

Mengenal dan Mencegah Cyberbullying: Tantangan Dunia Digital

Atika Marlef^{1✉}, Masyhuri², Yuslenita Muda³

(1,2,3) Program Magister Psikologi, UIN Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia

✉ Corresponding author
[atikamarlef@gmail.com]

Abstrak

Cyberbullying merupakan Perundungan maya di platform digital yang bertujuan untuk menjatuhkan, mempermalukan, dan mengejek orang lain. Penelitian ini berfokus pada mengungkap fenomena *cyberbullying* di media sosial serta membahas terkait faktor, dampak, dan pencegahannya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (*library research*). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam fenomena *cyberbullying*, mengeksplorasi faktor-faktor penyebabnya, menganalisis dampak yang dihasilkannya, serta mengidentifikasi strategi pencegahan yang efektif. *Cyberbullying* adalah tindakan perundungan yang dilakukan secara berulang dan disengaja, seperti mengejek, mengganggu, serta merendahkan target di media sosial. Tindakan ini dapat menimbulkan dampak serius bagi korban, termasuk kecemasan, depresi, dan bahkan risiko bunuh diri. Upaya mencegah tindakan *bullying* di media media sosial dapat memaksimalkan sikap etika berinternet, peran orang tua lebih intensif, pihak kepolisian rutin melakukan kegiatan sosialisasi dan penyuluhan anti bullying, dan organisasi sosial.

Kata Kunci: *Cyberbullying, Media Sosial, Dampak, Faktor, Pencegahan.*

Abstract

Cyberbullying is Cyberbullying on digital platforms that aims to put down, humiliate and ridicule others. This research focuses on uncovering the phenomenon of cyberbullying on social media social media and discusses the factors, impacts, and prevention. This research uses the method of method (*library research*). This research aims to examine the phenomenon of cyberbullying in-depth, explore the factors that cause it, analyze its impact, and prevent it. These factors cause it to analyze its impact and identify effective prevention strategies. Identify effective prevention strategies. Cyberbullying is an act of bullying that is carried out repeatedly and intentionally, such as repeated and intentional acts of bullying, such as taunting, harassing, and demeaning the target on social media. on social media. It can have severe repercussions for the victim, including anxiety, depression, and even suicide risk. Efforts to prevent bullying on social media can maximize the attitude of internet ethics; the role of parents is more intensive, and the police routinely conduct anti-bullying socialization and counseling activities. Conduct anti-bullying socialization and counseling activities and social organizations.

Keyword: *Cyberbullying; Social Media; Impact, Factors; Prevention*

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi bagaikan pedang bermata dua. Di satu sisi, ia membawa kemudahan dan kelancaran dalam berbagai aspek kehidupan. Kasiyatno (2015) menjelaskan bahwa teknologi memudahkan aktivitas sehari-hari, mulai dari interaksi sosial dan budaya hingga bidang ekonomi, industri, dan pendidikan. Namun, di sisi lain, teknologi juga membuka celah bagi munculnya dampak negatif. Moore (2005) mencontohkan *cyberbullying* sebagai salah satu manifestasi dari sisi kelam teknologi.

Media sosial bagaikan alat bagi para pelaku *cyberbullying* untuk melakukan tindakan perundungan. Pelaku dapat dengan mudah menyebarkan konten kasar atau memposting foto yang menyinggung korban di berbagai platform media sosial. Tujuannya adalah untuk mengintimidasi dan merusak reputasi korban. Hal ini tentu saja membuat korban merasa terluka dan dipermalukan, sedangkan di sisi lain, pelaku merasa senang karena telah mencapai tujuan mereka (Utami & Baiti, 2018). Smith (dalam Monica dkk, 2015) menjelaskan bahwa *cyberbullying* merupakan tindakan penyalahgunaan teknologi informasi untuk merugikan, menyakiti, dan melecehkan orang lain secara berulang. Dampak dari *cyberbullying* ini tidak hanya terbatas pada rasa sakit hati, tetapi juga dapat menimbulkan kerusakan psikologis yang parah dan berkelanjutan bagi korban. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya *cyberbullying* dan mengembangkan strategi pencegahan serta intervensi yang efektif untuk melindungi para korban.

