

Bagaimana Kaitan Kecemasan Komunikasi Pada Korban Perundungan dengan Dukungan Sosial

Natasha Chung¹, Rina Rifayanti², Aulia Suhesty³

^{1,2,3} Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman, Indonesia

Email: ¹ nathxchung@gmail.com, ² rina.rifayanti@fisip.unmul.ac.id, ³ auliasahda1008@gmail.com

Artikel Info	ABSTRACT
<p>Riwayat Artikel: Penyerahan 11/08/2022 Revisi 19/08/2022 Diterima 04/11/2022</p> <p>Keyword: Communication apprehension; Social support; Bullying victim</p>	<p><i>There are a lot of impacts of bullying, one of the impact is communication apprehension, which had a long term effect on victims in socializing on vary situations. This study aimed to determine how social support related to overcome communication apprehension on bullying victims. This research used quantitative approach with subject that consist of 106 samples using the purposive sampling technique. Data collection method used is Personal Report of Communication Apprehension 24 Version (PRCA-24) and 2-Way Social Support Scale (2-Way SSS). Research data was analyzed with Kendall's Tau test. The result showed that there is negative and significant correlation between social support and communication apprehension on bullying victims by the calculated of r value = -0.683 and p value = 0.000 < 0.0. In conclusion, there is correlation between social support and communication apprehension on bullying victims. This means that the higher the social support, the lower the communication anxiety, and vice versa.</i></p>

ABSTRAK	Kata Kunci
<p>Salah satu dampak dari perundungan adalah adanya kecemasan komunikasi yang berefek jangka panjang pada korban dalam bersosialisasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dukungan sosial berhubungan dalam mengatasi kecemasan komunikasi pada korban perundungan. Penelitian kuantitatif ini menggunakan sampel penelitian sebanyak 106 sampel usia 12-18 tahun dengan teknik <i>purposive sampling</i>. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian yaitu PRCA-24 dan 2-Way SSS dengan reliabilitas variabel bebas sebesar 0.949 dan variabel terikat sebesar 0.918. Teknik analisa data menggunakan uji korelasi Kendall's Tau_b dengan nilai r hitung = -0.683 dan p = 0.000 < 0.05. Hasil perhitungan menunjukkan adanya hubungan negatif dukungan sosial dengan kecemasan komunikasi pada korban perundungan. Artinya semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah kecemasan komunikasi, begitu pun sebaliknya.</p>	<p>Kecemasan Komunikasi; Dukungan Sosial; Korban Perundungan</p>

Copyright (c) Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi

Korespondensi:

Natasha Chung

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman

Email: nathxchung@gmail.com



LATAR BELAKANG

Perundungan telah menjadi permasalahan yang sudah lama terjadi di Indonesia. Komisi Perlindungan Anak Indonesia atau KPAI telah merangkum data jumlah pengaduan kasus perundungan yang terjadi di dunia pendidikan khususnya kejadian perundungan yang berlangsung di sekolah dari tahun 2011-2020 berjumlah 1.501 kasus (KPAI, 2020). Kasus perundungan tingkat provinsi dari rangkuman lembaga BPPKB Kalimantan Timur menunjukkan adanya 457 kasus pelecehan seksual dan kekerasan pada anak yang diantaranya juga termasuk kasus perundungan pada tahun 2015 (Susanti et al., 2018). Sementara itu, pelaku terbanyak dari telusur kasus perundungan dengan teknik pemetaan oleh peneliti Fakultas Kesehatan Masyarakat terdapat pada wilayah Samarinda hanya dari tingkat sekolah dasar telah mencetak angka 544 pelaku perundungan (Susanti et al., 2018). Hal ini menunjukkan adanya jumlah lebih dari tingkat menengah pertama dan menengah atas yang belum terdata atau melaporkan kasus tersebut.

Menurut Aziz (2015), dampak pada korban perundungan adalah korban mengalami ketidakberdayaan dan munculnya kecemasan. Menurut Pambudhi & Suroso (2015), gejala kecemasan dalam dunia psikologi klinis memunculkan tiga gejala, yaitu gejala fisik, gejala perilaku dan gejala kognitif. Pertama, gejala fisik menimbulkan reaksi tubuh bergetar, berkeringat dan jantung berdetak tidak biasa. Kedua, gejala perilaku yang memunculkan perilaku perhindaran dan syok atau mengalami guncangan. Ketiga, gejala kognitif dimana ada perasaan gelisah, ketakutan dan kekhawatiran berlebihan yang berasal dari pikiran-pikiran prediksi akan waktu yang mendatang.

Kecemasan umumnya timbul sebagai reaksi ketegangan mental atas ketidakmampuan diri dalam menghadapi tantangan dan situasi sehingga perilaku yang timbul cenderung menghindari situasi pencetus cemas (Rochman dalam Bachry &

Annatagia, 2019). Ketidakberdayaan dan kecemasan yang dialami oleh korban perundungan merupakan gejala-gejala kecemasan sehingga menunjukkan adanya perubahan perilaku salah satunya dalam hal komunikasi. Penelitian oleh (Sekarningtyas & Sunarto, 2015) menunjukkan adanya perubahan pola komunikasi pada korban perundungan dari komunikasi efektif menjadi tidak efektif. Tanda-tanda bahwa komunikasi tidak efektif menurut Rakhmat (2008) adalah menimbulkan salah pengertian, perasaan sedih, hubungan sosial buruk atas perilaku penghindaran sehingga mempengaruhi keputusan seseorang dalam hidupnya.

