

Hubungan Bullying dengan Gangguan Tidur pada Mahasiswa Semester Satu Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

¹Putu Galih Mia Utami, ²Sri Ratna Dewi, & ³I Wayan Eka Arsana

¹Mahasiswa, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa,

²Dosen, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa,

³Dosen, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa/ KSM Ilmu Kedokteran Jiwa

RSUD Sanjiwani Gianyar.

¹galimia03@gmail.com

Abstrak

Tindak kekerasan berupa bullying masih marak terjadi bahkan pada jenjang perguruan tinggi di dewasa ini. Mahasiswa yang menjadi korban bullying akan berdampak pada kesehatan mental hingga menyebabkan terganggunya pola tidur. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kolerasi antara Bullying dengan gangguan tidur pada mahasiswa semester I Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. Riset ini merupakan penelitian analitik dengan rancangan *crosssectional*. Pelaksanaan pada bulan November – Desember 2021 dengan metode pengambilan sampel simple random sampling. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat, bivariat, dan multivariat. Hasil akhir analisis multivariat menunjukkan nilai $p < 0,05$ ($p = 0,005$) dengan nilai OR 3,5 (95% *Confident Interval* [CI]: 1,5 – 8,5) yang bermakna adanya hubungan antara kejadian bullying dengan gangguan tidur dan pada mahasiswa yang mengalami kejadian bullying berpeluang untuk mengalami gangguan tidur 3,5 kali lebih besar dibanding mahasiswa yang tidak mengalami kejadian bullying setelah dikontrol oleh variabel jenis kelamin. Mahasiswa diharapkan dapat ikut serta dalam pencegahan tindakan bullying di area Sekolah Tinggi dan peneliti selanjutnya diharapkan menambahkan faktor lain yang berpengaruh terhadap hubungan kejadian bullying dengan gangguan tidur.

Kata kunci: Bullying, gangguan tidur

Abstract

Violence in the form of bullying is still rife even at the university level today. Students who are victims of bullying will have an impact on mental health to cause disruption of sleep patterns. This study was conducted to determine the correlation between bullying and sleep disorders in first semester students of the Faculty of Medicine and Health Sciences, Warmadewa University. This research is an analytical study with a cross-sectional design. Implementation in November – December 2021 with a simple random sampling method. The data analysis used was univariate, bivariate, and multivariate analysis. The final result of multivariate analysis showed p value < 0.05 (0.005) with an OR value of 3.5 which means there is a relationship between the incidence of bullying and sleep disorders and students who experience bullying have a 3.5 times greater chance of experiencing sleep disturbances than university students who did not experience bullying after controlling for the gender variable. Students are expected to be able to participate in preventing bullying in the high school area and further researchers are expected to add other factors that influence the relationship between bullying and sleep disorders.

Keywords: Bullying, Sleep Disorders.

PENDAHULUAN

Tindakan kekerasan yang terjadi di lingkungan sekolah saat ini sangat marak. Kejadian kekerasan ini disebabkan oleh banyaknya informasi-informasi serta pemberitaan terkait tindakan kekerasan yang ditayangkan melalui media cetak ataupun televisi. Pada Komisi Perlindungan Anak Indonesia tercatat ada 37.381 pengaduan kekerasan sejak 2011 sampai 2019 dimana 2.473 diantaranya merupakan kasus bullying.⁽¹⁾

Kekerasan dalam bentuk *bullying* sangat memungkinkan untuk terjadi dimana saja, seperti rumah ataupun lingkungan sekolah. Seperti kasus yang terjadi di Surabaya, kasus ini menimpa seorang mahasiswa jurusan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga yang ditemukan meninggal setelah meneguk cairan *vixal* sesaat setelah menjadi korban *bullying* senior atau kakak tingkatnya.⁽²⁾ Hal ini membuktikan bahwa tindak kekerasan berupa bullying masih marak terjadi bahkan pada jenjang perguruan tinggi.

Bullying dapat memberi dampak buruk pada korban yang terbuli, baik berdampak pada emosional, sosial, fisik, hingga psikologis korban. Korban yang merasakan tindak pembulian akan merasa cemas, takut, gelisah, mempengaruhi pola tidurnya hingga menyebabkan gangguan tidur, dampak psikologis yang dialami korban merupakan manifestasi dari segala bentuk tekanan yang dialaminya.⁽³⁾ Tindakan kekerasan dalam bentuk bullying jika dibiarkan begitu saja akan merusak komunikasi dan hubungan interpersonal serta dapat memberi dampak negatif pada banyak hal salah satunya gangguan tidur.

