

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP DISTRES PSIKOLOGIS
PADA KORBAN *BULLYING* DI UNIVERSITAS “X”**



Oleh:

FIRDA JESSICA

1125154639

PSIKOLOGI

SKRIPSI

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam

Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2019

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP DISTRES PSIKOLOGIS
PADA KORBAN *BULLYING* DI UNIVERSITAS “X”**



Oleh:

FIRDA JESSICA

1125154639

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2019

**LEMBAGA PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Distres Psikologis
pada Korban *Bullying* di Universitas "X"

Nama Mahasiswa : Firda Jessica
NIM. : 1125154639
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 13 Agustus 2019

Pembimbing I

Deasyanti, Ph.D

NIP. 196612072005012001

Pembimbing II

Fellianti Muzdalifah, M.Psi

NIP. 197802242005012001

Panitia Ujian / Sidang Skripsi / Karya Inovatif

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi. (Penganggungjawab*)		26/08 - 2019
Dr. Gungum Gumelar, M.Si. (Wakil Penganggungjawab**)		20/08 - 2019
Prof. Dr. Burhanuddin Tola, MA (Ketua Penguji***)		20/08 - 2019
Dr. R. A. Fadhallah, S.Psi, M.Si (Anggota****)		20/08 - 2019
Santi Yudhistira, M.Psi (Anggota)		20/08 - 2019

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Firda Jessica

NIM. : 1125154639

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Distres Psikologis pada Korban Bullying di Universitas X" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Juli 2018 sampai dengan bulan Juli tahun 2019.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya inovasi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 29 Agustus 2019

Yang membuat pernyataan,



(Firda Jessica)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Firda Jessica
NIM. : 1125154639
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneklusif** (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Distres Psikologis pada Korban Bullying di Universitas "X".

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 20 Agustus 2020



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Tiada kata yang lebih indah dari kata bersyukur.

Bersyukurlah dengan apa yang telah kamu dapatkan dan apa yang kamu miliki.

Jangan pernah membandingkan dirimu dengan orang lain.

Karena dirimu patut untuk dibanggakan.

Alhamdulillah, atas rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

- Kedua orang tua saya, Teten Indrayana dan Iis Handayani yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta kasih sayang yang tiada habisnya.
- Adikku, David Fizarro yang selalu memberikan semangat dan energi positif hingga *mood* saya menjadi lebih baik.

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP DISTRES PSIKOLOGIS
PADA KORBAN *BULLYING* DI UNIVERSITAS “X”

Firda Jessica

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi,

Universitas Negeri Jakarta

2019

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas “X”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan teknik pengambilan sampel insidental sampling. Subjek dalam penelitian ini terdapat 67 mahasiswa korban *bullying* setelah pengkategorisasian berdasarkan peranannya berdasarkan instrumen *Bullying Scale for the Actual Study*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial dan *The General Health Questionnaire* (GHQ)-28 untuk mengukur distres psikologis.

Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan uji analisis regresi yang dibantu dengan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 25 for windows. Berdasarkan uji asumsi pada penelitian ini, maka hasilnya menunjukkan bahwa $F_{hitung} = 5,910 > F_{tabel} = 3,99$ dan nilai $p = 0,018 < \alpha = 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas “X”

Kata kunci: dukungan sosial, distres psikologis, *bullying*

THE EFFECT OF SOCIAL SUPPORT ON PSYCHOLOGICAL DISTRESS
AT BULLYING VICTIMS IN “X” UNIVERSITY

Firda Jessica

Thesis

*Jakarta: Psychology, Faculty of Education Psychology,
State University of Jakarta*

2019

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of social support on psychological distress on bullying victims at “X” University. This research uses a quantitative approach, with incidental sampling technique. The subjects in this study were 67 students who were victims of bullying after categorizing based on their role based on the instrument of the Bullying Scale for the Actual Study. Measuring instruments used in this study are Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) to measure social support and The General Health Questionnaire (GHQ) -28 to measure psychological distress.

The data analysis method in this study uses a regression analysis test assisted with the Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 25 for windows program. Based on the assumption test in this study, the results show that $F_{count} = 5.910 > F_{table} = 3.99$ and $p = 0.018 < \alpha = 0.05$. These results indicate that H_0 is rejected and H_a is accepted, so there is an influence between social support for psychological distress on bullying victims at “X” University.

Keywords: social support, psychological distress, bullying

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Distres Psikologis pada Korban *Bullying* di Universitas Negeri Jakarta”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat yang akan diajukan untuk mengikuti ujian akhir Sarjana Psikologi pada Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Peneliti juga menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak luput dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, peneliti hendak menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D, selaku Wakil Dekan II, serta Ibu Dr. Lussy Dwiutami, M.Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Jakarta.
3. Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta dan selaku Penasehat Akademik peneliti, yang telah membantu peneliti dari awal perkuliahan hingga saat ini.
4. Ibu Deasyanti, Ph.D selaku Dosen Pembimbing I yang telah sabar dan meluangkan waktunya untuk membimbing, memberikan masukan, saran, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Fellianti Muzdalifah selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu selama menjalani perkuliahan dari tahun 2015.

7. Bapak dan Ibu bagian Tata Usaha dan Administrasi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu peneliti dalam mengurus berbagai keperluan administrasi dan surat menyurat selama menjalani perkuliahan.
8. Orang tua peneliti, Teten Indrayana dan Iis Handayani yang selalu memberikan dukungan, motivasi, serta kasih sayang yang tiada habisnya.
9. Adik peneliti, David Fizarro, yang selalu memberikan semangat dan energi positif hingga *mood* peneliti menjadi lebih baik.
10. Faldy Risaldy, selaku teman dekat sedari masa sekolah yang selalu memberikan semangat dan menjadi tempat keluh kesah bagi peneliti.
11. Hana Dian Ramadanthi, selaku sahabat peneliti dari awal perkuliahan yang selalu menjadi tempat berbagi keluh kesah, cerita, tawa serta air mata.
12. Hasan Bisri Nur Faiz, Rezha Dwi Cahya Dewi, dan Tiffany Veronica selaku teman berbagi ilmu dalam proses pembuatan skripsi ini.
13. Astya Dhia Zhafira, selaku teman peneliti yang selalu membantu dalam perkuliahan, tempat berbagi cerita dan bertukar pikiran, hingga menemani serta memberikan semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
14. Iswatun Khasanah, selaku teman berbagi cerita, menemani dan membantu peneliti dalam penyebaran kuesioner penelitian.
15. Mega Riani, selaku teman berbagi cerita dan selalu mendukung peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
16. Vivian Mega, selaku teman peneliti yang selalu berbagi informasi dan mendukung peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
17. Chandra Ruts, selaku teman sedari kecil yang selalu menemani dan berbagi cerita dalam pengerjaan skripsi ini.
18. Hana Dian, M. Fadel Mirad, M. Nandi Wardana, Agung Widhi, Edvar Alexander, Raditya Saskia, dan Dina Amalvi yang selalu mendukung peneliti dan menjadi tempat berbagi canda dan tawa selama perkuliahan.
19. Teman-teman kelas D Psikologi 2015 yang telah berbagi ilmu serta pengalamannya selama menjalani perkuliahan.

20. Kepada pihak-pihak yang telah bersedia membantu peneliti dalam pengisian kuesioner dalam penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Jakarta, 6 Agustus 2019

Peneliti,

Firda Jessica

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	8
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Stres	9
2.1.1 Pengertian Stres.....	9
2.1.2 Jenis-jenis Stres.....	10
2.2 Distres Psikologis	11
2.2.1 Pengertian Distres Psikologis.....	11
2.2.2 Dimensi-dimensi Distres Psikologis	12
2.2.3 Jenis-jenis Distres Psikologis.....	13
2.2.4 Model Distres Psikologis	14
2.2.5 Faktor-faktor yang Memengaruhi Distres Psikologis	15
2.2.6 Skala Pengukuran Distres Psikologis.....	16
2.3 Dukungan Sosial.....	18
2.3.1 Pengertian Dukungan Sosial	18
2.3.2 Dimensi-dimensi Dukungan Sosial.....	19
2.3.3 Bentuk Dukungan Sosial.....	20
2.3.4 Jenis-jenis Dukungan Sosial	21
2.3.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	21
2.3.6 Skala Pengukuran Dukungan Sosial	22
2.4 <i>Bullying</i>	24
2.4.1 Pengertian <i>Bullying</i>	24
2.4.2 Dimensi-dimensi <i>Bullying</i>	24
2.4.3 Jenis-jenis <i>Bullying</i>	25

2.4.4	Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Bullying</i>	26
2.4.5	Dampak <i>Bullying</i>	27
2.4.6	Skala Pengukuran <i>Bullying</i>	28
2.5	Dinamika Hubungan antara Dukungan Sosial dan Distres Psikologis pada Korban <i>Bullying</i>	30
2.5	Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran	32
2.6	Hipotesis	33
2.7	Hasil Penelitian yang Relevan	33
BAB III METODE PENELITIAN		
3.1	Tipe Penelitian	34
3.2	Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian	34
3.2.1	Definisi Konseptual.....	35
3.2.1.1	Distres Psikologis.....	35
3.2.1.2	Dukungan Sosial	35
3.2.1.3	<i>Bullying</i>	35
3.2.2	Definisi Operasional.....	36
3.2.2.1	Distres Psikologis.....	36
3.2.2.2	Dukungan Sosial	36
3.2.2.3	<i>Bullying</i>	36
3.3	Populasi dan Sampel.....	36
3.3.1	Populasi	36
3.3.2	Sampel.....	37
3.4	Teknik Pengambilan Sampel	37
3.5	Teknik Pengumpulan Data	38
3.5.1	Instrumen Penelitian	38
3.5.1.1	Distres Psikologis.....	38
3.5.1.2	Dukungan Sosial	40
3.5.1.3	<i>Bullying</i>	41
3.6	Uji Coba Instrumen.....	45
3.6.1	Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	45
3.6.1.1	Instrumen Distres Psikologis	45
3.6.1.2	Instrumen Dukungan Sosial.....	49
3.6.1.3	Instrumen <i>Bullying</i>	52
3.7	Analisis Data.....	60
3.7.1	Uji Statistik	60
3.7.2	Analisa Deskriptif	60
3.7.3	Uji Normalitas	61
3.7.4	Uji Linearitas	61
3.7.5	Uji Korelasi	62
3.7.6	Uji Analisis Regresi	62
3.7.7	Uji Hipotesis	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1	Gambaran Responden/Subjek Penelitian.....	64
4.2	Prosedur Penelitian	66
4.2.1	Persiapan Penelitian	66

4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	67
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	68
4.3.1	Uji <i>Outlier</i>	68
4.3.2	Variabel Distres Psikologis	69
4.3.2.1	Kategorisasi Skor Variabel Distres Psikologis	69
4.3.3	Variabel Dukungan Sosial.....	70
4.3.3.1	Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial	71
4.3.4	Uji Normalitas	72
4.3.5	Uji Linearitas	73
4.3.6	Uji Korelasi	74
4.3.7	Uji Asumsi.....	74
4.4	Pembahasan	76
4.5	Keterbatasan Penelitian	79
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		
5.1	Kesimpulan	80
5.2	Implikasi	80
5.3	Saran	80
DAFTAR PUSTAKA		82

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-kisi Instrumen Distres Psikologis.....	39
Tabel 3.2	Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial	41
Tabel 3.3	Kisi-kisi Instrumen Pelaku <i>Bullying</i>	42
Tabel 3.4	Kisi-kisi Instrumen Korban <i>Bullying</i>	43
Tabel 3.5	Kisi-kisi Instrumen <i>Bystander Bullying</i>	44
Tabel 3.6	Hasil Perhitungan Uji Coba Validitas Instrumen Distres Psikologis....	46
Tabel 3.7	Kisi-kisi Instrumen Distres Psikologis Setelah Uji Validitas	47
Tabel 3.8	Kaidah Reliabilitas Guildford	48
Tabel 3.9	Statistik Deskriptif Hasil Pengukuran Instrumen Distres Psikologis ...	48
Tabel 3.10	Hasil Perhitungan Uji Coba Validitas Instrumen Dukungan Sosial	50
Tabel 3.11	Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial Setelah Uji Validitas	51
Tabel 3.12	Kaidah Reliabilitas Guildford	51
Tabel 3.13	Statistik Deskriptif Hasil Pengukuran Instrumen Dukungan Sosial	52
Tabel 3.14	Hasil Perhitungan Uji Coba Validitas Instrumen <i>Bullying</i>	54
Tabel 3.15	Kisi-kisi Instrumen Pelaku <i>Bullying</i> Setelah Uji Validitas	56
Tabel 3.16	Kisi-kisi Instrumen Korban <i>Bullying</i> Setelah Uji Validitas.....	57
Tabel 3.17	Kisi-kisi Instrumen <i>Bystander Bullying</i> Setelah Uji Validitas.....	58
Tabel 3.18	Kaidah Reliabilitas Guildford	59
Tabel 3.19	Statistik Deskriptif Hasil Pengukuran Instrumen <i>Bullying</i>	59
Tabel 4.1	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	64
Tabel 4.2	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia.....	65
Tabel 4.3	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Fakultas.....	65
Tabel 4.4	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Angkatan.....	66
Tabel 4.5	Distribusi Deskriptif Variabel Distres Psikologis.....	69
Tabel 4.6	Kategorisasi Skor Variabel Distres Psikologis	70
Tabel 4.7	Distribusi Deskriptif Variabel Dukungan Sosial	71
Tabel 4.8	Kategorisasi Skor Variabel Distres Psikologis	72
Tabel 4.9	Uji Normalitas.....	72
Tabel 4.10	Uji Linearitas.....	73
Tabel 4.11	Uji Korelasi.....	74
Tabel 4.12	Uji Asumsi	75
Tabel 4.13	Uji Asumsi <i>Model Summary</i>	75
Tabel 4.14	Uji Persamaan Regresi	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	32
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	88
Lampiran 2	Kategorisasi Dimensi <i>Bullying</i>	95
Lampiran 3	Uji <i>Outlier</i> Variabel Distres Psikologis.....	100
Lampiran 4	Uji Normalitas dan Linearitas.....	101
Lampiran 5	Uji Korelasi	102
Lampiran 6	Uji Hipotesis	103
Lampiran 7	Data Deskriptif Responden.....	104
Lampiran 8	Data Distribusi Deskriptif.....	105
Lampiran 9	Kuesioner.....	108

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Bullying marak sekali terjadi di Indonesia, hal tersebut ditunjukkan dengan banyaknya fenomena *bullying* yang ada pada setiap tahunnya. Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2018) pada bidang pendidikan, *bullying* menempati posisi pertama yang paling banyak terjadi, setelah itu tawuran dan anak korban kebijakan. *Bullying* itu sendiri didefinisikan sebagai tindakan negatif yang berulang-ulang dan disengaja oleh seseorang atau sekelompok pelajar, pengajar ataupun bagian administrasi yang memiliki perbedaan kekuatan ataupun kekuasaan (Dogruer & Huseyn, 2014).

Menurut data dari KPAI, pada tahun 2011 hingga tahun 2018 terdapat 1.668 anak yang terlibat dalam *bullying*, yang terdiri dari 953 anak sebagai korban dan 715 anak sebagai pelaku. Sementara itu, pada peristiwa tawuran terdapat 1.146 anak yang terlibat dan terdiri dari 510 anak sebagai korban serta 636 anak sebagai pelaku, sedangkan pada anak korban kebijakan (anak dikeluarkan karena hamil, pungli di sekolah, penyeselan sekolah, tidak boleh ikut ujian, anak putus sekolah, *drop out*, dsb) terdapat 686 anak yang terlibat. Melihat hal tersebut, sangatlah disayangkan apabila *bullying* masih kerap terjadi dalam bidang pendidikan karena bidang pendidikan seharusnya menjadi tempat untuk mencari ilmu dan membangun prestasi. Menurut menteri sosial Khofifah Indar Parawansa, terdapat survei yang menyatakan bahwa 84% anak yang berusia 12 hingga 17 tahun pernah mengalami *bullying* (detik.com, 2017). Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 84% anak yang mengalami *bullying* merupakan anak-anak yang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) karena berusia 12 hingga 17 tahun.

Siswa yang pernah mengalami *bullying* pada tingkatan Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA), memiliki kemungkinan untuk kembali menjadi korban *bullying* pada tingkatan universitas. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Adam & Lawrance (2011) yang menyatakan bahwa korban yang pernah mengalami *bullying* dapat menjadi korban *bullying* kembali pada tingkatan selanjutnya. Korban yang mengalami *bullying* tersebut apabila berkelanjutan hingga dewasa, maka akan beresiko dalam kesehatan mentalnya (McCabe, Miller, Laugesen, Antony, & Young, 2010 dan Ttofi, Farrington, Losel, & Loeber, 2011). Senada dengan hal tersebut, menurut penelitian Holt, Jennifer, Gerald, Amanda, Dorothy, Erika, Michael, Paul, Jill, & Sharkey (2014) terdapat hubungan yang signifikan antara *bullying* pada masa kanak-kanak dengan kesehatan mental yang buruk pada tingkatan universitas. Akan tetapi, tidak semua individu yang pernah menjadi korban *bullying* akan mengalami kesehatan mental yang buruk. Menurut penelitian Holt, dkk. (2014) apabila korban *bullying* memasuki tingkatan universitas, maka individu tersebut akan memiliki kesempatan baru untuk membentuk suatu hubungan yang sehat dan saling mendukung dengan teman sebayanya. Oleh sebab itu, individu yang mengalami *bullying* akan menyikapinya dengan berbeda-beda sesuai dengan *coping* yang dimilikinya.

Berdasarkan pemaparan di atas, *bullying* tidak hanya terjadi pada tingkatan sekolah saja, namun dapat pula terjadi pada tingkatan universitas. Salah satu contohnya adalah pada mahasiswa swasta tahun 2017 lalu yang videonya sempat *viral* di media sosial. *Bullying* yang dialami oleh mahasiswa jurusan sistem informatika itu bukan hanya terjadi baru-baru ini saja, sebab kejadian tersebut sudah dialaminya sejak dua semester lalu (kumparan.com, 2017). Hal tersebut sesuai dengan definisi *bullying* yang telah dipaparkan di atas, bahwa *bullying* merupakan tindakan negatif yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang secara karena adanya perbedaan kekuatan ataupun kekuasaan.

Bullying yang terjadi pada tingkatan universitas tersebut melatarbelakangi peneliti untuk melakukan penelitian ini. Sehubungan dengan itu, peneliti sebelumnya

melakukan *preliminary study* terlebih dahulu untuk mengetahui dan menentukan sasaran yang tepat pada penelitian ini. Peneliti melakukan *preliminary study* pada Universitas X dengan hasil yang menunjukkan bahwa dari 305 mahasiswa sebagai responden, maka terdapat 51 mahasiswa terkategori sebagai pelaku, 59 mahasiswa terkategori sebagai korban, dan 195 mahasiswa terkategori sebagai *bystander*. Berdasarkan hasil *preliminary study* tersebut, maka peneliti akan melakukan penelitian pada tingkatan universitas ini.

Mahasiswa pada tingkatan universitas biasanya berusia 18 sampai dengan 24 tahun (Camenius, 2012 dalam Sarwono 2012), sehingga apabila dikaitkan menurut teori perkembangan Hurlock (1980), maka mahasiswa sudah memasuki pada tahapan dewasa awal. Berkaitan dengan itu, pada masa dewasa awal seharusnya mahasiswa sudah memiliki kematangan fisik maupun psikologis agar dapat mengendalikan diri dan perasaannya. Menurut peraturan yang ada di Indonesia, pada usia mahasiswa yaitu 18 hingga 24 tahun sudah dapat dikenakan hukuman pidana. Hukuman pidana tersebut tercantum pada Undang-Undang Nomor 23 tahun 2002 tentang Perlindungan Anak pada Bab XII Ketentuan Pidana Pasal 80. Pasal tersebut menjelaskan bahwa setiap orang yang melakukan kekejaman, kekerasan atau ancaman kekerasan atau penganiayaan terhadap anak, dapat dipidana penjara minimal 3 (tiga) tahun 6 (enam) bulan dan paling lama 10 (tahun) ataupun denda minimal Rp. 72.000.000,00 hingga Rp. 200.000.000,00.

Peristiwa *bullying* memiliki berbagai dampak negatif, baik untuk pelaku, korban, maupun *bystander*. Dampak pada pelaku *bullying* adalah mudah marah dan impulsif, berwatak keras, perilaku yang pro terhadap kekerasan, agresif, hingga memiliki rasa percaya diri dan harga diri yang tinggi (n.d.). Sementara itu, pada korban *bullying* akan mengalami banyak dampak negatif, diantaranya adalah kesehatan fisiknya yang menurun, sulit tidur, perasaan tidak bahagia, *psychological well-being* dan harga diri yang rendah, perasaan marah, sedih, tertekan, serta terancam ketika berada pada situasi tertentu. Secara psikologis, korban *bullying* dapat mengalami distres psikologis, seperti tingkat kecemasan yang tinggi, depresi, dan pikiran-pikiran

untuk bunuh diri (Rigby dalam Sudibyo, 2012). Secara akademis, korban *bullying* dapat mengalami prestasi akademis yang menurun, kurangnya konsentrasi, serta kegagalan dalam berprestasi di sekolah (Sullivan & Cleary dalam Sudibyo, 2012). Selain itu, *bystander* juga dapat mengalami dampak dari *bullying*, yaitu memiliki perasaan takut dan benci terhadap sekolah, stres, kecemasan yang meningkat, serta rendahnya keinginan untuk belajar (Kohut, 2007 & Shore, 2005 dalam Dogruer & Huseyn, 2014).

Dampak negatif pada korban *bullying* tersebut lebih banyak dan mendalam dibandingkan dengan pelaku dan *bystander*, salah satunya adalah dampak secara psikologis yaitu distres psikologis. Menurut Mirowsky & Ross (2002) distres psikologis didefinisikan sebagai penderitaan emosional yang ditandai dengan dimensi depresi dan kecemasan, seperti kehilangan minat, kesedihan, keputusasaan, gelisah dan perasaan tegang. Senada dengan hal itu, distres psikologis dapat pula ditandai dengan adanya somatisasi, seperti insomnia, sakit kepala, dan kekurangan energi (Kleinman, 1991 & Kirmayer, 1989 dalam L'Abate, 2011). Menurut Goldberg & Hillier (1979) distres psikologis merupakan penderitaan secara psikologis yang bersifat non-psikotik dengan dimensi somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka distres psikologis ditandai dengan somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat. Somatisasi adalah individu yang terlalu mengkhawatirkan secara berlebihan kondisi fisiknya hingga berpikiran dirinya memerlukan bantuan medis. Kecemasan merupakan ketakutan individu yang didasari oleh perasaan subjektivitasnya sendiri, sedangkan insomnia adalah individu yang mengalami kesulitan untuk tidur lelap (Davison, John, & Ann, 2014). Selain itu, disfungsi sosial adalah individu yang tidak bisa melakukan/terganggunya aktivitas sosialnya, serta depresi berat merupakan individu yang mengalami perasaan ataupun pemikiran bahwa dirinya tidak berguna dan hidupnya sia-sia (Goldberg & Hillier, 1979).

Korban *bullying* yang mengalami distres psikologis dapat berbeda-beda berdasarkan modelnya, yaitu model medis merupakan distres psikologis yang berkaitan dengan kesehatan, model interpersonal yang berkaitan dengan hubungan individu dengan orang lain, model psikodinamik yang berkaitan dengan mekanisme pertahanan diri, dan model kognitif yang berkaitan dengan pemikiran individu itu sendiri. Selain itu, terdapat pula faktor-faktor yang dapat memengaruhi distres psikologis, yaitu faktor interpersonal dan situasional. Faktor interpersonal merupakan faktor yang berkaitan dengan kepribadian individu (emosi), sedangkan faktor situasional terbagi lagi kedalam faktor fisiologis, kognitif, dan sosial (Matthews, 2000).