Alamsyah (2010) dalam artikel Info Psikologi yang dikutip oleh Maya (2015) menjelaskan bahwa *cyberbullying* adalah aksi perundungan yang dilakukan oleh anak-anak atau remaja kepada teman sebaya melalui media digital seperti media sosial, pesan singkat, dan game. *Cyberbullying* ini dapat terjadi melalui berbagai platform media digital, seperti penyebaran informasi yang bertujuan untuk menjatuhkan atau menyakiti korban. Salah satu contohnya adalah penyebaran informasi yang bertujuan untuk menjatuhkan atau mempermalukan korban. Penyebaran informasi ini dimungkinkan oleh teknologi dan budaya media sosial yang mendorong pengguna untuk membagikan informasi yang mereka dapatkan (Rahman, 2019). Meskipun teknologi ini dapat dimanfaatkan untuk kebaikan, namun tidak jarang juga disalahgunakan untuk mencelakai orang lain (Pratiwi & Pritanova, 2014). *Cyberbullying* dapat meninggalkan bukti digital yang dapat digunakan untuk menghentikan perilaku ini (Imani, dkk., 2021).

Cyberbullying telah menjelma menjadi momok bagi kesehatan mental masyarakat, khususnya remaja. Prevalensinya kian merajalela, menunjukkan peningkatan drastis dari tahun ke tahun. Sebuah studi di tahun 2019 mengungkap fakta bahwa 59% remaja di Amerika Serikat pernah menjadi korban *cyberbullying* di media internet. Perilaku ini tak pandang tempat, muncul di sekolah, lingkungan tempat tinggal, dan tak mengenal usia maupun jenis kelamin korban (Korua, 2015). Secara hukum, *cyberbullying* dikategorikan sebagai kejahatan yang dapat dilakukan secara sengaja maupun tidak disengaja. Bentuknya beragam, mulai dari fitnah, cemooh, kata-kata kasar, pelecehan, ancaman, hingga hinaan (Anshori, dkk., 2022). Di balik layar dunia maya, pelaku *cyberbullying* tergerak oleh niat jahat untuk merendahkan martabat dan mengintimidasi korban, demi memicu gangguan psikis. Model *bullying* terbaru ini kian berbahaya karena dapat dilakukan kapan saja, di mana saja, dan oleh siapa saja.

Cyberbullying bukan hanya menyakitkan secara fisik, tetapi juga meninggalkan luka psikis yang mendalam bagi korbannya (Huang dan Chou, 2010). Dampaknya pun tak hanya terbatas pada masalah psikologis, tetapi juga merambah ke ranah sosial dan kehidupan sehari-hari korban (Tokumaga, 2010). Lebih lanjut, Gimenez et al. (2015) mengungkapkan bahwa *cyberbullying* memiliki efek emosional yang berbeda pada korban, pelaku, dan kombinasi keduanya. Hinduja & Patchin (2008) menemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *cyberbullying* meliputi faktor individual, faktor sosial, dan faktor situasi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka, yang berarti mengumpulkan data dari berbagai sumber tertulis seperti buku, jurnal, artikel, dan karya ilmiah lainnya. Penulis melakukan pengembangan kajian teoritis dengan mengumpulkan informasi lebih lanjut, mengejar hubungan dari berbagai sumber, melakukan perbandingan, serta menyusun hasil berdasarkan data aktual (bukan dalam bentuk angka). Penelitian ini menggunakan berbagai sumber perpustakaan, termasuk buku dan jurnal ilmiah. Buku-buku tersebut berisi pemikiran dari berbagai ahli, sedangkan jurnal ilmiah berisi hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan.

Dalam karya oleh Narbuko Achmadi (2005), meskipun itu adalah penelitian, penelitian yang menggunakan studi literatur tidak selalu memerlukan kegiatan di lapangan atau interaksi langsung dengan responden. Informasi yang diperlukan untuk penelitian bisa ditemukan melalui referensi perpustakaan atau dokumen yang ada. Sesuai dengan pendapat Zed (2014), dalam penelitian pustaka, pencarian sumber-sumber perpustakaan tidak hanya sebagai langkah awal untuk

merancang kerangka penelitian (*research design*), tetapi juga sebagai cara untuk mengumpulkan data penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Internet

Internet atau Interconnected network memiliki pengertian berupasebuah rangkaian sistem jaringan yang dapat menghubungkan jaringan komputer satu dengan komputer yang lain dari penjuru dunia untuk dapat saling berhubungan dan berkomunikasi, melakukan tukar data serta sharing information antara satu sama lainnya (Jubilee Enterprise, 2010).

