadap tingkat emosi phobia sosial, akan tetapi dampak ini sedikit rendah dialami oleh siswa. Oleh karena itu, hasil uji hipotesis sub variabel ini menunjukkan H_a diterima dan H_0 ditolak. Mayoritas responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian dari mereka merasakan ketakutan dan cemas yang berlebihan setelah mendapatkan perilaku bullying dari teman di sekolahnya. Selain itu juga, responden sering kali merasa marah terhadap orang-orang yang melakukan perbuatan buruk kepada dirinya.

5.2 Implikasi

Berdasarkan kesimpulan diatas, menunjukkan bahwa perilaku bullying memiliki hubungan yang positif dengan phobia sosial baik dalam tingkat kognitif, tingkat somatik, maupun tingkat emosi. Maka dari itu, terdapat beberapa implikasi yang perlu dicermati sebagai berikut:

1. Perilaku bullying dinilai masih sangat marak terjadi dilingkungan sekolah dan dianggap sebagai permasalahan biasa karena tanggapan responden yang menunjukkan mayoritas siswa pernah melakukan perilaku bullying dengan opsi kadang-kadang. Dan tidak sedikit pula siswa yang masih menjadi korban bullying sehingga hal tersebut sangat mengganggu aktivitasnya di sekolah. Hal ini pun berarti masih kurangnya penanganan pihak sekolah dan guru-guru dalam menangani masalah yang terjadi di sekolah terutama kasus bullying. Oleh karena itu, kecerdasan sosial siswa pun dapat terganggu seperti kemampuan dalam berteman, berkomunikasi, dan kerja sama dengan orang di sekitarnya. Akibatnya, siswa cenderung menjauh dari lingkungan sosialnya karena merasa panik yang berlebihan ketika harus menghadapi orang banyak.
2. Dengan ditemukannya hubungan positif yang signifikan antara perilaku bullying dengan phobia sosial siswa SMP Negeri di Kabupaten Bandung, dapat memberikan petunjuk bagi pihak sekolah untuk lebih tanggap dan serius dalam menangani kasus bullying yang terjadi di lingkungan sekolah dan menciptakan suasana yang lebih aman serta damai bagi siswa. Terapi kognitif berupa afirmasi kalimat positif pada korban maupun pelaku bullying sangat direkomendasi guna menghentikan phobia sosial yang dialami. Kemudian, bagi siswa yaitu bekerja sama dengan baik bersama seluruh warga sekolah untuk menghentikan fenomena bullying di lingkungan sekolah, hal ini dapat membuat rendahnya siswa dengan gangguan phobia sosial sehingga kecerdasan sosial siswa di sekolah tidak akan semakin menurun
3. Ditemukannya tingkat kognitif phobia sosial dengan kategori yang sedang atau cukup pada siswa-siswi SMP Negeri di Kabupaten Bandung, dapat memberikan petunjuk bagi siswa untuk lebih peka dalam berperilaku yang baik kepada sesama karena perilaku bullying berakibat sangat buruk pada pola pikir seseorang seperti kesulitan dalam memperhatikan pembelajaran di kelas

dan juga pikiran negatif terhadap diri sendiri maupun lingkungan sosialnya sehingga hal ini akan sangat merugikan korban bahkan pelaku pun dapat merasa rugi atau menyesal karena telah menyakiti dan memberikan pengalaman buruk pada orang lain. Kemudian, bagi para guru dapat mencoba untuk berupaya dalam memberikan perlindungan serta menjalankan program-program yang dapat meminimalisir phobia sosial tingkat kognitif yang dialami oleh siswa-siswi baik korban maupun pelaku.

4. Ditemukannya tingkat somatik phobia sosial yang dialami oleh siswa-siswi SMP Negeri di Kabupaten dengan kategori sedikit rendah yang berarti perilaku bullying yang terjadi di sekolah memberikan dampak pada tingkat somatik phobia sosial siswa meskipun dampak dalam aspek tersebut jarang dialami oleh siswa. Hal ini dapat memberikan petunjuk dan peringatan kepada siswa untuk berhenti melakukan perilaku bullying di sekolah serta menyepelekan tindakan tersebut karena dampaknya buruk terhadap pola tidur, pola makan, suhu tubuh, bahkan kesehatan korban. Lalu, dapat memberikan petunjuk bagi para guru untuk lebih memperhatikan setiap faktor yang mendorong terbentuknya karakter buruk siswa sehingga fenomena bullying terus terjadi. Selain itu, memberi petunjuk bagi pihak sekolah untuk lebih memperhatikan kondisi setiap siswa saat berada di lingkungan sekolah terutama ketika sedang menjalin hubungan sosial dengan sesama.
5. Ditemukannya tingkat emosi phobia sosial dengan kategori sedikit rendah pada siswa-siswi SMP Negeri di Kabupaten Bandung akibat fenomena bullying yang banyak terjadi di lingkungan sekolah. Tingkat emosi ini ditandai dengan perasaan khawatir yang berlebihan, takut terhadap banyak hal di lingkungan masyarakat, marah pada segala hal yang menyakiti, dan perasaan sedih saat mendapati perlakuan atau pengalaman buruk dari orang lain. Temuan ini dapat menjadi petunjuk bagi siswa untuk saling membantu dan peka dalam meminimalisir tindakan bullying yang terjadi baik bullying secara fisik, verbal, maupun relasional. Lalu, memberi petunjuk bagi siswa untuk tidak membiarkan siapa pun rekannya disekolah merasa sendiri karena perilaku bullying ini mempengaruhi kondisi batin seseorang dan rasa cemas yang dialami oleh korban sering kali mendorong korban untuk tidak

bersosialisasi sehingga dapat membuatnya depresi. Selain itu, dengan adanya temuan ini dapat memberikan petunjuk bagi guru untuk memberikan rasa aman, nyaman, tentram, dan nasehat terutama bagi korban bullying.