Pada kenyataan yang ada, komunikasi yang efektif tidak dapat dicapai oleh para korban perundungan sehingga adanya hambatan dalam berkomunikasi. Menurut Burgoon & Ruffner (dalam Fathunnisa, 2012), kecemasan komunikasi disebabkan oleh adanya ketakutan, kecemasan dan kegelisahan yang tercipta akibat keterbatasan fisik, kemampuan komunikasi yang rendah dari peristiwa traumatik. Padahal Erozkhan (2013) menguraikan besarnya fungsi komunikasi sebagai pembentuk hubungan antar pribadi, penjas emosi dan sebagai salah satu penentu kualitas hidup seseorang bagi diri sendiri dan orang lain. Ribuan korban perundungan seharusnya menjadi perhatian karena korban perundungan sulit bersosialisasi dan mengalami depresi akibat kecemasan komunikasi (Putri & Silalahi, 2017).

Wahyuni (2013) menjelaskan bahwa individu yang mengalami rasa cemas dalam proses komunikasi akan menarik diri dari lingkup sosial, berusaha sekecil mungkin untuk berkomunikasi, dan hanya akan komunikasi apabila terdesak saja. Jika terpaksa berkomunikasi, pembicaraannya seringkali tidak relevan. Menurut Rakhmat (2008), individu yang mengalami kecemasan dalam berkomunikasi cenderung tidak dianggap menarik oleh orang lain dan kurang kredibel. Tentunya kemampuan untuk tidak cemas saat berkomunikasi dalam lingkup sosial dan situasi

yang membutuhkan komunikasi sangat penting agar dapat mengoptimalkan dan memberdayakan dirinya dengan komunikasi sehingga dapat mengaktualisasi diri sebagai kebutuhan setiap individu (Maslow dalam Mardison & Permatasari, 2017).

Hasil survei terkait kecemasan komunikasi pada korban perundungan (secara

verbal maupun nonverbal) yang dilakukan peneliti terdapat pada tabel 1 dibawah ini dengan pernyataan survei berpatokan pada aspek-aspek kecemasan komunikasi oleh McCroskey (dalam Suhartono & Herdiana, 2017).

Tabel 1. Hasil Survei Kecemasan Komunikasi Pada Korban Perundungan

Aspek	Frekuensi (Ya)	Frekuensi (Tidak)
Disrupsi	24 (83,3%)	61 (6,7%)
Penghindaran	19 (63,3%)	11 (36,7%)
Tidak terkendali	17 (56,7%)	13 (43,3%)
Penarikan diri	13 (43,3%)	17 (56,7%)
Total Presentase	61,65%	38,35%

Hasil survei menunjukkan bahwa 61,75% dari seluruh responden korban perundungan mengalami kecemasan komunikasi. Korban perundungan mengalami kecemasan komunikasi yang sangat tinggi akan sulit berinteraksi dan memiliki ketakutan serta kecemasan terhadap lingkungan sosial yang menuntut interaksi (Porhola et al., 2019). Penelitian Khoirunnisa et al. (2018) terkait kecemasan pada korban perundungan berusia 16-18 tahun sebesar 61% dari 155 responden mengalami kecemasan berat dan 34% mengalami kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif antara tindakan bullying dengan tingkat kecemasan pada korban bullying.

Pada penelitian sebelumnya oleh Indirawisadi & Supriyadi (2020), ditemukan bahwa dukungan sosial berperan menurunkan kecemasan komunikasi orang tuli yang biasanya mengalami perundungan dengan nilai signifikan sebesar 0,000 yang menunjukkan adanya hubungan. Penelitian ini dilakukan di Denpasar dengan kriteria subjek usia 17-31 tahun tuna rungu. Berdasarkan hasil deskriptif, subjek tuna rungu mengalami kecemasan komunikasi yang rendah namun, memiliki dukungan sosial yang tinggi. Pada hasil koefisien beta unstandarisasi, dukungan sosial hanya menghasilkan nilai -0,038 dan variabel lainnya yaitu kepercayaan diri sebesar -0,609.

Penelitian lain yang dilakukan pada 81 remaja dari 3 panti asuhan berumur 15-19 tahun oleh Alwi, et. al. (dalam Sunardi, 2010). Penelitian yang dilakukan di Bandung ini, menunjukkan bahwa efikasi dan dukungan sosial secara bersama-sama merupakan prediktor pada kecemasan berbicara di muka umum sebesar 25,3%. Hal ini membuktikan bahwa semakin banyak dukungan sosial dari lingkup sosial individu dapat menurunkan derajat kecemasan saat berkomunikasi seperti dalam penelitian.

Wang et al. (2015), ditemukan bahwa adanya korelasi negatif dari dukungan sosial secara umum pada kecemasan dengan sumbangan sebesar 55%. Penelitian ini dilakukan di Shanghai dengan 107 pasien dengan diagnosa memiliki kecemasan dan 80 mahasiswa tidak mengalami kecemasan sebagai grup kontrol. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa remaja yang mengalami kecemasan dan kesulitan berinteraksi memiliki keberfungsian keluarga yang kurang. Selain itu, ditemukan kaitan erat antara dukungan sosial, kualitas hidup dan kecemasan.

Ketiga penelitian sebelumnya menggunakan variabel dukungan sosial sebagai prediktor kecemasan tertentu. Hal ini menjadi menarik untuk menjadikan dukungan sosial sebagai prediktor kecemasan komunikasi pada korban perundungan. Dukungan sosial

adalah pemberian dorongan oleh orang disekitar sehingga individu dapat merasa dihargai, dicintai dan memiliki kualitas hidup yang baik (King, 2013).

