

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan penelitian tentang hubungan *cyberbullying* dengan stres pada remaja di SMAN 12 Bekasi menggunakan uji korelasi *Spearman* mendapatkan hasil *p value* 0,004 (*p value* <0,05) yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan atau korelasi antara *cyberbullying* dengan stres pada remaja di SMAN 12 Bekasi. Pada penelitian ini hipotesis null (H₀) ditolak serta hipotesis alternative (H_a) diterima maka dapat disimpulkan terdapat hubungan antara kedua variabel atau nilai *r* sebesar 0,215 yang menunjukkan kekuatan korelasi lemah dan memiliki arah positif. Kemudian, hasil analisis pada variabel *cyberbullying* dengan kualitas tidur menggunakan uji korelasi *Spearman* mendapatkan hasil *p value* 0,004 (*p value* <0,05) yang memiliki arti bahwa terdapat korelasi antara *cyberbullying* dengan kualitas tidur pada remaja di SMAN 12 Bekasi. Pada penelitian ini hipotesis alternative (H_a) diterima maka dapat disimpulkan terdapat hubungan antara kedua variabel atau nilai *r* yaitu 0,155 yang menunjukkan korelasi berarah positif dengan kekuatan korelasi lemah. Kesimpulan dari analisa ini yaitu semakin tinggi perilaku *cyberbullying* maka semakin rendah kualitas tidur yang dirasakan oleh remaja. Karakteristik jenis kelamin responden dalam penelitian ini mayoritas berjenis kelamin perempuan dengan usia rata-rata responden yaitu berusia 16 tahun. Mayoritas responden memiliki stres yang sedang 78,4% (138 orang), stres ringan 17,6% (31 orang), dan kategori stres berat 4,0% (7 orang). Pada variabel kualitas tidur responden memiliki kualitas tidur baik sebesar 2,3% (4 orang) dan mayoritas responden memiliki kualitas tidur buruk dengan hasil 97,7% (172 orang).

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan oleh siswa, orang tua dan guru, institusi serta peneliti selanjutnya adalah sebagai berikut :

a. Bagi Siswa

Peneliti mengharapkan siswa dapat mempunyai pengetahuan baru mengenai *cyberbullying* dan dampak bagi kesehatan terutama stres dan kualitas tidur. Siswa dapat berhati-hati serta bijak dalam menggunakan media sosial. Apabila ada seseorang yang melakukan perilaku *cyberbullying* hendaknya siswa mencoba menghentikan perilaku tersebut, serta memberikan dukungan kepada teman yang telah menjadi korban perilaku *cyberbullying* serta dapat dijadikan pertimbangan untuk melaporkan perilaku tersebut.

b. Bagi OrangTua dan Guru

Diharapkan orang tua bisa mengawasi remaja selama pandemi covid-19 dalam menggunakan internet selama belajar dari rumah agar terhindar dari *cyberbullying*. Kemudian, pihak sekolah terutama guru dapat mengadakan sosialisasi serta bimbingan konseling kepada siswa-siswi tentang perilaku bullying khususnya *cyberbullying* agar para siswa mendapatkan informasi terkait *cyberbullying* serta dampak *cyberbullying*.

c. Bagi Institusi dan Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam materi pembelajaran sehingga dapat meningkatkan informasi bagi institusi serta peneliti selanjutnya. Untuk penelitian selanjutnya yang akan membahas topik ini agar dapat dijadikan acuan untuk mengeksplorasi dampak dan faktor *cyberbullying* pada remaja khususnya kepribadian korban maupun pelaku *cyberbullying*.