Berawal dari tahun 1960-an di US, hingga sampai saat ini dikenal dengan istilah kata World Wide Web(WWW), bermula digunakan khusus untuk pengembangan dan penelitian pertahanan militer US. Pada tahun 1967, Dr. Lawrence G. Roberts, yang dikenal sebagai pendiri internet, merancang dan mengembangkan model ARPANet (Advanced Research Projects Agency Network) (Zaenal Arifin. A, 2008).

Pada tahun 1979, ARPANET sudah diterapkan di universitas, dan aksesnya dilakukan secara komersial sebagai perubahan budaya global pada tahun 1994, hingga sampai saat ini media internet dimanfaatkan oleh institusi resmi pemerintahan serta sebagai penopang penelitian di universitas (Jerry Everand, 2000). Perkembangan internet merambah ke berbagai negara termasuk salah satunya Indonesia, tepatnya pada tahun 1995 sudah dapat diakses oleh masyarakat luas (Erhans Anggawirya, 2000).

Perkembangan internet sebagai fasilitas penunjang yang efektif bagi para penggunanya, baik dalam aktivitas penelitian, maupun perniagaan bahkan interaksi sosial pada umumnya, internet tidak pernah mengalami penurunan dari sisi pemakai maupun content yang ditampilkan. Terlepas banyaknya informasi yang disajikan dan menjadi bagian yang penting bagi sebagian pengguna, tak bisa dipungkiri internet sampai saat ini sudah menjadi kebutuhan primer bagi setiap orang. Salah satu yang menjadi perhatian dari pemanfaatan internet adalah dampak yang dihasilkan, baik dampak positif maupun dampak negatif yang muncul di kehidupan virtual maupun kehidupan nyata. Dampak dari adanya internet diantaranya:

Dampak positif

Internet sebagai media informasi online menjadi prioritas kebutuhan utama bagi sebagian orang dalam mencari informasi. Melalui teknologi yang terus dikembangkan internet mampu memberikan informasi secara luas, beranekaragam dan mudah dalam memperolehnya. Di era digital ini, internet tak hanya menjadi alat komunikasi online, tetapi juga menjelma menjadi media komunikasi cerdas melalui platform jejaring sosial. Kehadiran jejaring sosial membawa banyak pengaruh positif bagi berbagai aspek kehidupan, mulai dari ekonomi, sosial, hingga budaya. Komunikasi virtual melalui internet menjadi lebih mudah dan efektif. Selain itu, internet juga menghadirkan ragam hiburan menarik dan terkini yang dapat diakses kapanpun dan dimanapun, seperti game, film, dan musik. Hal ini tentu berbeda dengan media televisi yang memiliki jadwal tayang yang terbatas. (Annisa Rahmania, dkk., 2010).

Dampak negatif

Di balik segudang manfaatnya, internet juga menyimpan bahaya bagi penggunanya. Kemudahan akses informasi tak selalu membawa kebaikan. Konten pornografi yang dengan mudah beredar di internet dapat berakibat negatif. Kemudahan berjejaring dan berbisnis di internet pun tak luput dari celah kejahatan. Para penipu, hacker, dan penjahat lainnya dapat dengan mudah membobol akun dan mencuri informasi pribadi untuk berbagai aksi kriminal, seperti penipuan, pencurian data, dan eksploitasi. Kecanduan internet juga dapat membawa dampak buruk bagi perilaku seseorang, seperti menjadi acuh tak acuh terhadap lingkungan sekitar. Tak hanya itu, internet juga menjadi ruang bagi maraknya cybercrime, seperti pemalsuan, penipuan, pencurian data, pornografi online, cyberstalking, dan cyberbullying (Annisa Rahmania, dkk 2010).

Media Sosial

Media sosial bagaikan ruang digital yang memungkinkan kita untuk menjalin pertemanan dan bersosialisasi dengan orang lain melalui internet. Platform online ini memfasilitasi interaksi sosial antar penggunanya melalui teknologi berbasis web, mengubah komunikasi menjadi percakapan yang interaktif. Perkembangan pesat media sosial telah mengubah cara kita berkomunikasi saat ini. Munculnya web 2.0 membuka peluang bagi orang-orang untuk membangun hubungan sosial dan saling berbagi informasi (Nasrullah, 2015).

Paramitha (2013) mendefinisikan media sosial sebagai platform yang dirancang khusus untuk memfasilitasi interaksi sosial secara interaktif atau dua arah. Media sosial memanfaatkan teknologi internet, yang mengubah pola penyebaran informasi dari satu arah menjadi banyak arah, memungkinkan komunikasi dan pertukaran informasi antar banyak orang secara simultan.