Eksperimen oleh Thorsteinsson pada 60 orang dengan rentang umur 18-31 tahun, ditemukan bahwa dukungan sosial memberi kontribusi reaksi positif kardiovastikular dan kortisol saat menghadapi situasi pemicu stress dan cemas. Hasil lain bahwa dukungan sosial dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik sehingga detak jantung bekerja tenang saat menghadapi tantangan seperti kecemasan, stress bekerja, public speaking, dan mental aritmatika serta situasi cemas lainnya (Thorsteinsson et al., 2011). Penelitian lain terkait hubungan dukungan sosial kepada para korban perundungan oleh Matsunaga (2011) dengan 448 responden usia dibawah 20 tahun. Hasil menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial terhadap korban perundungan yang dimana bentuk dukungan sosial berupa perhatian, relasi emosional dan penghargaan kepada korban akan memberikan dampak positif dalam perilaku dan psikologis korban perundungan (Matsunaga, 2011).

Hasil survei prevalensi korban perundungan terkait hubungan teman terdekat oleh Habibie (2019) menunjukkan bahwa korban yang tidak memiliki teman kemungkinan 1.2 kali menjadi korban perundungan. Selain itu, korban perundungan yang tidak memiliki teman terdekat akan merasa kesepian 2.2 kali lebih besar daripada korban yang memiliki teman terdekat (Habibie, 2019). Studi terkait keterlibatan orang tua terhadap kesehatan mental korban perundungan oleh Abdirahman et al. (2012) bahwa 25% korban merasakan kesedihan, 15% berpikiran bunuh diri dan 10% merasakan kesepian dan kecemasan. Namun, korban yang memiliki keterlibatan orang tua cenderung meminimalisir gangguan mental dan memilih untuk melaporkan kasus perundungan.

Keunikan pada penelitian ini dengan penelitian yang telah diteliti adalah variabel, fenomena dan subjek yang dituju. Pertama,

penelitian oleh Khoirunnisa & Ariati (2015) dengan variabel dukungan sosial dan kecemasan menghadapi dunia kerja. Subyek dalam penelitian adalah 286 mahasiswa dengan teknik cluster propotional sampling. Kedua, penelitian oleh Ningrum & Sukmayanti (2014) dengan variabel persepsi dukungan sosial dan kemampuan komunikasi interpersonal. Subyek dalam penelitian adalah 83 subjek pasien tuberkulosis paru. Ketiga, penelitian oleh Indirawisadi & Supriyadi (2020) dengan variabel peran kepercayaan diri dan dukungan sosial terhadap kecemasan komunikasi. Subyek dalam penelitian ini adalah 50 orang tuli dengan teknik purposive sampling.

Dari uraian fenomena-fenomena di atas yang menjadi latar belakang peneliti untuk meneliti dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Komunikasi Pada Korban Perundungan di Samarinda”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat ada tidaknya hubungan antar variabel dan bagaimana kontribusi variabel dukungan sosial terhadap variabel kecemasan komunikasi. Pada akhirnya, penelitian ingin memberikan kontribusi bagi korban perundungan yang mengalami kecemasan komunikasi dan bagaimana bentuk dukungan sosial yang harus dipenuhi lingkup sosial korban perundungan.

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini mengaplikasikan metode penelitian kuantitatif korelasional. Menurut Sugiyono (2012), definisi dari penelitian korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan di antar variabel.

Sampel Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah korban perundungan di Kota Samarinda sebanyak 106 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah nonprobability sampling yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang/kesempatan yang sama bagi setiap

unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Untuk pengambilan sampelnya ditentukan dengan purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel dengan berdasarkan kriteria-kriteria atau pertimbangan (Sugiyono, 2018). Kriteria sampel adalah berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, mengalami kecemasan komunikasi, usia 12-18 tahun, dan berdomisili di Samarinda.

Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan skala dengan tipe jenis likert yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2018). Skala disusun menggunakan bentuk likert memiliki empat alternatif jawaban. Skala tersebut dikelompokkan dalam pernyataan favorable dan unfavorable dengan empat alternatif jawaban.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala kecemasan komunikasi yang terdiri dari 32 aitem yang merupakan hasil modifikasi dari skala *The Personal Report of Communication Apprehension-24 Items Version (PRCA-24)* oleh Aisyah, dkk (2019). Aitem-aitem berbentuk pernyataan terkait kecemasan komunikasi yang dialami pada beberapa situasi korban perundungan, seperti "Saya gelisah ketika berbicara dengan orang baru yang bersikap seperti orang yang pernah membully saya". Skala kecemasan komunikasi menghasilkan nilai reliabilitas sebesar $0.918 > 0.700$ sehingga dapat dinyatakan memenuhi kaidah reliabel.

Skala dukungan sosial yang terdiri dari 32 aitem yang telah dimodifikasi dari skala *2-Way Social Support Scale (2-Way SSS)* yang dikembangkan oleh Shakespeare & Obst (2011). Aitem-aitem dalam skala dukungan sosial berbentuk pernyataan terkait dukungan sosial yang dimiliki oleh korban perundungan, seperti "Keluarga rutin menelepon untuk melatih komunikasi saya". Skala dukungan sosial menghasilkan nilai reliabilitas sebesar $0.949 >$

0.700 dapat dinyatakan memenuhi kaidah reliabel.