Distres psikologis yang dialami oleh korban *bullying* dapat direduksi secara efektif dengan adanya dukungan sosial (Taylor, 2006). Senada dengan hal tersebut, menurut Newman, Holden, & Delville (2005) korban *bullying* akan mengalami penurunan tingkatan stres apabila mendapatkan dukungan sosial dari orang lain, seperti keluarga, teman, ataupun orang-orang yang penting baginya. Menurut Santrock (2007) apabila seseorang memiliki kelekatan/hubungan yang positif dengan orang lain, maka hal tersebut secara konsisten dapat menjadi penghalang stres. Senada dengan hal itu, apabila korban *bullying* mengalami keadaan *stressful*, maka dukungan sosial merupakan perantara untuk penyesuaian diri, sehingga individu yang memiliki dukungan sosial tidak akan mengalami dampak negatif yang lebih buruk dibandingkan individu yang tidak memiliki dukungan sosial (Antonucci, Lansford, & Ajrouch, 2000). Menurut McVeigh, Galea, Thorpe, Maulsby, Henning, Sederer (2007) dukungan sosial merupakan faktor penahan atau pelindung kesehatan mental, seperti isolasi sosial, kekerasan, serta distres psikologis. Berdasarkan pemaparan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki peranan yang penting dalam menurunkan atau meminimalisir distres psikologis sehingga kesehatan mental korban *bullying* tidak akan terganggu.

Dukungan sosial merupakan faktor penting dalam mengatasi distres psikologis. Dukungan sosial itu sendiri didefinisikan sebagai individu yang merasa

nyaman ketika mendapatkan perhatian, penghargaan, atau bantuan dari seseorang ataupun sekelompok orang (Sarafino, 2006). Menurut Grant (2000) dukungan sosial adalah kehadiran orang lain yang membuat seseorang merasa dicintai, diperhatikan, serta mendapatkan kenyamanan dan perasaan diakui oleh keluarga, teman dekat, ataupun rekan kerja. Berkaitan dengan itu, menurut Zimet, Nancy, Sara, & Gordon (1988) dukungan sosial merupakan persepsi individu dalam memelihara kesehatan ataupun pemulihan suatu penyakit yang diberikan oleh orang-orang terdekatnya, seperti keluarga, teman, serta orang-orang yang spesial untuknya.

Dukungan sosial dapat diperoleh oleh mahasiswa dari berbagai sumber dimensi. Menurut Zimet, dkk. (1988), terdapat tiga sumber dimensi dukungan sosial yang dapat diperoleh oleh mahasiswa, yaitu keluarga, teman, dan orang-orang yang spesial baginya (*significant others*). Akan tetapi, biasanya mahasiswa lebih banyak memperoleh dukungan sosial dari teman sebayanya (Santrock, 2007). Hal tersebut disebabkan karena mahasiswa biasanya lebih banyak menghabiskan waktunya diluar rumah dan berkumpul bersama teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya. Oleh sebab itu, maka dapat disimpulkan bahwa teman sebaya merupakan sumber dimensi dukungan sosial yang memiliki peranan penting bagi mahasiswa yang mengalami distres psikologis.

Bentuk dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa dapat terbagi menjadi dua, yaitu dukungan sosial yang diterima (*received social support*) dan dukungan sosial yang dipersepsikan (*perceived social support*) (Young, 2006). Penelitian ini berfokus pada dukungan sosial yang dipersepsikan (*perceived social support*), karena bentuk dukungan ini lebih sensitif sehingga dapat mengetahui penyesuaian diri individu dalam keadaan *stressful* (Wethington & Kessler, 1986). Selain itu, dukungan sosial dapat terbagi berdasarkan jenis-jenis dukungan sosial yang diberikan, yaitu dukungan emosional (*emotional support*), dukungan penghargaan (*esteem support*), dukungan instrumental (*tangible or instrumental support*), dan dukungan informasi (*informational support*) (House, dalam Smet 1994).

Bullying pada tingkatan universitas sebenarnya lebih jarang terjadi daripada *bullying* pada tingkatan sekolah, namun hal tersebut mungkin disebabkan karena kurangnya penelitian pada tingkatan universitas (Coleyshaw, 2010). Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Distres Psikologis pada Korban *Bullying* di Universitas “X”.

1.2. Identifikasi Masalah

Merujuk pada latar belakang masalah yang sudah dijelaskan, maka masalah pada penelitian ini adalah pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X.

1.3. Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X.

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X?.

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini memiliki manfaat untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang psikologi, terutama mengenai distres psikologis, dukungan sosial dan *bullying*. Selain itu, penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai ketiga variabel tersebut.

1.6.2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini dapat bermanfaat dalam memberikan informasi dan membantu mengatasi ataupun perencanaan intervensi pada distres psikologis yang dialami oleh korban *bullying*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Stres

2.1.1. Pengertian Stres

Distres psikologis merupakan bagian dari stres, maka dari itu akan dibahas terlebih dahulu mengenai stres sebelum membahas kedalam distres psikologis. Menurut Selye, stres merupakan respon manusia yang tidak spesifik (Selye, 1976 dalam Krohne, 2002). Hal tersebut menjelaskan bahwa manusia dalam menanggapi sesuatu hal berbeda-beda menurut pemikirannya sendiri, sehingga setiap manusia memiliki stereotipnya sendiri dalam melihat suatu permasalahan yang ada didalam hidupnya.

Menurut Lazarus dan Folkman, stres merupakan hubungan antara dua pihak yaitu individu dan lingkungannya, dimana tuntutan yang ada melebihi kemampuan yang dimilikinya (Lazarus & Folkman, 1986 dalam Krohne, 2002). Oleh sebab itu, individu dengan lingkungan memiliki keterikatan yang kuat. Lingkungan merupakan tempat individu dalam menjalani kehidupannya sehari-hari, maka dari itu harus terdapat keharmonisan antara individu dengan lingkungannya agar tidak menimbulkan stres. Senada dengan hal itu, menurut Markam (2003) stres merupakan keadaan seseorang yang merasakan beban yang dimilikinya melebihi atau tidak sepadan dengan kemampuannya dalam mengatasi beban tersebut.

Berdasarkan pemaparan definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stres merupakan keadaan individu yang merasa terbebani oleh tuntutan yang ada di dalam hidupnya karena diluar batas kemampuannya.

2.1.2. Jenis-jenis Stres

Selye membagi stres menjadi dua, yaitu eustres dan distres. Hal ini dijelaskan oleh Lazarus sebagai berikut:

1. Eustres

Eustres merupakan respon positif terhadap *stressor*, maka dari itu eustres dapat membuat perasaan dan kesehatan manusia menjadi lebih baik karena bisa meningkatkan produktivitas, kepuasan hidup, dan umur panjang (Selye, 1974 dalam Keller, 2013). Menurut Le Fevre, Matheny, & Kolt (2003) eustres terjadi karena stres tersebut tidak melebihi tingkat maksimal pada manusia.

2. Distres

Distres merupakan respon negatif terhadap *stressor*, maka dari itu distres dapat mengganggu perasaan dan kesehatan fisik yang disebabkan oleh sesuatu yang menantang dan tidak menyenangkan, serta kemampuan *coping* yang tidak optimal (Selye, 1974 dalam Keller, 2013). Menurut Le Fevre, dkk. (2003) distres terjadi karena stres tersebut sudah melebihi tingkat maksimal pada manusia, sehingga dapat menimbulkan dampak negatif.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stres terbagi menjadi dua, yaitu eustres dan distres. Eustres adalah ketika individu menghadapi suatu *stressor* dan meresponnya dengan positif, sedangkan distres adalah ketika individu menghadapi suatu *stressor* dan meresponnya dengan negatif. Oleh sebab itu, pada setiap individu akan menghadapi suatu *stressor* dengan jenis yang berbeda-beda, sehingga individu tersebut yang dapat menentukan apakah suatu *stressor* akan menyebabkan eustres ataupun distres.

2.2 Distres Psikologis

2.2.1 Pengertian Distres Psikologis

Distres psikologis menurut Ridner adalah penderitaan emosional yang dialami seseorang secara tidak menyenangkan dalam menghadapi suatu *stressor* tertentu baik sementara ataupun permanen (Ridner, 2004). Berdasarkan teori tersebut, maka distres merupakan perasaan tidak menyenangkan yang membuat individu menderita secara emosional, baik untuk sementara maupun permanen. Oleh sebab itu, distres yang dialami oleh seseorang dapat terjadi secara beragam dalam waktu yang berbeda-beda.

Menurut Barlow & Durand (2005) distres psikologis merupakan kondisi emosional yang melibatkan pandangan negatif mengenai diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan yang ditandai dengan perasaan tegang, khawatir, tidak berharga, dan mudah tersinggung. Menurut Mirowsky & Ross (2002), distres psikologis adalah penderitaan emosional yang ditandai dengan gejala depresi dan kecemasan, seperti kehilangan minat, kesedihan, keputusasaan, gelisah dan perasaan tegang. Senada dengan hal itu, distres psikologis dapat pula ditandai dengan adanya somatisasi, seperti insomnia, sakit kepala, dan kekurangan energi (Kleinman, 1991 & Kirmayer, 1989 dalam L'Abate, 2011). Menurut Goldberg & Hillier (1979) distres psikologis merupakan penderitaan secara psikologis yang bersifat non-psikotik dengan adanya dimensi somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat.

Berdasarkan pemaparan definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa distres psikologis merupakan penderitaan yang dialami oleh individu secara emosional yang ditandai dengan adanya somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat baik untuk sementara maupun permanen.

2.2.2 Dimensi-dimensi Distres Psikologis

Goldberg & Hillier (1979) menyatakan bahwa distres psikologis ditandai dengan adanya empat dimensi, seperti:

1. Somatisasi

Somatisasi merupakan keluhan pada fisik yang bersifat berulang dan banyak membutuhkan perhatian medis. Individu yang mengalami somatisasi, akan lebih sensitif terhadap sensasi fisik yang berlebihan, sehingga menginterpretasikannya sebagai sesuatu yang berbahaya (Davison, dkk., 2014). Somatisasi itu sendiri dapat ditandai dengan perasaan tidak enak badan, lelah, sakit, pusing, sesak napas, ada tekanan di kepala, demam, dan kedinginan (Goldberg & Hillier, 1979).

2. Kecemasan dan Insomnia

Kecemasan merupakan perasaan subjektif individu dalam mengalami ketakutan dan kekhawatiran yang tidak menyenangkan (Davison, dkk., 2014). Kecemasan dapat ditandai dengan perasaan tertekan, gelisah, mudah marah, takut atau panik tanpa alasan yang jelas, memiliki banyak beban, gugup dan tegang setiap saat, sedangkan insomnia ditandai dengan kekurangan tidur atau kesulitan untuk tidur (Goldberg & Hillier, 1979).

3. Disfungsi sosial

Disfungsi sosial merupakan kondisi individu yang tidak mampu melaksanakan perannya sesuai dengan tugas dan tanggung jawabnya. Disfungsi sosial ini dapat ditandai dengan kondisi individu yang tidak dapat melakukan segala sesuatu dengan baik, tidak merasa puas dalam melaksanakan tugas, merasa tidak mempunyai peranan yang berguna, tidak dapat membuat keputusan, serta tidak dapat menikmati aktivitas sehari-hari (Goldberg & Hillier, 1979).

4. Depresi Berat

Depresi berat merupakan kondisi emosional yang berdampak negatif terhadap pikiran, tindakan, dan perasaan individu. Depresi berat dapat ditandai dengan perasaan tidak dapat melakukan apapun, tidak berguna, hidup yang sia-sia, tidak layak menjalani hidup, dan pikiran untuk bunuh diri (Goldberg & Hillier, 1979).

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa distres psikologis dapat ditandai dengan adanya somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat. Somatisasi adalah individu yang terlalu mengkhawatirkan kondisi fisiknya secara berlebihan hingga berpikiran dirinya memerlukan bantuan medis. Kecemasan merupakan ketakutan individu yang didasari oleh perasaan subjektivitasnya sendiri, sedangkan insomnia adalah individu yang mengalami kesulitan untuk tidur lelap. Selain itu, disfungsi sosial adalah individu yang tidak bisa melakukan/terganggunya aktivitas sosialnya, serta depresi berat merupakan individu yang mengalami perasaan ataupun pemikiran bahwa dirinya tidak berguna dan hidupnya sia-sia.

2.2.3 Jenis-jenis Distres Psikologis

Menurut Ramesh (2008) distres psikologis dapat dibagi berdasarkan jenis-jenisnya, yaitu:

1. *Acute Distress* (Distres Akut), yaitu distres yang paling umum serta paling kuat, namun biasanya datang dengan cepat serta menghilang dengan cepat pula.
2. *Acute Episodic Distress* (Distres Akut Episodik), yaitu distres yang terjadi secara terus-menerus pada peristiwa-peristiwa tertentu yang menegangkan.
3. *Chronic Distress* (Distres Kronis), yaitu distres yang terjadi karena peristiwa jangka panjang dan diluar kendali individu. Jenis distres ini

merupakan individu yang dapat mengalami dampak negatif, seperti putus asa, tidak berdaya, dan menderita.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa distres psikologis dapat dibagi berdasarkan jenis-jenisnya, yaitu: *acute distress* (distres akut) distres yang datang dan hilang secara cepat pada aktivitas sehari-hari, *acute episodic distress* (distres akut episodik) distres ini terjadi hanya pada peristiwa-peristiwa tertentu yang berkesan negatif pada individu, serta *chronic distress* (distres kronis) yaitu distres yang sudah tidak dapat dikendalikan lagi karena disebabkan oleh peristiwa jangka panjang.

2.2.4 Model Distres Psikologis

Distres psikologis dapat terbagi berdasarkan model-modelnya, yaitu:

1. Model Medis

Distres psikologis pada model ini diartikan sebagai ketidaksehatan neurologis mengenai proses berpikir dan berperilaku, sehingga membutuhkan praktisi medis untuk membantunya baik dalam pengobatan maupun perawatan (Carson, Butcher, & Mineka, 1996 dalam Mabitsela, 2003).

2. Model Interpersonal

Distres psikologis pada model ini diartikan sebagai perilaku yang tidak dapat menyesuaikan diri dalam hubungan interpersonal karena mengalami pengalaman buruk pada masa lampau hingga menyebabkan disfungsi sosial (Carson, dkk., 1996 dalam Mabitsela, 2003).

3. Model Psikodinamik

Distres psikologis pada model ini diartikan sebagai proses mekanisme pertahanan diri yang dilakukan secara tidak sadar. Individu pada model ini menggunakan mekanisme pertahanan diri masa lalu, sehingga tidak sesuai dengan saat

ini hingga mengakibatkan distres psikologis (Box, 1998 & St Clair, 1996 dalam Mabitsela, 2003).

4. Model Kognitif

Distres psikologis pada model ini dapat diartikan sebagai pandangan negatif mengenai diri sendiri baik dalam lingkungan maupun masa depan. Distres psikologis pada model ini dapat menyebabkan individu merasa dirinya tidak berharga, tidak pantas, tidak bisa dicintai, dan tidak sempurna. Hal ini disebabkan karena pada model ini, individu akan melebih-lebihkan peristiwa yang terjadi akibat pandangan negatif yang dimiliki hingga dapat memengaruhi perasaan dan perilakunya (Weinrach, 1988 dalam Mabitsela, 2003).

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa distres psikologis dapat terbagi berdasarkan model-modelnya, yaitu model medis merupakan distres psikologis yang berkaitan dengan kesehatan, model interpersonal yang berkaitan dengan hubungan individu dengan orang lain, model psikodinamik yang berkaitan dengan mekanisme pertahanan diri, dan model kognitif yang berkaitan dengan pemikiran individu itu sendiri.

2.2.5 Faktor-faktor yang Memengaruhi Distres Psikologis

Distres psikologis menurut Matthews (2000) dapat terbagi menjadi dua berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhinya, yaitu:

1. Faktor Interpersonal, yaitu faktor yang berkaitan dengan kepribadian individu (emosi).
2. Faktor Situasional, terbagi dalam tiga faktor, yaitu: faktor fisiologis, yang berfokus pada mekanisme otak yang dapat mengatur dampak negatif yang akan dihasilkan. Faktor ini berkaitan dengan distres psikologis karena adanya bukti penelitian mengenai pengaruh biologis pada kerusakan otak

yang berpengaruh pada respons distres yang dihasilkan. Faktor kognitif, yang berfokus pada dampak suatu *stressor* yang dipengaruhi oleh keyakinan dan ekspektasi individu terhadap *stressor* tersebut, serta faktor sosial, yang berfokus pada hubungan sosial individu. Faktor ini merupakan salah satu faktor penting dalam timbulnya distres psikologis.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa distres psikologis dapat terbagi berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhinya, yaitu: faktor interpersonal dan faktor situasional. Faktor interpersonal yang memengaruhi distres psikologis individu merupakan faktor kepribadiannya sendiri. Oleh sebab itu, individu harus dapat mengontrol emosi yang dimilikinya pada berbagai kondisi dan situasi yang ada. Sementara itu, faktor situasional yang memengaruhi distres psikologis individu adalah faktor fisiologis, kognitif dan sosial. Faktor fisiologis merupakan faktor yang disebabkan oleh faktor biologis manusia, sedangkan faktor kognitif merupakan ekspektasi atau keyakinan individu yang terlalu tinggi terhadap sesuatu hal, sehingga apabila individu tersebut tidak mendapatkan apa yang ia inginkan, maka individu tersebut dapat mengalami distres psikologis. Selain itu, faktor sosial dapat disebabkan oleh hubungan sosial yang dimilikinya, sehingga apabila individu tersebut tidak memiliki hubungan sosial yang baik maka dapat menyebabkan distres psikologis.

2.2.6 Skala Pengukuran Distres Psikologis

Distres Psikologis dapat diukur menggunakan beberapa skala pengukuran, diantaranya sebagai berikut:

1. *The General Health Questionnaire (GHQ)*

The General Health Questionnaire (GHQ) merupakan instrumen dari Goldberg & Hillier (1979) yang dirancang untuk mengukur distres psikologis dan menentukan suatu populasi dari gangguan klinis, yaitu gangguan mental non-

psikotik. Instrumen ini awalnya terdiri dari 60 item, namun saat ini terdapat empat versi tambahan dengan jumlah item yang berbeda, yaitu 12, 20, 28 dan 30 item. GHQ-28 merupakan skala yang sering digunakan untuk mengukur gangguan klinis, pada skala tersebut terdapat dimensi somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat. Skala ini mengukur gejala yang dialami responden selama dua minggu terakhir dengan menggunakan skala dikotomis (0-0-1-1). Reliabilitas pada instrumen ini dapat terlihat dari koefisien *alpha cronbach* yang berkisar 0,82 hingga 0,86. *General Health Questionnaire* (GHQ) merupakan instrumen yang paling umum digunakan untuk mengukur tekanan psikologis. Hal tersebut dibuktikan dengan seringnya instrumen ini digunakan dalam *Health Survey for England* (2003), NISRA's (*Northern Ireland Statistics and Research Agency*) *Health and Social Wellbeing Survey* (2002), dan *Living in Ireland Survey* (2001) (Survei Kesehatan Umum, dalam Doherty, dkk., 2008). Selain itu, GHQ merupakan standar terbaik untuk pengukuran distres psikologis (Furukuwa, dkk. dalam L'Abate, 2011).

2. *The Kessler Scales*

The Kessler Scales merupakan instrumen dari Kessler, Gavin, Colpe, Hiripi, Daniel, Normand, Elle, & Zaslavsky (2002) yang dirancang untuk mengukur distres psikologis dengan mengetahui seberapa sering responden mengalami gejala *anxiodepressive* (gugup, sedih, gelisah, putus asa, dan tidak berharga) selama 30 hari terakhir. Instrumen ini terdiri dari dua versi, yaitu 10 item dan 6 item dengan menggunakan teori respon, sehingga dapat mengoptimalkan ketepatan dan sensitivitas pada populasi yang mengalami distres psikologis, baik itu dari jenis kelamin maupun kelompok umur. Reliabilitas instrumen ini sebesar 0,42 hingga 0,74, dengan skala *likert* (0-4) untuk K10 hingga skornya dijadikan total indeks distres psikologis, serta K6 dengan skala yang dihitung sebaliknya.

3. *The Brief Symptom Inventory* (BSI)

The Brief Symptom Inventory (BSI) merupakan instrumen dari Derogatis & Melisaratos (1983). Instrumen ini berasal dari *Hopkins Symptoms Checklist-58*

(HSCL-58) yang berfokus pada gejala *anxio-depressive* dan gejala somatisasi dengan validitas sebesar 0,30 hingga 0,72 dan reliabilitas 0,71 hingga 0,85. *The Brief Symptom Inventory* terdiri dari 2 versi, yaitu 53 item dan 18 item dengan menggunakan skala *likert* (0-4) dan berfokus pada gejala yang dialami selama 7 hari terakhir. Dimensi pada instrumen ini terdiri dari 9 dimensi, yaitu somatisasi, obsesif-kompulsif, sensitivitas interpersonal, depresi, kecemasan, permusuhan, fobia kecemasan, paranoid dan psikosis.

Berdasarkan pemaparan skala di atas, maka peneliti akan menggunakan skala pengukuran *The General Health Questionnaire* (GHQ)-28 yang dikembangkan oleh Goldberg & Hillier (1979) dengan dimensi somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat. Hal tersebut disebabkan karena GHQ-28 merupakan skala yang sering digunakan untuk gangguan klinis, serta GHQ merupakan standar terbaik untuk pengukuran distres psikologis.

2.3 Dukungan Sosial

2.3.1 Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan persepsi individu mengenai dukungan atau perilaku yang dapat meningkatkan dan melindungi individu tersebut dari kerugian (Malecki & Demaray, 2002). Menurut House dukungan sosial merupakan persepsi seseorang terhadap potensi dukungan yang diterima individu dari lingkungannya yang menimbulkan perasaan bahagia atas kepedulian dan pemberian bantuan yang diberikan (House, 2010 dalam Smet, 1994). Berdasarkan teori tersebut, dukungan sosial merupakan pemikiran individu mengenai orang-orang terdekatnya untuk membantunya saat mengalami kesulitan, sehingga dirinya mendapatkan penguatan dari orang tersebut. Dukungan sosial juga dapat dikatakan sebagai tindakan menolong orang lain berdasarkan hubungan interpersonalnya (Larocco & Jones, 2003 dalam Toifur & Prameswari, 2003).

Menurut Sarafino dukungan sosial didefinisikan sebagai individu yang merasa nyaman ketika mendapatkan perhatian, penghargaan, atau bantuan dari seseorang ataupun sekelompok orang (Sarafino, 2006). Berdasarkan teori tersebut, dapat terlihat bahwa dukungan sosial dapat diterima bukan hanya secara perseorangan, namun dapat diterima pula oleh sekelompok orang. Oleh sebab itu, dukungan sosial dapat dilakukan dan diterima oleh siapa saja dengan cara yang berbeda-beda. Senada dengan hal tersebut, menurut Zimet, dkk. (1988) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan persepsi individu dalam memelihara kesehatan ataupun pemulihan suatu penyakit yang diberikan oleh orang-orang terdekatnya, seperti keluarga, teman, serta orang-orang yang spesial baginya (*significant others*).

