

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Remaja menurut *World Health Organization* (WHO) individu yang memiliki rentang usia 10-19 tahun. Menurut BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana) usia remaja memiliki rentang pada 10-24 tahun serta belum menikah. Pada kelompok usia 16-19 tahun di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik 2019 menunjukkan 72,36 % atau sekitar 64,19 juta dari jumlah penduduk. Jumlah remaja yang berada di seluruh dunia diperkirakan mencapai 1,2 milyar atau sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2014).

Remaja adalah seseorang yang mengalami perubahan pada penampilan fisik, ataupun perubahan secara psikologis. Remaja merupakan masa transisi usia di mana seseorang belum dapat dikatakan sudah dewasa tetapi bukan lagi anak-anak. Remaja memiliki tahap perkembangan yang unik dimana remaja harus menghadapi perubahan fisik, kognitif dan emosional yang dapat menyebabkan stress dan perilaku unik pada remaja (Stuart, 2016). Perubahan fisik yang dialami oleh remaja berupa peningkatan berat badan, pertambahan tinggi serta mengalami pubertas. Lingkungan sosial pada masa remaja dapat menimbulkan perubahan kognitif yang ditandai dengan remaja mampu memecahkan masalah, dan mengambil keputusan melalui pemikiran yang logis namun remaja memiliki kemampuan kognisi dan tingkah laku yang berbeda jika berada di situasi yang berbeda. Hal tersebut disebabkan oleh pengalaman yang pernah dimiliki sebelumnya, pendidikan, serta motivasi dalam penggunaan logika (Potter & Perry, 2009). Dengan demikian, perubahan yang dialami saat masa remaja dapat menimbulkan berbagai masalah bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya karena pada masa remaja individu berada dalam tahap perkembangan dimana seseorang akan belajar membuat keputusan.

Remaja sering berusaha untuk memisahkan unsur emosional dari pihak orangtua karena mereka akan belajar membuat keputusan mengenai pekerjaan,

pendidikan di masa depan, serta gaya hidup (Potter & Perry, 2009). Perkembangan emosional pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya adalah perubahan jasmani, perubahan pola interaksi dengan orang tua, perubahan pola interaksi dengan teman sebaya, dan perubahan interaksi di sekolah (Fitri & Adelya, 2017). Interaksi remaja dengan teman sebaya dapat membantu berbagai kompetensi sosial dan personal, namun hal tersebut tidak mudah diperoleh individu di masa pandemi. Perubahan pola interaksi pada remaja di tengah pandemi akan berdampak pada aktivitas sehari-hari bagi remaja (Dwi Ananda & Apsari, 2020). Dengan demikian, pandemi memiliki dampak negatif yang berasal dari peraturan seperti PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) yang membuat remaja merasa tertekan dan terbatas dalam berinteraksi.

Saat ini pandemi sedang terjadi di seluruh negara yang membuat seluruh aktivitas dibatasi termasuk interaksi antar orang tidak dapat dilakukan secara langsung. Pandemi adalah suatu epidemi dalam skala besar yang terjadi di seluruh dunia dan umumnya banyak orang yang terjangkit suatu penyakit. Pandemi mempunyai tingkat penyebaran yang cepat karena proses penularan yang sangat mudah (Taylor, 2019). Indonesia merupakan salah satu negara yang terinfeksi covid 19. Wilayah DKI Jakarta merupakan kota dengan kasus positif covid 19 tertinggi di Indonesia (Kemenkes RI, 2021). Beberapa negara seperti China dan Jerman menggunakan sistem *Lock down* untuk menghambat laju penyebaran covid 19.

