



**HUBUNGAN *CYBERBULLYING* DENGAN STRES DAN
KUALITAS TIDUR SAAT PANDEMI COVID-19 PADA
REMAJA DI SMA N 12 KOTA BEKASI**

SKRIPSI

TIYAS PUTRI WIDJAYANTI

1710711144

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2021**



**HUBUNGAN *CYBERBULLYING* DENGAN STRES DAN
KUALITAS TIDUR SAAT PANDEMI COVID-19 PADA
REMAJA DI SMA N 12 KOTA BEKASI**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

TIYAS PUTRI WIDJAYANTI

1710711144

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Tiyas Putri Widjayanti

NRP : 1710711144

Tanggal : 14 Juli 2021

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 14 Juli 2021

Yang Menyatakan,



(Tiyas Putri Widjayanti)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tiyas Putri Widjayanti
NIM : 1710711144
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan *Cyberbullying* dengan Stres dan Kualitas Tidur Saat Pandemi Covid-19 Pada Remaja di SMA N 12 Kota Bekasi.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 14 Juli 2021

Yang menyatakan,



Tiyas Putri Widjayanti

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

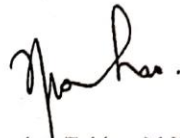
Nama : Tiyas Putri Widjayanti

NIM : 1710711144

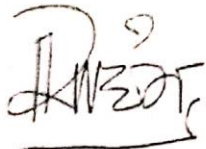
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Judul Skripsi : Hubungan *Cyberbullying* Dengan Stres dan Kualitas Tidur Saat Pandemi Covid 19 pada Remaja Di SMA Negeri 12 Bekasi.

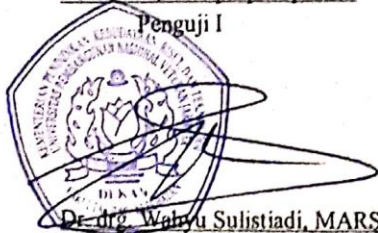
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta



Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J
Ketua Penguji



Ns. Ritanti, M.Kep. Sp. Kep. Kom
Penguji I



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan



Ns. Evin Novianti, M.Kep., Sp.Kep.J
Penguji II (pembimbing)



Ns. Fiora Mallesvita, M.Kep., Sp.Kep. MB
Ka. Progd Keerawatan Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 14 Juli 2021

HUBUNGAN *CYBERBULLYING* DENGAN STRES DAN KUALITAS TIDUR SAAT PANDEMI COVID 19 DI SMAN 12 KOTA BEKASI

Tiyas Putri Widjayanti

Abstrak

Masa pandemi membuat remaja lebih sering mengakses internet sebagai tempat berinteraksi dengan teman sebaya dan belajar, namun internet memiliki dampak negatif jika digunakan oleh orang yang tidak bertanggung jawab sehingga dapat menimbulkan tindakan *cyberbullying*. Remaja yang menjadi korban maupun pelaku *cyberbullying* memiliki dampak yang berpengaruh pada stres dan kualitas tidur. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan *cyberbullying* dengan stres dan kualitas tidur saat pandemi covid 19 pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional dan di analisa menggunakan uji korelasi spearman. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja korban atau pelaku *cyberbullying* di SMAN 12 Bekasi dengan sampel sebanyak 176 siswa yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Cyberbullying and Online Agression Survey Instrument* digunakan untuk perilaku *cyberbullying*, instrumen *Perceived Stress Scale* (PSS-10) digunakan untuk stres yang dirasakan, dan instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk kualitas tidur. Hasil penelitian menemukan adanya hubungan *cyberbullying* dengan stres dan kualitas tidur saat pandemi covid 19 pada remaja di SMAN 12 Bekasi ($p = 0,004$). Implikasi penelitian ini mengetahui hubungan *cyberbullying* dengan stres dan kualitas tidur sebagai upaya promotif terhadap dampak *cyberbullying* bagi kesehatan mental remaja yang mengalami penurunan kualitas tidur dan merasakan stres. Saran penelitian, remaja harus berhati-hati serta bijak dalam menggunakan media sosial dan menghindari perilaku *cyberbullying* yang dapat berdampak pada kesehatan jiwa remaja.

Kata Kunci : *Cyberbullying*, Stres, Kualitas Tidur, Remaja

RELATIONSHIP OF *CYBERBULLYING* WITH STRESS AND SLEEP QUALITY DURING THE COVID-19 PANDEMIC AT SMAN 12 BEKASI

Tiyas Putri Widjayanti

Abstract

The pandemic period makes teenagers more often access the internet as a place to interact with peers and learn, but the internet has a negative impact if used by irresponsible people so that it can lead to cyberbullying. Teenagers who are victims and perpetrators of cyberbullying have an impact on stress and sleep quality. This study aims to determine the relationship of cyberbullying with stress and sleep quality during the COVID-19 pandemic in adolescents. This study uses a descriptive-analytical research method with a cross-sectional approach and is analyzed using the Spearman correlation test. The population in this study were teenage victims or perpetrators of cyberbullying at SMAN 12 Bekasi with a sample of 176 students who were taken using a simple random sampling technique. The instruments used were the Cyberbullying and Online Aggression Survey Instrument used for cyberbullying behavior, the Perceived Stress Scale (PSS-10) instrument was used for perceived stress, and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) instrument was used for sleep quality. The results of the study found that there was a relationship between cyberbullying and stress and sleep quality during the COVID-19 pandemic in adolescents at SMAN 12 Bekasi ($p = 0.004$). The implication of this study is to determine the relationship between cyberbullying and stress and sleep quality as a promotive effort to the impact of cyberbullying on the mental health of adolescents who experience decreased sleep quality and feel stressed. Research advice, teenagers must be careful and wise in using social media and avoid cyberbullying behavior that can have an impact on adolescent mental health.