Jumlah aitem yang dianalisis pada skala kecemasan komunikasi sebanyak 32 aitem dan tidak ada aitem yang dinyatakan gugur. Sedangkan skala dukungan sosial terdapat 1 aitem yang dikeluarkan dari 32 aitem karena gugur dari uji validitas aitem.

Teknik Analisa Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian yaitu teknik uji korelasi kendal's tau_b. dengan menggunakan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi terdiri dari normalitas dan linearitas.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Aspek	Usia	Frekuensi	Presentase
Usia	18 Tahun	68	64.2%
	17 Tahun	9	8.5%
	16 Tahun	9	8.5%
	15 Tahun	7	6.6%
	14 Tahun	7	6.6%
	13 Tahun	4	3.8%
	12 Tahun	2	1.9%
Jumlah		106	100%

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini yaitu korban perundungan usia remaja akhir di Kota Samarinda dengan usia 18 tahun yaitu 68 sampel dengan presentase 64.2%.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	31	29.2
2	Perempuan	75	70.8
	Total	106	100

Berdasarkan tabel 3 di atas, maka dapat dilihat bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini adalah korban perundungan dengan jenis kelamin perempuan dengan

persentase sebanyak 70.8% dengan frekuensi 75 subjek dan laki-laki dengan persentase 29.2% dengan frekuensi 31. Hal ini menunjukkan bahwa di Kota Samarinda yang menjadi subjek dalam penelitian ini didominasi oleh subjek yang berjenis kelamin perempuan dengan persentase sebesar 70.8 % dan berfrekuensi 75 subjek.

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Status Bekerja

Status	Frekuensi	Persentase
Pelajar	31	29.2%
Mahasiswa	64	60.4%
Mahasiswa dan Bekerja	11	10.4%
Total	150	100

Berdasarkan tabel 4 di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini adalah dengan status bekerja mahasiswa dengan total 64 sampel dan sebesar 60.4%.

Tabel 5. Karakteristik Sampel Berdasarkan Jenis Perundungan

Jenis Perundungan	Frekuensi	Persentase
Verbal	104	98.1%
Fisik	5	4.7%
Psikologis	31	29.2%

Berdasarkan tabel 5 di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini adalah subjek dengan jenis perundungan verbal dengan frekuensi 104 sampel dan presentase sebesar 98.1%.

Tabel 6. Karakteristik Sampel Berdasarkan Lama Perundungan

Lama Perundungan	Frekuensi	Persentase
1-3 Bulan	48	45.3%
1-6 Bulan	37	34.9%
12 Bulan	7	6.6%
2 Tahun	6	5.7%
3 Tahun	2	1.9%
4 Tahun	1	0.9%
5 Tahun	2	1.9%
>5 Tahun	3	2.8%
Jumlah	106	100%

Berdasarkan tabel 6 di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini adalah subjek dengan durasi

perundungan yang dialami dalam jangka 1-3 bulan dengan frekuensi 48 sampel dan presentase sebesar 45.3.

Tabel 7. Rerata Empirik dan Rerata Hipotetik

Variabel	Rerata Empirik	SD Empirik	Rerata Hipotetik	S Hipotetik	Status
Kecemasan Komunikasi	97.39	12.116	80	16	Tinggi
Dukungan Sosial	62.34	14.950	80	16	Rendah

Berdasarkan tabel 7 di atas, diketahui bahwa deskripsi atau gambaran variabel kecemasan komunikasi korban perundungan memiliki status dalam kategori tinggi. Sedangkan hasil deskripsi variabel dukungan sosial korban perundungan memiliki status

dalam kategori rendah. Hal tersebut didapat berdasarkan kaidah-kaidah bahwa nilai rerata empirik lebih tinggi dibanding rerata hipotetik dikatakan tinggi. Sedangkan jika berdasarkan nilai rerata empirik lebih rendah dibanding rerata hipotetik dikatakan rendah.

Hasil Uji Asumsi

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogrov-Smirnov Z	P	Keterangan
Kecemasan Komunikasi	0.091	0.029	Tidak Normal
Dukungan Sosial	0.165	0.000	Tidak Normal

Berdasarkan table 8 di atas, uji asumsi variabel terikat kebermaknaan hidup serta variabel bebas religiusitas mendapatkan nilai yang tidak memenuhi kaidah normalitas. Artinya setiap variabel yang memiliki data yang

berdistribusi tidak normal akan dianalisis secara non-parametrik karena belum memenuhi syarat atas asumsi normalitas sebaran data penelitian.

Tabel 9. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F Hitung	F Tabel	P	Keterangan
Kecemasan Komunikasi-Dukungan Sosial	2.904	3.93	0.000	Tidak Linear

Berdasarkan table 9 di atas, variabel dukungan sosial dengan kecemasan komunikasi memiliki hubungan yang tidak

linier. Hal tersebut diketahui atas kaidah linearitas nilai F hitung < F tabel dan nilai p < 0.05.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 10. Hasil Uji Korelasi Kendal Tau_b

Variabel	r hitung	r table	Sig
Dukungan sosial – Kecemasan Komunikasi	0,683	0,190	0,000

Berdasarkan hasil uji asumsi korelasi Kendal Tau_b, maka terdapat korelasi atau hubungan signifikan antara tingkat dukungan sosial dengan kecemasan komunikasi memiliki hubungan pada korban perundungan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini adalah H1 diterima dan Ho ditolak. Artinya, terdapat hubungan antara variabel dukungan sosial dengan variabel kecemasan komunikasi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan adalah terdapat hubungan negatif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan komunikasi pada korban perundungan di kota Samarinda. Hasil tersebut didapatkan dari koefisiensi uji korelasi *kendall's tau b* sebesar -0.683 dan nilai taraf signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$, maka nilai negatif

menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan komunikasi yang tidak searah. Artinya jika dukungan sosial tinggi maka kecemasan komunikasi pada korban perundungan rendah. Sebaliknya, jika dukungan sosial rendah maka kecemasan komunikasi pada korban perundungan tinggi. Pada nilai r hitung sebesar 0.683 bermakna variabel dukungan sosial memberikan kontribusi pengaruh sebesar 68.3 persen terhadap variabel kecemasan komunikasi. Sisa dari 42.8 persen, yaitu sebesar 31,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada di dalam penelitian ini.