Indonesia telah menerapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk mencegah penyebaran covid 19 yang semakin meningkat. Selama masa PSBB, pemerintah mengimbau seluruh masyarakat untuk tetap tinggal di rumah. Pembatasan sosial ini meliputi pembatasan kegiatan keagamaan, membatasi moda transportasi, membatasi kegiatan di fasilitas umum, pembatasan kegiatan sosial dan budaya, penghentian sementara aktivitas bekerja di tempat kerja atau kantor, dan pelaksanaan pembelajaran di sekolah serta instansi pendidikan lainnya dilakukan secara daring. Dalam sektor pendidikan, remaja yang sedang menempuh jenjang pendidikan harus libur dari kegiatan tatap muka di sekolah dan menggantikannya dengan metode pembelajaran jarak jauh yang berbasis internet dari rumah.

Pengguna internet di Indonesia terus mengalami penambahan selama masa pandemi Covid-19 di awal tahun 2020. Masa pandemi tidak membuat warga negara RI turun mengakses internet. Terjadi kenaikan pengguna internet sebesar 73,7 % atau 196,7 juta pengguna. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah populasi penduduk Indonesia mencapai 266,91 juta jiwa, maka pengguna internet di Indonesia mengalami kenaikan 171,17 juta jiwa dari total 264,16 juta pengguna pada tahun 2018 lalu. Usia pengguna internet di Indonesia berada pada usia 15-19 tahun atau 14,1 % dan tingkat Pendidikan yang mengakses internet adalah tingkat SMA sederajat sebesar 23,1 %.

Pandemi covid 19 membuat masyarakat semakin banyak mengakses internet, karena banyak kegiatan yang dilakukan secara daring seperti bekerja dari rumah dan belajar jarak jauh (APJII, 2020). Pada masa pandemi saat ini, membuat para remaja akan lebih mengandalkan perangkat elektronik serta mengakses media sosial untuk menghilangkan rasa jenuh akibat belajar dan beraktivitas dari rumah. Namun, hal tersebut dapat meningkatkan resiko terjadinya kekerasan yang dapat mengancam anak lewat media sosial adalah *bullying* secara media daring atau *cyberbullying* (KEMENPPPA, 2020). Dengan demikian, 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 ancaman *cyberbullying*.

Menurut survei penetrasi internet dan sikap pengguna internet di Indonesia tahun 2018 yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) sebesar 49 % pengguna internet pernah dibully dalam bentuk diejek atau dilecehkan di media sosial. Beberapa pengguna internet tidak pernah dibully sebesar 47,2 % . Respons pengguna internet terhadap aksi bullying bermacam-macam. Sebesar 31,6 % korban yang pernah dibully membiarkan aksi tersebut. Sedangkan, pengguna internet yang merespons dengan membalas sebesar 7,9 %. Terdapat pengguna yang menghapus ejekan tersebut sebanyak 5,2 %. Sedangkan pengguna internet yang melaporkan aksi tersebut ke pihak yang berwajib sekitar 3,6 % (APJII, 2018). Pengguna internet yang pernah mengalami *cyberbullying*

beberapa ada yang merespon aksi bullying, namun ada beberapa yang mengabaikan tindakan *cyberbullying*.

*Cyberbullying* merupakan tindakan agresif dan disengaja oleh kelompok atau individu dengan menggunakan perangkat elektronik dan dilakukan secara berulang kali terhadap korban. *Cyberbullying* pada remaja dapat terjadi melalui pesan singkat, *email*, *chat room*, *website*, *video game*, atau melalui foto yang dikirim melalui telepon seluler (Kowalski et al., 2014). *Cyberbullying* lebih mudah terjadi karena pelaku bisa menggunakan fitur anonimitas atau tidak diketahui identitas pribadi pelaku. Remaja yang sedang mengalami rasa solidaritas dan mencari identitas diri akan menggunakan media sosial untuk mengembangkan identitas diri (Anderson et al., 2014). Perilaku *cyberbullying* dapat terjadi karena dendam, rasa marah, perasaan yang membuat frustrasi, tidak memiliki kegiatan yang positif, bahkan pelaku *cyberbullying* merupakan seseorang yang tidak dianggap atau sebagai korban *bullying* itu sendiri. Dengan melakukan tindakan *cyberbullying* pelaku dapat melampiaskan rasa dendam serta marah (Doane et al., 2014). Tindakan *cyberbullying* memiliki fitur anonimitas atau tidak menunjukkan identitas pelakunya, oleh karena itu fitur tersebut dapat memicu korban merasa marah dan tidak nyaman.