Berdasarkan pemaparan definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan persepsi individu dalam menerima bantuan yang diberikan oleh keluarga, teman, serta orang-orang yang spesial bagi dirinya.

2.3.2 Dimensi-dimensi Dukungan Sosial

Menurut Zimet, dkk. (1988) dukungan sosial dapat bersumber dari tiga dimensi, yaitu:

1. Dukungan keluarga (*family support*), yaitu bantuan-bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada individu tersebut dalam membuat keputusan ataupun kebutuhan emosional.
2. Dukungan teman (*friend support*), yaitu bantuan-bantuan yang diberikan oleh teman-teman kepada individu untuk membantu kegiatan sehari-hari ataupun bantuan dalam bentuk lainnya.
3. Dukungan orang-orang yang spesial (*significant others support*), yaitu bantuan-bantuan yang diberikan oleh seseorang yang spesial kepada individu agar merasa nyaman dan dihargai.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat bersumber dari keluarga, teman, ataupun orang-orang yang spesial bagi diri individu itu sendiri.

2.3.3 Bentuk Dukungan Sosial

Menurut Young (2006) dukungan sosial dapat dibedakan berdasarkan bentuknya, yaitu:

1. Dukungan sosial yang diterima (*received social support*), dukungan sosial ini dapat diketahui berdasarkan bentuk atau jumlah dukungan sosial yang sebenarnya diberikan oleh orang lain.
2. Dukungan sosial yang dipersepsikan (*perceived social support*), dukungan sosial ini dapat diketahui dengan menanyakan sejauh mana individu tersebut mempersepsikan atau percaya bahwa dirinya akan dibantu oleh orang lain.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat dibedakan berdasarkan bentuknya, yaitu dukungan sosial yang diterima (*received social support*) yang berfokus pada dukungan yang sebenarnya dan dukungan sosial yang dipersepsikan (*perceived social support*) yang berfokus pada keyakinan atau kepercayaan individu terhadap orang yang akan membantunya. Bentuk dukungan sosial *perceived support* lebih sensitif dibandingkan dengan *received support*, sehingga *perceived support* dapat lebih mengetahui penyesuaian diri yang dilakukan oleh individu dalam situasi yang penuh dengan tekanan (*stressful*). Oleh sebab itu, peneliti memilih untuk menggunakan bentuk dukungan *perceived support* pada penelitian ini.

2.3.4 Jenis-jenis Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat dibedakan berdasarkan jenis-jenis dukungannya (House, dalam Smet 1994), yaitu:

1. Dukungan emosional (*emotional support*), yaitu bantuan dengan memberikan ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian.
2. Dukungan penghargaan (*esteem support*), yaitu bantuan dengan memberikan penghargaan atau penilaian yang positif sebagai dorongan ataupun persetujuan gagasan serta perasaan individu.
3. Dukungan instrumental (*tangible or instrumental support*), yaitu bantuan langsung yang diterima individu untuk mempermudah permasalahan, seperti memberikan benda, pekerjaan, ataupun waktu.
4. Dukungan informasi (*informational support*), yaitu bantuan dengan memberikan informasi, nasehat, ataupun tanggapan tentang apa yang sebaiknya dilakukan.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat dibedakan berdasarkan jenis-jenisnya, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, serta dukungan informasi.

2.3.5 Faktor-faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Hobfoll (1986), dukungan sosial dapat dibedakan berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhinya, yaitu:

1. Empati, yaitu turut merasakan kesulitan yang dialami oleh orang lain.
2. Norma dan nilai sosial, yaitu membimbing individu dalam menjalankan kewajibannya.
3. Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik antara cinta, pelayanan, dan informasi. Hal tersebut dapat menghasilkan hubungan interpersonal,

sehingga individu dapat lebih percaya bahwa orang lain akan memberikannya bantuan.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat dibedakan berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhinya, yaitu empati, norma dan nilai sosial, serta pertukaran sosial.

2.3.6 Skala Pengukuran Dukungan Sosial

1. Child and Adolescent Social Support Scale (CASSS)

Child and Adolescent Social Support Scale (CASSS) dikembangkan oleh Malecki & Demaray (2002). Instrumen ini digunakan untuk memahami persepsi dukungan sosial dalam kehidupan anak-anak dan remaja sehingga dapat mengarahkan pada intervensi psikologis. Instrumen ini terdapat dua skala, yaitu skala 1 untuk siswa kelas 3-6 dan skala 2 untuk siswa kelas 6-12. Validitas instrumen pada skala 1 sebesar 0,20 hingga 0,54 dan untuk skala 2 sebesar 0,32 hingga 0,54. Sementara itu, untuk reliabilitas pada skala 1 sebesar 0,94 dan untuk skala 2 sebesar 0,95. *Child and Adolescent Social Support Scale (CASSS)* ini terdiri dari 40 item untuk mengukur dukungan sosial yang bersumber dari dimensi orang tua, guru, teman sekelas, dan teman. Setiap item dikategorikan sesuai dengan jenis dukungannya, yaitu emosional (14 item), instrumental (10 item), informasi (10 item), dan penilaian (6 item). Skala yang digunakan menggunakan skala *likert* 6 poin dari 1 (tidak pernah) hingga 6 (selalu), serta skala *likert* 3 poin dari 1 (tidak penting) hingga 3 (sangat penting).

2. Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)

Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dikembangkan oleh Zimet, dkk. (1988) yang digunakan untuk mengukur penilaian subjektif (persepsi) individu terhadap dukungan sosial pada tingkatan mahasiswa. *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* terdiri dari 12 item

yang masing-masing terbagi menjadi 3 dimensi, yaitu keluarga, teman dan *significant others*. Reliabilitas pada instrumen adalah 0,88. Skala pada instrumen ini menggunakan skala *likert* dengan 7 pilihan jawaban, yaitu 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (agak tidak setuju), 4 (netral), 5 (agak setuju), 6 (setuju), 7 (sangat setuju).

3. *The MOS Social Support Survey*

The MOS Social Support Survey dikembangkan oleh Sherbourne & Anita (1991) yang berfokus pada hubungan interpersonal pada usia 18 tahun keatas. Validitas pada instrumen ini adalah $P < 0.01$, sedangkan untuk reliabilitasnya sudah melebihi standar 0,50. Instrumen ini terdiri dari 19 item yang digunakan untuk mengukur persepsi ketersediaan dukungan fungsional yang meliputi dukungan emosional (ekspresi positif, pemahaman empati, dan dorongan ekspresi perasaan), dukungan informasional (bantuan materi atau bantuan perilaku), interaksi dukungan sosial positif (keberadaan orang lain untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan bagi diri individu), serta dukungan penuh kasih sayang (ekspresi cinta dan kasih sayang).

Berdasarkan pemaparan skala di atas, maka peneliti akan menggunakan skala pengukuran *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet, dkk. (1988), hal tersebut disebabkan karena MSPSS dapat digunakan untuk tingkatan mahasiswa dalam mengukur sumber dukungan sosial dengan dimensi keluarga, teman dan *significant others*. Peneliti menggunakan skala pengukuran MSPSS karena skala tersebut dapat mengukur pada tingkatan universitas, sehingga sesuai dengan apa yang ingin peneliti ukur pada penelitian ini.

2.4 *Bullying*

2.4.1 Pengertian *Bullying*

Bullying adalah kekerasan fisik dan psikologis yang berjangka waktu panjang dan dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang kepada individu yang tidak mampu mempertahankan diri (Komisi Nasional Perlindungan Anak dalam Cakrawati, 2015). *Bullying* juga didefinisikan sebagai perilaku agresif yang merugikan orang lain karena ketidakseimbangan kekuatan (Volk, Dane, & Marini, 2004). Berdasarkan teori tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan tindakan negatif yang dapat menyakiti orang lain dan berdampak kepada fisik maupun psikologis. Senada dengan hal tersebut, menurut Beane (2008) *bullying* adalah bentuk agresif yang disengaja, menyakitkan dan terjadi berulang-ulang.

Menurut Olweus (2005) *bullying* merupakan intimidasi yang dilakukan secara berulang-ulang karena ketidakseimbangan kekuatan antara siswa yang lebih kuat terhadap siswa yang lebih lemah dengan sengaja. Hal tersebut menunjukkan bahwa *bullying* merupakan intimidasi yang dilakukan secara sengaja dan dilakukan berulang-ulang karena adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korbannya. Menurut Dogruer & Huseyn (2014) *bullying* adalah tindakan negatif yang berulang-ulang dan disengaja oleh seseorang atau sekelompok pelajar, pengajar ataupun bagian administrasi yang memiliki perbedaan kekuatan ataupun kekuasaan.

Berdasarkan pemaparan definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan tindakan intimidasi yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang karena adanya ketidakseimbangan kekuatan ataupun kekuasaan.

2.4.2 Dimensi-dimensi *Bullying*

Menurut Dogruer & Huseyn (2014) terdapat peranan dalam *bullying* yang terbagi menjadi tiga dimensi, yaitu:

1. Pelaku, yaitu individu yang melakukan intimidasi secara sengaja hingga membuat penderitaan bagi orang lain. Pelaku ini biasanya lebih kuat dari korbannya, karena ketidakseimbangan itulah pelaku memanfaatkan untuk mengintimidasi korbannya.
2. Korban, yaitu individu yang dijadikan pelaku sebagai sasaran untuk diintimidasi atau dilukai. Korban ini biasanya lebih lemah dari pelaku, mengalami penderitaan baik secara fisik ataupun psikologis, terisolasi, bahkan mendapatkan ancaman dari pelaku.
3. *Bystander* (Pengamat), yaitu individu yang menyaksikan terjadinya *bullying* namun memilih untuk tidak menghentikannya karena berbagai alasan. Hal tersebut dilakukan *bystander* (pengamat) karena memiliki ketakutan yang dapat menimbulkan permasalahan baru bagi dirinya.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peranan *bullying* yang dapat terbagi menjadi tiga dimensi, yaitu pelaku, korban dan *bystander*.

2.4.3 Jenis-jenis *Bullying*

Menurut Dogruer & Huseyn (2014), *bullying* dapat dibedakan berdasarkan jenis-jenisnya, yaitu:

1. *Bullying* Fisik, yaitu intimidasi dengan menggunakan kekerasan fisik untuk menindas atau melukai korbannya. Bentuk *bullying* secara fisik dapat berupa meninju, menendang, dan mendorong.
2. *Bullying* Verbal, yaitu intimidasi dengan menggunakan kata-kata atau lisan yang secara sengaja dilakukan untuk menindas dan/atau menyakiti korban. Bentuk *bullying* verbal ini dapat berupa kritikan kejam, memberi nama julukan, ejekan atau penghinaan.

3. *Bullying* Emosional (Relasional), yaitu intimidasi dengan tanpa berbahasa atau kontak fisik. *Bullying* ini dapat dilakukan dengan tertawa, menunjuk, menatap hingga menunjukkan jika dirinya mengintimidasi orang tersebut dengan penolakan atau isolasi sosial. *Bullying* ini merupakan upaya-upaya untuk melemahkan harga diri korban melalui pengucilan, pengabaian, pengecualian ataupun penghindaran.
4. *Cyberbullying*, yaitu jenis *bullying* yang terjadi melalui teknologi. Hal tersebut dapat dilakukan melalui email, telepon seluler, pesan teks, situs web dan blog pribadi, atau pesan instan yang dilakukan secara sengaja dan berulang kali untuk menyakiti orang lain. Pelaku memanfaatkan teknologi tersebut untuk mengirimkan pesan yang menyinggung atau mengancam, hingga memposting kata maupun gambar yang tidak pantas dan membuat korban tidak menyukainya.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *bullying* dapat dibedakan berdasarkan jenis-jenisnya, yaitu *bullying* fisik, *bullying* verbal, *bullying* emosional dan *cyberbullying*.

2.4.4 Faktor-faktor yang Memengaruhi *Bullying*

Bullying dapat dibedakan berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhinya (Andrew, Ratna & Komarudin, 2009 dalam Lestari 2016), yaitu:

1. Faktor Keluarga, orang tua yang bersikap terlalu berlebihan dalam melindungi anaknya dapat membuat anak tersebut rentan terkena *bullying*. Selain itu, pola hidup orang tua yang berantakan, perceraian orang tua, perasaan dan pikiran orang tua yang tidak stabil, orang tua yang saling mencaci maki, menghina, bertengkar dihadapan anak-anaknya, serta bermusuhan dan tidak pernah akur dapat memicu terjadinya depresi dan stres bagi anak, serta membuat anak tumbuh dalam keluarga yang

menerapkan pola komunikasi negatif dan cenderung akan meniru kebiasaan orang tuanya dalam kehidupannya.

2. Faktor Sekolah, pihak sekolah yang sering mengabaikan keberadaan *bullying* akan menjadikan pelaku tersebut semakin mendapatkan penguatan, serta akan terus melakukan tindakan *bullying*.
3. Media Massa, karena pada media massa anak-anak dapat meniru adegan-adegan film yang ditontonnya, gerakannya dan perkataannya. Berdasarkan hal tersebut, maka media massa dapat menciptakan perilaku anak sesuai dengan yang ditontonnya dan dilakukan terhadap teman-temannya di sekolah.
4. Faktor Budaya, karena suasana politik yang kacau, perekonomian yang tidak menentu, prasangka dan diskriminasi, konflik dalam masyarakat, serta *ethnosentrime*. Hal tersebut dapat memengaruhi seseorang hingga menjadi arogan dan kasar, bahkan bisa menjadi stres dan depresi.
5. Faktor Teman Sebaya, apabila terdapat kelompok teman sebaya (genk) yang memiliki permasalahan/kasus di sekolah, maka dapat memberikan dampak yang buruk bagi teman-teman lainnya, seperti berperilaku dan berkata kasar terhadap guru atau sesama teman serta membolos sekolah.

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *bullying* dapat dibedakan berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhinya, yaitu keluarga, sekolah, media massa, budaya dan teman sebaya.

2.3.5. Dampak *Bullying*

Bullying dapat memberikan dampak negatif bagi pelaku, korban maupun *bystander* (pengamat), yaitu:

1. Pelaku

Dampak pada pelaku *bullying* adalah mudah marah dan impulsif, berwatak keras, perilaku yang pro terhadap kekerasan, agresif, hingga memiliki rasa percaya diri dan harga diri yang tinggi (n.d.).

2. Korban

Dampak bagi korban *bullying* adalah kesehatan fisiknya yang menurun, sulit tidur, perasaan tidak bahagia, *psychological well-being* dan harga diri yang rendah, perasaan marah, sedih, tertekan, serta terancam ketika berada pada situasi tertentu. Secara psikologis, korban *bullying* dapat mengalami distress psikologis, seperti tingkat kecemasan yang tinggi, depresi, dan pikiran-pikiran untuk bunuh diri (Rigby dalam Sudibyo, 2012). Secara akademis, korban *bullying* dapat mengalami prestasi akademis yang menurun, kurangnya konsentrasi, serta kegagalan dalam prestasi di sekolah. (Sullivan & Cleary dalam Sudibyo, 2012).

3. *Bystander* (Pengamat)

Dampak bagi *bystander* (pengamat) adalah memiliki perasaan takut dan benci terhadap sekolah, stres, kecemasan yang meningkat, serta rendahnya keinginan untuk belajar (Kohut, 2007 & Shore, 2005 dalam Dogruer & Huseyn, 2014).

Berdasarkan pemaparan teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *bullying* dapat berdampak negatif baik bagi pelaku, korban maupun *bystander* (pengamat).

2.3.6. Skala Pengukuran *Bullying*

1. *California Bullying Victimization Scale* (CBVS)

California Bullying Victimization Scale (CBVS) dikembangkan Felix, Jill, Jennifer, Michael, & Diane (2011) yang digunakan untuk mengukur siswa kelas 5-12 yang menjadi korban *bullying*. *California Bullying Victimization Scale* (CBVS)

terdapat versi terbaru, yaitu 6 versi dasar dan 7 versi sekunder bentuk *bullying* yang dialami korban saat di sekolah, yaitu diejek atau dipanggil nama oleh siswa lain, penyebaran rumor atau bergosip di belakang korban, ditinggalkan diluar grup atau diabaikan, dipukul, didorong, atau terluka secara fisik, diancam, barang-barang korban dicuri atau rusak, atau memiliki komentar atau gerak tubuh seksual diarahkan pada korban (pertanyaan ini hanya ada dalam versi sekolah menengah). Instrumen CBVS ini juga terdapat item untuk *bystander*, yang digunakan untuk mengetahui informasi pelaku *bullying*, dimana terjadi *bullying*, seberapa sering terjadi *bullying*, dan siapa yang diajak bicara oleh korban *bullying*. Validitas pada instrumen ini 0,72 hingga 0,83, sedangkan reliabilitasnya sebesar 0,82.

2. *Bullying Survey for University Students*

Bullying Survey for University Students merupakan instrumen yang dikembangkan oleh Sinkkonen, Helena & Matti (2014). Instrumen ini digunakan peneliti dalam melakukan *preliminary study*. Hal ini disebabkan karena instrumen ini dapat mengukur *bullying* pada tingkatan universitas baik untuk pelaku, korban maupun *bystander*. *Bullying Survey for University Students* terdiri dari 40 pertanyaan dengan 20 pilihan ganda dan 20 pertanyaan terbuka yang dibagi menjadi dua bagian. Bagian pertama terdapat variabel, seperti jenis kelamin, usia, kampus, fakultas, subjek, tahun masuk perkuliahan dan jenjang studi mereka. Bagian kedua terdapat pertanyaan terkait dengan pengalaman *bullying* yang dialami, peran responden apabila mereka menjadi pelaku, korban ataupun *bystander*/pengamat, serta saran untuk menangani *bullying*. Lalu pada bagian terakhir, terdapat pertanyaan terbuka untuk responden dalam memberikan saran supaya *bullying* tidak terjadi lagi di universitas.

3. *Bullying Scale for the Actual Study*

Bullying Scale for the Actual Study merupakan instrumen yang dikembangkan oleh Dogruer & Huseyn (2014). Instrumen ini digunakan untuk mengukur *bullying* pada tingkatan universitas yang terdiri dari 71 item, yaitu 24 item untuk pelaku, 24 item untuk korban, serta 23 item untuk *bystander* (pengamat). Reliabilitas pada

instrumen ini adalah 0,90 pada pelaku, korban dan *bystander* (pengamat). Selain itu, pada dimensi pelaku, korban, maupun *bystander* terbagi lagi kedalam subdimensi verbal, emosional, dan *cyberbullying*. Skala yang digunakan pada instrumen ini adalah skala *likert* yang terdiri dari 5 pilihan jawaban, yaitu 0 (tidak pernah), 1 (jarang), 2 (kadang-kadang), 3 (sering), dan 4 (selalu).

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti akan menggunakan alat ukur *Bullying Scale for the Actual Study* yang dikembangkan oleh Dogruer & Huseyn (2014) dengan 71 item yang terdiri dari: 24 item untuk pelaku, 24 item untuk korban, serta 23 item untuk *bystander* (pengamat) dengan subdimensi verbal, emosional, dan *cyberbullying*. Peneliti memilih instrumen ini karena skalanya dapat digunakan untuk mengukur tingkatan mahasiswa, sehingga peneliti dapat mengukur korban yang pernah mengalami *bullying* pada penelitian ini.

2.4. Dinamika Hubungan antara Dukungan Sosial dan Distres Psikologis pada Korban *Bullying*

Berdasarkan peristiwa *bullying* yang terjadi, terdapat peranan-peranan yang ada didalamnya dengan dimensi pelaku, korban, dan *bystander*. Dampak yang terjadipun berbeda-beda bagi peranan-peranannya, namun korban *bullying* merupakan peranan yang paling banyak mengalami dampak negatif dari peristiwa ini. Salah satunya adalah dampak secara psikologis, yaitu distres psikologis (Rigby dalam Sudibyo, 2012).

Distres psikologis merupakan penderitaan yang dialami oleh individu secara emosional yang ditandai dengan adanya somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat baik untuk sementara maupun permanen. Somatisasi yang dialami korban *bullying* dapat ditandai dengan perasaan tidak enak badan, lelah, sakit, pusing, sesak napas, ada tekanan di kepala, demam, dan kedinginan. Kecemasan yang dialami korban *bullying* dapat ditandai dengan perasaan

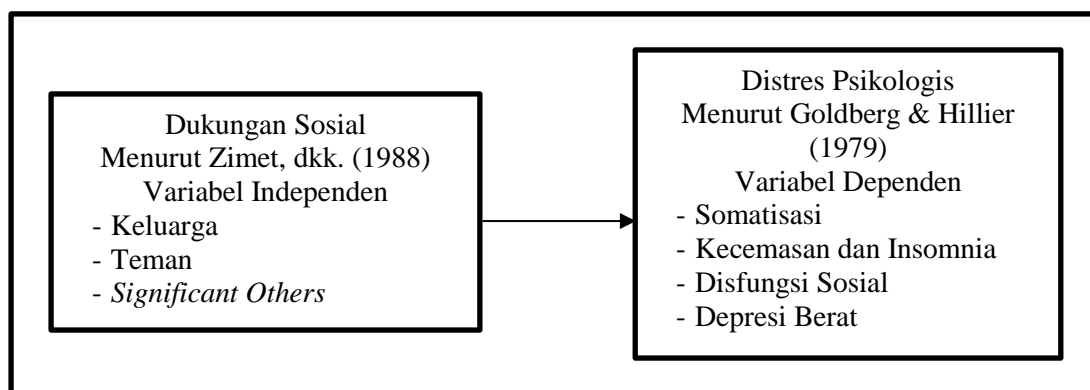
tertekan, gelisah, mudah marah, takut atau panik tanpa alasan yang jelas, memiliki banyak beban, gugup dan tegang setiap saat, sedangkan pada insomnia dapat ditandai dengan kekurangan tidur atau kesulitan untuk tidur. Selain itu, pada disfungsi sosial, korban *bullying* merasa bahwa dirinya tidak dapat melakukan segala sesuatu dengan baik, tidak merasa puas dalam melaksanakan tugas, merasa tidak mempunyai peranan yang berguna, tidak dapat membuat keputusan, serta tidak dapat menikmati aktivitas sehari-hari dan pada depresi berat, korban *bullying* memiliki perasaan tidak dapat melakukan apapun, tidak berguna, hidup yang sia-sia, tidak layak menjalani hidup, dan pikiran untuk bunuh diri (Goldberg & Hillier, 1979). Berdasarkan hal tersebut, maka distres psikologis sangat merugikan bagi korbannya, karena dapat mengganggu aktivitasnya sehari-hari, bahkan dapat berujung hingga bunuh diri.

Distres psikologis dapat direduksi secara efektif dengan adanya dukungan sosial (Taylor, 2006). Dukungan sosial yang diberikan oleh orang lain dipercaya dapat meminimalisir distres psikologis yang terjadi, hal tersebut disebabkan karena dukungan sosial merupakan faktor pelindung dari kesehatan mental. Dukungan sosial merupakan persepsi individu dalam menerima bantuan yang diberikan oleh keluarga, teman, serta orang-orang yang spesial bagi dirinya (*significant others*). Menurut Santrock (2007) apabila seseorang memiliki kelekatan/hubungan yang positif dengan orang lain, maka hal tersebut secara konsisten dapat menjadi penghalang stres. Senada dengan hal itu, apabila korban *bullying* mengalami keadaan *stressful*, maka dukungan sosial merupakan perantara untuk penyesuaian diri, sehingga individu yang memiliki dukungan sosial tidak akan mengalami dampak negatif yang lebih buruk dibandingkan individu yang tidak memiliki dukungan sosial (Antonucci, Lansford, & Ajrouch, 2000).