5.3 Rekomendasi

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terkait hubungan perilaku bullying dengan phobia sosial siswa dan berdasarkan perolehan implikasi di atas, selanjutnya peneliti memberikan rekomendasi kepada beberapa pihak. Harapannya, rekomendasi ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi yang berguna kedepannya bagi semua pihak. Rekomendasi yang disarankan sebagai berikut:

1. Bagi siswa-siswi SMPN 1 Cileunyi, SMPN 1 Rancaekek, dan SMPN 1 Cicalengka, hendaknya siswa berupaya untuk lebih mampu dalam mengontrol setiap tindakan yang ingin dilakukan dan memikirkan dengan panjang akibat yang dapat terjadi dari tindakannya supaya tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain. Kemudian, diharapkan setiap siswa untuk memberanikan diri dan tidak takut dalam melapor perilaku bullying yang terjadi disekolah serta mampu untuk lebih membuka diri kepada orang tua, guru, maupun orang sekitar yang dipercaya supaya kasus bullying yang terjadi dapat dicari solusinya dan dihadapi secara bersama. Lalu, siswa harus aktif dalam berkonsultasi dengan guru di sekolah untuk mengatasi segala masalah yang terjadi terutama masalah phobia sosial yang dialami.
2. Bagi guru, hendaknya memperhatikan siswa-siswi yang rentan terhadap perilaku bullying, terutama siswa yang terlihat lemah secara fisik, siswa pindahan dari sekolah lain, ataupun siswa yang terlihat murung di dalam kelas. Diharapkan juga, guru bimbingan konseling mampu menangani phobia sosial yang dialami oleh siswa korban bullying dan mampu dalam meminimalisir perilaku bullying di sekolah. Selain itu, hendaknya seluruh guru dapat membimbing siswa yang sering melakukan tindakan bullying serta berperan untuk memberikan nasihat maupun mediasi pada pelaku dan korban bullying di lingkungan sekolah.
3. Bagi sekolah, peneliti menyarankan untuk menunjukkan sikap yang tegas terhadap setiap kasus bullying yang terjadi dilingkungan sekolah, kemudian

pihak sekolah juga hendaknya meningkatkan kesadaran siswa dan siswi dengan beragam program yang dapat membantu siswa untuk berperilaku baik terhadap sesama. Lalu, diharapkan sekolah lebih mampu mengawasi siswa dan siswinya supaya perilaku bullying tidak terjadi lagi sehingga gangguan phobia sosial atau kecemasan sosial tidak dialami oleh siswa. Peneliti juga menyarankan pihak sekolah untuk berupaya dalam menangani setiap kasus bullying dengan cepat dan senantiasa menjadi tempat teraman, pendengar yang baik bagi seluruh siswa-siswi, serta melakukan sosialisasi mengenai dampak dari perilaku bullying.

4. Bagi orang tua, hendaknya mengetahui lebih detail setiap perkembangan anak dalam berinteraksi sosial di kehidupan sehari-hari, seperti pola pengasuhan yang baik, selalu komunikasi dengan anak, komunikasi dengan sekolah, dan selalu melakukan pendekatan dengan anak di setiap harinya. Orang tua juga harus dapat menjadi teladan yang baik bagi anak terutama dalam menjalin hubungan sosial, empati, sopan santun, akhlak yang baik, dan dalam penyelesaian konflik. Hal ini akan sangat membantu anak untuk memahami cara dalam berperilaku tanpa harus merugikan orang lain. Lalu, peneliti menyarankan orang tua untuk selalu menjadi penyemangat bagi anak sehingga anak tidak akan merasa sangat terpuruk dalam menghadapi kasus bullying dan orang tua pun harus mampu mengajari anak dalam mengatasi perilaku buruk yang didapati di lingkungan sekolah.
5. Bagi peneliti selanjutnya, hendaknya meneliti lebih lanjut dengan model pendekatan penelitian yang berbeda seperti kualitatif sehingga akan menunjukkan hasil yang lebih mendalam lagi. Penulis juga menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menyempurnakan alat ukur penelitian dan mencari indikator lain dari perilaku bullying dan phobia sosial yang berbeda dari penelitian ini agar penelitian dapat lebih baik. Selain itu, peneliti selanjutnya perlu memahami secara mendalam terhadap fokus penelitian yang dapat dilakukan dengan memperbanyak studi literatur dan referensi mengenai permasalahan yang diteliti. Lalu, peneliti juga harus memunculkan keterbaruan terkait topik penelitian yang tidak ada di dalam penelitian ini.