

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan self-esteem dengan kecemasan pada anak usia sekolah dasar yang mengalami bullying di MI Kahuman, maka dapat ditarik kesimpulan sesuai dengan tujuan khusus penelitian sebagai berikut:

##### **1. Karakteristik Responden**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia berada pada rentang 9–11 tahun dengan rata-rata usia sekitar 10 tahun, yang termasuk dalam tahap perkembangan anak usia sekolah dasar. Pada tahap ini anak sedang berada pada fase pembentukan konsep diri, perkembangan kemampuan sosial, serta kemampuan mengolah emosi sehingga rentan terhadap dampak negatif bullying.

Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Perbedaan karakteristik gender ini memengaruhi cara anak mengekspresikan emosi dan merespons pengalaman bullying, di mana anak perempuan cenderung lebih ekspresif dan lebih mudah menunjukkan gejala kecemasan dibandingkan anak laki-laki.

Berdasarkan pengalaman bullying, hampir seluruh responden pernah mengalami bullying. Hal ini menunjukkan bahwa bullying masih menjadi masalah serius di lingkungan sekolah dan berpotensi memengaruhi kondisi psikologis anak, terutama terhadap self-esteem dan kecemasan.

##### **2. Tingkat Self-Esteem Anak Korban Bullying**

Hasil pengukuran self-esteem menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki self-esteem kategori baik, diikuti kategori cukup, dan sebagian kecil berada pada kategori kurang. Temuan ini menggambarkan bahwa meskipun anak mengalami bullying, tidak seluruhnya memiliki penilaian diri yang negatif. Self-esteem yang baik diduga dipengaruhi oleh adanya dukungan keluarga, teman sebaya, serta lingkungan sekolah yang masih memberikan rasa aman bagi anak. Self-esteem

berperan sebagai faktor protektif yang membantu anak lebih percaya diri dan lebih mampu menghadapi tekanan psikososial.

### 3. Tingkat Kecemasan Anak Korban Bullying

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada tingkat kecemasan rendah hingga sedang, dan hanya sebagian kecil yang mengalami kecemasan tinggi. Kecemasan pada anak muncul sebagai respons terhadap pengalaman tidak menyenangkan seperti bullying, namun tingkat kecemasan yang relatif rendah pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian anak telah memiliki kemampuan adaptasi dan pengelolaan emosi yang cukup baik. Kondisi ini juga berkaitan dengan self-esteem yang dimiliki anak.

### 4. Hubungan Self-Esteem dengan Kecemasan

Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan antara self-esteem dengan tingkat kecemasan pada anak usia sekolah dasar yang mengalami bullying di MI Kahuman. Anak dengan self-esteem yang lebih baik cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah, sedangkan anak dengan self-esteem rendah lebih berisiko mengalami kecemasan sedang hingga tinggi.

Temuan ini membuktikan bahwa self-esteem merupakan faktor penting dalam menentukan bagaimana anak merespons pengalaman bullying. Self-esteem yang positif membantu anak memiliki keyakinan diri, kemampuan coping, serta cara berpikir yang lebih adaptif sehingga dapat menekan munculnya kecemasan. Sebaliknya, rendahnya self-esteem membuat anak lebih mudah merasa tidak berdaya, takut, dan cemas ketika menghadapi tekanan dari lingkungan.

## **B. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, peneliti menyampaikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi berbagai pihak sebagai berikut:

### 1. Bagi Guru dan Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat lebih proaktif dalam mengidentifikasi sejak dini siswa yang berisiko mengalami kecemasan akibat perilaku bullying, baik melalui observasi perilaku sehari-hari maupun melalui kerja sama dengan wali kelas dan guru BK. Sekolah perlu menyusun program yang terstruktur untuk meningkatkan self-esteem siswa, seperti kegiatan bimbingan konseling, pelatihan

keterampilan sosial, penguatan karakter, serta penciptaan lingkungan sekolah yang aman dan ramah anak. Selain itu, penyusunan kebijakan anti-bullying yang jelas dan konsisten juga sangat diperlukan agar setiap bentuk kekerasan verbal maupun nonverbal dapat dicegah secara optimal.

## 2. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan lebih memperhatikan kondisi psikologis anak dan memberikan dukungan emosional yang positif di rumah. Upaya membangun self-esteem anak dapat dilakukan melalui pemberian apresiasi, komunikasi yang terbuka, serta pendampingan dalam menghadapi masalah yang dialami anak di sekolah. Orang tua juga disarankan untuk menjalin kerja sama yang baik dengan pihak sekolah agar perkembangan perilaku dan emosional anak dapat terpantau dengan baik, sehingga dampak negatif bullying dapat diminimalkan.

## 3. Bagi Perawat

Perawat, khususnya perawat komunitas dan perawat anak, diharapkan dapat berperan aktif dalam program promotif dan preventif terkait kesehatan mental anak sekolah. Intervensi keperawatan dapat difokuskan pada upaya peningkatan self-esteem melalui edukasi kesehatan, konseling sederhana, serta kegiatan pendampingan kelompok sebaya. Perawat juga dapat bekerja sama dengan sekolah untuk melakukan skrining kecemasan pada anak korban bullying sehingga penanganan dapat dilakukan lebih dini dan tepat sasaran.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, metode yang lebih bervariasi, atau pendekatan longitudinal sehingga dapat menggambarkan hubungan antara bullying, self-esteem, dan kecemasan secara lebih mendalam. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel lain seperti dukungan keluarga, pola asuh, atau lingkungan teman sebaya agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan psikologis anak.