2.5. Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran

Fenomena *bullying* marak sekali terjadi pada bangku sekolah. Akan tetapi, *bullying* tidak hanya terjadi pada bangku sekolah saja, pada tingkatan universitas pun nyatanya *bullying* masih kerap terjadi. Berkaitan dengan hal itu, mahasiswa pada dasarnya sudah memasuki pada tahapan dewasa awal yang seharusnya sudah dapat mengontrol emosi yang dimilikinya hingga fenomena *bullying* tidak terjadi lagi. Berdasarkan hasil *prelimanary study* yang telah dilakukan oleh peneliti, maka fenomena *bullying* masih terjadi pada tingkatan universitas, hal tersebut dapat diketahui karena pada *prelimanary study* dapat mengukur mengenai pelaku, korban, serta *bystander* (pengamat). Menurut teori yang sudah dipaparkan di atas, maka *bullying* memiliki banyak dampak negatif secara mendalam pada korban *bullying*. Oleh sebab itu, pada penelitian ini peneliti akan memfokuskan pada korban *bullying* yang pada penelitian sebelumnya dikatakan dapat direduksi dengan adanya dukungan sosial (Taylor, 2006). Sehubungan dengan itu, peneliti akan melakukan penelitian apakah dukungan sosial memengaruhi distres psikologis pada korban *bullying* di universitas X?

Berdasarkan latar belakang dan tinjauan pustaka di atas, maka kerangka konseptual/kerangka pemikiran pada penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran

Dukungan Sosial (X) dan Distres Psikologis (Y)

2.6. Hipotesis

Berdasarkan kerangka penelitian tersebut, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X.

2.7. Hasil Penelitian yang Relevan

Tabel 2.1 Hasil Penelitian yang Relevan

No	Nama Tokoh	Tahun	Judul	Kesimpulan
1	Holt, dkk.	2014	<i>Associations Between Past Bullying Experiences and Psychosocial and Academic Functioning Among College Students</i>	Korban yang mengalami <i>bullying</i> pada masa kanak-kanak memiliki kesehatan mental dan fisik yang lebih buruk diantara mahasiswa tahun pertama lainnya
2	Pramestuti & Kartika	2011	Distres Ditinjau dari Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro	Dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan negatif dengan distres psikologis pada mahasiswa tahun pertama Universitas Diponegoro
3	Dewayani, Augustine, & Sherly	2011	<i>Perceived Peer Social Support dan Psychological Distress Mahasiswa Universitas Indonesia</i>	Tidak terdapat perbedaan <i>psychological distress</i> yang signifikan antara mahasiswa UI yang memiliki <i>perceived peer social support</i> dengan mahasiswa UI yang tidak memiliki <i>perceived peer social support</i> .
4	<i>Canadian Institute for Health Information</i>	2012	<i>The Role of Social Support in Reducing Psychological Distress</i>	Dukungan sosial terbukti menjadi faktor utama yang konsisten sebagai pelindung distres psikologis.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, yaitu metode penelitian yang digunakan untuk meneliti suatu populasi atau sampel tertentu, dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dan analisis data yang bersifat kuantitatif/statistik, serta penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2009). Metode kuantitatif ini merupakan metode yang berbentuk angka-angka, peneliti menggunakan metode kuantitatif ini karena pengukurannya objektif terhadap suatu fenomena sosial serta hasil penelitian ini dapat digeneralisasikan pada suatu populasi (Sumanto, 2014). Penelitian ini menggunakan desain penelitian *survey* agar peneliti dapat memperoleh banyak informasi yang beragam dan hasil penelitiannya dapat menggambarkan kondisi yang sesungguhnya (Jonathan, 2006). Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara variabel independen (x) terhadap variabel dependen (y),

3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang dapat menjadi objek penelitian (Kuntjojo, 2009). Oleh sebab itu, variabel penelitian ini dapat berbentuk apa saja sesuai dengan keinginan peneliti dalam melakukan suatu penelitian. Berikut variabel yang terdapat pada penelitian ini:

1. Variabel Dependen/Terikat

Variabel dependen (terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau akibat dari adanya variabel independen (bebas) (Sugiyono, 2009). Variabel dependen pada penelitian ini adalah distres psikologis.

2. Variabel Independen/Bebas

Variabel independen (bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau penyebab dari berubahnya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2009). Variabel independen pada penelitian ini adalah dukungan sosial.

3.2.1. Definisi Konseptual

3.2.1.1. Distres Psikologis

Distres psikologis merupakan penderitaan yang dialami oleh individu secara emosional yang ditandai dengan adanya somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat baik untuk sementara maupun permanen.

3.2.1.2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan persepsi individu dalam menerima bantuan yang diberikan oleh keluarga, teman, serta orang-orang yang spesial bagi dirinya.

3.2.1.3. *Bullying*

Bullying merupakan tindakan intimidasi yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang karena adanya ketidakseimbangan kekuatan ataupun kekuasaan

3.2.2. Definisi Operasional

3.2.2.1. Distres Psikologis

Distres psikologis merupakan skor total hasil pengukuran instrumen distres psikologis. Instrumen pada penelitian ini menggunakan instrumen dari Derogatis & Melisaratos (1983), yaitu *The General Health Questionnaire* (GHQ)-28 dengan dimensi somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, serta depresi berat.

3.2.2.2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan skor total hasil pengukuran instrumen dukungan sosial. Instrumen pada penelitian ini menggunakan instrumen dari Zimet, dkk. (1988), yaitu *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dengan dimensi keluarga, teman dan *significant others*.

3.2.2.3. Bullying

Bullying merupakan skor total hasil pengukuran instrumen *bullying*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan instrumen dari Dogruer & Huseyn (2014) yaitu *Bullying Scale for the Actual Study* dengan dimensi pelaku, korban, dan *bystander* (pengamat), serta subdimensinya dengan verbal, emosional, dan *cyberbullying*.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah suatu wilayah yang terdiri atas objek atau subjek dengan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan hasilnya dibuat menjadi sebuah kesimpulan (Sugiyono, 2009). Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif S1 Universitas X.

3.3.2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi dengan jumlah tertentu (Sugiyono, 2009). Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif S1 Universitas X yang berusia 18 tahun keatas, dan pernah menjadi korban *bullying* di Universitas X.

3.4. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling* secara insidental. Teknik *nonprobability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Sementara itu, insidental sampling merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila sesuai dengan kriteria peneliti (Sugiyono, 2009).

Populasi mahasiswa S1 di Universitas X berjumlah 14.688. Berdasarkan populasi tersebut, maka penulis akan menentukan jumlah sampel pada penelitian ini agar dapat menghemat waktu, biaya, serta tenaga, namun tetap dapat menggambarkan populasi tersebut. Menurut Roscoe dalam Sugiyono (2010) jumlah sampel yang layak dalam suatu penelitian berkisar antara 30 sampai dengan 500. Peneliti akan menggunakan teori Isaac & Michael yang menyatakan bahwa penentuan jumlah sampel terbagi berdasarkan taraf kesalahan atau signifikansinya, yaitu 1%, 5% dan 10%. Oleh sebab itu, peneliti memilih untuk menggunakan taraf kesalahan atau signifikansi 5%, sehingga apabila dilihat pada tabel Isaac & Michael, maka jumlah sampel pada penelitian ini adalah 340 orang agar hasilnya representatif terhadap populasi penelitian (Isaac & Michael dalam Sugiyono, 2010).

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan data yang diperoleh dari instrumen penelitian yang dikumpulkan, ditata, serta dianalisis agar dapat menjelaskan suatu fenomena atau keterkaitan antar fenomena tertentu (Kuntjojo, 2009). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner (angket) untuk memperoleh pernyataan tertulis kepada responden. Menurut Sugiyono (2009) kuesioner (angket) dapat diberikan pada responden dengan cara langsung, melalui media pos ataupun internet (Sugiyono, 2009). Kuesioner pada penelitian ini merupakan kuesioner tertutup yang didalamnya terdapat pilihan jawaban yang sudah disediakan oleh peneliti, sehingga responden dapat memilih jawaban alternatif yang telah tersedia (Kurniawan & Zarah, 2016).

3.5.1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini merupakan instrumen penelitian yang telah dipakai sebelumnya, yaitu *The General Health Questionnaire (GHQ)-28* untuk mengukur distres psikologis, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* untuk mengukur dukungan sosial, dan *Bullying Scale for the Actual Study* untuk mengkategorisasikan peranan *bullying*.

3.5.1.1. Distres Psikologis

The General Health Questionnaire (GHQ)-28 merupakan instrumen dari Goldberg & Hillier (1979) yang berasal dari *University of Manchester*. Instrumen ini dirancang untuk mengukur distres psikologis dalam menentukan suatu populasi dari gangguan klinis, yaitu gangguan mental non-psikotik. *The General Health Questionnaire (GHQ)-28* ini terdiri dari 28 item, yaitu 7 item pada dimensi somatisasi, 7 item pada dimensi kecemasan dan insomnia, 7 item pada dimensi disfungsi sosial, dan 7 item pada dimensi depresi berat. Skala ini mengukur gejala yang dialami responden selama dua minggu terakhir dengan menggunakan skala dikotomis (0-0-

1-1). Reliabilitas pada instrumen ini dapat dilihat dari koefisien *cronbach alpha* yang berkisar 0,82 hingga 0,86.

Sebelum peneliti melakukan uji coba, instrumen ini diterjemahkan terlebih dahulu kedalam bahasa Indonesia oleh translator BEM Sastra Inggris Universitas X. Setelah itu, penulis melakukan *expert judgement* kepada 3 dosen psikologi, yaitu Ibu Deasyanti, Ph.D pada tanggal 25 Januari 2019, Bapak Erik, M.Si pada tanggal 8 Februari 2019 serta Ibu Fellianti Muzdalifah, M.Psi pada tanggal 11 Februari 2019. Berikut kisi-kisi instrumen distres psikologis:

Tabel 3.1. Kisi-kisi Instrumen Distres Psikologis

Dimensi	Indikator	No. Item		Jumlah Item
		Fav	Unfav	
1. Somatisasi	1.1. Merasa sakit dibagian badan	2, 3, 4, 7	1	7
	1.2. Merasa sakit dibagian kepala	5, 6		
2. Kecemasan dan Insomnia	2.1. Merasa gelisah	10, 11, 12, 13, 14		7
	2.2. Merasa sulit tidur	8, 9		
3. Disfungsi Sosial	3.1. Merasa bisa melakukan sesuatu seperti biasanya		16, 17, 18, 20, 21	7
	3.2. Merasa bisa bertanggung jawab terhadap apa yang dikerjakan		15, 19	
4. Depresi Berat	4.1. Pemikiran untuk mengakhiri hidup	22, 25, 27, 28		7
	4.2. Perasaan untuk mengakhiri hidup	23, 24, 26		
Jumlah				28

3.5.1.2. Dukungan Sosial

Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dikembangkan oleh Zimet, dkk. (1988) yang berasal dari *University School of Medicine* dan *University of Colorado Health Sciences Center*. Instrumen ini digunakan untuk mengukur penilaian subjektif (persepsi) individu terhadap dukungan sosial pada tingkatan mahasiswa. *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* terdiri dari 12 item, yaitu 4 item pada dimensi keluarga, 4 item pada dimensi teman, dan 4 item pada dimensi *significant others*. Reliabilitas pada instrumen ini adalah 0,88. Skala pada instrumen ini menggunakan skala *likert* dengan 7 pilihan jawaban, yaitu 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (agak tidak setuju), 4 (netral), 5 (agak setuju), 6 (setuju), 7 (sangat setuju)..

Sebelum peneliti melakukan uji coba, instrumen ini diterjemahkan terlebih dahulu kedalam bahasa Indonesia oleh translator BEM Sastra Inggris Universitas X. Setelah itu, penulis melakukan *expert judgement* kepada 3 dosen psikologi, yaitu Ibu Deasyanti, Ph.D pada tanggal 25 Januari 2019, Bapak Erik, M.Si pada tanggal 8 Februari 2019 serta Ibu Fellianti Muzdalifah, M.Psi pada tanggal 11 Februari 2019. Berikut kisi-kisi instrumen dukungan sosial:

Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial

Dimensi	Indikator	No. Item	Jumlah
		Fav	Item
1. Keluarga	1.1. Mendapatkan bantuan dari keluarga	3, 11	4
	1.2. Mendapatkan dukungan dari keluarga	4, 8	
2. Teman	2.1. Mendapatkan bantuan dari teman	6, 7	4
	2.2. Mendapatkan dukungan dari teman	9, 12	
3. <i>Significant Others</i>	3.1. Mendapatkan bantuan dari seseorang yang spesial	1	4
	3.2. Mendapatkan dukungan dari seseorang yang spesial	2, 5, 10	
Jumlah			12

3.5.1.3. *Bullying*

Bullying Scale for the Actual Study merupakan instrumen yang dikembangkan oleh Dogruer & Huseyn (2014) yang berasal dari *Eastern Mediterranean University*. Instrumen ini digunakan untuk mengukur *bullying* pada tingkatan universitas yang terdiri dari 71 item, yaitu 24 item untuk pelaku, 24 item untuk korban, dan 23 item untuk *bystander*. Reliabilitas pada instrumen ini adalah 0,90 pada pelaku, korban dan *bystander*. Selain itu, pada dimensi pelaku, korban, maupun *bystander* terbagi lagi kedalam tiga subdimensi verbal, emosional, dan *cyberbullying*. Skala yang digunakan pada instrumen ini adalah skala *likert* yang terdiri dari 5 pilihan jawaban, yaitu: 0 (tidak pernah), 1 (jarang), 2 (kadang-kadang), 3 (sering), dan 4 (selalu).

Sebelum peneliti melakukan uji coba, instrumen ini diterjemahkan terlebih dahulu kedalam bahasa Indonesia oleh translator BEM Sastra Inggris Universitas X. Setelah itu, penulis melakukan *expert judgement* kepada 2 dosen psikologi, yaitu Ibu Fitri Lestari Issom, M.Si pada tanggal 28 Januari 2019, dan Ibu Deasyanti, Ph.D pada tanggal 4 Februari 2019. Berikut kisi-kisi instrumen *bullying*:

Tabel 3.3. Kisi-kisi Instrumen Pelaku *Bullying*

Sub dimensi	Indikator	No. Item	Jumlah
		Fav	Item
1. Verbal	1.1. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan memanggil nama orang lain terkadang disertai teriakan	8, 12, 15	9
	1.2. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan menyebarkan desas-desus, mengarang cerita sebagai lelucon	7, 29	
	1.3. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan mengejek, mengejek meniru cara seseorang berbicara	1, 4, 30, 37	
2. Emosional	2.1. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan menertawakan, menceritakan kebohongan agar korban terlihat menderita	24	8
	2.1. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan memperlakukannya tidak baik karena ciri khususnya	45, 48, 51, 66	
	2.2. Perilaku individu mengganggu dengan mempengaruhi orang lain. termasuk menatap dengan sinis untuk mengisolasi dan menolak korban di dalam kelompok	18, 21, 27	
3. <i>Cyber-bullying</i>	3.1. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan mengirim gambar yang tidak pantas, pesan kasar, jahat mengancam melalui email, pesan instan, atau ponsel	39, 42	7
	3.2. Mengganggu orang lain dengan menggunakan akun milik pribadi korban namun tanpa izin	54, 58, 61, 64, 70	
Jumlah			24

Tabel 3.4. Kisi-kisi Instrumen Korban *Bullying*

Sub dimensi	Indikator	No. Item	Jumlah Item
		Fav	
1. Verbal	1.1. Merasa disakiti dan diganggu oleh orang lain secara verbal dengan dipanggil nama terkadang disertai teriakan	9, 11, 14	7
	1.2. Diganggu oleh orang lain secara verbal dengan digosipkan oleh cerita karangan sebagai lelucon	36	
	1.3. Diganggu oleh orang lain secara verbal dengan diejek di depan umum dan diejek dengan meniru cara berbicara	2, 5, 31	
2. Emosional	2.1. Diganggu oleh orang lain dengan menceritakan kebohongan agar dirinya terlihat menderita, serta ditertawakan	23, 33, 34	10
	2.2. Diganggu oleh orang lain dengan diperlakukan tidak baik karena ciri khusus yang dimiliki	46, 49, 52, 67	
	2.3. Diganggu oleh pelaku yang mempengaruhi orang lain, termasuk menatap dengan sinis untuk mengisolasi dan menolak kehadirannya dalam kelompok	17, 20, 26	
3. Cyber-bullying	3.1. Diganggu oleh orang lain dengan dikirimkan gambar yang tidak pantas, pesan kasar, jahat, mengancam melalui email, pesan instan, atau ponsel	40, 43	7
	3.2. Diganggu oleh orang lain dengan menggunakan akun milik pribadi namun tanpa izin	55, 57, 60, 63, 69	
Jumlah			24

Tabel 3.5. Kisi-kisi Instrumen *Bystander Bullying*

Sub dimensi	Indikator	No. Item	Jumlah Item
		Fav	
1. Verbal	1.1. Melihat orang lain menyakiti korban secara verbal seperti memanggil nama disertai teriakan	10, 13, 16	6
	1.2. Melihat orang lain menyakiti korban dengan menyebarkan desas-desus, mengarang cerita sebagai lelucon	38	
	1.3. Melihat orang lain menyakiti korban dengan mengejek di depan umum, mengejek meniru cara seseorang berbicara	3, 6	
2. Emosional	2.1. Melihat orang lain mengganggu korban dengan menceritakan kebohongan agar korban terlihat menderita, serta ditertawakan, diejek hingga membuat korban kesal	25, 32, 35	10
	2.2. Melihat orang lain mengganggu korban dengan memperlakukan orang lain tidak baik karena ciri khusus	47, 50, 53, 68	
	2.3. Melihat orang lain mengganggu korban dengan mempengaruhi orang lain, termasuk menatap sinis untuk mengisolasi dan menolak kehadirannya dalam kelompok	19, 22, 28	
3. <i>Cyber-bullying</i>	3.1. Melihat korban dikirim gambar yang tidak pantas, pesan kasar, jahat, mengancam melalui email, pesan instan, atau ponsel	41, 44, 59	7
	3.2. Melihat korban diganggu oleh orang lain dengan menggunakan akun milik pribadi namun tanpa izin	56, 62, 65, 71	
Jumlah			23

3.6. Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen digunakan untuk mengukur validitas dan reliabilitas pada item-item yang terdapat pada suatu instrumen. Hal tersebut perlu dilakukan untuk menghindari item yang kurang dimengerti oleh responden, memperbaiki kata-kata, serta meniadakan item yang sekiranya tidak relevan dengan tujuan penelitian (Sukandarrumidi, 2012). Berdasarkan pemaparan tersebut, uji coba instrumen perlu dilakukan agar instrumen yang ada diseleksi terlebih dahulu hingga mendapatkan instrumen terbaik untuk setiap variabelnya. Menurut Kurniawan & Zarah (2016), uji coba instrumen biasanya sampelnya berjumlah 30 responden. Uji coba pada penelitian ini dilakukan dengan sampel yang berjumlah 112 mahasiswa Universitas X.

3.6.1. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

Uji validitas pada penelitian ini dilakukan untuk mengukur variabel yang akan diteliti sesuai dengan ketepatan suatu item. Oleh sebab itu, apabila suatu item dinyatakan valid berarti item tersebut dapat mengukur sesuai dengan apa yang seharusnya diukur, sedangkan uji reliabilitas pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kehandalan (konsistensi) suatu item dalam mengukur variabel yang akan diteliti. Berdasarkan hal tersebut, reliabilitas memiliki hubungan yang erat dengan validitas, jadi apabila suatu instrumen sudah valid, maka harus diuji reliabilitasnya agar dapat mengetahui konsistensi dari instrumen tersebut.

3.6.1.1. Instrumen Distres Psikologis

Sebelum melakukan uji coba pada penelitian ini, peneliti melakukan validitas isi terlebih dahulu pada dosen-dosen dengan metode *expert judgement*. Hal tersebut peneliti lakukan agar memperoleh pendapat mengenai isi serta dimensi-dimensi dalam mengukur variabel distres psikologis, apabila kurang sesuai maka penulis akan memperbaiki isi dari instrumen tersebut. Setelah itu, penulis melakukan uji

coba item pada 112 mahasiswa Universitas X untuk menseleksi kembali hingga mendapatkan item terbaik pada variabel distres psikologis.

Berdasarkan uji coba item, data yang dihasilkan tersebut peneliti kumpulkan dan kemudian diolah menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 25 *for windows*. Interpretasi kriteria yang digunakan untuk menentukan valid atau tidak valid suatu item pernyataan dengan melihat daya diskriminasi item berdasarkan output pada kolom '*corrected item-total correlation*'. Menurut Azwar (2009) dalam menentukan validitas item, daya beda dianggap memuaskan apabila mencapai angka r kriteria 0,30. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa apabila nilai skor *corrected item-total correlation* lebih tinggi dari r kriteria, maka item pernyataan memiliki daya diskriminasi yang tinggi. Sebaliknya, apabila nilai skor *corrected item-total correlation* lebih rendah dari r kriteria, maka item pernyataan memiliki daya diskriminasi yang rendah. Berikut adalah hasil dari perhitungan uji validitas instrumen distres psikologis:

Tabel 3.6. Hasil Perhitungan Uji Coba Validitas Instrumen Distres Psikologis

No Item	Dimensi Somatisasi	Dimensi Kecemasan dan Insom		Dimensi Disfungsi	Dimensi Depresi Berat		
	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	No Item	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	No Item	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	No Item <i>Item-Total Correlation</i>	
1	-0,484	8	0,539	15	0,261	22	0,673
2	0,489	9	0,352	16	0,548	23	0,627
3	0,660	10	0,645	17	0,691	24	0,673
4	0,628	11	0,678	18	0,572	25	0,651
5	0,629	12	0,585	19	0,490	26	0,582
6	0,518	13	0,653	20	0,481	27	0,613
7	0,323	14	0,487	21	0,653	28	0,687

Berdasarkan tabel hasil perhitungan uji validitas item di atas, pada dimensi somatisasi terdapat 1 item pernyataan yang tidak valid atau gugur pada nomor 1 yang disebabkan nilai *corrected item-total correlation* kurang dari r kriteria (0,3). Selain itu, pada dimensi disfungsi sosial terdapat 1 item pernyataan yang tidak valid atau gugur pada nomor 15 yang disebabkan nilai *corrected item-total correlation* kurang dari r kriteria (0,3). Akan tetapi, pada dimensi kecemasan dan insomnia, serta depresi berat tidak terdapat item pernyataan yang tidak valid atau gugur, hal tersebut disebabkan karena nilai *corrected item-total correlation* lebih dari r kriteria (0,3). Berikut hasil kisi-kisi instrumen distres psikologis setelah uji validitas:

Tabel. 3.7. Kisi-kisi Instrumen Distres Psikologis Setelah Uji Validitas

Dimensi	Indikator	No. Item		Jumlah Item
		Fav	Unfav	
1. Somatisasi	1.1. Merasa sakit dibagian badan	2, 3, 4, 7	1*	6
	1.2. Merasa sakit dibagian kepala	5, 6		
2. Kecemasan dan Insomnia	2.1. Merasa gelisah	10, 11, 12, 13, 14		7
	2.2. Merasa sulit tidur	8, 9		
3. Disfungsi Sosial	3.1. Merasa bisa melakukan sesuatu seperti biasanya		16, 17, 18, 20, 21	6
	3.2. Merasa bisa bertanggung jawab terhadap apa yang dikerjakan		15*, 19	
4. Depresi Berat	4.1. Pemikiran untuk mengakhiri hidup	22, 25, 27, 28		7
	4.2. Perasaan untuk mengakhiri hidup	23, 24, 26		
Jumlah				26

*daya diskriminasi item rendah

Uji coba reliabilitas pada penelitian ini mengacu pada kaidah reliabilitas Guilford untuk menentukan kriteria interpretasi koefisien reliabilitas. Berikut tabel reliabilitas Guilford:

Tabel 3.8. Kaidah Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0,9	Sangat Reliabel
0,7-0,9	Reliabel
0,4-0,69	Cukup Reliabel
0,2-0,39	Kurang Reliabel
<0,2	Tidak Reliabel

Berdasarkan uji reliabilitas, *cronbach alpha* yang diperoleh oleh dimensi somatisasi sebesar 0,815, pada dimensi kecemasan dan insomnia memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,819, pada dimensi disfungsi sosial memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,810, serta pada dimensi depresi berat memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,865. Apabila dikategorikan menggunakan kaidah reliabilitas Guilford, maka reliabilitas dimensi somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, dan depresi berat tergolong reliabel. Setelah itu, peneliti melakukan perhitungan kembali pada reliabilitas instrumen tersebut menggunakan skor komposit untuk menghitung reliabilitas instrumen secara keseluruhan. Berikut perhitungan reliabilitas skor komposit distres psikologis:

Tabel 3.9. Statistik Deskriptif Hasil Pengukuran Instrumen Distres Psikologis

Dimensi	Standar Deviasi	Varians	Reliabilitas
Somatisasi	1,899	$(1.899)^2=3,606$	0,815
Kecemasan & Insom	2,242	$(2.242)^2=5,026$	0,819
Disfungsi Sosial	1,855	$(1.855)^2=3,441$	0,810
Depresi Berat	1,694	$(1.694)^2=2,869$	0,865
Skor		14,942	

α strata

$$= 1 - \frac{\sum \sigma^2 S(1 - rS) + \sum \sigma^2 K(1 - rK) + \sum \sigma^2 DS(1 - rDS) + \sum \sigma^2 DB(1 - rDB)}{\sigma^2 x}$$

α strata

$$= 1 - \frac{3,606(1 - 0,815) + 5,026(1 - 0,819) + 3,411(1 - 0,810) + 2,869(1 - 0,865)}{14,942}$$

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{(0,667) + (0,909) + (0,653) + (0,387)}{14,942}$$

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{(2,616)}{14,942} = 1 - 0,175 = 0,825$$

Berdasarkan reliabilitas skor komposit pengukuran instrumen distres psikologis adalah 0,825, sehingga apabila dikategorikan menggunakan kaidah reliabilitas Guilford maka reliabilitas instrumen distres psikologis tergolong reliabel.