Purnama (2011) mengidentifikasi beberapa karakteristik unik media sosial, yaitu: 1) Jangkauan luas: Media sosial dapat menjangkau khalayak dari skala kecil hingga global, memungkinkan interaksi dan koneksi tanpa batas geografis. 2) Akses mudah: Media sosial dapat diakses dengan mudah dan murah oleh siapa saja, sehingga membuka peluang partisipasi yang lebih luas bagi masyarakat. 3) Penggunaan sederhana: Media sosial dirancang dengan kemudahan penggunaan, bahkan bagi mereka yang tidak memiliki keahlian teknologi khusus. 4) Informasi terkini: Media sosial memungkinkan penyebaran informasi secara cepat dan real-time, sehingga memungkinkan respons dan interaksi yang lebih dinamis. 5) Konten permanen: Interaksi dan informasi di media sosial umumnya bersifat permanen dan dapat diakses kembali, sehingga menciptakan jejak digital yang berkelanjutan.

Badrul et al. (2015) mengidentifikasi tujuh jenis media sosial yang populer saat ini, meskipun perkembangan dan perubahan terus terjadi. Berikut adalah beberapa contohnya: 1) Jejaring sosial: Platform seperti Facebook, Instagram, dan TikTok memungkinkan pengguna untuk membuat profil pribadi, terhubung dengan teman, dan berbagi informasi dan konten. 2) Blog: Blog adalah jurnal online yang memungkinkan pengguna untuk berbagi tulisan, gambar, dan video secara berkala. Konten terbaru biasanya ditampilkan di halaman depan blog. 3) Wiki: Wikipedia dan ensiklopedia online lainnya adalah contoh wiki, di mana pengguna dapat berkolaborasi untuk membuat dan mengedit konten. Wiki berfungsi sebagai dokumen atau database kolektif. 4) Podcast: Podcast bagaikan radio online yang menyediakan file audio dan video yang menarik untuk didengarkan atau ditonton. Pengguna dapat mengunduh atau memutar streaming podcast secara gratis melalui berbagai layanan, seperti iTunes dari Apple. Nikmati konten podcast yang beragam, mulai dari berita, edukasi, hiburan, hingga obrolan menarik dengan para ahli dan figur ternama. 5) Forum online: Forum online bagaikan papan diskusi virtual yang memungkinkan para penggunanya untuk bertukar pikiran, berinteraksi, dan berbagi informasi seputar topik dan minat tertentu. Jauh sebelum era media sosial, forum online telah menjadi wadah bagi komunitas online yang kuat dan populer hingga saat ini. Di forum online, Anda dapat menemukan berbagai diskusi menarik, mulai dari membahas hobi, mencari solusi masalah, hingga mengikuti perkembangan terkini dalam bidang tertentu. 6) Komunitas konten: Komunitas konten bagaikan galeri online yang memungkinkan para penggunanya untuk mengelola dan membagikan berbagai jenis konten menarik. Di platform seperti Flickr (berbagi foto), Delicious (tautan bookmark), dan YouTube (video), Anda dapat menemukan berbagai karya kreatif, mulai dari foto-foto indah, artikel-artikel informatif, hingga video-video menghibur. 7) Microblogging: Microblogging, seperti platform Twitter, menggabungkan konsep jejaring sosial dan blog. Pengguna dapat membagikan teks singkat (update) secara online dan melalui jaringan ponsel. Twitter menjadi platform microblogging terdepan yang memungkinkan pengguna untuk terhubung dengan dunia, berbagi informasi aktual, dan mengikuti perkembangan terkini dengan mudah dan cepat.

Cyberbullying

Patchin dan Hinduja (2015) menjelaskan bahwa *cyberbullying* adalah perilaku negatif yang dilakukan dengan sengaja dan berulang melalui media elektronik. Hal ini bisa berupa pengiriman pesan teks yang kasar, menyebarkan gambar yang memalukan, atau melontarkan ancaman kepada orang lain. Menurut Willard (2005) menjelaskan juga bahwa *cyberbullying* merupakan tindakan agresif yang dilakukan dengan sengaja untuk menyakiti orang lain melalui internet atau teknologi

digital, tindakan ini dilakukan dengan cara mengirimkan atau menyebarkan konten berbahaya, seperti pesan teks yang kasar, gambar yang memalukan, atau ancaman. Kowalski, dkk (2014) menambahkan bahwa *cyberbullying* dapat terjadi pada siapa saja, termasuk orang yang tidak dapat dengan mudah membela diri. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran dan edukasi tentang *cyberbullying* agar dapat dicegah dan diatasi.