Pada penelitian sebelumnya oleh Indirawisadi & Supriyadi (2020), ditemukan bahwa adanya peran dukungan sosial menurunkan kecemasan komunikasi, dukungan sosial hanya menghasilkan nilai koefisien -0,038, namun penelitian ini dukungan sosial menghasilkan nilai -0,683.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Alwi, dalam Sunardi (2010), hasil menunjukkan bahwa efikasi dan dukungan sosial secara bersama-sama merupakan prediktor pada kecemasan berbicara di muka umum sebesar 25,3%. Namun, hasil penelitian ini, dukungan sosial secara mandiri berkontribusi sebesar 68,3%.

Kaitan hubungan kedua variabel dalam penelitian ini dapat dijelaskan dengan faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya kecemasan komunikasi. Dari enam faktor kecemasan komunikasi, terdapat dua faktor yang bersangkutan dengan variabel dukungan sosial. Faktor tersebut adalah faktor lingkungan dan faktor *reinforcement* atau penghargaan (Suhartono & Herdiana, 2017). Oleh karena itu, faktor lingkungan menjadi salah satu kontributor tinggi rendahnya kecemasan komunikasi pada korban perundungan. Menurut Sarafino (2011), dalam dukungan sosial terdapat aspek penghargaan yang didapatkan dari lingkungan individu. Kaitan antar faktor dan aspek dari kedua variabel dapat menjelaskan adanya hubungan antara keduanya dan ditambah dari hasil penelitian bahwa adanya hubungan antar variabel.

Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah diteliti oleh penelitian lain dengan variabel kecemasan dan dukungan sosial sebagai variabel kontributor. Secara umum, ditemukan korelasi negatif dari dukungan sosial pada kecemasan dengan sumbangan sebesar 55% (Wang et al., 2015). Dalam dunia medis, hubungan dukungan sosial dan kecemasan sebesar 11% dan depresi sebesar 37% pada penderita silikosis (Han et al., 2014). Dalam bidang akademis, adanya kontribusi dukungan sosial sebesar 33% pada kecemasan menghadapi ujian siswa SMA (Lastina & Abidin, 2013). Penelitian dalam kancah psikologi, dukungan sosial berkontribusi 24% terhadap kecemasan interaksi sosial pada pasien gangguan makan usia 17-20 tahun (Wonderlich-tierney & Wal, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan hubungan korelasi yang kuat dimana 0.683 termasuk dalam interval tingkat keeratan hubungan kuat (0.51 – 0.75). Hal ini dapat dilatarbelakangi oleh beberapa faktor seperti demografis dan karakteristik sampel yang terkumpul saat pengambilan data. Pertama dilihat dari demografis sampel. Berdasarkan usia, penelitian ini didominasi oleh usia 18 tahun. Menurut Erikson (dalam Khoirunnisa et al., 2018), mengungkapkan bahwa usia remaja 12-18 tahun membutuhkan hubungan pertemanan sebayanya sehingga konformitas kelompok menjadi penting bagi remaja. Hal ini dapat dilihat bahwa mayoritas sampel berstatus mahasiswa. Lingkup pertemanan menjadi pengaruh psikologis bagi remaja.

Berdasarkan jenis kelamin, penelitian ini didominasi oleh perempuan. Penelitian oleh Umara et al. (2020), perempuan cenderung menjadi korban perundungan karena perempuan memiliki stigma lemah ditengah masyarakat. Selain itu, pada penelitian ini korban lebih banyak mengalami perundungan secara verbal. Menurut Sari & Azwar (2017), perundungan secara verbal cenderung banyak karena dapat dialami oleh siapapun terlepas dari jenis kelamin dan usia. Penelitian Kardiana & Westa (2015) juga menunjukkan bahwa perempuan lebih sering mengalami perundungan secara verbal. Perempuan lebih melibatkan perasaan dan harga diri pada hubungan sosial yang melibatkan verbal dalam membangun hubungan bahkan menjadi senjata persaingan (Kaltiala-heino & Fröjd, 2011).

Hasil pengumpulan sampel yang berdasarkan durasi lama perundungan yang dialami, data menunjukkan bahwa kebanyakan korban perundungan mengalami peristiwa perundungan selama 1-3 bulan. Durasi perundungan mempengaruhi besar dampak yang akan dialami korban. Penelitian oleh Kardiana & Westa (2015), didapatkan sampel dengan intensitas perundungan sedang mengalami depresi sedang sebanyak 66%. Artinya sampel dengan frekuensi perundungan

selama 1-3 bulan seharusnya memiliki kecemasan komunikasi yang ringan. Namun, dari uji deskriptif terlihat mayoritas sampel mengalami kecemasan komunikasi yang cukup tinggi dengan durasi perundungan yang singkat.