3.6.1.2. Instrumen Dukungan Sosial

Sebelum melakukan uji coba pada penelitian ini, peneliti melakukan validitas isi terlebih dahulu pada dosen-dosen dengan metode *expert judgement*. Hal tersebut peneliti lakukan agar memperoleh pendapat mengenai isi serta dimensi-dimensi dalam mengukur variabel dukungan sosial, apabila kurang sesuai maka penulis akan memperbaiki isi dari instrumen tersebut. Setelah itu, penulis melakukan uji coba item pada 112 mahasiswa Universitas X untuk menseleksi kembali hingga mendapatkan item terbaik pada variabel dukungan sosial.

Berdasarkan uji coba item, data yang dihasilkan tersebut peneliti kumpulkan dan kemudian diolah menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 25 *for windows*. Interpretasi kriteria yang digunakan untuk menentukan valid atau tidak valid suatu item pernyataan dengan melihat daya diskriminasi item berdasarkan output pada kolom '*corrected item-total corelation*'. Menurut Azwar (2009) dalam menentukan validitas item, daya beda dianggap memuaskan apabila

mencapai angka r kriteria 0,30. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa apabila nilai skor *corrected item-total correlation* lebih tinggi dari r kriteria, maka item pernyataan memiliki daya diskriminasi yang tinggi. Sebaliknya, apabila nilai skor *corrected item-total correlation* lebih rendah dari r kriteria, maka item pernyataan memiliki daya diskriminasi yang rendah. Berikut adalah hasil dari perhitungan uji validitas instrumen dukungan sosial:

Tabel. 3.10. Hasil Perhitungan Uji Coba Validitas Instrumen Dukungan Sosial

Dimensi Keluarga		Dimensi Teman		Dimensi Significant Others	
No Item	Corrected Item-Total Correlation	No Item	Corrected Item-Total Correlation	No Item	Corrected Item-Total Correlation
3	0,898	6	0,873	1	0,900
4	0,836	7	0,835	2	0,879
8	0,787	9	0,861	5	0,886
11	0,819	12	0,781	10	0,896

Berdasarkan tabel hasil perhitungan uji validitas item di atas, maka pada dimensi keluarga, teman dan *significant others* tidak terdapat item pernyataan yang tidak valid atau gugur, hal tersebut disebabkan karena nilai *corrected item-total correlation* lebih dari dari r kriteria (0,3). Berikut hasil kisi-kisi instrumen dukungan sosial setelah uji validitas:

Tabel.3.11 Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial Setelah Uji Validitas

Dimensi	Indikator	No. Item	Jumlah
		Fav	Item
1. Keluarga	1.1. Mendapatkan bantuan dari keluarga	3, 11	4
	1.2. Mendapatkan dukungan dari keluarga	4, 8	
2. Teman	2.1. Mendapatkan bantuan dari teman	6, 7	4
	2.2. Mendapatkan dukungan dari teman	9, 12	
3. <i>Significant Others</i>	3.1. Mendapatkan bantuan dari seseorang yang spesial	1	4
	3.2. Mendapatkan dukungan dari seseorang yang spesial	2, 5, 10	
Jumlah			12

*daya diskriminasi item rendah

Uji coba reliabilitas pada penelitian ini mengacu pada kaidah reliabilitas Guilford untuk menentukan kriteria interpretasi koefisien reliabilitas. Berikut tabel reliabilitas Guilford:

Tabel 3.12. Kaidah Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0,9	Sangat Reliabel
0,7-0,9	Reliabel
0,4-0,69	Cukup Reliabel
0,2-0,39	Kurang Reliabel
<0,2	Tidak Reliabel

Berdasarkan uji reliabilitas, *cronbach alpha* yang diperoleh oleh dimensi keluarga sebesar 0,929, pada dimensi teman memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,930, dan pada dimensi *significant others* memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,954. Apabila dikategorikan menggunakan kaidah reliabilitas Guilford, maka

reliabilitas dimensi keluarga, teman, dan *significant others* tergolong sangat reliabel. Setelah itu, peneliti melakukan perhitungan kembali pada reliabilitas instrumen dukungan sosial menggunakan skor komposit untuk menghitung reliabilitas instrumen secara keseluruhan. Berikut perhitungan reliabilitas skor komposit dukungan sosial:

Tabel 3.13. Statistik Deskriptif Hasil Pengukuran Instrumen Dukungan Sosial

Dimensi	Standar Deviasi	Varians	Reliabilitas
Keluarga	6,763	$(6.763)^2=45,738$	0,929
Teman	5,914	$(5.914)^2=34,975$	0,930
<i>Significant Others</i>	6,892	$(6.892)^2=47,499$	0,954
Skor		128,212	

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{\sum \sigma^2 K(1 - rK) + \sum \sigma^2 T(1 - rT) + \sum \sigma^2 S(1 - rS)}{\sigma^2 x}$$

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{45,738(1 - 0,929) + 34,975(1 - 0,930) + 47,499(1 - 0,954)}{128,212}$$

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{(3,247) + (2,448) + (2,184)}{128,212}$$

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{(7,879)}{128,212} = 1 - 0,061 = 0,939$$

Berdasarkan reliabilitas skor komposit pengukuran instrumen dukungan sosial adalah 0,939, sehingga apabila dikategorikan menggunakan kaidah reliabilitas Guilford maka reliabilitas instrumen distres psikologis tergolong sangat reliabel.

3.6.1.3. Instrumen *Bullying*

Sebelum melakukan uji coba pada penelitian ini, peneliti melakukan validitas isi terlebih dahulu pada dosen-dosen dengan metode *expert judgement*. Hal tersebut

peneliti lakukan agar memperoleh pendapat mengenai isi serta dimensi-dimensi dalam mengukur variabel *bullying*, apabila kurang sesuai maka penulis akan memperbaiki isi dari instrumen tersebut. Setelah itu, penulis melakukan uji coba item pada 112 mahasiswa Universitas X untuk menseleksi kembali hingga mendapatkan item terbaik pada variabel *bullying*.

Berdasarkan uji coba item, data yang dihasilkan tersebut peneliti kumpulkan dan kemudian diolah menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 25 *for windows*. Interpretasi kriteria yang digunakan untuk menentukan valid atau tidak valid suatu item pernyataan dengan melihat daya diskriminasi item berdasarkan output pada kolom '*corrected item-total corelation*'. Menurut Azwar (2009) dalam menentukan validitas item, daya beda dianggap memuaskan apabila mencapai angka r kriteria 0,30. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa apabila nilai skor *corrected item-total corelation* lebih tinggi dari r kriteria, maka item pernyataan memiliki daya diskriminasi yang tinggi. Sebaliknya, apabila nilai skor *corrected item-total corelation* lebih rendah dari r kriteria, maka item pernyataan memiliki daya diskriminasi yang rendah. Berikut adalah hasil dari perhitungan uji validitas instrumen *bullying*:

Tabel 3.14 Hasil Perhitungan Uji Coba Validitas Instrumen *Bullying*

Dimensi Pelaku		Dimensi Korban		Dimensi <i>Bystander</i>	
<i>No Item</i>	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	<i>No Item</i>	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	<i>No Item</i>	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>
1	0,595	2	0,580	3	0,613
4	0,701	5	0,540	6	0,621
7	0,537	9	0,579	10	0,644
8	0,492	11	0,520	13	0,718
12	0,712	14	0,633	16	0,637
15	0,583	17	0,507	19	0,619
18	0,484	20	0,619	22	0,652
21	0,444	23	0,395	25	0,588
24	0,456	26	0,408	28	0,523
27	0,305	31	0,554	32	0,663
29	0,655	33	0,506	35	0,630
30	0,570	34	0,473	38	0,673
37	0,594	36	0,653	41	0,479
39	0,306	40	0,610	44	0,560
42	0,039	43	0,409	47	0,621
45	0,371	46	0,621	50	0,626
48	0,337	49	0,554	53	0,621
51	0,545	52	0,548	56	0,570
54	0,000	55	0,267	59	0,580
58	0,544	57	0,584	62	0,475
61	0,248	60	0,436	65	0,457
64	0,328	63	0,520	68	0,461
66	0,246	67	0,469	71	0,484
70	0,311	69	0,639		

Berdasarkan tabel hasil perhitungan uji validitas item di atas, pada dimensi pelaku terdapat 4 item pernyataan yang tidak valid atau gugur pada nomor 42, 54, 61, dan 66 yang disebabkan nilai *corrected item-total corelation* kurang dari r kriteria (0,3). Selain itu, pada dimensi korban terdapat 1 item pernyataan yang tidak valid atau gugur pada nomor 55 yang disebabkan nilai *corrected item-total corelation* kurang dari r kriteria (0,3). Akan tetapi, pada dimensi *bystander* tidak terdapat item pernyataan yang tidak valid atau gugur, hal tersebut disebabkan karena nilai *corrected item-total corelation* lebih dari r kriteria (0,3). Berikut hasil kisi-kisi instrumen *bullying* setelah uji validitas:

Tabel. 3.15. Kisi-kisi Instrumen Pelaku *Bullying* Setelah Uji Validitas

Sub dimensi	Indikator	No. Item	Jumlah
		Fav	Item
1. Verbal	1.1. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan memanggil nama orang lain terkadang disertai teriakan	8, 12, 15	9
	1.2. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan menyebarkan desas-desus, mengarang cerita sebagai lelucon	7, 29	
	1.3. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan mengejek, mengejek meniru cara seseorang berbicara	1, 4, 30, 37	
2. Emosional	2.1. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan menertawakan, menceritakan kebohongan agar korban terlihat menderita	24	7
	2.2 Perilaku individu mengganggu orang lain dengan memperlakukannya tidak baik karena ciri khususnya	45, 48, 51, 66*	
	2.3 Perilaku individu mengganggu dengan mempengaruhi orang lain. termasuk menatap dengan sinis untuk mengisolasi dan menolak korban di dalam kelompok	18, 21, 27	
3. <i>Cyber-bullying</i>	3.1. Perilaku individu mengganggu orang lain dengan mengirim gambar yang tidak pantas, pesan kasar, jahat mengancam melalui email, pesan instan, atau ponsel	39, 42*	4
	3.2. Mengganggu orang lain dengan menggunakan akun milik pribadi korban namun tanpa izin	54*, 58, 61*, 64, 70	
Jumlah			20

*daya diskriminasi item rendah

Tabel. 3.16. Kisi-kisi Korban *Bullying* Setelah Uji Validitas

Subdimensi	Indikator	No. Item	Jumlah Item
		Fav	
1. Verbal	1.1 Merasa disakiti dan diganggu oleh orang lain secara verbal dengan dipanggil nama terkadang disertai teriakan	9, 11, 14	7
	1.2 Diganggu oleh orang lain secara verbal dengan digosipkan oleh cerita karangan sebagai lelucon	36	
	1.3 Diganggu oleh orang lain secara verbal dengan diejek di depan umum dan diejek dengan meniru cara berbicara	2, 5, 31	
2. Emosional	2.1 Diganggu oleh orang lain dengan menceritakan kebohongan agar dirinya terlihat menderita, serta ditertawakan	23, 33, 34	10
	2.2 Diganggu oleh orang lain dengan diperlakukan tidak baik karena ciri khusus yang dimiliki	46, 49, 52, 67	
	2.3 Diganggu oleh pelaku yang mempengaruhi orang lain, termasuk menatap dengan sinis untuk mengisolasi dan menolak kehadirannya dalam kelompok	17, 20, 26	
3 Cyber-bullying	3.1 Diganggu oleh orang lain dengan dikirimkan gambar yang tidak pantas, pesan kasar, jahat, mengancam melalui email, pesan instan, atau ponsel	40, 43	6
	3.2 Diganggu oleh orang lain dengan menggunakan akun milik pribadi namun tanpa izin	55*, 57, 60, 63, 69	
Jumlah			23

Tabel. 3.17. Kisi-kisi *Bystander Bullying* Setelah Uji Validitas

Subdimensi	Indikator	No. Item	Jumlah Item
		Fav	
1. Verbal	1.1 Melihat orang lain menyakiti korban secara verbal seperti memanggil nama disertai teriakan	10, 13, 16	6
	1.2 Melihat orang lain menyakiti korban dengan menyebarkan desas-desus, mengarang cerita sebagai lelucon	38	
	1.3 Melihat orang lain menyakiti korban dengan mengejek di depan umum, mengejek meniru cara seseorang berbicara	3, 6	
2. Emosional	2.1 Melihat orang lain mengganggu korban dengan menceritakan kebohongan agar korban terlihat menderita, serta ditertawakan, diejek hingga membuat korban kesal	25, 32, 35	10
	2.2 Melihat orang lain mengganggu korban dengan memperlakukan orang lain tidak baik karena ciri khusus	47, 50, 53, 68	
	2.3 Melihat orang lain mengganggu korban dengan mempengaruhi orang lain, termasuk menatap sinis untuk mengisolasi dan menolak kehadirannya dalam kelompok	19, 22, 28	
3 <i>Cyber-bullying</i>	3.1 Melihat korban dikirim gambar yang tidak pantas, pesan kasar, jahat, mengancam melalui email, pesan instan, atau ponsel	41, 44, 59	7
	3.2 Melihat korban diganggu oleh orang lain dengan menggunakan akun milik pribadi namun tanpa izin	56, 62, 65, 71	
Jumlah			23

Uji coba reliabilitas pada penelitian ini mengacu pada kaidah reliabilitas Guilford untuk menentukan kriteria interpretasi koefisien reliabilitas. Berikut tabel reliabilitas Guilford:

Tabel 3.18 Kaidah Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0,9	Sangat Reliabel
0,7-0,9	Reliabel
0,4-0,69	Cukup Reliabel
0,2-0,39	Kurang Reliabel
<0,2	Tidak Reliabel

Berdasarkan uji reliabilitas, *cronbach alpha* yang diperoleh oleh dimensi pelaku sebesar 0,880, pada dimensi korban memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,898, dan pada dimensi *bystander* memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,930. Apabila dikategorikan menggunakan kaidah reliabilitas Guilford, maka reliabilitas dimensi pelaku dan korban tergolong reliabel, sedangkan dimensi *bystander* tergolong sangat reliabel. Setelah itu, peneliti melakukan perhitungan kembali pada reliabilitas instrumen *bullying* menggunakan skor komposit untuk menghitung reliabilitas instrumen secara keseluruhan. Berikut perhitungan reliabilitas skor komposit *bullying*:

Tabel 3.19 Statistik Deskriptif Hasil Pengukuran Instrumen *Bullying*

Dimensi	Standar Deviasi	Varians	Reliabilitas
Pelaku	7,348	$(7.348)^2=53,993$	0,880
Korban	9,042	$(9.042)^2=81,757$	0,898
<i>Bystander</i>	14,075	$(14.075)^2=198,105$	0,930
Skor		333,855	

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{\sum \sigma^2 P(1 - rP) + \sum \sigma^2 K(1 - rK) + \sum \sigma^2 B(1 - rB)}{\sigma^2 x}$$

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{53,993(1 - 0,880) + 81,757(1 - 0,898) + 198,105(1 - 0,930)}{333,855}$$

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{(6,479) + (8,339) + (13,867)}{333,855}$$

$$\alpha \text{ strata} = 1 - \frac{(28,685)}{333,855} = 1 - 0,085 = 0,915$$

Berdasarkan reliabilitas skor komposit pengukuran instrumen *bullying* adalah 0,915, sehingga apabila dikategorikan menggunakan kaidah reliabilitas Guilford maka reliabilitas instrumen *bullying* tergolong sangat reliabel.

3.7. Analisis Data

Analisis data merupakan suatu metode untuk mengumpulkan data, mengelompokkan data hingga mengkategorikannya menjadi suatu kesimpulan dan menjawab rumusan masalah yang terdapat pada suatu penelitian.

3.7.1. Uji Statistik

Uji statistik dilakukan untuk menguji hipotesis yang telah dibuat oleh penulis, lalu menentukan apakah hipotesis tersebut menolak atau menerima hipotesis nol (Ulber, 2009). Uji statistik pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25 for windows*. Aplikasi tersebut digunakan untuk memudahkan penulis dalam menganalisis data pada penelitian ini.

3.7.2. Analisa Deskriptif

Analisa deskriptif pada penelitian ini digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti (Sugiyono, 2010). Berdasarkan hal tersebut, penulis menggunakan analisa deskriptif

untuk menggambarkan pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X. Hal tersebut perlu dilakukan agar pembaca lebih mudah dalam memahami dan menafsirkan maksud dari angka atau data yang ditampilkan.

3.7.3. Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25 for windows. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Chi-Square* karena jumlah sampelnya ≥ 30 . Selain itu, uji normalitas memiliki ketentuan apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($p > 0,05$), maka sebaran skor data dikatakan memenuhi distribusi normal. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$), maka sebaran skor data berdistribusi tidak normal. Apabila terdapat data penelitian yang tidak berdistribusi normal, maka terdapat 3 cara untuk membuat data berdistribusi normal, yaitu:

1. Menambah data penelitian.
2. Melakukan transformasi data.
3. Melakukan uji *outlier*, dengan membuang data yang bersifat ekstrim (± 1.96) (Santoso, 2001).

3.7.4. Uji Linearitas

Uji linearitas pada penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan antara variabel dependen dan variabel independen, apakah mengikuti garis lurus (linear) atau tidak. Pengujian data dilakukan dengan menggunakan *Curve Estimation* pada program

Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25 for windows. Uji linearitas ini memiliki ketentuan apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan yang linear antara variabel independen dengan variabel dependen. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($p > 0,05$), maka tidak ada hubungan yang linear antara variabel independen dengan variabel dependen.

3.7.5. Uji Korelasi

Uji korelasi pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dalam hal besarnya koefisien korelasi, arah korelasi (positif/negatif), dan bentuk korelasi (linier atau non-linier) dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment* dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25 for windows*. Uji korelasi memiliki ketentuan apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$), maka terdapat korelasi antara variabel yang dihubungkan. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($p > 0,05$), maka tidak terdapat korelasi antara variabel yang dihubungkan.

3.7.6. Uji Analisis Regresi

Analisis regresi pada penelitian ini dilakukan untuk menguji bagaimana pengaruh variabel dukungan sosial (independen) terhadap distres psikologis (dependen). Pengujian data dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25 for windows*. Uji regresi memiliki ketentuan apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($p > 0,05$), maka hipotesis ditolak. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$), maka hipotesis diterima.

3.7.7. Uji Hipotesis

Rumusan hipotesis yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$H_0 : r = 0$$

$$H_a : r \neq 0$$

Hipotesa yang diajukan dalam penelitian ini adalah

H_0 : Tidak terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X.

H_a : Terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Responden/Subyek Penelitian

Responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa yang mengalami *bullying* di Universitas X. Jumlah responden pada penelitian ini terdapat 340 mahasiswa. Akan tetapi, setelah dikategorisasikan berdasarkan peranan dalam *bullying*, maka terdapat 127 mahasiswa sebagai pelaku, 70 mahasiswa sebagai korban, 119 mahasiswa sebagai *bystander* dan 24 mahasiswa yang tidak terkategori. Pengkategorisasian tersebut diperoleh dari data yang diolah dengan membandingkan nilai *Z-score* antar dimensi melalui program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 25 *for windows*. Berdasarkan hasil tersebut, maka jumlah responden pada penelitian ini berjumlah 70 mahasiswa, karena penelitian ini hanya berfokus pada korban *bullying*. Setelah peneliti melakukan uji *outlier*, maka hasilnya menunjukkan bahwa dari 70 responden terdapat 3 responden yang memiliki data *outlier*, sehingga jumlah sampel pada penelitian ini menjadi 67 responden. Berikut akan dipaparkan mengenai gambaran umum responden pada penelitian ini berdasarkan data demografis yang dilakukan dengan perhitungan statistik:

Tabel 4.1 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	15	22,4 %
Perempuan	52	77,6 %
Total	67	100 %

Tabel di atas merupakan gambaran umum secara keseluruhan responden yang digunakan peneliti berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa

jumlah responden terbanyak berjenis kelamin perempuan, dengan jumlah 52 mahasiswa, sementara responden yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 15 mahasiswa.

Tabel 4.2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
18	2	3,0 %
19	13	19,4 %
20	14	20,9 %
21	26	38,8 %
22	10	14,9 %
23	2	3,0 %
Total	67	100 %

Tabel di atas merupakan gambaran umum responden yang digunakan peneliti berdasarkan usia. Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa jumlah responden terbanyak berusia 21 tahun dengan frekuensi 26 mahasiswa dan responden yang paling sedikit berusia 18 dan 23 tahun, dimana hanya terdapat dua mahasiswa.

Tabel 4.3 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Fakultas

Fakultas	Frekuensi	Persentase
FIP	22	32,8 %
FBS	3	4,5 %
FIS	5	7,5 %
FT	4	6,0 %
FPPsi	13	19,4 %
FMIPA	9	13,4 %
FIO	0	0 %
FE	11	16,4 %
Total	67	100 %

Tabel di atas merupakan gambaran umum responden yang digunakan peneliti berdasarkan fakultas yang ada di kampus tersebut. Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa jumlah responden terbanyak berasal dari Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) dengan frekuensi sebesar 22 mahasiswa dan responden yang paling sedikit dari Fakultas Ilmu Olahraga (FIO) karena tidak ada mahasiswa yang terkategori.