Cyberbullying adalah perilaku negatif yang dilakukan di dunia maya, seperti ejekan, ancaman, atau pelecehan, yang dapat menyebabkan depresi bagi korbannya (Muhlischotin, 2017). *Cyberbullying* dapat dilakukan melalui berbagai platform online, seperti media sosial, email, atau pesan instan. Pelaku *cyberbullying* biasanya anak-anak atau remaja, dan mereka dapat menyembunyikan identitas mereka sehingga korban tidak dapat melawan. Hal ini membuat *cyberbullying* menjadi bentuk perundungan yang berbahaya dan traumatis bagi korbannya. Salah satu bahaya utama *cyberbullying* adalah kemudahan bagi pelaku untuk menyembunyikan identitas mereka, hal ini yang membuat pelaku lebih mudah untuk menyerang korban tanpa harus melihat reaksi fisik korban secara langsung. (Fanani & Dirgayunita, 2021).

Jenis-jenis Cyberbullying

Willard (2005) mengklasifikasikan *cyberbullying* menjadi tujuh bentuk, yaitu: 1). Amarah (Flaming): Pelaku menyerang korban dengan kata-kata kasar melalui pesan, media sosial, atau forum online untuk menghina dan mempermalukan mereka. 2). Pelecehan (Harassment): Pelaku secara terus menerus mengganggu korban melalui berbagai platform online, seperti pesan teks, email, atau komentar media sosial. Gangguan ini dapat berupa ancaman, ejekan, atau hinaan. 3). Fitnah atau Pencemaran Nama Baik (Denigration): Pelaku menyebarkan informasi palsu atau memfitnah korban dengan tujuan merusak reputasi mereka. Hal ini dapat dilakukan melalui media sosial, email, atau forum online. 4). Peniruan (Impersonation): Pelaku menyamar sebagai korban di media sosial atau platform online lainnya. Tujuannya adalah untuk mengirimkan pesan atau konten yang memalukan atau berbahaya atas nama korban. Hal ini dapat merusak reputasi korban dan membuat mereka merasa terancam. 5). Tipu Daya (Outing and Trickey): Outing: Pelaku menyebarkan rahasia atau informasi pribadi korban tanpa persetujuan mereka. Hal ini dapat berupa foto, video, atau informasi lain yang memalukan. Trickery: Pelaku menipu korban untuk mendapatkan informasi pribadi mereka, seperti foto atau video, yang kemudian disebarkan tanpa persetujuan korban. 6). Pengucilan (Exclusion): Pelaku dengan sengaja mengucilkan korban dari kelompok online atau forum diskusi. Hal ini dapat dilakukan dengan cara tidak mengundang korban ke grup, menghapus mereka dari daftar teman, atau menyebarkan rumor tentang mereka. 7). Penguntitan di Media Sosial (Cyberstalking): Pelaku secara terus menerus mengikuti dan memantau aktivitas korban di media sosial. Hal ini dapat disertai dengan pengiriman pesan yang mengganggu, mengancam, atau mengintimidasi korban.

Patchin dan Hinduja (2015) mengidentifikasi empat aspek utama *cyberbullying*, yaitu: 1). Pengulangan (Repetition) : Merupakan elemen penting dalam intimidasi online. Sering dilakukan di dunia maya dan membuat korban merasa terganggu. Memberikan efek berkelanjutan pada korban. 2). Niat atau Maksud (Intention): Niat atau maksud ditentukan oleh kesengajaan pelaku untuk merugikan korban. Niat jahat ini dapat dilihat dari tindakan dan kata-kata pelaku. Dampak yang ditimbulkan dapat bersifat fisik, sosial, psikologis, atau emosional. 3). Membahayakan (Harm): Mencakup berbagai jenis kerugian yang dialami korban. Kerugian ini dapat bersifat fisik, seperti luka atau cedera. Kerugian juga dapat bersifat non-fisik, seperti kerusakan reputasi, tekanan emosional, atau trauma psikologis. 4). Ketidakseimbangan kekuatan (Imbalance of Power): Terjadi ketika pelaku memiliki kekuatan lebih besar daripada korban. Ketidakseimbangan ini dapat berupa kekuatan fisik, sosial, atau emosional. Hal ini membuat korban lebih rentan terhadap perundungan dan sulit untuk melawan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi Cyberbullying

Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *cyberbullying* dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal, baik dari sisi pelaku maupun korban (Geofani, 2019). Faktor internal: 1) Iri: Pelaku *cyberbullying* didorong oleh rasa iri dan cemburu terhadap pencapaian atau kebahagiaan orang lain. Mereka melampiaskan rasa iri ini dengan komentar negatif, hinaan,

fitnah, dan berita bohong tentang korban di media sosial. 2) Buruk sangka: Pelaku *cyberbullying* menuduh korban tanpa dasar dan bukti yang kuat. Tuduhan tak berdasar ini dapat mencemarkan nama baik dan menjadi pemicu *cyberbullying*. 3) Memiliki masalah pribadi: Pelaku *cyberbullying* mungkin memiliki masalah pribadi yang membuat mereka merasa tidak berdaya. Mereka melampiaskan rasa frustrasi dan ketidakberdayaan ini dengan menyerang orang lain melalui *cyberbullying*. 5) Pernah menjadi korban *bullying*: Pelaku *cyberbullying* mungkin pernah menjadi korban *bullying* di masa lalu. Pengalaman ini membuat mereka ingin menunjukkan kekuatan dengan membully orang lain.

Faktor Eksternal: 1) Faktor keluarga: Pola asuh orang tua yang otoriter (kurang kasih sayang, disiplin tinggi, kontrol ketat) atau permisif (terlalu memanjakan, kurang kontrol) dapat mendorong anak untuk melakukan *cyberbullying*. 2) Faktor pertemanan: Pengaruh teman sebaya sangat kuat dalam mendorong seseorang menjadi pelaku *cyberbullying*. Seseorang yang tidak memiliki banyak teman atau dikelilingi oleh teman-teman yang negatif lebih rentan melakukan *cyberbullying*. Di sisi lain, teman yang positif dapat membantu korban *cyberbullying* untuk keluar dari masalahnya.

Li (2010) mengidentifikasi beberapa faktor yang dapat menjadi indikator penting dalam terjadinya *cyberbullying*, yaitu: 1) *Bullying Tradisional*: Penelitian menunjukkan bahwa *cyberbullying* dapat berawal dari *bullying* yang terjadi secara langsung di dunia nyata. Pelaku *bullying* tradisional dapat menggunakan dunia maya sebagai sarana baru untuk menghina dan menindas korban. 2) Jenis Kelamin: Berdasarkan beberapa penelitian, laki-laki lebih cenderung melakukan *cyberbullying* dibandingkan perempuan. Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan norma sosial dan budaya terkait agresivitas antar kedua gender. 3) Budaya: Budaya di mana seseorang tinggal dapat memengaruhi sikap dan perilakunya terhadap *cyberbullying*. Budaya yang lebih toleran terhadap agresivitas dan kurang menghargai empati terhadap orang lain berisiko lebih tinggi memicu *cyberbullying*. 4) Penggunaan Internet: Intensitas penggunaan internet seseorang dapat menjadi faktor risiko *cyberbullying*. Semakin sering seseorang menggunakan internet, semakin tinggi kemungkinan mereka untuk terlibat dalam *cyberbullying*, baik sebagai pelaku maupun korban.

Kowalski (2008) mengidentifikasi lima faktor utama yang berkontribusi terhadap *cyberbullying*, yaitu: 1) *Bullying Tradisional*: Menjadi korban atau pelaku *bullying* di dunia nyata meningkatkan kemungkinan seseorang untuk melakukan *cyberbullying*. Pelaku *bullying* tradisional mungkin menggunakan platform online untuk memperpanjang perundungan mereka. 2) Karakteristik Kepribadian: Seseorang dengan tingkat agresivitas yang tinggi, kurang empati, dan kontrol diri yang lemah, serta mudah marah, lebih berisiko melakukan *cyberbullying*. Karakteristik ini dapat membuat mereka mudah terpancing untuk menyerang orang lain di dunia maya. 3) Persepsi terhadap Korban: Pelaku *cyberbullying* mungkin menargetkan korban berdasarkan persepsi mereka terhadap karakteristik atau sifat korban. Mereka mungkin menganggap korban sebagai orang yang "lemah", "mudah diintimidasi", atau "pantas di-bully". 4) *Strain* (Ketegangan Psikologis): Kondisi stres atau ketegangan psikis yang ditimbulkan dari hubungan interpersonal yang negatif dapat mendorong seseorang untuk melakukan *cyberbullying*. Rasa marah, frustrasi, dan ketidakberdayaan akibat stres dapat dilampiaskan dengan menyerang orang lain di dunia maya. 5) Interaksi Orang Tua: Minimnya pengawasan orang tua terhadap aktivitas online anak dapat meningkatkan risiko terjadinya *cyberbullying*. Orang tua yang tidak menyadari atau kurang peduli dengan aktivitas online anak mereka lebih rentan terhadap perilaku *cyberbullying* yang mungkin dilakukan oleh anak mereka.