Korban *cyberbullying* tidak dapat melakukan pembelaan terhadap dirinya dengan mudah (Sampasa-Kanyinga et al., 2018). *Cyberbullying* dapat dianggap sebagai pelanggaran interpersonal yang dapat menjadi suatu ancaman untuk para remaja (Raskauskas & Huynh, 2015). Hubungan interpersonal selama masa remaja seperti berinteraksi dengan teman sebaya merupakan suatu pemicu untuk *online* di media sosial. Pelaku *cyberbullying* dapat menurunkan harga diri korban dan hubungan interpersonal korban dengan cara menyebarkan rumor yang buruk melalui pesan secara online lalu dikirim ke seluruh teman sekolah (Tian et al., 2018). Dengan demikian, tindakan *cyberbullying* dapat merusak hubungan interpersonal antara korban dengan pelaku *cyberbullying*.

Kasus Bullying yang terjadi di Indonesia mengalami peningkatan tiap tahunnya, mulai tahun 2011 hingga 2019 Komisi perlindungan anak Indonesia (KPAI) mencapai 2.473 pada kasus bullying di sekolah ataupun media sosial (KPAI, 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan UNICEF pada tahun 2016,

sebanyak 50% dari 41 remaja di Indonesia yang berada di usia 13 sampai 15 tahun mengalami tindakan *cyberbullying*. Tindakan tersebut mempublikasi data pribadi orang lain, menguntit atau *stalker*, balas dendam seperti menyebarkan foto atau video (Syah R & Hermawati, 2018). Dengan demikian, kasus *cyberbullying* di Indonesia sering terjadi melalui media sosial dan remaja yang masih bersekolah sering kali menjadi sasaran dalam tindakan *cyberbullying*.

Penelitian yang dilakukan oleh Komalasari (2012) siswa SMAN di wilayah DKI Jakarta sebesar 35,6 % siswa menjadi korban *cyberbullying* melalui *website* di luar lingkungan sekolah, 14,1 % siswa mengalami *cyberbullying* melalui *chatroom*. Kemudian, perbandingan antara korban *cyberbullying* berdasarkan jenis kelamin yaitu lebih tinggi siswa perempuan sebesar 26,2% sedangkan 21,6 % siswa laki-laki. Hasil penelitian yang didapat bahwa siswa SMAN di Jakarta 34,4 % mengalami *bullying* di sekolah dan 28,4 % pernah menjadi korban *cyberbullying* melalui media sosial.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Viner (2019) menggunakan media sosial dapat memberikan resiko bagi kesehatan terutama untuk perkembangan otak seperti remaja yang terkena paparan konten tertentu di media sosial, paparan *cyberbullying*, dan konten yang berbahaya (misalnya, konten seksual), atau aktivitas tidur yang kurang bagi remaja. Paparan *cyberbullying* dan informasi buruk yang didapatkan oleh korban dapat tersimpan di dalam otak.

*Cyberbullying* yang diterima oleh korban dapat tersimpan di dalam memori otak. Memori dapat tersimpan di *hippocampus* yang merupakan bagian dari sistem limbik yang terletak pada lobus temporalis. Memori yang tersimpan di otak dapat mengubah rangsangan respon dan transmisi antar sinaps neuron yang dapat menghasilkan aktivitas neural. Transmisi tersebut dinamakan *Memory Traces* atau jejak-jejak memori. *Hippocampus* memiliki fungsi dalam mengatur respon perilaku dan emosi, terutama saat dihadapkan oleh situasi negatif yang dapat menimbulkan stres berkepanjangan (Jhon E. Hall, 2016). Penggunaan media sosial dapat mempengaruhi rasa emosional pada remaja yang menyebabkan kualitas tidur terganggu, stres, harga diri menurun pada masa remaja (Woods & Scott, 2016). Jadi, remaja yang menggunakan media sosial secara aktif di malam

hari beresiko mengalami kualitas tidur yang buruk, memiliki harga diri yang rendah, tingkat kecemasan dan stres yang tinggi.