Tabel 4.4 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Frekuensi	Persentase
2015	19	28,4 %
2016	24	35,8 %
2017	14	20,9 %
2018	10	14,9 %
Total	67	100 %

Tabel di atas merupakan gambaran umum responden yang digunakan peneliti berdasarkan angkatan. Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa jumlah responden terbanyak berasal dari angkatan 2016 dengan frekuensi sebesar 24 mahasiswa dan responden yang paling sedikit berasal dari angkatan 2018 dengan 10 mahasiswa.

4.2. Prosedur Penelitian

4.2.1. Persiapan Penelitian

Persiapan pada penelitian ini dilakukan peneliti dengan mencari fenomena yang ada di masyarakat, lalu peneliti tertarik dengan fenomena *bullying* yang masih terjadi pada tingkatan universitas. Oleh sebab itu, peneliti mencari dampak apa saja yang disebabkan oleh fenomena *bullying*. Dampak yang terjadi pada fenomena tersebut ternyata paling banyak dialami oleh korban, sehingga peneliti tertarik untuk menjadikan korban *bullying* sebagai responden pada penelitian ini. Setelah itu, peneliti mengumpulkan berbagai sumber data dan berdiskusi bersama dosen pembimbing

hingga memutuskan variabel yang akan digunakan pada penelitian ini, yaitu variabel terikat (dependen) pada penelitian ini adalah distres psikologis, sedangkan variabel bebas (independen) pada penelitian ini adalah dukungan sosial.

Kemudian, peneliti mencari alat ukur atau instrumen yang sesuai dengan penelitian ini dan menerjemahkannya kedalam bahasa Indonesia oleh translator BEM Sastra Inggris Universitas X. Lalu, peneliti membuat *blueprint* dari instrumen tersebut, dan melakukan *expert judgement* pada dosen-dosen psikologi. Setelah mendapatkan masukan dari *expert judgement* dan dosen pembimbing, maka peneliti melakukan revisi terkait item-item yang terdapat pada instrumen tersebut. Setelah itu, peneliti melakukan uji coba kepada 112 mahasiswa pada tanggal 6 Mei 2019 sampai dengan 10 Mei 2019. Pengambilan data pada uji coba tersebut dilakukan dengan memberikan kuesioner secara langsung kepada responden dengan mengisi 28 item skala distres psikologis, 12 item skala dukungan sosial, dan 71 item skala *bullying*. Usai pengambilan sampel uji coba terkumpul, peneliti melakukan skoring dan rekapitulasi data. Kemudian, peneliti kemudian melakukan uji validitas dan reliabilitas alat ukur tersebut dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 25 *for windows*. Berdasarkan uji coba item yang telah dilakukan, maka terdapat 2 item yang gugur dari 28 item pada instrumen distres psikologis, sehingga item yang valid dan reliabel berjumlah 26 item. Sementara itu, pada instrumen dukungan sosial, 12 itemnya valid dan reliabel semua dan pada instrumen *bullying* terdapat 5 item yang gugur dari 71 item, sehingga jumlah item yang valid dan reliabel berjumlah 66 item. Menurut hasil keseluruhan pada uji coba tersebut, maka terdapat 104 item yang dapat digunakan sebagai skala penelitian ini, yaitu 26 item distres psikologis, 12 item dukungan sosial, dan 66 item *bullying*.

4.2.2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 Mei 2019 sampai 28 Juni 2019 yang berlokasi di Universitas X. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini

menggunakan metode insidental sampling, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan berdasarkan kebetulan sehingga siapa saja yang bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila sesuai dengan kriteria. Sampel pada penelitian ini berjumlah 340 mahasiswa Universitas X. Pengambilan sampel dilakukan dengan memberikan kuesioner yang sudah terdapat pilihan jawaban didalamnya. Kuesioner tersebut diberikan secara langsung kepada responden dengan mengisi 26 item distress psikologis, 12 item dukungan sosial, dan 66 item *bullying*. Setelah pengambilan sampel terkumpul, peneliti melakukan skoring dan rekapitulasi data. Usai melakukan rekapitulasi data, peneliti mengkategorisasikan data tersebut untuk menentukan peranan dalam *bullying* melalui *Z-score* pada program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25 *for windows*. Berdasarkan hasil pengkategorisasian yang dilakukan peneliti, hasilnya menunjukkan bahwa terdapat 127 mahasiswa berperan sebagai pelaku, 70 mahasiswa berperan sebagai korban, 119 mahasiswa berperan sebagai *bystander* dan 24 mahasiswa yang tidak terkategori. Sehubungan dengan penelitian ini yang hanya berfokus pada korban *bullying*, maka jumlah responden pada penelitian ini berjumlah 70 mahasiswa.

4.3. Hasil Analisis Data Penelitian

4.3.1. Uji *Outlier*

Uji *outlier* pada penelitian ini dilakukan dengan mengubah nilai data kedalam *Z-score* dan menentukan ambang batas *outlier*, yaitu $\pm 1,96$ dengan luas kurva normal sebesar 95% atau nilai alpha sebesar 0,05 (Santoso, 2001). Berdasarkan hal tersebut, apabila nilai *Z-score* lebih besar dari angka +1,96 atau lebih kecil dari angka -1,96, maka data tersebut dianggap *outlier*. Setelah uji *outlier* dilakukan, maka terlihat bahwa terdapat 3 data sebagai *outlier*, yaitu responden nomor 7, 15 dan 41. Menurut hasil tersebut, maka dari 70 responden setelah melakukan uji *outlier* menjadi 67 responden.

4.3.2. Variabel Distres Psikologis

Data variabel distres psikologis diperoleh dari pengisian instrumen distres psikologis yang berjumlah 26 item. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan bantuan pada program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi *25 for windows*, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.5 Distribusi Deskriptif Variabel Distres Psikologis

Pengukuran Statistik	Nilai
Mean	10,33
Median	10,00
Modus	8
Standar Deviasi	3,775
Varians	14,254
Minimum	5
Maksimum	19
Sum	692

Berdasarkan persebaran data di atas, diperoleh mean sebesar 10,33, median sebesar 10,00, modus sebesar 8, standar deviasi sebesar 3,775, varians sebesar 14,254, nilai minimum sebesar 5, nilai maksimum sebesar 19 dan total seluruh data adalah 692.

4.3.2.1. Kategorisasi Skor Variabel Distres Psikologis

Kategorisasi variabel distres psikologis menggunakan mean teoritik yang diperoleh pada instrumen *The General Health Questionnaire (GHQ-28)* dan terbagi menjadi dua kategori yaitu rendah dan tinggi. Berikut penjelasan mengenai pembagian kategorisasi skor variabel distres psikologis:

Rendah, jika : $X < 13,5$

Tinggi, jika : $X \geq 13,5$

Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Variabel Distres Psikologis

Keterangan	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 13,5$	50	74,6 %
Tinggi	$X \geq 13,5$	17	25,4 %
Total		67	100 %

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa mahasiswa yang mengalami distres psikologis pada kategori rendah sebanyak 50 mahasiswa (74,6%), sedangkan mahasiswa yang mengalami distres psikologis pada kategori tinggi sebanyak 17 mahasiswa (25,4%).

4.3.3. Variabel Dukungan Sosial

Data variabel dukungan sosial diperoleh dari pengisian instrumen dukungan sosial dengan 66 item. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan bantuan pada program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25 for windows, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.7 Distribusi Deskriptif Variabel Dukungan Sosial

Pengukuran Statistik	Nilai
Mean	65,37
Median	67,00
Modus	65
Standar Deviasi	11,374
Varians	129,359
Minimum	24
Maksimum	83
Sum	4380

Berdasarkan persebaran data di atas, diperoleh mean sebesar 65,37, median sebesar 67,00, modus sebesar 65, standar deviasi sebesar 11,374, varians sebesar 129,359, nilai minimum sebesar 24, nilai maksimum sebesar 83 dan total seluruh data adalah 4380.

4.3.3.1. Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial

Kategorisasi variabel distres psikologis menggunakan ketentuan yang terdapat pada instrumen *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), yang terbagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Berikut penjelasan mengenai pembagian kategorisasi skor variabel dukungan sosial:

Rendah, jika : $X < 36$

Sedang, jika : $\leq 36 \leq X \leq 60$

Tinggi, jika : $X > 60$

Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Variabel Distres Psikologis

Keterangan	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 36$	1	1,5 %
Sedang	$\leq 36 \ X \geq 60$	16	23,9 %
Tinggi	$X > 60$	50	74,6 %
Total		67	100 %

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa mahasiswa paling banyak memiliki persepsi dukungan sosial dengan kategorisasi tinggi terdapat 50 mahasiswa, sedangkan 16 mahasiswa memiliki persepsi dukungan sosial dengan kategori sedang, dan hanya terdapat 1 mahasiswa yang memiliki persepsi dukungan sosial yang rendah.

4.3.4. Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Chi-Square* dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25 for windows. Uji *Chi-Square* ini digunakan untuk data yang memiliki sampel ≥ 30 . Selain itu, Uji normalitas ini memiliki ketentuan apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($p > 0,05$), maka sebaran skor data dikatakan memenuhi distribusi normal. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$), maka sebaran skor data berdistribusi tidak normal. Berikut akan dipaparkan hasil uji normalitas data pada penelitian ini:

Tabel 4.9 Uji Normalitas

Variabel	Sig (p-value)	α	Interpretasi
Distres Psikologis	0,050	0,05	Berdistribusi Normal
Dukungan Sosial	0,887	0,05	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa distres psikologis memiliki p sebesar 0,050 dan dukungan sosial memiliki p sebesar 0,887. Hasil tersebut menunjukkan jika nilai $p > \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa variabel distres psikologis dan dukungan sosial berdistribusi normal.

4.3.5. Uji Linearitas

Uji linearitas pada penelitian ini menggunakan *Curve Estimation* dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25 for windows. Uji linearitas memiliki ketentuan apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan yang linear antara variabel independen dengan variabel dependen. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($p > 0,05$), maka tidak terdapat hubungan yang linear antara variabel independen dengan variabel dependen. Berikut akan dipaparkan hasil uji linearitas data pada penelitian ini:

Tabel 4.10 Uji Linearitas

Variabel	Sig (p-value)	α	Interpretasi
Distres Psikologis	0,018	0,05	Linear
Dukungan Sosial			

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa nilai Sig. 0,018. Hasil tersebut menunjukkan jika nilai Sig. $0,018 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel dukungan sosial (x) dengan variabel distres psikologis (y).

4.3.6 Uji Korelasi

Uji korelasi pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dalam hal besarnya koefisien korelasi, arah korelasi (positif/negatif), dan bentuk korelasi (linier atau non-linier) dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment* dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi *25 for windows*. Uji korelasi memiliki ketentuan apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$), maka terdapat korelasi antara variabel yang dihubungkan. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($p > 0,05$), maka tidak terdapat korelasi antara variabel yang dihubungkan. Berikut akan dipaparkan hasil uji korelasi data pada penelitian ini:

Tabel 4.11 Uji Korelasi

Variabel	Sig (p-value)	α	Interpretasi
Distres Psikologis	0,018	0,05	Terdapat hubungan
Dukungan Sosial	0,018	0,05	Terdapat hubungan

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa nilai sig. 0,018. Hasil tersebut menunjukkan jika nilai sig. $0,018 < \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara variabel dukungan sosial (x) dan variabel distres psikologis (y).

4.3.7 Uji Asumsi

Uji asumsi pada penelitian ini dilakukan untuk menguji bagaimana pengaruh variabel dukungan sosial (independen) terhadap distres psikologis (dependen) dengan menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi *25 for windows*. Uji asumsi tersebut memiliki ketentuan apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($p > 0,05$), maka hipotesis ditolak. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh lebih kecil dari

$\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$), maka hipotesis diterima. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X. Berikut akan dipaparkan hasil uji asumsi pada penelitian ini:

Tabel 4.12 Uji Asumsi

Variabel	Sig (p-value)	α	Fhit	Ftabel	Interpretasi
Distres Psikologis	0,018	0,05	5,910	3,99	H0 ditolak,
Dukungan Sosial	0,018	0,05	5,910	3,99	Ha diterima

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa nilai F hitung sebesar 5,910, sedangkan F tabel untuk sampel 67 responden dengan taraf signifikansi 5% adalah 3,99. Berkaitan dengan hal tersebut, maka $F_{hitung} = 5,910 > F_{tabel} = 3,99$ dan nilai $p = 0,018 < \alpha = 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial terhadap variabel distres psikologis, sehingga dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak dan Ha diterima.

Peneliti juga menguji seberapa besar pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis. Berikut akan dipaparkan hasil perhitungannya:

Tabel 4.13 Uji Asumsi *Model Summary*

Model	R	R Square	Adjusted R Square
Distres Psikologis dan Dukungan Sosial	0,289	0,083	0,069

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa hasil R Square sebesar 0,083. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengaruh variabel dukungan sosial terhadap variabel distres psikologis adalah sebesar 8,3%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

Tabel 4.14 Uji Persamaan Regresi

Model	Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
(Constant)	16,593	2,615		6,345	0,000
1 Dukungan Sosial	-0,096	0,039	-0,289	-2,431	0,018

a. Dependent Variable: Distres Psikologis

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa konstanta variabel distres psikologis adalah 16,593, sedangkan koefisien regresi variabel dukungan sosial adalah -0,096. Maka, persamaan regresinya sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 16,593 + (-0,096) X$$

Hasil tersebut menunjukkan bahwa dapat diprediksi apabila variabel dukungan sosial mengalami kenaikan satu satuan, maka distres psikologis akan mengalami penurunan sebesar 0,096.

4.4 Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis pada korban *bullying* di Universitas X. Menurut hasil uji asumsi yang telah dilakukan oleh peneliti, maka hasil signifikansi yang didapatkan sebesar 0,018 yang berarti $p < \alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial (x) terhadap variabel distres psikologis (y). Pengaruh tersebut apabila dilihat dari hasil *R Square* adalah 0,83, sehingga menunjukkan bahwa pengaruh variabel dukungan sosial terhadap variabel

distres psikologis sebesar 8,3%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Berdasarkan hasil uji persamaan regresi, maka dapat diprediksi bahwa apabila dukungan sosial mengalami kenaikan satu satuan, maka distres psikologis akan mengalami penurunan sebesar 0,096. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Taylor yang menyatakan bahwa distres psikologis dapat direduksi secara efektif dengan adanya dukungan sosial (Taylor, 2006). Oleh sebab itu, adanya dukungan sosial dapat mengurangi distres psikologis pada mahasiswa korban *bullying* di Universitas X. Senada dengan hal itu, menurut Newman, dkk. (2005) menyatakan bahwa korban *bullying* akan mengalami penurunan tingkatan stres apabila mendapatkan dukungan sosial dari orang lain, seperti keluarga, teman, ataupun orang-orang yang penting baginya.

Responden pada penelitian ini berusia antara 18 sampai 23 tahun. Berdasarkan usia tersebut dapat terlihat bahwa responden pada penelitian ini tergolong dalam tahapan dewasa awal menurut teori perkembangan (Hurlock, 2003). Menurut Santrock (2007) pada usia dewasa awal, dukungan sosial dari teman sebaya merupakan sumber utama dalam mengatasi distres psikologis. Hal tersebut disebabkan karena pada usia dewasa awal lebih banyak menghabiskan waktunya di luar rumah dan berkumpul dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya. Dukungan sosial yang dapat diberikan oleh teman sebaya tersebut dapat berupa dukungan secara emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi (House, dalam Smet 1994). Selain itu, terdapat pula faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dukungan sosial, yaitu empati, norma dan nilai sosial, serta pertukaran sosial antara individu dengan orang lain (Hobfoll, 1986).

Dukungan sosial pada penelitian ini berbentuk dukungan sosial yang dipersepsikan (*perceived social support*), sehingga dukungan sosialnya dapat diketahui dengan menanyakan sejauh mana individu tersebut mempersepsikan atau percaya bahwa dirinya akan dibantu oleh orang lain (Young, 2006). *Perceived social support* ini merupakan bentuk dukungan sosial yang lebih sensitif dibandingkan dukungan sosial yang diterima (*received social support*), sehingga peneliti dapat

mengetahui cara individu dalam menyesuaikan diri pada keadaan *stressful* (Wethington & Kessler, 1986) dan bentuk dukungan sosial ini memiliki pengaruh yang kuat terhadap kesehatan mental apabila dibandingkan dengan *received social support* (Wight, Botticello, & Carol, 2006). Peneliti mengkategorikan dukungan sosial pada penelitian ini berdasarkan ketentuan pada instrumen *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Apabila skor menunjukkan kurang dari 36 maka kategorinya rendah, sedangkan apabila skor menunjukkan 36-60 maka kategorinya sedang, dan apabila skor menunjukkan lebih dari 60 maka kategorinya tinggi. Berdasarkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini, maka responden paling banyak mempersepsikan akan mendapat dukungan sosial dengan tingkatan tinggi dengan jumlah 50 responden (74,6%).

Distres psikologis yang dialami oleh responden pada penelitian ini adalah somatisasi, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, dan depresi berat. Responden pada penelitian ini mengalami distres psikologis dengan jenis *acute episodic distress* (distres akut episodik). Distres psikologis pada jenis ini disebabkan karena peristiwa-peristiwa tertentu yang membuat individu tersebut tertekan, pada penelitian ini peristiwa tersebut disebabkan karena adanya *bullying*. Selain itu, distres psikologis yang dialami oleh responden pada penelitian ini merupakan distres psikologis bermodel interpersonal, hal tersebut disebabkan karena responden tidak dapat menyesuaikan diri dalam hubungan interpersonalnya karena mengalami pengalaman buruk pada masa lampau sehingga dapat menyebabkan disfungsi sosial (Carson, Butcher, & Mineka, 1996 dalam Mabitsela, 2003). Faktor yang dapat memengaruhi distres psikologis pada responden penelitian ini merupakan faktor situasional (sosial) yang disebabkan karena responden penelitian ini memiliki hubungan sosial yang tidak baik dengan individu lain. Peneliti mengkategorisasikan distres psikologis pada penelitian ini berdasarkan tingkatannya, sehingga apabila nilai skor kurang dari 13,5 maka tingkatannya rendah sedangkan apabila nilai skor lebih dari 13,5 maka tingkatannya tinggi. Responden dalam penelitian ini paling banyak mengalami distres psikologis dengan tingkatan rendah yang berjumlah 50 responden (74,6%).

4.5 Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih banyak terdapat kekurangan, salah satunya adalah teknik sampling yang digunakan peneliti. Peneliti menggunakan teknik sampling yaitu *non probability* secara insidental yang pengambilan sampelnya tidak memberi peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Oleh sebab itu, pada penelitian selanjutnya, diharapkan dapat menggunakan teknik sampling *probability* agar hasilnya lebih representatif.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji regresi pada penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial terhadap distres psikologis pada mahasiswa korban *bullying* di Universitas X.

5.2. Implikasi

Dukungan sosial dapat berpengaruh terhadap distres psikologis pada korban *bullying*. Meskipun pengaruh dukungan sosial terhadap distres psikologis hanya sebesar 8,3%, namun sumber-sumber dukungan sosial seperti keluarga, teman, maupun *significant others* dapat memaksimalkan peranannya dalam mengurangi distres psikologis yang dialami oleh korban *bullying*. Hal tersebut perlu dilakukan agar mahasiswa korban *bullying* dapat belajar lebih optimal, sehingga potensi yang dimilikinya dapat tersalurkan. Selain itu, institusi-institusi atau pihak-pihak yang berwenang dapat ikut serta dalam menangani *bullying* yang dapat mengakibatkan distres psikologis, yaitu dengan cara melakukan konseling, ataupun sanksi tegas bagi para pelaku *bullying*.

5.3. Saran

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai *database* bagi institusi-institusi atau pihak-pihak yang berwenang dalam menangani *bullying* yang dapat mengakibatkan distres psikologis. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dapat memberikan informasi kepada sumber-sumber dukungan sosial seperti keluarga, teman, ataupun *significant others* dapat membantu mengatasi atau perencanaan intervensi pada distres psikologis yang dialami oleh korban *bullying*. Sehubungan

dengan itu, bagi peneliti selanjutnya sebaiknya menggunakan teknik *probability sampling* agar dapat memberikan peluang yang sama pada setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel sehingga hasilnya lebih representatif. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat meneliti jenis-jenis dukungan sosial yang diberikan pada mahasiswa korban *bullying*, sehingga peneliti dapat mengetahui jenis-jenis dukungan sosial yang memiliki peranan paling signifikan terhadap distres psikologis pada korban *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, F.D., & Lawrence, G.J. (2011). Bullying Victims: The Effects Last Into College. *American Secondary Education*, 40, 4–13.
- Antonucci, N.C., Lansford, J.E., & Ajrouch, K.J. (2000). Social Support. In G. Fink (Ed) *Encyclopedia of stress* (Vol. 3, pp. 479-482). California: Academic Press.
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barlow, D., & Durand, V. (2005). *Abnormal Psychology: An Integrative Approach*. Belmont: Thomson Wadsworth.
- Bartlett, D. (1998). *Stress: Perspectives and Processes*. Philadelphia: Open University Press.
- Beane, A.L. (2008). *Protect Your Child from Bullying*. San Fransisco: Jossey-Bass
- Bullying. (n.d.). <http://www.kemenpppa.go.id/lib/uploads/list/8e022-januari-ratas-bullying-kpp-pa.pdf>
- Canadian Institute for Health Information. (2002). *The Role of Social Support in Reducing Psychological Distress*. Retrived from http://www.secure.cihi.ca/free_products/AiB_ReducingPsychological%20DistressEN-web.pdf
- Chakrawati, F. (2015). *Bullying, Siapa Takut?*. Solo: Tiga Ananda.
- Coleyshaw, L. (2010). The Power of Paradigms: A Discussion of The Absence of Bullying Research in The Context of The University Student Experience. *Research in Post-Compulsory Education*, 15(4), 377–86.
- Davison, G.C., John M.N., & Ann M.K. (2014). *Psikologi Abnormal* (Noermalasari Fajar). Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Demaray, M.K., & C.K., Malecki. (2002). Critical Levels of Perceived Social Support Associated with School Adjustment. *School Psychology Quarterly*, 17, 213–241.
- Derogatis, L.R., & Melisaratos, N. (1983). The Brief Symptom Inventory: An Introductory Report. *Psychological Medicine*, 13(3), 595-605.

- Detik.com. (2017, July 21). *Mensos: 84% Anak Usia 12-17 Tahun Mengalami Bullying*. Retrived from detik.com: <https://news.detik.com/berita/d-3568407/mensos-84-anak-usia-12-17-tahun-mengalami-bullying>
- Dewayani, A., Augustine D.S., & Sherly S.T. (2011). Perceived Social Support dan Psychological Distress Mahasiswa Universitas Indonesia. *Makara, Social Humaniora*, 15(2), 86-93.
- Dogruer, N., & Huseyn, Y. (2014). Developing A Bullying Scale for Use with University Students. *Social Behavior and Personality*, 42, 81-S92.
- Felix, E.D., Jill, D.S., Jennifer, G.G., Michael, J.F., & Diane, T. (2011). Getting Precise and Pragmatic About the Assessment of Bullying: The Development of The California Bullying Victimization Scale. *Aggr Behav*, 37, 234-247.
- Goldberg, D.P., & V.F., Hillier. (1979). A Scaled Version of the General Health Questionnaire. *Psychological Medicine*, 9, 139-145.
- Grant, K.E. (2000). Protective Factors Affecting Low Income Urban African-American Youth Exposed to Stress. *J Early Adolesc*, 20, 338-417.
- Hobfoll, S.E. (1986). *Stress, Social Support and Women: The Series in Clinical and Community Psychology*. New York: Herpe & Row
- Holt, M.K., Jennifer G.G., Gerald, R., Amanda, D., Dorothy, L.E., Erika, D.F., Michael J.F., V. Paul, P., Jill, D., & Sharkey. (2014). Associations Between Past Bullying Experiences and Psychosocial and Academic Functioning Among College Students. *Journal of American College Health*, 62(8), 552-560.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Jonathan, S. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Keller, H. (2013). The Nature of Stress. doi:9781449688448.
- Kementerian Luar Negeri, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak. (n.d.). September 23, 2018.