Dwipayana, dkk (2022) mengidentifikasi beberapa faktor yang mendasari perilaku *bullying* di media sosial, antara lain: 1) Rasa Iri: Pelaku *bullying* dipicu oleh rasa iri terhadap pencapaian atau kebahagiaan pengguna media sosial lain. Mereka ingin menjatuhkan orang lain untuk merasa lebih superior. 2) Balas Dendam: Pelaku mungkin melakukan *bullying* sebagai bentuk balas dendam atas perundungan yang mereka alami sebelumnya. Mereka ingin melampiaskan rasa sakit dan kemarahan mereka kepada orang lain. 3) Agresivitas: Pelaku *bullying* memiliki sifat agresif dan suka mencari masalah. Mereka merasa puas dengan tindakan mereka dan menggunakan *bullying* sebagai cara untuk melampiaskan agresivitas mereka.

Peran dalam Cyberbullying

Kowalski (Sarah Nurul, 2019) menjelaskan bahwa fenomena cyberbullying melibatkan beberapa pihak, yaitu: 1) Pelaku (*Cyberbully*): Individu atau kelompok yang melakukan cyberbullying. Cenderung temperamen, impulsif, mudah frustrasi, dan kesulitan mengikuti aturan. 2) Korban (*Cybervictim*): Individu atau kelompok yang menjadi sasaran cyberbullying. Mereka biasanya pendiam, berhati-hati, sensitif, mudah menangis, cemas, depresi, dan takut tersakiti. Mereka juga memiliki harga diri dan kepercayaan diri yang rendah. 3) Pelaku dan Korban (*Cyberbully-Victim*): Individu yang melakukan dan juga menerima cyberbullying. Cenderung mudah emosi, menyerang balik saat dihina, dan memiliki pengendalian diri, kompetensi sosial, dan depresi yang lebih buruk dibandingkan peran lainnya. 4) Pengamat (*Not Involved*): Individu yang tidak terlibat dalam cyberbullying, hanya sebagai pengamat.

Dampak CyberBullying

Ruliyatin & Ridhowati (2021) menjelaskan bahwa cyberbullying dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada korban, yang dikategorikan menjadi 4, yaitu: 1) Dampak Emosi Negatif: Seperti depresi, kecemasan, malu, dendam, sedih, kesal, marah, tidak nyaman, dan merasa terancam. Jika berkelanjutan, dapat mengakibatkan rasa putus asa, rendah diri, sulit beradaptasi, mengisolasi diri, dan bahkan bunuh diri. 2) Dampak Fisik: Seperti susah tidur, sakit kepala, mengantuk di pagi hari, mata memerah, berkantung mata, mata sakit, mual, dan hilangnya nafsu makan. 3) Dampak Psikososial: Seperti merasa terisolasi (menjauhi teman, kesepian, terasingkan, mengurung diri). Serta dikucilkan, ditolak secara sosial, dan memiliki kecenderungan berperilaku kekerasan reaktif. 5) Dampak Akademis: Kesulitan berkonsentrasi, penurunan prestasi akademik, tidak berani berangkat sekolah, tidak semangat beraktivitas, dan tidak mau melanjutkan sekolah.

Berikut adalah penjelasan dampak bagi Pelaku Dan Korban Cyberbullying (Anshori, dkk., 2022): Dampak bagi Korban: Penarikan diri dari lingkungan sosial: Korban cyberbullying mungkin menarik diri dari teman, keluarga, dan kegiatan sosial karena merasa malu, terhina, dan tidak aman. Isolasi dan pengucilan: Korban cyberbullying bisa merasa dikucilkan dan terasingkan dari lingkungan sekitar, yang dapat memperparah dampak emosional dan mental. Gangguan kesehatan fisik dan mental: Cyberbullying dapat menyebabkan depresi, kecemasan, stres, dan bahkan keinginan bunuh diri pada korban. Korban juga mungkin mengalami gangguan fisik seperti sakit kepala, kelelahan, dan perubahan nafsu makan.