Keterlambatan tidur merupakan suatu efek dari perkembangan pubertas, pengaruh gaya hidup, dan penggunaan media sosial. Durasi tidur yang kurang cukup dan kualitas tidur yang buruk merupakan hal yang sering terjadi pada remaja. Durasi dan kualitas tidur yang cukup sangat penting untuk anak-anak dan remaja dalam menjaga perkembangan fisik dan mental mereka (Mireku et al., 2019). Menurut *The United States National Sleep Foundation* (NSF) durasi tidur untuk anak usia sekolah yaitu 9 sampai 11 jam (Hirshkowitz et al., 2015). Berdasarkan hasil penelitian di Tiongkok yang berjudul *Bullying Sebagai Risiko Kualitas Tidur Yang Buruk Pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Tiongkok* menyatakan 28.877 siswa memiliki kualitas tidur yang buruk dan pernah menjadi korban atau pelaku *bullying* didapatkan hasil 6.127 (23,66%) memiliki kualitas tidur yang buruk, 10,89 % pernah terlibat sebagai pelaku *bullying*, 1.410 (5,91 %) merupakan korban *bullying*. Siswa yang menjadi korban *bullying* mengalami peningkatan risiko kualitas tidur yang buruk dibandingkan dengan pelaku *bullying* (Zhou et al., 2015). Dengan demikian, *cyberbullying* pada remaja dapat terjadi karena penggunaan media sosial yang tidak terkendali yang dapat memicu remaja memiliki kualitas tidur yang buruk.

Stres merupakan usaha penyesuaian diri dimana seseorang tidak mampu mengatasinya, maka dapat menyebabkan gangguan fisik hingga gangguan jiwa (Dwi Ananda & Apsari, 2020). Jika stress tidak ditangani dengan baik, akan menimbulkan kecemasan, depresi, serta dampak negatif lainnya. Salah satu sumber stres pada remaja merupakan teman sebaya (Tian et al., 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sampasa-Kanyinga et al (2018) tekanan psikologis seperti kecemasan dan depresi dapat mempengaruhi kualitas dan durasi tidur pada masa remaja. Remaja yang menjadi korban *bullying* di dunia maya maupun *bullying* di sekolah menjadi faktor resiko yang dapat mempengaruhi durasi tidur yang singkat serta stres. Ketika seseorang menjadi korban *cyberbullying* mereka menghadapi situasi yang membuat stres.

Stres yang dirasakan berasal dari tingkat perbuatan pelaku *bullying* terhadap korban. Jadi, semakin tinggi tingkat stress yang dirasakan oleh korban

maka semakin banyak perilaku *cyberbullying* yang ia dapatkan. *Cyberbullying* yang terjadi di antara siswa sekolah menengah atas dapat mengakibatkan stress yang meningkat karena korban mendapatkan banyak perbuatan *bullying* dari pelaku (Hong, 2019). Remaja yang mengalami peningkatan stress dapat memiliki efek yang signifikan terhadap depresi dan suasana hati (Williams et al., 2017). Dengan demikian, tingkat stres yang dirasakan merupakan cara seseorang menilai situasi dalam dirinya dan hidupnya sebagai stres yang tidak terkendali serta tidak dapat diprediksi.

Berdasarkan penjelasan serta fenomena di atas masa remaja merupakan suatu fase yang unik dimana remaja sedang mencari identitas dirinya melalui media sosial. Media sosial dapat menjadi tempat pelarian bagi remaja dari kegiatan pembelajaran daring selama pandemi covid 19. Dengan demikian, remaja dapat berinteraksi dengan teman sebaya melalui media sosial namun berinteraksi dengan teman nya dapat menimbulkan konflik dengan perilaku yang tidak diinginkan seperti *cyberbullying*.