<http://www.pih.kemlu.go.id/files/UUNo23tahun2003PERLINDUNGANANA K.pdf>

- Kessler, R.C., Gavin, A., L.J., Colpe, E., Hiripi, Daniel, M., Normand, S.L.T., Elle, E. W., & A.M., Zaslavsky. (2002). Short Screening Scales to Monitor Population Prevalences and Trends in Non-specific Psychological Distress. *Psychological Medicine*, 32, 959-976.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2018). *Rincian Tabel Data Jumlah Korban dan Pelaku Kasus Perlindungan Anak*. Jakarta Pusat: KPAI.
- Krohne, H.W. (2002). *Stress and Coping Theories*. Germany. Johannes Gutenberg: Universitat Mainz Germany.
- Kumparan.com. (2017, July 17). *Mahasiswa Berkebutuhan Khusus di Gunadarma Dibully Sejak Awal Kuliah*. Retrived from kumparan.com: <https://kumparan.com/@kumparannews/mahasiswa-berkebutuhan-khusus-di-gunadarma-dibully-sejak-awal-kuliah>
- Kuntjojo. (2009). *Metode Penelitian*. Kediri: Tidak Diterbitkan.
- Kurniawan, A.W., & Zarah, P. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pandiva Buku.
- L'Abate, L. (2011). *Mental Illness-Understanding, Prediction, and Control*. Rijeka: Intech.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York, USA: Springer Publishing Company.
- Le Fevre, M., Matheny, J., & Kolt, G.S. (2003). Eustress, Distress, and Interpretation in Occupational Stress. *Journal of Managerial Psychology*, 18(7), 726-744.
- Lestari, W.S. (2016). Analisis Faktor-Faktor Penyebab *Bullying* di Kalangan Peserta Didik. *Social Science Education Education Journal*, 3(2), 147-157.
- Lyon, B.L. (2012). Stress, Coping, and Health. [Review of the book *Handbook of stress, coping and health: Implications for nursing research, theory, and practice*]. 3-23.

- Mabitsela, L. (2003). *Exploratory Study of Psychological Distress as Understood by Pentecostal Pastors* (Magister's Thesis). Retrieved from <http://www.repository.up.ac.za/>
- Malecki, C.K., & Demaray, M.K. (2002). Measuring Perceived Social Support: Development of The Child and Adolescent Social Support Scale (CASS). *Psychology in the Schools, 39*(1).
- Markam, S. (2003). *Pengantar Psikologi Klinis*. Yogyakarta: UI Press
- Matthews, G. (2000). Distress. In G. Fink (Ed) *Encyclopedia of stress*. (Vol. 1, pp 723-729). California: Academic Press.
- McCabe, R.E., Miller, J.L., Laugesen, N., Antony, M.M., & Young, L. (2010). The Relationship Between Anxiety Disorders in Adults and Recalled Childhood Teasing. *Journal of Anxiety Disorders, 24*, 238–342.
- McVeigh, K.H., Galea, S., Thorpe, L.E., Maulsby, C., Henning, K., & Sederer, L.I. (2007). The Epidemiology of Nonspecific Psychological Distress in New York City 2002 and 2003. *Journal of Urban Health, 83*(3), 394–405.
- Mirowsky, J., & C.E. Ross. (2002). Selecting Outcomes for The Sociology of Mental Health: Issues of Measurement and Dimensionality. *Journal of Health and Social Behavior, 43*, 152-170.
- Newman, M.L., Holden, G.W., & Delville, Y. (2005). Isolation and The Stress of Being Bullied. *Journal of Adolescence, 28*, 343–357.
- Olweus, D. (2005). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Malden, MA: Blackwell.
- Pramestuti, N.A., & Kartika, S.D. (n.d.). Distress Ditinjau dari Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro. Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7606/7366>
- Ramesh, P. (2008). *Human Resources Management*. Telangana: ICAR-National Academy of Agricultural Research Management.
- Ridner, S.H. (2004). Psychological Distress: Concept Analysis. *Journal of Advanced Nursing, 45*(5), 536-546.

- Santoso, S., & Tjiptono, F. (2001). *Riset Pemasaran, Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E.P. (2006). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions*. Fifth edition. New York: John Wiley and sons. Inc.
- Sarwono, S.W. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Sherbourne, C.D., & Anita L.S. (1991). The Mos Social Support Survey. *Soc. Sci. Med*, 32, 705-714.
- Sinkkonen, H.M., Helena, P., & Matti, M. (2014). Bullying at a University: Students' Experiences of Bullying. *Studies in Higher Education*, 39(1), 153-165.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia.
- Staal, M.A. (2004). Stress, Cognition, and Human Performance: A literature Review and Conceptual Framework. *Nasa Technical Memorandum*, 212824, 9.
- Sudibyoy, A.I. (2012). Pengaruh Kedekatan dengan Korban dan Sikap terhadap Bullying terhadap Tindakan Prosocial Bystander Bullying di SMA (Skripsi). Retrieved from <http://www.lib.ui.ac.id>
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Pendidikan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.
- Sukandarrumidi. (2012). *Dasar-dasar Penulisan Proposal Penelitian: Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sumanto. (2014). *Teori dan Aplikasi Metode Penelitian*. Yogyakarta : CAPS (Center Of Academic Publishing Service).
- Taylor, S.E. (2006). *Health Psychology* (6th ed.) Los Angeles: McGraw-Hill.
- Thoits, P.A. (1994). Stress, Coping, and Social Support Processes: Where Are We? What Next?. *Journal of Health And Social Behavior*, 35, 53-79.
- Toifur, & Prawitasari, J.E. (2003). Hubungan Antara Status Sosial Ekonomi, Orientasi Religius, Dan Dukungan Sosial Dengan Burnout Pada Guru Sekolah Dasar Di Kabupaten Cilacap. *Jurnal Sosiohumanika*, 16A(3).

- Ttofi, M.M., Farrington, D.P., Losel, F., & Loeber, R. (2011). Do The Victims of School Bullies Tend To Become Depressed Later in Life? A Systematic Review and Meta-analysis of Longitudinal Studies. *Journal of Aggression*, 3, 63–73.
- Ulber, S. (2009). *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Ursin, H., & Eriksen, H.R. (2004). The Cognitive Activation Theory of Stress. *Psychoneuroendocrinology*, 29, 567-592.
- Volk, A., Dane, S., & Marini, Z. (2014). What is Bullying? A Theoretical Redefinition. *Developmental Review*, 34, 327–343.
- Wethington, E., & Kessler, R.C. (1986). Perceived Support, Received Support, and Adjustment to Stressful Life Events. *Journal of Health and Social Behavior*, 27(1), 78-89.
- Wight, R.G., Botticello, A.L., & Carol, S.A. (2006). Socioeconomic context, social support, and adolescent mental health: A multilevel investigation. *Journal of Youth and Adolescence*. 35, 1, 115-126.
- Young, M.J.D. (2006). Social Support and Life Satisfaction. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*. 10(2), 155-164.
- Zimet, G.D., Nancy, W.D., Sara, G.Z., & Gordon, K.F. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality*, 52(1), 30-41.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 UJI VALIDITAS & RELIABILITAS

A. UJI VALIDITAS & RELIABILITAS INSTRUMEN BULLYING

Scale: PELAKU

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
B1	6.53	47.495	.595	.866
B4	6.76	47.356	.701	.861
B7	7.07	51.671	.537	.868
B8	6.78	49.977	.492	.869
B12	6.96	48.017	.712	.861
B15	7.11	49.736	.583	.866
B18	7.19	51.793	.484	.869
B21	7.29	52.530	.444	.871
B24	7.23	53.441	.456	.871
B27	6.93	51.761	.305	.877
B29	6.60	46.783	.655	.863
B30	6.95	49.330	.570	.866
B37	6.63	47.586	.594	.866
B39	7.35	54.806	.306	.874
B42	7.37	55.966	.039	.878
B45	7.25	52.730	.371	.873
B48	7.31	53.766	.337	.873
B51	7.32	53.265	.545	.870
B54	7.42	56.210	.000	.877
B58	7.21	51.948	.544	.868
B61	7.37	55.171	.248	.875
B64	7.38	55.266	.328	.875
B66	7.35	54.715	.246	.875
B70	7.30	54.357	.311	.874

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.880	20

Scale: KORBAN

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
B2	8.90	73.170	.580	.893
B5	9.03	73.900	.540	.894
B9	9.32	75.157	.579	.892
B11	9.25	73.559	.520	.895
B14	9.58	74.606	.633	.891
B17	9.24	74.887	.507	.895
B20	9.85	79.229	.619	.893
B23	9.29	77.485	.395	.897
B26	9.41	77.145	.408	.897
B31	9.24	74.581	.554	.893
B33	9.30	77.114	.506	.894
B34	9.54	77.837	.473	.895
B36	9.10	73.098	.653	.890
B40	9.87	79.739	.610	.894
B43	9.96	83.106	.409	.898
B46	9.81	78.226	.621	.893
B49	9.87	80.117	.554	.895
B52	9.81	79.253	.548	.894
B55	9.89	81.754	.267	.898
B57	9.69	77.676	.584	.893
B60	9.88	81.527	.436	.897
B63	9.84	79.686	.520	.895
B67	9.89	80.745	.469	.896
B69	9.83	78.665	.639	.893

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.898	23

Scale: BYSTANDER

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
B3	18.20	180.357	.613	.927
B6	18.21	179.647	.621	.927
B10	18.43	179.184	.644	.926
B13	18.28	175.319	.718	.925
B16	18.76	177.428	.637	.927
B19	18.80	178.123	.619	.927
B22	19.04	177.873	.652	.926
B25	18.66	178.659	.588	.927
B28	18.82	182.725	.523	.928
B32	18.54	176.683	.663	.926
B35	18.28	176.706	.630	.927
B38	18.27	175.279	.673	.926
B41	19.56	187.600	.479	.929
B44	19.76	191.248	.560	.929
B47	19.27	179.892	.621	.927
B50	19.16	180.929	.626	.927
B53	19.17	181.367	.621	.927
B56	19.46	184.251	.570	.928
B59	19.16	182.388	.580	.927
B62	19.61	189.790	.475	.929
B65	19.65	190.607	.457	.930
B68	19.49	188.180	.461	.929
B71	19.49	187.549	.484	.929

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.930	23

B. UJI VALIDITAS & RELIABILITAS INSTRUMEN DISTRES PSIKOLOGIS

Scale: SOMATISASI

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DP1	1.72	3.607	-.484	.815
DP2	2.13	2.092	.489	.580
DP3	2.05	1.871	.660	.513
DP4	2.24	2.022	.628	.536
DP5	2.27	2.054	.629	.538
DP6	2.28	2.184	.518	.575
DP7	2.42	2.624	.323	.637

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.815	6

Scale: KECEMASAN & INSOMNIA

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DP8	1.89	3.772	.539	.799
DP9	1.93	4.121	.352	.829
DP10	1.88	3.588	.645	.779
DP11	1.93	3.580	.678	.774
DP12	1.96	3.764	.585	.790
DP13	1.88	3.581	.653	.778
DP14	2.13	4.225	.487	.808

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha		N of Items
.819		7

Scale: DISFUNGSI SOSIAL**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DP15	4.49	3.441	.261	.810
DP16	4.69	2.811	.548	.765
DP17	4.58	2.750	.691	.736
DP18	4.63	2.829	.572	.760
DP19	4.60	2.981	.490	.776
DP20	4.50	3.153	.481	.777
DP21	4.54	2.881	.635	.749

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha		N of Items
.810		6

Scale: DEPRESI BERAT**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DP22	.66	1.974	.673	.842
DP23	.72	2.148	.627	.847
DP24	.74	2.158	.673	.841
DP25	.74	2.176	.651	.844
DP26	.69	2.109	.582	.855
DP27	.78	2.319	.613	.851
DP28	.76	2.203	.687	.840

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.865	7

C. UJI VALIDITAS & RELIABILITAS INSTRUMEN DUKUNGAN SOSIAL**Scale: KELUARGA****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DS3	14.62	26.347	.898	.887
DS4	14.66	26.298	.836	.906
DS8	15.49	25.946	.787	.924
DS11	14.86	26.754	.819	.912

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.929	4

Scale: TEMAN**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DS6	14.61	20.475	.873	.897
DS7	14.76	20.509	.835	.908
DS9	14.56	19.744	.861	.900
DS12	15.00	19.802	.781	.928

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.930	4

Scale: SIGNIFICANT OTHERS**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DS1	14.29	27.597	.900	.937
DS2	14.21	28.507	.879	.944
DS5	14.27	26.072	.886	.942
DS10	14.29	26.314	.896	.938

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.954	4

LAMPIRAN 2 KATEGORISASI DIMENSI *BULLYING*

No	Pelaku	Korban	Bystander	No	Pelaku	Korban	Bystander
1	-1	-0.5	-1	36	-1.2	-1	-1.2
2	0.6	-0.1	-0.3	37	0.8	0.7	0
3	0.3	1.6	1.9	38	0.1	-0.1	-0.5
4	0.9	1.1	0.6	39	0.4	0.4	0.4
5	-0.5	-0.2	0.5	40	-0.3	-0.6	-1
6	0.1	-0.3	-0.7	41	-0.9	0.5	1.7
7	-0.2	-0.7	-0.3	42	-1.1	-1	-0.6
8	0.9	-0.1	0.3	43	-0.8	-0.7	0.3
9	0.4	2.1	1.4	44	-0.9	-0.9	-0.1
10	0.4	0.1	1.3	45	-0.6	-0.8	-1.5
11	2.9	1.1	0.7	46	-0.8	0.4	-0.7
12	0.9	1.2	0.9	47	0.4	0.5	-0.2
13	0.3	-0.3	0.6	48	-0.3	-0.1	1
14	0.8	1.1	1.3	49	-0.8	-0.3	0.5
15	2.8	1.9	1.9	50	0.8	-0.4	-1.1
16	0.9	0.3	0.4	51	0.4	0.1	0.7
17	1.7	0.2	0.8	52	0.9	1	0.8
18	0.8	-0.7	0.4	53	-0.6	-0.8	-0.7
19	0.1	0.7	0.9	54	-1.2	-1.1	-1.7
20	1.6	0.4	-0.1	55	-0.3	-1.2	-0.3
21	1.1	1.2	1.9	56	0.6	0.4	0.8
22	-0.4	-0.5	0.1	57	-1	-1.3	-1.4
23	0.3	-0.2	-1	58	0.2	0.4	0.3
24	-0.3	-1	1.3	59	1.6	1.7	0.4
25	2.1	0.7	-0.3	60	0.7	-0.1	-0.7
26	-1.2	-0.7	0.2	61	-0.9	-1	-0.3
27	0.1	0.4	1.5	62	-0.4	-0.4	-1.1
28	-1.2	-0.3	0.2	63	-0.4	0.1	1.1
29	0.9	-0.1	0.2	64	-0.3	-0.1	0.5
30	-1.1	-0.6	0.3	65	-0.3	-0.1	1.3
31	-0.4	-0.5	-0.2	66	-0.4	0.1	0.3
32	-0.3	-0.1	-0.1	67	0.7	0.5	-0.4
33	-0.6	-1	-0.7	68	-0.4	1.4	1
34	0.1	-0.5	-1.2	69	-1.1	-1.1	-0.2
35	-1.1	-0.7	-1	70	-0.6	-0.1	-0.6


No	Pelaku	Korban	Bystander	No	Pelaku	Korban	Bystander
71	-1.1	-1.1	-1.6	109	0.1	-0.1	0.2
72	0	-0.5	-0.9	110	-0.6	-1.1	-1.4
73	-0.8	-0.4	-0.2	111	0.1	0.1	1.4
74	0	0.6	-0.2	112	0.1	-0.2	-0.9
75	-1	-1.2	-1.7	113	-1.2	-1.3	-1.8
76	-1.1	-1	-1.5	114	3.9	3.1	2
77	0.6	-0.1	0.1	115	0.8	0	-0.2
78	1.3	-0.3	0.4	116	-0.4	0.6	0.4
79	-1.2	-0.9	-1.2	117	-0.9	-0.9	-0.9
80	-0.3	-0.7	-0.6	118	-0.5	-0.4	-1.3
81	-0.6	-0.5	-1	119	-0.8	-1.1	-1
82	0.9	1.2	0.8	120	4	3.7	2.5
83	-1.1	-0.9	0.2	121	0.4	0.4	0.7
84	1.5	1.1	1.3	122	0.9	1.2	1
85	0.4	-0.1	1.3	123	0.2	0.4	0
86	-0.9	-0.8	-0.2	124	1.9	1.7	1.3
87	-1	-0.7	-0.4	125	-0.9	-1.1	-1.3
88	-1	-1.1	-1.1	126	-0.4	-0.7	-1.1
89	0.1	-0.8	-0.7	127	1.3	1.8	0.4
90	2	1	0.4	128	0.2	0.4	0.1
91	-0.2	0.3	0.4	129	0	-0.9	-1.4
92	1	0.4	-0.2	130	2.7	2.2	0.5
93	0.3	0	0.4	131	0.2	0.1	-0.7
94	0.2	-0.1	0.1	132	0.8	0.6	-0.1
95	-0.4	-0.7	0.3	133	0.1	0.1	-0.2
96	-1	-0.9	-0.5	134	0	0.6	0.3
97	0	-0.8	-0.6	135	1.1	2.7	1.5
98	1.9	0.1	1.5	136	0.6	1.2	0.5
99	-0.4	-0.1	-0.4	137	1.9	1.9	0.5
100	0.1	-0.3	-0.2	138	0.1	0.1	1.4
101	0.4	1	0.1	139	-0.2	-0.4	-0.7
102	-0.3	-0.9	-0.7	140	-0.8	-1	-1.1
103	-0.5	-0.9	0	141	0.1	1.2	-0.4
104	0.3	-0.4	0.3	142	3.5	3.5	2
105	1.5	2	0.8	143	1.9	1.7	1.3
106	-1.1	-1.3	0.3	144	0.7	0.6	-0.2
107	-0.9	-1.1	-1.5	145	0	-0.4	-1.3
108	0.7	0.2	-0.7	146	1.6	0.3	2.2


No	Pelaku	Korban	Bystander	No	Pelaku	Korban	Bystander
147	-0.2	0.4	0.1	185	0.4	1.4	1.6
148	0.9	1.1	0.8	186	1	0.6	0.8
149	0.9	1.6	0.5	187	-0.2	-1	-1.7
150	0.7	0.1	-1	188	-0.9	-0.1	0.3
151	-0.2	-0.6	-0.2	189	-0.8	-0.2	0.2
152	2.1	1.4	-0.2	190	0.6	1.6	1.7
153	0.2	2.6	2.9	191	-1	-0.8	-0.9
154	-0.9	-0.1	0.9	192	-0.4	-0.5	1.2
155	0	0.6	1.9	193	0.6	0.3	0
156	-0.2	-0.7	-0.5	194	-0.6	-0.4	0.3
157	-0.2	-0.1	-0.4	195	-0.2	-0.5	0.2
158	2.4	-0.3	-1	196	0.2	0.6	0.9
159	0.8	-0.3	-0.7	197	2	0.7	1.4
160	0.1	-0.1	0.9	198	-1	-0.8	-0.1
161	-0.6	-0.4	-0.8	199	0.8	-0.2	0.9
162	1	1	0.8	200	0.1	-0.5	-0.2
163	1.9	1.2	1.7	201	0.6	0	-0.1
164	-0.3	-0.2	-1.5	202	0.4	0	-0.7
165	-0.2	-0.4	-1.1	203	-1.1	0.2	1.1
166	-1.1	-0.9	0.3	204	1.7	1.3	0.8
167	0.8	0.2	1.8	205	-0.3	0.5	1.3
168	-0.8	-0.7	-0.7	206	-0.2	0.6	1.3
169	-1	-1.3	-0.9	207	-0.5	-0.7	0.9
170	-0.9	-0.9	-1.2	208	-0.5	-0.3	-0.7
171	-0.8	-0.9	-0.1	209	-0.6	-0.3	1.3
172	-0.2	-0.5	-1.7	210	0.6	0.2	-0.7
173	-0.4	0.1	0.3	211	1.9	1	0.7
174	0.8	0.6	0.7	212	-0.5	-1	-0.7
175	0.4	0	-0.9	213	0.3	-0.8	-0.5
176	1.9	1.5	0.7	214	1.1	1.5	1.6
177	-0.9	-1.1	-1.5	215	0	-0.1	-0.1
178	-1.2	-1.3	-1.8	216	0.4	0.3	0.5
179	2.9	2.5	1.1	217	0	-0.9	-0.7
180	-1.2	-1.3	-1.8	218	-0.4	-0.5	-0.2
181	-0.2	1.1	1.8	219	-0.8	-0.9	-0.3
182	-0.3	0	0.2	220	3.4	2.9	1.9
183	-0.5	-0.8	0.5	221	-0.9	-0.4	0.5
184	-0.8	-1.1	-1.5	222	-0.8	-0.6	0

No	Pelaku	Korban	Bystander	No	Pelaku	Korban	Bystander
223	-0.3	0.6	-0.4	261	-1.2	-0.6	0.1
224	0.7	0.8	0.6	262	0.6	1	2
225	0.2	0.8	-0.6	263	-0.5	-0.4	-0.7
226	0.1	0	0.2	264	1.1	1.3	-0.6
227	-0.8	1	1.9	265	1	2.3	2.3
228	-0.3	-0.1	0.2	266	-0.9	0.1	1.2
229	0.2	-0.1	-0.9	267	-0.3	1	-0.5
230	-0.6	-0.4	-1.2	268	-0.8	-0.8	-1.2
231	-0.8	-1	-1.1	269	-0.8	1.5	0.9
232	-1	-1	-1.5	270	-1.1	-0.8	-1
233	0.6	1	0.7	271	-0.8	-0.3	0.9
234	-1	-1.2	-1.5	272	0.3	0.1	-0.2
235	-1.2	-1.3	-1.3	273	-0.4	-0.5	-1.4
236	-0.6	-0.6	0.4	274	-0.6	-0.7	0
237	-0.5	0.6	-0.7	275	1	1.5	1.5
238	0.2	0	0.2	276	-0.2	0.2	0
239	-0.9	-0.2	0.3	277	0.1	-0.1	0.1
240	-0.8	-1.3	-1.8	278	-1	-0.9	-0.2
241	-0.9	-1.1	-1.6	279	2.2	1.7	1.3
242	-1.2	-1.3	-1.4	280	-0.5	-0.5	-1.6
243	-1	-1.1	-1.6	281	-1	-0.6	-1.2
244	-0.9	-1.1	-1.7	282	-0.5	-0.4	-1.1
245	-0.6	-0.6	-1.2	283	-0.8	-0.7	-1
246	-0.8	-0.4	-0.6	284	1.9	1.8	2.4
247	-0.5	-0.7	-0.7	285	-0.6	-0.8	-0.2
248	-0.3	-0.5	-0.2	286	-0.9	-1	-0.8
249	-1	-1.2	-0.8	287	-0.5	-0.7	-1
250	-0.6	-0.8	-0.2	288	-0.8	0.1	-0.2
251	-0.6	0.2	-0.2	289	1.7	3.1	2
252	-0.9	-0.7	-0.1	290	-1	0.1	-0.2
253	-1	-0.5	-0.7	291	-0.8	-0.3	0.9
254	-0.4	-0.2	1.3	292	0.1	0.1	0.1
255	0.2	0.3	-0.1	293	0.2	0.3	0.2
256	-1	-1.3	-0.5	294	0.3	0	-0.7
257	0.1	1	0.7	295	0	-0.2	0.7
258	-1.1	-1.2	-0.7	296	3	0.7	1
259	0.3	0.1	-0.1	297	0.6	0.3	-0.6
260	-1.2	-1.3	-1.7	298	-1.1	-0.2	0.8