Penelitian yang dilakukan oleh Qian tahun 2020 menunjukkan bahwa korban bullying di sekolah menjadi indikator terjadinya sleep loss over worry (SLOW) atau gangguan tidur akibat kecemasan pada remaja di Asia Tenggara.⁽⁴⁾ Penelitian lain juga dilakukan oleh Agostini pada tahun 2019 dimana penelitian tersebut membuktikan bahwa remaja yang menjadi

korban bullying lebih meningkatkan kemungkinan terkena gangguan tidur salah satunya insomnia yang juga berakibat fatal pada kesehatan fisik dan mental korban dimana dari 503 responden yang mengisi kuisisioner 41,7 % yang mengalami bullying mengalami kesulitan tidur hingga 1-2 jam dari jam biasanya dan 14,3% mengalami social jetlag > 1/42 jam akibat keparahan gejala stress akut berdasarkan skor PSQ.⁽⁵⁾

Peneliti memiliki ketertarikan mengenai masalah bullying yang masih sering terjadi pada mahasiswa terutama pada mahasiswa baru di semester satu, hal ini juga didukung oleh studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan sebelumnya pada bulan Juni 2021. Studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa pada mahasiswa Angkatan ke X, Angkatan ke XI dan Angkatan ke XII didapatkan bahwa 80% dari 30 mahasiswa yang saya tanyakan mengakui bahwa mereka mengalami bullying saat semester satu. Beberapa mahasiswa yang menjadi korban bullying menambahkan bahwa mereka mengalami gangguan tidur selama semester satu. Hal tersebut menunjukkan bahwa kejadian bullying masih terjadi pada mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran di Universitas Warmadewa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kolerasi dari Bullying dengan gangguan tidur mahasiswa semester satu Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Warmadewa.

METODE

Riset ini adalah penelitian analitik korelasi dengan rancangan *crosssectional*. Populasi yang digunakan dalam studi ini merupakan mahasiswa semester I Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa dengan jumlah sampel 106 responden. *Simple random sampling* teknik sampling yang dipilih untuk menjadi teknik pengambilan sampel. Penelitian ini dilakukan dari bulan Oktober 2021 hingga bulan Desember 2021.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2021 yang bertempat di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. Jumlah responden adalah 106, dari jumlah keseluruhan responden terdapat 2 responden yang masuk kedalam kriteria eksklusi, sehingga total responden yang dianalisis yaitu 104 responden. Ciri-ciri responden yang digunakan penelitian ini didasari oleh usia dan jenis kelamin. Rincian akan dijelaskan pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentase

Variabel	n	p (%)
Usia		
18 tahun	51	49
> 18 tahun	53	51
Jenis Kelamin		
Laki-laki	48	46,2
Perempuan	56	53,8
Kejadian <i>Bullying</i>		
Mengalami <i>Bullying</i>	50	48,1
Tidak Mengalami <i>Bullying</i>	54	51,9
Gangguan Tidur		
Mengalami Gangguan Tidur	56	53,8
Tidak Mengalami Gangguan Tidur	48	46,2

Dari 104 orang responden sebagian besar responden berusia diatas 18 tahun (51%) dan sisanya berusia 18 tahun (49%). Berdasarkan jenis kelamin, responden didominasi oleh perempuan (53,8%) dan sisanya responden laki-laki (46,2%).

Tabel 2. Hubungan antara variabel dengan gangguan tidur

Variabel	Gangguan Tidur				Total		OR (95% CI)	p Value
	Mengalami Gangguan Tidur		Tidak Mengalami Gangguan Tidur		n	%		
	n	%	n	%				
Kejadian <i>Bullying</i>*								
Mengalami <i>Bullying</i>	33	66	17	34	50	100	3,521 (1,5 – 8,5)	0,017
Tidak Mengalami <i>Bullying</i>	23	42,6	31	57,4	54	100		
Usia								
18 Tahun	27	52,9	24	47,1	51	100	1,032 (0,4 – 2,4)	0,856
> 18 Tahun	29	54,7	24	45,3	53	100		
Jenis Kelamin*								
Perempuan	23	41,1	33	58,9	56	100	0,243 (0,1 – 0,6)	0,005
Laki-laki	33	68,8	15	31,3	48	100		

*Signifikan

Berdasarkan nilai *p value* pada Chi Square, maka dapat diketahui pada variabel kejadian bullying dengan gangguan tidur adalah 0,017 ($p < 0,05$). Nilai *p value* hubungan usia dengan gangguan tidur adalah 0,856 (0,05). Nilai *p value* hubungan jenis kelamin dengan gangguan tidur adalah 0,005 ($p < 0,05$). Berdasarkan data tersebut menghasilkan H_a diterima sehingga H_0 ditolak, hal ini berarti bahwa terdapat kolerasi antara bullying dengan gangguan tidur yang dialami mahasiswa.