Hal ini tentu tidak hanya dipengaruhi dari kuantitas, namun kualitas perundungan yang diterima korban. Pada penelitian oleh Latifah (2018), korban mengalami perundungan secara verbal sebesar 71 persen. Konotasi perundungan verbal antara lain ancaman, hinaan, bentakan dan cacian. Dari perundungan verbal tersebut didapatkan korban tidak suka dengan teman 59 persen, suka menyendiri 31 persen, merasa tidak pantas berteman 32 persen dan tidak nyaman dengan lingkungan 37 persen (Latifah, 2018). Sejalan dengan penelitian Mettha (dalam Kardiana & Westa, 2015), bahwa perundungan verbal berhubungan kuat dengan timbulnya depresi ringan hingga berat pada remaja.

Berdasarkan dari uji deskriptif yang menunjukkan 55% kondisi sampel korban perundungan secara umum memiliki tingkat kecemasan komunikasi yang tinggi. Korban perundungan secara verbal lebih banyak merasakan dampak psikologis seperti rendah diri, kesal, kehilangan percaya diri, sedih dan tertekan (Rizqi & Inayati, 2019). Sejalan dengan Prasetyo (2011), korban perundungan secara verbal mengalami dampak psikologis yang tidak disadari dan cenderung tidak terlihat karena proses kemunculan gejala kecemasan dan depresif yang terjadi sangat perlahan.

Menurut Sunardi (2010), simtom-simtom kecemasan adalah keadaan tidak nyaman dan tidak menyenangkan secara emosi pada sumber (objek atau situasi) yang dipersepsikan individu sebagai ancaman bagi dirinya yang bersifat subjektif dengan memunculkan rasa takut, khawatir dan gelisah sebagai akibat dari penilaian yang irasional berlebihan. Bila tidak diintervensi maka akan menyebabkan gangguan fungsi fisiologis dan psikologis (Sunardi, 2010). Karakteristik dari gejala kecemasan komunikasi antara lain sulit

bersosialisasi dengan nyaman, tidak mampu menjadi mediator kelompok, menyukai individualitas, tidak ingin berkomunikasi verbal dan non verbal dan tidak asertif dalam hubungan (Umara et al., 2020).

Selaras dengan hasil *screening* penelitian ini bahwa terdapat 57% sampel tidak nyaman dengan kelompok, sebesar 93% merasa gelisah menerima tugas presentasi, sebesar 82% menghindari percakapan dengan orang baru, 68% sulit mengutarakan pendapat, dan terdapat 57% menarik diri dari kelompok. Hasil ini menunjukkan adanya perilaku kecemasan komunikasi yang dialami korban perundungan. Respon-respon baik fisik, psikologis, kognitif dan perilaku ditampilkan sebagai akibat dari perundungan yang dialami. Menurut Zakiyah et al. (2018), korban menunjukkan tanda negatif dari perundungan yang diterima jika dilihat dari kekurangan dalam kemandirian emosional, sulit mengambil resiko, proses kognitif yang irasional dan proses menerima kegagalan yang kurang.

Sejalan dengan Burgoon dan Ruffner (dalam Anggraini et al., 2017), simtom-simtom kecemasan komunikasi adalah *unwillingness*, *avoiding* dan *control*. *Unwillingness* adalah gejala ketidakinginan untuk berkomunikasi akibat adanya rasa tidak nyaman, gelisah dan suasana emosi tidak stabil. *Avoiding* adalah perilaku penghindaran dari keterlibatan diri dalam komunikasi. *Control* adalah rendahnya kemampuan untuk mengendalikan situasi komunikasi.

Pada penelitian ini menggunakan teori kecemasan komunikasi dari McCroskey. Pada teori McCroskey, terdapat empat ciri kecemasan komunikasi, yaitu adanya disrupsi, penghindaran situasi komunikasi, penarikan diri dari lingkup komunikasi serta pengendalian komunikasi (dalam Suhartono & Herdiana, 2017).

Kecemasan komunikasi ini akan mempengaruhi cara individu dalam menghadapi situasi komunikasi yang mengancam dirinya seperti situasi diskusi, berpendapat, presentasi maupun

interpersonal (Suhartono & Herdiana, 2017). Saat berada dalam situasi komunikasi lebih menutup diri daripada menjadi aktif. Selain itu, pengalaman tidak menyenangkan akan memicu kecemasan sehingga berkurang kemampuan pengendalian diri terhadap komunikasi sehingga adanya penarikan diri. Adanya faktor lingkungan yang mengakibatkan sulitnya menyesuaikan diri, member reaksi pada lawan bicara yang berbeda-beda (Sunardi, 2010).

Berdasarkan uji deskriptif dukungan sosial, 50% sampel berada pada dukungan sosial yang rendah. Hal ini karena sampel secara umum belum memiliki lingkungan sosial yang mendukung sampel secara efektif sehingga memiliki masalah kecemasan yang dialami. Padahal dukungan sosial merupakan langkah yang penting untuk mengatasi dampak psikologis korban perundungan (Rizqi & Inayati, 2019). Dukungan sosial menjadi faktor pendukung terpenuhinya tugas perkembangan remaja korban perundungan (Zakiyah et al., 2018). Kebutuhan akan dukungan sosial pada remaja sangat diperlukan karena *Prefrontal Cortex* pada remaja belum terbentuk sempurna (Siregar, 2018). *Prefrontal Cortex* memiliki fungsi berpikir dalam sadar, logika, pengambilan keputusan dan bernalar (Siregar, 2018).