No.	Pelaku	Korban	Bystander	No.	Pelaku	Korban	Bystander
299	0.4	0.3	1.3	337	-1.2	0.2	-0.8
300	-1.2	-1.3	-1.6	338	-0.6	-0.5	-1.5
301	0.3	-0.2	0.2	339	-0.8	-1.2	-1
302	-0.8	-0.6	-0.2	340	-0.3	-0.8	-1
303	1.7	1.5	0.8				
304	1.5	1.2	1.4				
305	0.1	0.3	0.9				
306	-0.4	-1	-0.2				
307	-1.2	-1.3	-1				
308	-0.4	-0.1	1.5				
309	-1	-0.4	0				
310	-1.1	-0.9	-0.9				
311	-0.8	-0.9	-0.5				
312	-1.2	3.3	0.8				
313	0.9	-0.2	0.1				
314	0.2	-0.3	-0.8				
315	-1.2	-1.3	-1.8				
316	1.6	1.5	1.1				
317	-0.9	-0.8	-1				
318	-0.2	-0.5	-1.1				
319	-0.4	-0.2	-0.1				
320	1.3	0.6	1.4				
321	-1	-0.5	0.5				
322	-1	1.6	1.7				
323	0.2	-0.5	-0.4				
324	-1.1	-1.2	-1.5				
325	-1.2	-1.3	-1.5				
326	0.7	-0.1	0.8				
327	-1	-1.3	-0.8				
328	0.3	0	0.5				
329	-0.4	-0.1	0				
330	-1.1	-1.3	-1.8				
331	-0.4	-0.6	-0.8				
332	0.7	0.7	1.1				
333	-0.9	-1	-0.7				
334	-0.4	-0.7	-0.5				
335	1.5	4.5	0.9				
336	-1.1	-1.1	0.2				

Keterangan:

 Dimensi *Bullying*

 Tidak Terkategorisasi

LAMPIRAN 3 UJI *OUTLIER* VARIABEL DISTRES PSIKOLOGIS

No. Responden	Z- Score	No. Responden	Z-Score
1	.76842	36	.29450
2	1.24234	37	1.47929
3	1.71625	38	-1.36420
4	1.95321	39	-.89028
5	.53146	40	-.65333
6	-.41637	41	2.42713
7	2.19017	42	.76842
8	-.89028	43	.53146
9	1.00538	44	-.89028
10	-.41637	45	-.65333
11	-1.12724	46	1.71625
12	.76842	47	-1.12724
13	-.41637	48	-.17941
14	-.17941	49	-.17941
15	2.19017	50	-.65333
16	-.89028	51	-.41637
17	-.65333	52	1.47929
18	-.17941	53	-.65333
19	.05755	54	-1.36420
20	-.65333	55	.29450
21	-1.36420	56	1.47929
22	-.65333	57	-.89028
23	-1.12724	58	-1.12724
24	.05755	59	.53146
25	-1.12724	60	.05755
26	-.17941	61	-.17941
27	-.65333	62	.76842
28	-.65333	63	.53146
29	-.65333	64	.05755
30	1.71625	65	-.89028
31	-.89028	66	.53146
32	.05755	67	-.89028
33	1.00538	68	.53146
34	-.65333	69	-1.12724
35	.29450	70	-1.12724

KETERANGAN :

	Outlier
--	---------

LAMPIRAN 4 UJI NORMALITAS DAN LINEARITAS

A. UJI NORMALITAS

Test Statistics

	Distres Psikologis	Dukungan Sosial
Chi-Square	23.672 ^a	24.418 ^b
df	14	34
Asymp. Sig.	.050	.887

a. 15 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 4.5.

b. 35 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1.9.

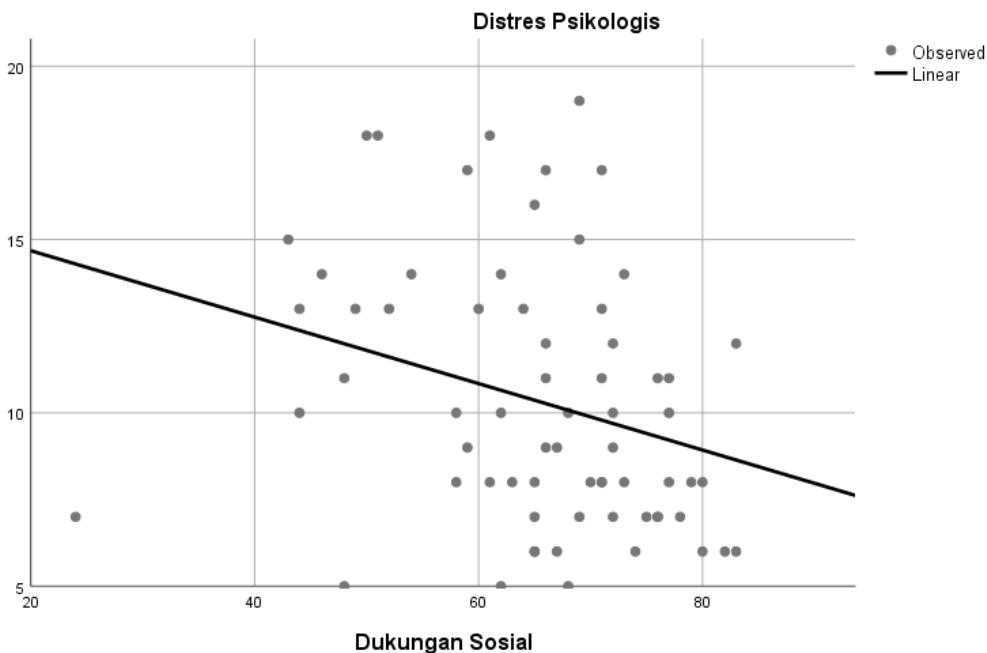
B. UJI LINEARITAS

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Distres Psikologis

Equation	R Square	F	Model Summary			Parameter Estimates	
			df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.083	5.910	1	65	.018	16.593	-.096

The independent variable is Dukungan Sosial.

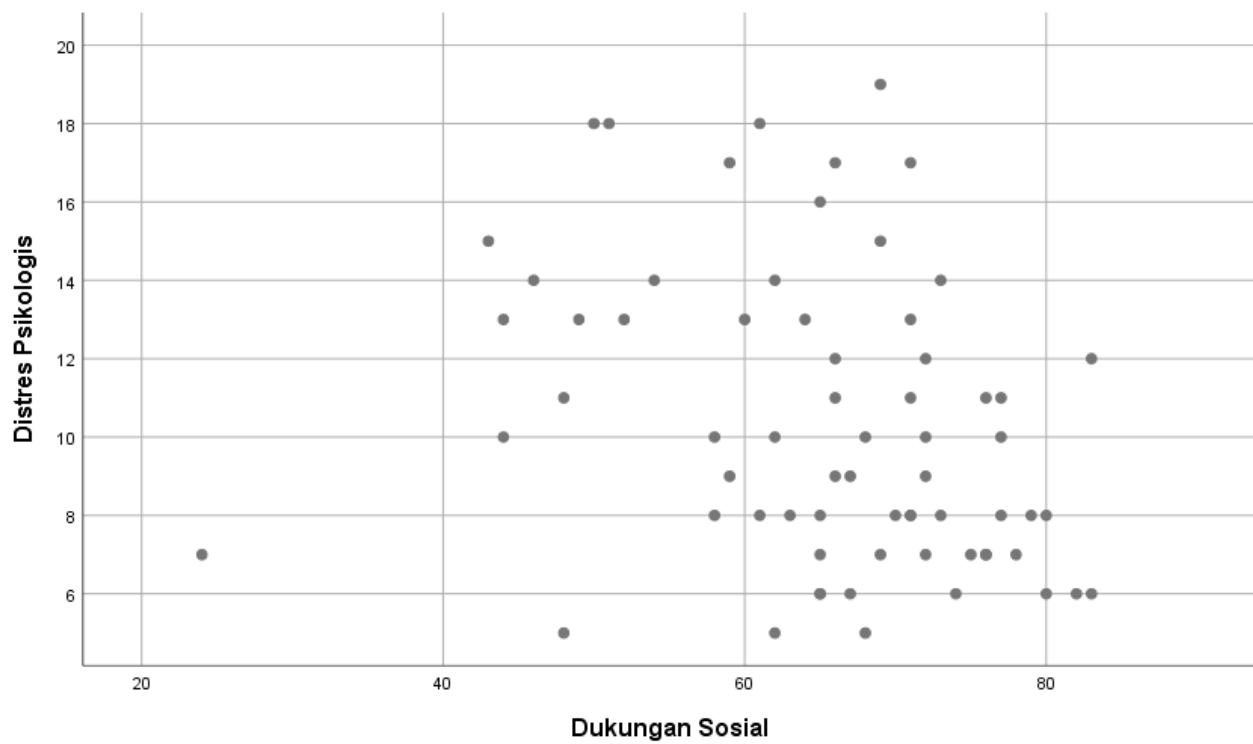


LAMPIRAN 5 UJI KORELASI

Correlations

		Distres Psikologis	Dukungan Sosial
Distres Psikologis	Pearson Correlation	1	-.289*
	Sig. (2-tailed)		.018
	N	67	67
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	-.289*	1
	Sig. (2-tailed)	.018	
	N	67	67

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



LAMPIRAN 6 UJI HIPOTESIS

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Distres Psikologis	10.33	3.775	67
Dukungan Sosial	65.37	11.374	67

Correlations

		Distres Psikologis	Dukungan Sosial
Pearson Correlation	Distres Psikologis	1.000	-.289
	Dukungan Sosial	-.289	1.000
Sig. (1-tailed)	Distres Psikologis	.	.009
	Dukungan Sosial	.009	.
N	Distres Psikologis	67	67
	Dukungan Sosial	67	67

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Dukungan Sosial ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Distres Psikologis

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.289 ^a	.083	.069	3.642

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	78.413	1	78.413	5.910	.018 ^b
	Residual	862.363	65	13.267		
	Total	940.776	66			

a. Dependent Variable: Distres Psikologis

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	16.593	2.615		6.345	.000
	Dukungan Sosial	-.096	.039	-.289	-2.431	.018

a. Dependent Variable: Distres Psikologis

LAMPIRAN 7 DATA DESKRIPTIF RESPONDEN

Frequencies

Statistics

		Jenis Kelamin	Usia	Fakultas	Angkatan
N	Valid	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0
Sum		119	236	266	149

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	15	22.4	22.4	22.4
	Perempuan	52	77.6	77.6	100.0
	Total	67	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18	2	3.0	3.0	3.0
	19	13	19.4	19.4	22.4
	20	14	20.9	20.9	43.3
	21	26	38.8	38.8	82.1
	22	10	14.9	14.9	97.0
	23	2	3.0	3.0	100.0
	Total	67	100.0	100.0	

Fakultas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	FIP	22	32.8	32.8	32.8
	FBS	3	4.5	4.5	37.3
	FIS	5	7.5	7.5	44.8
	FT	4	6.0	6.0	50.7
	FPPsi	13	19.4	19.4	70.1
	FMIPA	9	13.4	13.4	83.6
	FE	11	16.4	16.4	100.0
	Total	67	100.0	100.0	

Angkatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2015	19	28.4	28.4	28.4
	2016	24	35.8	35.8	64.2
	2017	14	20.9	20.9	85.1
	2018	10	14.9	14.9	100.0
	Total	67	100.0	100.0	

LAMPIRAN 8 DATA DISTRIBUSI DESKRIPTIF

		Statistics	
		Distres Psikologis	Dukungan Sosial
N	Valid	67	67
	Missing	0	0
Mean		10.33	65.37
Median		10.00	67.00
Mode		8	65 ^a
Std. Deviation		3.775	11.374
Variance		14.254	129.359
Minimum		5	24
Maximum		19	83
Sum		692	4380

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

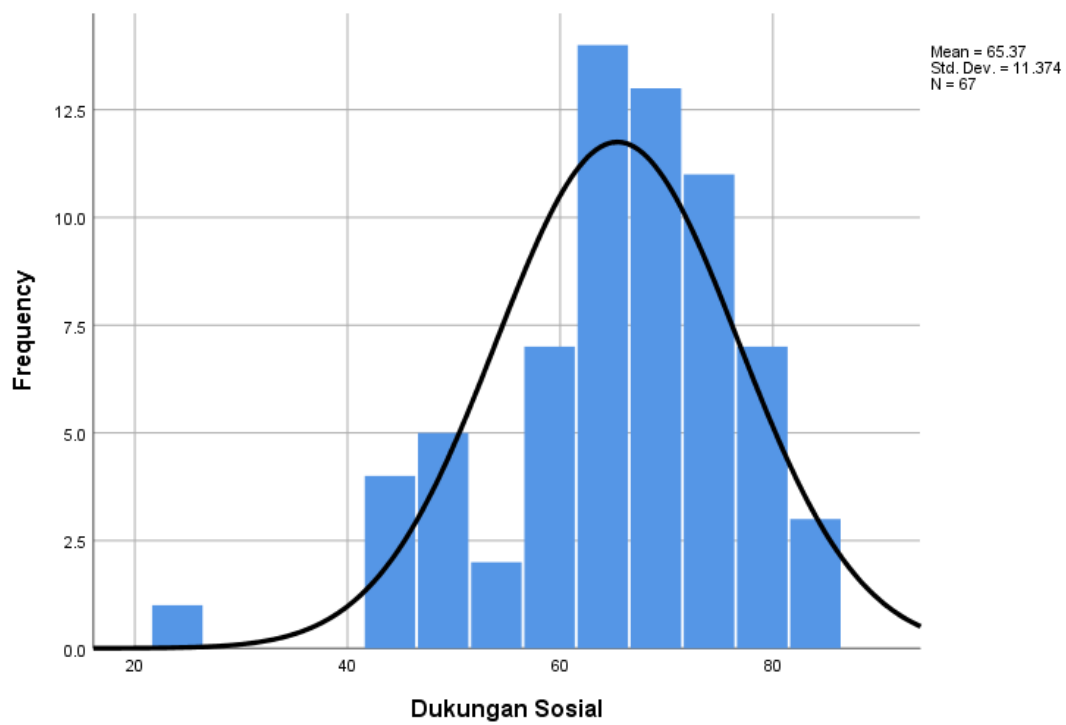
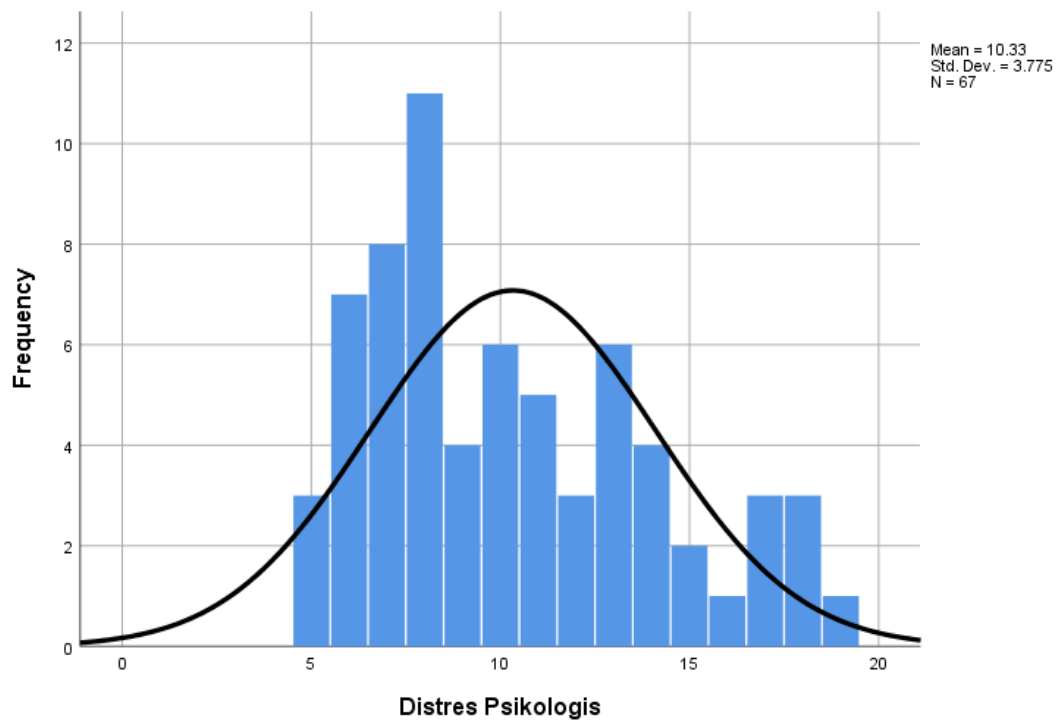
Frequency Table

		Distres Psikologis			Cumulative Percent	
		Frequency	Percent	Valid Percent		
Valid	5	3	4.5	4.5	4.5	
	6	7	10.4	10.4	14.9	
	7	8	11.9	11.9	26.9	
	8	11	16.4	16.4	43.3	
	9	4	6.0	6.0	49.3	
	10	6	9.0	9.0	58.2	
	11	5	7.5	7.5	65.7	
	12	3	4.5	4.5	70.1	
	13	6	9.0	9.0	79.1	
	14	4	6.0	6.0	85.1	
	15	2	3.0	3.0	88.1	
	16	1	1.5	1.5	89.6	
	17	3	4.5	4.5	94.0	
	18	3	4.5	4.5	98.5	
	19	1	1.5	1.5	100.0	
	Total		67	100.0	100.0	

Dukungan Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	24	1	1.5	1.5	1.5
	43	1	1.5	1.5	3.0
	44	2	3.0	3.0	6.0
	46	1	1.5	1.5	7.5
	48	2	3.0	3.0	10.4
	49	1	1.5	1.5	11.9
	50	1	1.5	1.5	13.4
	51	1	1.5	1.5	14.9
	52	1	1.5	1.5	16.4
	54	1	1.5	1.5	17.9
	58	2	3.0	3.0	20.9
	59	2	3.0	3.0	23.9
	60	1	1.5	1.5	25.4
	61	2	3.0	3.0	28.4
	62	3	4.5	4.5	32.8
	63	1	1.5	1.5	34.3
	64	1	1.5	1.5	35.8
	65	5	7.5	7.5	43.3
	66	4	6.0	6.0	49.3
	67	2	3.0	3.0	52.2
	68	2	3.0	3.0	55.2
	69	3	4.5	4.5	59.7
	70	1	1.5	1.5	61.2
	71	5	7.5	7.5	68.7
	72	4	6.0	6.0	74.6
	73	2	3.0	3.0	77.6
	74	1	1.5	1.5	79.1
	75	1	1.5	1.5	80.6
	76	3	4.5	4.5	85.1
	77	3	4.5	4.5	89.6
	78	1	1.5	1.5	91.0
	79	1	1.5	1.5	92.5
	80	2	3.0	3.0	95.5
82	1	1.5	1.5	97.0	
83	2	3.0	3.0	100.0	
	Total	67	100.0	100.0	

Graph



LAMPIRAN 9 KUESIONER

A. INSTRUMEN DISTRES PSIKOLOGIS

A1. Merasa dalam keadaan baik dan sehat.

Lebih baik dari biasanya	Sama seperti biasanya	Lebih buruk dari biasanya	Jauh lebih buruk dari biasanya
--------------------------	-----------------------	---------------------------	--------------------------------

A2. Merasa membutuhkan vitamin yang bagus.

Tidak sama sekali	Tidak lebih dari biasanya	Agak lebih dari biasanya	Jauh lebih dari biasanya
-------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------------

A3. Merasa tidak enak badan dan lelah.

Tidak sama sekali	Tidak lebih dari biasanya	Agak lebih dari biasanya	Jauh lebih dari biasanya
-------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------------

A4. Merasa sakit.

Tidak sama sekali	Tidak lebih dari biasanya	Agak lebih dari biasanya	Jauh lebih dari biasanya
-------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------------

A5. Merasa pusing.

Tidak sama sekali	Tidak lebih dari biasanya	Agak lebih dari biasanya	Jauh lebih dari biasanya
-------------------	---------------------------	--------------------------	--------------------------

B. INSTRUMEN DUKUNGAN SOSIAL

	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Agak Tidak Sesuai	Netral	Agak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
1. Ada seseorang yang spesial yang selalu ada ketika saya membutuhkannya.	1	2	3	4	5	6	7
2. Ada seseorang yang spesial tempat saya berbagi suka dan duka.	1	2	3	4	5	6	7
3. Keluarga saya benar-benar berusaha membantu saya.	1	2	3	4	5	6	7
4. Saya mendapatkan dukungan emosional dan bantuan yang saya butuhkan dari keluarga.	1	2	3	4	5	6	7
5. Saya mempunyai seseorang yang spesial yang menjadi sumber kenyamanan.	1	2	3	4	5	6	7

C. INSTRUMEN *BULLYING*

1. Saya mengolok-olok teman dengan mengulangi sesuatu yang dia katakan karena saya pikir itu bodoh	(a) Tidak Pernah	(b) Jarang	(c) Kadang-Kadang	(d) Sering	(e) Selalu
2. Teman-teman mengolok-olok saya dengan mengulangi sesuatu yang saya katakan karena mereka pikir itu bodoh.	(a) Tidak Pernah	(b) Jarang	(c) Kadang-Kadang	(d) Sering	(e) Selalu
3. Saya menyaksikan beberapa mahasiswa mengolok-olok mahasiswa lain dengan mengulangi sesuatu yang mereka katakan karena mereka pikir itu bodoh.	(a) Tidak Pernah	(b) Jarang	(c) Kadang-Kadang	(d) Sering	(e) Selalu
4. Saya mengejek mahasiswa di depan teman-teman.	(a) Tidak Pernah	(b) Jarang	(c) Kadang-Kadang	(d) Sering	(e) Selalu
5. Saya diejek di depan teman-teman saya.	(a) Tidak Pernah	(b) Jarang	(c) Kadang-Kadang	(d) Sering	(e) Selalu

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Firda Jessica lahir di Garut, 31 Januari 1997. Peneliti merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Peneliti menempuh pendidikan di SDN Pulogebang 11 Pagi tahun 2003, SMPN 199 Jakarta tahun 2009, SMAN 11 Jakarta tahun 2012, dan melanjutkan ke Pendidikan jenjang strata satu di Universitas Negeri Jakarta jurusan Psikologi pada tahun 2015.

Peneliti pernah mengikuti berbagai kepanitiaan, pelatihan *administrator and scorer in psychological testing*, serta program praktek psikologi di PT. TopKarir Indonesia sebagai *Human Resources Internship*. Apabila ingin melakukan korespondensi dapat menghubungi peneliti melalui email firdajessica@yahoo.co.id.