

REVIEW LITERATUR

**EFEKTIFITAS TERAPI KOGNITIF DALAM PENURUNAN
KECEMASAN PADA REMAJA KORBAN *BULLYING***

KARYA TULIS ILMIAH



CEP YENDI SUPRIADI

NIM. 10118066

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA**

2021

EFFECTIVENESS OF COGNITIVE THERAPY TO REDUCE ANXIETY IN ADOLESCENT VICTIMS OF *BULLYING*

Cep Yendi Supriadi¹, Eli Kurniasih², Anih Kurnia³

Program Studi DIII Keperawatan STIKes Bakti Tunas Husada Tasikmalaya

Jl. Cilolohan Nomer 36 Tasikmalaya

Email : Cepyendi66@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Bullying is an action taken by the perpetrator, which is carried out repeatedly with no striking difference, for victims who experience bullying, this condition causes them to experience physical and psychological problems, low self-confidence, shame, trauma, inability fighting back, feeling alone, awry, and afraid of going to school where they feel no one is helping. The next condition is that they then isolate themselves from school or suffer from social fears and even tend to commit suicide. Bullying can also occur anywhere, including in schools, campuses, workplaces, cyberspace, political circles and military environments.*

Objective: *To determine the effectiveness of cognitive therapy in reducing anxiety in adolescent victims of bullying.*

Research Methods: *Using the literature review method. The population of articles used was obtained from various online databases of Google Scholars, Perpustakaan, Science Direct. With a total of 20 relevant articles in the last 8 years from 2014-2021.*

The results of the study: *It shows that from the ten articles there are similar and related results, namely the effectiveness of cognitive therapy in reducing anxiety in adolescent victims of bullying.*

Conclusion: *Based on the results obtained, the effectiveness of cognitive therapy in reducing anxiety in adolescent victims of bullying can even increase self-esteem. so that the use of cognitive therapy can be considered as one of the nursing interventions to overcome anxiety in victims of bullying.*

Keywords: *The effectiveness of cognitive therapy, anxiety, adolescent bullying victims*

**EFEKTIFITAS TERAPI KOGNITIF DALAM PENURUNAN
KECEMASAN PADA REMAJA KORBAN *BULLYING*
Cep Yendi Supriadi¹, Eli Kurniasih², Anih Kurnia³**

Program Studi DIII Keperawatan STIKes Bakti Tunas Husada Tasikmalaya

Jl. Cilolohan Nomer 36 Tasikmalaya

Email : Cepyendi66@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : *Bullying* merupakan tindakan yang dilakukan sengaja oleh pelaku, yang dilakukan secara berulang-ulang dengan didasari adanya perbedaan yang mencolok, bagi korban yang mengalami *bullying*, kondisi ini menyebabkan dirinya mengalami kesakitan fisik dan psikologis, kepercayaan diri yang rendah, malu, trauma, tak mampu menyerang balik, merasa sendiri, serba salah, dan takut sekolah dimana mereka merasa tak ada yang menolong. Kondisi selanjutnya ditemukan bahwa korban kemudian mengasingkan diri dari sekolah atau menderita kecemasan sosial bahkan cenderung ingin bunuh diri, *Bullying* juga dapat terjadi dimana saja antara lain di sekolah kampus, tempat kerja, dunia maya, lingkungan politik dan lingkungan militer. **Tujuan** : Mengetahui efektifitas terapi kognitif dalam penurunan kecemasan pada remaja korban *bullying*. **Metode Penelitian** : Menggunakan metode review literature. Populasi artikel yang digunakan diperoleh dari berbagai *database* secara online *Google Scholer*, *Perpusnas* , *Science Direct*. Dengan jumlah 20 artikel yang relevan dalam kurun waktu 8 tahun terakhir 2014-2021. **Hasil penelitian** : Menunjukkan dari kesepuluh artikel terdapat hasil serupa dan berkaitan yaitu efektifitas terapi kognitif dalam penurunan kecemasan pada remaja korban *bullying*. **Kesimpulan** : Berdasarkan hasil yang didapatkan efektifitas terapi kognitif dalam penurunan kecemasan pada remaja korban *bullying* bahkan bisa meningkatkan harga diri. sehingga penggunaan terapi kognitif dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi keperawatan untuk mengatasi kecemasan pada korban *bullying*.

Kata kunci : Efektifitas terapi *kognitif*, kecemasan, remaja korban *bullying*