Tabel 3. Hasil analisis multivariat

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)	OR (CI 95%)	P value
Kejadian <i>Bullying</i>				
Mengalami <i>Bullying</i>	50	48,1	3,508 (1,5 – 8,5)	0,005*
Tidak Mengalami <i>Bullying</i>	54	51,9		
Usia				
18 tahun	51	49	1,032 (0,4 – 2,4)	0,856
> 18 tahun	53	51		
Jenis Kelamin				
Laki-laki	48	46,2	0,243 (0,1 – 0,59)	0,002*
Perempuan	56	53,8		

Pada hasil akhir model analisis multivariat menunjukkan bahwa variabel kejadian bullying memiliki nilai OR 3,5 maka dapat disimpulkan bahwa pada mahasiswa yang mengalami kejadian bullying berpeluang untuk mengalami gangguan tidur 3,5 kali lebih besar dibanding mahasiswa yang bukan merupakan korban kekerasan bullying dengan menggunakan variabel kontrol jenis kelamin, rincian dapat dilihat pada tabel 3.

PEMBAHASAN

Penelitian Gunanthi (2016) mengenai gangguan tidur yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dimana hasil karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan dari 70 responden terdapat 52 responden (74,3%) berusia 18 tahun.⁽⁶⁾ Menurut pendapat peneliti, hasil ini menjelaskan bahwa mayoritas mahasiswa fakultas kedokteran berusia 18 tahun dimana usia tersebut merupakan masa

dewasa awal sehingga psikologi responden lebih matang untuk menerima suasana dan lingkungan baru serta lebih cepat untuk bersosialisasi dengan orang baru.⁽⁷⁾

Penelitian lain berdasarkan karakteristik jenis kelamin sejalan dengan penelitian ini, dilakukan oleh Bambangafira dan Tuti (2017) mengenai kualitas tidur pada mahasiswa kesehatan di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia dari total 107 responden, didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 83 responden, dan sisanya 24 responden merupakan laki-laki.⁽⁸⁾ Menurut pendapat peneliti, dimana sebagian besar mahasiswa didominasi oleh jenis kelamin perempuan.

Hasil pada studi ini linear dengan hasil yang didapatkan pada penelitian Habibatuzzakiyah (2019) mengenai gambaran bullying pada mahasiswa didapatkan bahwa dari 174 responden, 153 (87,9%) responden mengalami kejadian bullying. Alasan pelaku melakukan bullying pada mahasiswa baru dikarenakan untuk membentuk mental dan dapat mengikuti norma yang ada pada lingkungan kampus.⁽⁹⁾ Menurut Waseem (2021) pelaku bully adalah orang yang melakukan tindak pembulian, biasanya pelaku bully memiliki sifat agresif dan dapat dengan mudah frustrasi sehingga cenderung menyalahkan orang lain atas masalah yang dialaminya, biasanya pelaku. Bully tidak dapat mempertanggung jawabkan tindakanya, memiliki sifat kompetitif, pernah menjadi korban atau terlibat dalam kasus pembulian, seseorang yang berkuasa sehingga mampu mendominasi.⁽¹⁰⁾

Menurut pendapat peneliti mengenai hasil penelitian yang dilakukan dimana bullying yang dialami oleh mahasiswa semester 1 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa diakibatkan oleh faktor lingkungan dan sosial dimana mahasiswa baru cenderung akan merasa lemah karena belum mengetahui keadaan sekitar, sehingga adanya penekanan dan dominasi sifat agresif dari senior akan menyebabkan

mahasiswa baru menjadi korban bullying. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Emily, et al. (2016) mengenai bullying pada mahasiswa, didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa di perguruan tinggi menjadi korban bullying dimana sekitar 20-25% mahasiswa melaporkan sebagai korban non *cyberbullying* dan 10-15% mahasiswa melaporkan sebagai korban *cyberbullying*.⁽¹¹⁾

Hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil dari penelitian Nursyifa, dkk. (2020) mengenai gambaran gangguan tidur pada mahasiswa di Universitas Padjajaran, dari 70 responden didapatkan 62 (88,6%) responden mengalami gangguan tidur dan 8 (11,4%) responden tidak mengalami gangguan tidur. Padatnya aktivitas seorang mahasiswa juga dapat berdampak pada kelelahan.⁽¹²⁾

Penelitian lain yang dilakukan oleh Sharma, et al. (2018) mengenai gangguan tidur pada mahasiswa didapatkan 90% mahasiswa menghadapi masalah gangguan tidur. Gangguan tidur yang dialami diakibatkan oleh faktor kelelahan, stress dan lain sebagainya. Adanya gangguan tidur yang dialami oleh mahasiswa akan berdampak pada emosi hingga kesehatan.⁽¹³⁾

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Nielsen, et al. (2020) yang membahas hubungan bullying dengan gangguan tidur di tempat kerja, didapatkan hasil bahwa responden yang mengalami bullying 2,31 lebih tinggi mengalami masalah gangguan tidur dibandingkan yang tidak mengalami bullying. Responden yang mengalami bullying akan mengalami stress yang lebih sehingga secara langsung mempengaruhi kualitas tidur pada responden, jangka panjang dari dampak bullying akan menyebabkan gangguan tidur pada responden.⁽¹⁴⁾