Perilaku *cyberbullying* merupakan tindakan agresif yang dilakukan secara berulang kali dan dapat mengintimidasi korban melalui internet yang aktif selama 24 jam, mengingat pengguna internet tertinggi adalah remaja. Paparan *cyberbullying* pada remaja dapat mempengaruhi kesehatan fisik maupun mental seperti kecemasan, kualitas tidur terganggu, ide untuk melukai diri sendiri dan beresiko mengalami stress.

Perawat memiliki peran serta fungsi dalam pelayanan kesehatan utama (*Primary Health Care*) yang berfokus pada upaya promosi dan pencegahan. Peran tersebut dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan kepada remaja terkait pencegahan perilaku *cyberbullying* dan cara mengatasinya. Upaya pencegahan untuk remaja yang sudah mengalami masalah psikologis dapat diberikan cara untuk menerapkan manajemen stres. Dengan demikian hal tersebut melatarbelakangi peneliti untuk dapat melakukan penelitian terkait variabel tersebut.

## I.2 Rumusan Masalah

### I.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, pengguna internet selama masa pandemi covid 19 mengalami peningkatan terutama pada remaja. Remaja mengakses dan menggunakan media sosial seperti *twitter*, *facebook*, *instagram*, *whatsapp*, *line*, dan *youtube*. Internet kini hadir dengan berbagai fitur yang menarik serta memberikan banyak manfaat, namun internet dapat membawa dampak-dampak negatif seperti mengalami kecemasan, kesulitan tidur, munculnya stress, ancaman *cyberbullying* hingga memiliki ide untuk melukai diri sendiri (Woods & Scott, 2016). Mengingat tingginya angka pengguna internet dan media komunikasi elektronik merupakan remaja, yang mana masa remaja sedang dalam tahap mencari identitas diri dan mementingkan interaksi sosial dengan teman sebaya sehingga dapat memicu risiko remaja menjadi korban *cyberbullying* menjadi lebih tinggi apabila tidak dalam pengawasan yang baik.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMA Negeri 12 Bekasi pada tanggal 24 Februari 2021, didapatkan hasil melalui wawancara dengan 10 siswa kelas X dan XI bahwa terdapat beberapa kasus *cyberbullying*. 10 siswa yang diwawancarai mengatakan pernah menjadi korban *cyberbullying* di akun media sosial mereka. Selama pandemi, siswa aktif menggunakan media sosial saat malam hari, aplikasi yang sering digunakan antara lain *whatsapp*, *instagram*, *youtube*, dan *line*. Perilaku *cyberbullying* yang diterima oleh siswa antara lain *denigration* (menyebarkan kata-kata yang kasar), *impersonation* (berpura-pura menjadi orang lain dengan maksud merusak nama baik), *harrasment* (mengirim pesan yang menyinggung perasaan), dan *Outing* (menyebarkan informasi atau foto yang memalukan orang lain). Siswa perempuan mengatakan lebih sering menjadi korban tindakan *cyberbullying*, namun tidak mengetahui pelaku nya karena bersifat anonim. Beberapa siswa laki-laki dan perempuan yang menjadi korban *cyberbullying* merasa tidak nyaman, tidak dicintai, tidak bisa tidur dengan tenang, dan takut untuk bercerita dengan lingkungan sekitarnya. Seorang siswa perempuan yang menjadi korban *cyberbullying* pernah mengalami *self destructive* atau merusak diri dikarenakan terus mendapatkan tekanan dan *bullying* dari temannya dan orang lain tanpa diketahui identitasnya (anonimitas) secara terus-



menerus melalui media sosial. Siswa perempuan tersebut memiliki rasa takut untuk bercerita ke lingkungan sekitarnya terutama orang tua serta teman dekatnya. Siswa tersebut pernah berpikir untuk berpindah sekolah karena merasa tidak nyaman dengan *cyberbullying* yang ia dapatkan.

