

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *cyberbullying* dengan kecemasan pada remaja di SMP Negeri 1 Kalikotes, dapat diambil beberapa kesimpulan yang mencakup karakteristik responden, tingkat kejadian *cyberbullying*, tingkat kecemasan, serta hubungan antara kedua variabel tersebut. Kesimpulan ini diharapkan dapat menjadi gambaran awal dalam memahami permasalahan *cyberbullying* dan kecemasan di kalangan remaja.

1. Sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah perempuan yaitu sebanyak 92 orang (51,98%) dan mayoritas berusia 14 tahun sebanyak 115 orang (64,97%). Hal ini menunjukkan bahwa remaja perempuan usia 14 tahun merupakan kelompok terbanyak yang menjadi partisipan dalam penelitian ini.
2. Mayoritas remaja di SMP Negeri 1 Kalikotes mengalami *cyberbullying* pada tingkat sedang yaitu sebanyak 123 orang (69,49%), sedangkan tingkat tinggi dialami oleh 39 orang (22,03%) dan tingkat rendah oleh 15 orang (8,47%). Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja cukup sering terpapar perilaku *cyberbullying* di lingkungan digital mereka.
3. Sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 129 orang (72,88%), disusul kecemasan tinggi sebanyak 29 orang (16,38%) dan kecemasan rendah sebanyak 19 orang (10,73%). Hasil ini menunjukkan bahwa kecemasan merupakan masalah yang cukup dominan dialami oleh remaja di sekolah ini.
4. Terdapat hubungan signifikan antara *cyberbullying* dengan kecemasan remaja di SMP Negeri 1 Kalikotes dengan nilai signifikansi $p = 0,00$ ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi $r = 0,477$ yang menunjukkan arah hubungan positif dengan kekuatan sedang. Artinya, semakin tinggi tingkat *cyberbullying* yang dialami remaja, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diperoleh, terdapat beberapa saran yang ditujukan kepada berbagai pihak terkait. Saran ini diharapkan dapat menjadi masukan yang berguna dalam upaya pencegahan dan penanganan *cyberbullying* serta pengurangan tingkat kecemasan pada remaja, baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat.

5. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan pengawasan terhadap aktivitas digital siswa baik di lingkungan sekolah maupun di luar, serta mengadakan program edukasi mengenai dampak negatif *cyberbullying*. Sekolah juga disarankan untuk menyediakan layanan konseling yang dapat membantu siswa dalam mengatasi permasalahan psikologis seperti kecemasan akibat *cyberbullying*.

6. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih bijak dalam menggunakan media sosial dan tidak mudah terprovokasi oleh tindakan *cyberbullying*. Siswa juga disarankan untuk me management emosi saat mereka mengalami perundungan jika sudah parah kemudian segera melapor kepada guru, orang tua, atau pihak berwenang jika mengalami atau mengetahui adanya tindakan *cyberbullying* agar dapat segera ditindaklanjuti.

7. Bagi Guru

Guru diharapkan dapat menjadi pendamping yang aktif dalam membimbing siswa terkait batasan – batasan dalam penggunaan media sosial serta mmberikan arahan untuk menanamkan budi pekerti luhur dan akidah. Selain itu, guru dapat melibatkan diri dalam penyuluhan atau program pencegahan *cyberbullying* di sekolah.

8. Bagi Remaja

Remaja diharapkan mampu membangun kontrol diri dan kesadaran digital yang baik dalam berinteraksi di dunia maya. Remaja juga perlu meningkatkan kemampuan untuk menolak atau menghindari ajakan melakukan *cyberbullying*, serta mendukung teman sebaya yang menjadi korban agar tidak merasa sendirian.

9. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan lebih aktif dalam mengawasi penggunaan gadget dan media sosial anak di rumah serta memberikan pola asuh yang baik dan nyaman untuk siswa bercerita jika mengalami cyberbullying. Orang tua juga perlu memberikan pemahaman tentang etika berinteraksi di dunia maya dan membimbing anak dalam mengelola emosi agar terhindar dari dampak negatif seperti kecemasan berlebih.

10. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melibatkan variabel lain seperti dukungan sosial, kondisi keluarga, atau faktor kepribadian yang dapat mempengaruhi kecemasan remaja. Selain itu, disarankan untuk menggunakan desain penelitian longitudinal agar dapat mengetahui hubungan sebab-akibat antara *cyberbullying* dan kecemasan secara lebih mendalam.