Sejalan dengan Han et al. (2014), dukungan sosial dapat melepaskan stress berat. Dengan dukungan sosial, individu mampu mengurangi rasa tidak ada harapan sehingga memunculkan bentuk strategi koping yang efektif saat menghadapi situasi tidak menyenangkan (Han et al., 2014). Namun, tidak banyak sampel mendapatkan dukungan sosial yang dibutuhkan. Sebanyak 50 persen (53 sampel) memiliki dukungan sosial yang rendah. Hasil screening tambahan menunjukkan bahwa 51,9 persen lingkup sosial sampel tidak memberi kenyamanan saat berada dalam tekanan. Padahal individu yang memiliki hubungan sosial akan merasakan adanya pendampingan saat menghadapi masalah (Sarafino, 2011).

Berdasarkan pembahasan diatas maka terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan komunikasi pada korban perundungan di Samarinda.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan komunikasi pada korban perundungan di kota Samarinda. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut. Pertama, bagi korban perundungan:

1. Meningkatkan inisiatif mencari dukungan dari keluarga, teman dan kerabat dalam hal cara-cara meningkatkan kemampuan komunikasi.
2. Mencari informasi pelatihan kemampuan komunikasi di media sosial atau surat kabar, melengkapi diri dengan bantuan perangkat atau media komunikasi seperti pelatihan melalui konten komunikasi di *Youtube* dan *Podcast*.
3. Meminta bantuan dari orang terdekat untuk rutin bertukar bicara.
4. Lebih membuka diri untuk menjalin relasi, bekerjasama dengan orang lain dan berupaya mengapresiasi diri dengan cara menghadiri acara, berpartisipasi dalam kepanitiaan dan berlatih memberi apresiasi sederhana dalam percakapan dengan orang lain.
5. Jika tidak kunjung menemukan perkembangan maka dapat mencari bantuan psikolog profesional.

Kedua, Bagi keluarga, teman dan kerabat korban perundungan:

1. Berinisiatif memberikan informasi terkait bagaimana mengatasi kecemasan komunikasi pada korban perundungan.
2. Pendampingan secara emosional berupa mendengarkan saat korban berbicara, memberi dukungan jika korban berkompetisi dan apresiasi setiap

pencapaian korban oleh keluarga dan teman korban.

3. Menjadi pendengar yang baik dengan menunggu lawan bicara selesai menyampaikan topiknya, menghindari argumen atau debat, tidak meremehkan pendapat lawan bicara dan memberikan perhatian dengan menatap lawan bicara.
4. Memberi hadiah, memberikan kata-kata motivasi, menghabiskan waktu bersama, memberi catatan kecil dan memberikan tepukan lembut dibahu ataupun pelukan.
5. Memberi bantuan biaya pelatihan komunikasi, dan kesediaan melatih komunikasi dengan korban.
6. Keluarga, teman dan kerabat juga dapat mengarahkan korban untuk mencari pertolongan pada psikolog dan ahli profesional lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdirahman, H., Bah, T., Shrestha, H., & Jacobsen, K. (2012). Bullying, mental health, and parental involvement among adolescents in the caribbean. *West Indian Med*, 61(5), 504-512. DOI: <https://doi:10.7727/wimj.2012.212>.
- Aisyah, C., Natalya, L., & Surijah, E. (2019). McCroskey I. communication apprehension: evaluation of use of the indonesian language version of the PRCA-24. *ANIMA Indones Psychol Journal*, 35(1), 85-103. DOI: <https://doi.org/10.24123/aipj.v35i1.2884>
- Anggraini, Y., Syaf, A., & Murni, A. (2017). Hubungan antara berpikir positif dengan kecemasan komunikasi pada mahasiswa. *Psychopolytan*, 1(1), 31-38. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/psi/article/view/331>
- Aryadillah. (2017). Kecemasan dalam public speaking (studi kasus pada presentasi makalah mahasiswa). *Jurnal Cakrawala*, 17(2), 198-206. <http://ejournalbsi.ac.id/ejurnal/index.php/cakrawala/article/view/2588/1796>
- Aziz, A. (2015). Efektivitas pelatihan asertivitas untuk meningkatkan perilaku asertif siswa korban bullying. *Jurnal Konseling dan Pendidik*, 3(2), 8-14. <http://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/25>
- Azwar, S. (2016). Reliabilitas dan validitas aitem. *Buletin Psikologi*, 3(1), 19-26. DOI: <https://doi:10.22146/bpsi.13381>
- Bachry, P., & Annatagia L. (2019). Support group therapy untuk menurunkan kecemasan pada siswa yang mengalami bullying. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 4(1), 89-96. <https://jurnal.ipkindonesia.or.id/index.php/jpki/article/view/jpki-4-1-2019-89>
- Erozkan, A. (2013). The effect of communication skills and interpersonal problem solving skills on social self-efficacy. *Education Science*, 13(2), 739-745. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1017303.pdf>
- Fathunnisa, A. (2012). Pengaruh penyesuaian diri terhadap kecemasan komunikasi interpersonal pada remaja di panti asuhan muslimin. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 1(1), 135-142. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jpp/article/view/344>
- Han, B., et al. (2014). The Influence of the Social Support on Symptoms of Anxiety and Depression among Patients with Silicosis. *Science World Journal*, 1(1), 1-6. DOI: <https://doi:10.1155/2014/724804>
- Indirawisadi, N., & Supriyadi. (2020). Peran kepercayaan diri dan dukungan sosial terhadap kecemasan komunikasi pada orang tuli di Denpasar. *Psikologi Udayana*, 2(1), 49-59. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/63505>
- Kardiana, I. G.S., & Westa, I. W. (2015). Gambaran tingkat depresi terhadap perilaku bullying pada siswa di smp PGRI 2 Denpasar prevalence of depression on bullying among student in junior high