Kasus *cyberbullying* pada remaja merupakan suatu ancaman di saat masa pandemi karena remaja menggunakan internet sebagai tempat belajar dan berinteraksi dengan teman sebaya. *Cyberbullying* merupakan suatu tindakan agresif melalui media komunikasi elektronik yang terjadi terus menerus dan menimbulkan banyak korban apabila tidak mendapatkan penanganan yang baik. *Cyberbullying* pada remaja perlu dikaji dan segera ditangani, sehingga dapat mencegah terjadinya gangguan terhadap kondisi psikologis korban *cyberbullying*. Remaja yang menjadi korban *cyberbullying* disebabkan oleh penggunaan media sosial yang aktif di malam hari dan berisiko mengalami stres dan kesulitan tidur.

Berdasarkan peristiwa tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Hubungan *Cyberbullying* Dengan Stres dan Kualitas Tidur Saat Pandemi Covid 19 pada Remaja Di SMA Negeri 12 Bekasi”.

### **I.2.2 Pertanyaan Penelitian**

- a. Bagaimana gambaran karakteristik usia dan jenis kelamin pada remaja di SMA Negeri 12 Bekasi ?
- b. Bagaimana gambaran tingkat stres pada remaja dengan *cyberbullying* saat pandemi covid 19 di SMA Negeri 12 Bekasi ?
- c. Bagaimana gambaran kualitas tidur pada remaja dengan *cyberbullying* saat pandemi covid 19 di SMA Negeri 12 Bekasi ?
- d. Bagaimana hubungan *cyberbullying* dengan tingkat stres pada remaja saat pandemi covid 19 di SMA Negeri 12 Bekasi ?
- e. Bagaimana hubungan *cyberbullying* dengan kualitas tidur pada remaja saat pandemi covid 19 di SMA Negeri 12 Bekasi ?

### **I.3 Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan *cyberbullying* dengan stres dan kualitas tidur saat pandemi covid-19 pada remaja di SMA N 12 Bekasi.

#### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran karakteristik usia dan jenis kelamin pada remaja dengan *cyberbullying* di SMA Negeri 12 Bekasi
- b. Mengetahui gambaran tingkat stres pada remaja dengan *cyberbullying* saat pandemi covid 19 pada remaja di SMA Negeri 12 Bekasi
- c. Mengetahui gambaran kualitas tidur pada remaja dengan *cyberbullying* saat pandemi covid 19 pada remaja di SMA Negeri 12 Bekasi
- d. Menganalisis hubungan *cyberbullying* dengan stres pada remaja saat pandemi covid 19 di SMA Negeri 12 Bekasi
- e. Menganalisis hubungan *cyberbullying* dengan kualitas tidur pada remaja saat pandemi covid 19 di SMA Negeri 12 Bekasi

### **I.4 Manfaat Penelitian**

#### **I.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang keperawatan jiwa terkait hubungan *cyberbullying* dengan stres dan kualitas tidur saat pandemi covid 19 pada remaja.

#### **I.4.2 Manfaat Praktis**

- a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi siswa terkait pentingnya penggunaan gawai dan internet dengan baik dan benar, serta siswa yang mengalami *cyberbullying* dapat mengetahui dampak secara psikologis, dan siswa dapat menjaga hubungan interpersonal dengan teman sebaya secara baik sehingga dapat terhindar dari kejahatan yang bersifat dapat menyakiti diri maupun orang lain.

b. Bagi Orang Tua dan Guru

Peneliti berharap hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi serta masukan bagi orang tua dan guru mengenai pentingnya pengawasan putra-putrinya dalam penggunaan internet selama pandemi covid 19 agar terhindar dari kasus *cyberbullying*.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan serta pengalaman untuk memperluas wawasan dalam melaksanakan penelitian khususnya mengenai hubungan *cyberbullying* dengan stres dan kualitas tidur saat pandemi covid 19 pada remaja.

d. Bagi Institusi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tinjauan materi pembelajaran sehingga dapat mengembangkan ilmu keperawatan maupun sebagai landasan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan *cyberbullying* dengan stres dan kualitas tidur saat pandemi covid 19 pada remaja.