Keywords : Cyberbullying, Stress, Sleep Quality, Adolescents

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Dalam skripsi ini penulis mengambil judul “Hubungan Cyberbullying Terhadap Stres Dan Kualitas Tidur Saat Pandemi Covid-19 Pada Remaja Di SMA N 12 Kota Bekasi”. Adapun tujuan skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan guna menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Serangkaian perjalanan berliku telah dilalui oleh penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyampaikan terima kasih kepada kepada Dr. Erna Hernawati, AK, CPMA, CA selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Dr. Drg Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Wiwin Winarti, S.Kep, M.Epid, M.N selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Fiora Ladesvita, M.Kep.,Sp.Kep.MB selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan, serta Kepala Sekolah SMAN 12 Bekasi.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Ns. Evin Novianti, M.Kep. Sp.Kep.J serta Ibu Ns. Ritanti, S.Kep,M.Kep,Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing yang telah sabar dalam membimbing dan mendidik dalam proses penyusunan skripsi. Disamping itu, ucapan terimakasih juga saya sampaikan kepada kedua orangtua yang tiada hentinya selalu mendukung secara moril dan materil serta mendoakan penulis.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada teman-teman satu bimbingan peminatan keperawatan jiwa yang selalu membantu dan menyemangati satu sama lain, teman-teman S1 keperawatan serta pihak-pihak yang membantu dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih untuk keluarga saya di Badan Eksekutif Mahasiswa Universitas 2019 Kabinet Astha Brata yang selalu memberi semangat serta dukungan sampai saat ini.

Jakarta, 14 Juli 2021

Penulis

Tiyas Putri Widjayanti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	8
I.3 Tujuan Penelitian	10
I.4 Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
II.1 Konsep <i>Cyberbullying</i>	12
II.2 Konsep Stres	17
II.3 Konsep Tidur	21
II.4 Kerangka Teori	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
III.1 Kerangka Konsep Penelitian.....	28
III.2 Variabel Penelitian.....	28
III.3 Hipotesis Penelitian	29
III.4 Definisi Operasional	30
III.5 Desain Penelitian	31
III.6 Populasi dan Sampel.....	32
III.7 Teknik Sampling.....	33
III.8. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
III.9 Metode Pengumpulan Data.....	35
III.10 Etika Penelitian	36
III.11 Instrumen Penelitian	37
III.12 Validitas dan Reabilitas	40
III.13 Pengolahan Data	43
III.14 Analisa Data.....	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
IV.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	48
IV.2 Proses Penelitian.....	48

IV.3 Uji Normalitas	49
IV.4 Analisa Univariat	49
IV.5 Analisa Bivariat	55
IV.6 Keterbatasan Penelitian	59
BAB V PENUTUP.....	60
V.1 Kesimpulan	60
V.2 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional	30
Tabel 2	Kisi-kisi Kuesioner Perlakuan Cyberbullying	38
Tabel 3	Kisi-kisi Variabel Stres PSS-10.....	39
Tabel 4	Kisi-kisi Variabel Kualitas Tidur PSQI.....	40
Tabel 5	Reliabilitas Nilai Alpha	42
Tabel 6	Analisa Univariat	44
Tabel 7	Analisa Bivariat	46
Tabel 8	Uji Normalitas Data Cyberbullying, Stres, dan Kualitas Tidur di SMA N 12 Bekasi (n = 176).....	49
Tabel 9	Frekuensi Proporsi Jenis Kelamin Remaja dengan Cyberbullying di SMA N 12 Bekasi (n = 176).....	50
Tabel 10	Distribusi Usia Remaja dengan Cyberbullying di SMA N 12 Bekasi (n = 176).....	51
Tabel 11	Distribusi Cyberbullying Pada Remaja di SMA N 12 Bekasi (n= 176)	52
Tabel 12	Distribusi Stres Pada Remaja di SMA N 12 Bekasi (n = 176).....	52
Tabel 13	Distribusi Kualitas Tidur Pada Remaja di SMA N 12 Bekasi (n = 176) 54	
Tabel 14	Hubungan Cyberbullying dengan Stres pada Remaja Saat Pandemi Covid 19 di SMA N 12 Bekasi (n = 176).....	55
Tabel 15	Hubungan Cyberbullying dengan Kualitas Tidur pada Remaja Saat Pandemi Covid 19 di SMA N 12 Bekasi (n = 176).....	57

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Tori	27
Skema 2	Kerangka Konsep Penelitian	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden/ Informed Consent
Lampiran 3	Kuesioner Demografi
Lampiran 4	Kuesioner <i>Cyberbullying</i>
Lampiran 5	Kuesioner Stres (PSS-10)
Lampiran 6	Kuesioner Kualitas Tidur (PSQI)
Lampiran 7	Surat Ethical Clearance
Lampiran 8	Surat Permohonan Ijin Penelitian dan Pengumpulan Data
Lampiran 9	Surat Pemberian Ijin Penelitian
Lampiran 10	Kartu Monitor
Lampiran 11	Lembar Persetujuan Proposal
Lampiran 12	Lembar Persetujuan Skripsi
Lampiran 13	Hasil SPSS
Lampiran 14	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 15	Izin Penggunaan Kuesioner Penelitian
Lampiran 16	Hasil Turnitin