Penelitian yang dilakukan oleh Amnda, dkk. (2020) mengenai bentuk dan dampak perilaku bullying didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami rasa terintimidasi hingga

hilangnya kepercayaan pada diri sendiri.⁽¹⁵⁾ Menurut pendapat peneliti, hilangnya kepercayaan diri yang dialami oleh mahasiswa batu akan memicu rasa kecemasan yang berlebih sehingga dengan rasa kecemasan tersebut akan mengganggu pola tidur mahasiswa yang kemudian dapat menyebabkan gangguan tidur. Pendapat Supriatna (2020) mengenai tingkat kecemasan yang timbul akibat kurangnya rasa percaya pada diri sendiri dan sulitnya berkonsentrasi dapat meningkatkan tingkat kecemasan pada responden.⁽¹⁶⁾

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data maka dapat disimpulkan bahwa bullying berkolerasi dengan kepada mahasiswa semester satu Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar mahasiswa semester satu Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa mengalami kejadian bullying (48,1%).
2. Mahasiswa semester I Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa dominan mengalami gangguan tidur (53.8%)
3. Terdapat hubungan antara kejadian bullying dengan gangguan tidur ($p = 0,005$) serta pada mahasiswa semester satu Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa yang mengalami kejadian bullying berpeluang untuk mengalami gangguan tidur 3,5 kali lebih besar dibanding mahasiswa yang tidak mengalami kejadian bullying.

Peneliti berharap agar peneliti berikutnya dapat menyempurnakan penelitian ini seperti menambahkan variabel yang mempengaruhi gangguan tidur.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada pihak yang membantu dalam pelaksanaan penelitian ini serta kepada responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga seluruh penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak Republik Indonesia. Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak [Internet]. 2020 [cited 2021 Sep 13]. Available from: <https://www.kemempda.go.id>.
2. Surabayaapos.com. Viral! Dibullying Senior Bunuh Diri Minum Vixal, Resident Mahasiswa Kedokteran Unair Surabaya Tewas di RS. dr. Soetomo. 2020. 2020.
3. Pascual-Sanchez A, Hickey N, Mateu A, Martinez-Herves M, Kramer T, Nicholls D. Personality traits and self-esteem in traditional bullying and cyberbullying. *Pers Individ Dif*. 2021;177.
4. Wang Q, Liu Y, Mati K. Bully victimization is a correlate of sleep loss over worry (SLOW) among adolescents in four South-East Asian countries. *Sleep Med*. 2020;69:179–88.
5. Agostini A, Lushington K, Dorrian J. Sleep, bullying, and physical and mental health in adolescence. *Sleep Med*. 2019;64.
6. Gunanthi W., Diniari NKS. Prevalensi dan Gambaran Gangguan Tidur Berdasarkan Karakteristik Mahasiswa Semester I Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun 2015. *E-Journal Med*. 2016;5 (4):1–9.
7. Muri'ah H S, W K. Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Malang: Literasi Nusantara Abadi; 2020.
8. Bambangafira D, Tuti N. Kejadian Excessive Daytime Sleepiness (EDS) dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Kesehatan. *J Keperawatan Indones*. 2017;20 (2):94–101.
9. Habibatuzzakiyah. Gambaran Bullying Pada Mahasiswa di Asrama Universitas Ngudi Waluyo Ungaran. Universitas Ngudi

- Waluyo; 2019.
10. Waseem M, Nickerson A. *Bullying*. StatPearls Publishing; 2021.
11. Emily M., Scott W. *Bullying Perpetration, Victimization and Demographic Differences in College Students: A Review of the Literature*. SAGE Journals. 2016;18(3):348–60.
12. Nursyifa F. *Gambaran Gangguan Tidur Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran yang Mengalami Kecanduan Game Online*. Universitas Padjadjaran; 2020.
13. Sharma S, Manisha, Tarannum N. *Prevalence of Sleep Disorders Among College Students of Gurgaon*. Int J Home Sci. 2018;4(2):194–217.
14. Nielsen M. *Workplace bullying and sleep – A systematic review and meta-analysis of the research literature*. Sleep Med. 2020;51.
15. Amnda V. *Bentuk dan Dampak Perilaku Bullying Terhadap Peserta Didik*. J Kepemimp dan Pengur Sekolah. 2020;5(1).
16. Supriatna A, Rafiq Z. *Studi Kasus Tingkat Kecemasan Matematis Siswa SMA*. Jurnal Sesiomadika. J Sesiomadika [Internet]. 2020;2(1):730–5. Available from: http://repository.upi.edu/17244/5/S_PSI_1001779_Chapter3.pdf