- school PGRI 2 Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 2(6), 1-12. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/13836/0>
- Khoirunnisa, F., & Ariati, J. (2015). Dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa s1 tingkat akhir. *Jurnal Empati*, 4(4), 225-261. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14352>
- Khoirunnisa, M., Maula, L., & Arwen, D. (2018). Hubungan tindakan bullying dengan tingkat kecemasan pada pelajar sekolah menengah kejuruan (SMK) PGRI 1 Tangerang. *JKFT*, 3(1), 59-69. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jkft/article/view/1286>
- King, L. (2013). *Psikologi umum (sebuah pandangan apresiatif): buku 1 terjemahan brian marwendy*. Salemba Humanika.
- Lastina, F., & Abidin, Z. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMAN 2 kota Magelang. *Jurnal Empati*, 2(3), 359-368. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7360>
- Mardison, S., & Permatasari, Y. (2017). Motif rasa aman peserta didik melakukan perilaku bullying di SMPN 1 Painan. *Jurnal Al-Taujih*, 3(2), 78-93. DOI: <https://doi:10.15548/atj.v3i2.534>
- Matsunaga, M. (2011). Underlying circuits of social support for bullied victims: an appraisal-based perspective on supportive communication and postbullying adjustment. *Human Communication Research*, 2(2), 174-206. DOI: <https://doi:10.1111/j.1468-2958.2010.01398.x>
- Meilena, T., & Suryanto. (2015). Self disclosure, perilaku asertif dan kecenderungan terhindar dari tindakan bullying. *Psikologi Indonesia*, 4(2), 208-215. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/download/563/518>
- Ningrum, M., & Sukmayanti, L. (2014). Persepsi dukungan sosial dan kemampuan komunikasi interpersonal pada pasien tuberkulosis paru di denpasar. *Psikologi Udayana*, 2(1), 41-51. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/25125>
- Pambudhi, Y., & Suroso M. (2015). Efektivitas group cognitive behavior therapy (GCBT) dalam menurunkan kecemasan menghadapi pelaku bullying ditinjau dari harga diri pada korban bullying. *Jurnal Ilmu Psikologi Terapan*, 3(1), 18-31. DOI: <https://doi.org/10.22219/jipt.v3i2.2124>
- Porhola, M., Almonkari, M., & Kunttu, K. (2019). Bullying and social anxiety experiences in university learning situations. *Social Education*, 22(1), 723-742. DOI: <https://doi:10.1007/s11218-019-09496-4>
- Putri, O., & Silalahi, B. (2017). Gambaran perilaku bullying pada mahasiswa UMN Alwashliyah. *Edukasi Bimbingan Konseling*, 3(2), 146-157. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/3092>
- Rizqi, H., & Inayati, H. (2019). Dampak psikologis bullying pada remaja. *Wiraja Medical*, 9(1), 31-35. <https://ejournalwiraraja.com/index.php/IK/article/view/694>
- Sari, Y., & Azwar, W. (2017). Fenomena bullying siswa: studi tentang motif perilaku bullying siswa di SMPN 01 Painan, Sumatera Barat. *Pengembangan Masyarakat Islam*, 10(2), 333-367. <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/ijtimaiyya/index>
- Sarwono, J., & Narimawati, U. (2015). *Membuat skripsi, tesis, dan disertasi dengan partial least square sem (pls-sem)*. ANDI.
- Sekarningtyas, P., & Sunarto. (2019). Pengaruh intensitas bullying terhadap pola komunikasi interpersonal pada mahasiswa FISIP UNDIP program studi ilmu komunikasi angkatan 2017. *Ilmu*

- Komunikasi, 1(1), 1-7. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/in-teraksi-online/article/view/23309>
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d*. Alfabeta.
- Suhartono, N., & Herdiana, I. (2017). Hubungan antara self-esteem dengan kecemasan komunikasi public speaking mmahasiswa baru. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 6(1), 1-10. <http://url.unair.ac.id/9a92e446>
- Susanti, R., Ifol, R., & Wulandari, I. (2018). Mapping school bullying pada anak di kota samarinda dengan epi map. *JPH Recode*, 1(2), 89-97. <http://ejournal.unair.ac.id/JPHRECODE>
- Umara, T., Damawanti, E., & Arwansyah, Y. (2020). Dampak verbal bullying terhadap kecerdasan interpersonal siswa kelas ii sd muhammadiyah gendol vi seyegan sleman yogyakarta. *Pendidik Bahasa dan Sastra Indonesia*, 5(1), 35-40. <https://journal.trunojoyo.ac.id/metalingua/article/view/7077>
- Wahyuni, S. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Psikologi. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 50-64. <http://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoborneo/article/view/3519>
- Wang, J., Chen, Y., Tan, C., & Zhao, X. (2015). Family functioning, social support ,and quality of life for patients with anxiety disorder. *Social Psychiatry*, 1(1), 1-7. DOI: <https://doi:10.1177/0020764015584649>
- Zakiah, E., Fedryansyah, M., & Gutama, A. (2018). The impact of bullying againts teen development victims of bullying. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 1(3), 265-279. <https://jurnal.unpad.ac.id/focus/article/view/20502>