Dampak bagi Pelaku: Dampak psikologis jangka panjang: Tindakan bullying tidak hanya merugikan korban, tetapi juga dapat memberikan dampak psikologis jangka panjang bagi pelaku jika tidak ditangani dengan tepat. Kesulitan dalam membangun hubungan: Pelaku bullying berisiko tumbuh menjadi individu yang tidak bahagia dan mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial maupun romantis karena pola perilaku agresif dan kurangnya empati, dan Masalah pengendalian emosi: Pelaku bullying cenderung memiliki masalah dalam mengendalikan emosi mereka, yang dapat menyebabkan agresi dan perilaku kekerasan di masa depan.

Upaya Pencegahan Cyberbullying

Sakban, dkk (2018) mengemukakan beberapa strategi untuk mencegah cyberbullying di media sosial, meliputi: 1) Etika berinternet (*Netiquette*): Mendorong penggunaan internet yang beretika dan bertanggung jawab. Memahami dan menerapkan pedoman Netiquette dalam berkomunikasi online. Menghormati privasi dan hak orang lain di internet. Menghindari penyebaran informasi yang salah, provokatif, dan berpotensi menyinggung (Surniandari, 2018). 2) Peran orang tua,

Meningkatkan pengawasan dan kontrol terhadap penggunaan internet anak. Memberikan edukasi tentang bahaya cyberbullying dan cara menghindarinya. Membangun komunikasi terbuka dan saling percaya dengan anak. Menjadi contoh yang baik dalam menggunakan internet secara bertanggung jawab. 1) Melakukan kegiatan sosialisasi dan penyuluhan anti bullying di sekolah, kampus/instansi dan masyarakat: a) Mengadakan seminar dan workshop tentang cyberbullying di sekolah, kampus, dan komunitas. Melibatkan aparat sipil kepolisian, akademisi, dan pelajar dalam kegiatan sosialisasi. b) Memberikan pelatihan kepada guru, dosen, dan orang tua tentang cara

mengenali dan menangani cyberbullying, dan c) Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan cyberbullying.

Upaya Tambahan berupa melibatkan organisasi sosial dalam upaya pencegahan cyberbullying, meningkatkan kerjasama antara berbagai pihak terkait, seperti sekolah, keluarga, dan Masyarakat, membuat regulasi yang tegas untuk memerangi cyberbullying, dan mengembangkan teknologi yang dapat membantu mendeteksi dan mencegah cyberbullying.

SIMPULAN

Cyberbullying adalah bentuk kekerasan yang dilakukan melalui media sosial, pesan singkat, game, dan platform online lainnya. Fenomena ini melibatkan perilaku agresif yang bertujuan untuk menghina, mempermalukan, dan merusak reputasi korban. Dampak dari cyberbullying sangat merusak, baik secara emosional maupun psikologis, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental korban dalam jangka panjang. Perkembangan teknologi dan budaya di media sosial telah mempermudah penyebaran informasi, yang dapat digunakan baik untuk hal positif maupun negatif. Jejak digital yang ditinggalkan oleh pelaku cyberbullying dapat digunakan sebagai bukti untuk menghentikan perilaku ini. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran tentang bahaya cyberbullying dan mengembangkan strategi pencegahan serta intervensi yang efektif untuk melindungi korban.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa Rahmania, & dkk. (2010). Internet Sehat. *Penebar Plus*, Depok.
- Anshori, I. F., Hidayatulloh, S., Dewi, A. S., Viargi, R., & Yulianti, S. (2022). *Fenomena Cyber Bullying Dalam Kehidupan Remaja*.
- Dwipayana, N. L. A. M., Setiyono, S., & Pakpahan, H. (2020). Cyberbullying di media sosial. *Bhirawa Law Journal*, 1(2), 63-70.
- Geofani, D. (2019). Pengaruh cyberbullying body shaming pada media sosial instagram terhadap kepercayaan diri wanita karir di Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 6(2), 1-15.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2008). Cyberbullying: An exploratory analysis of factors related to offending and victimization. *Deviant behavior*, 29(2), 129-156.
- Imani, F. A., Kusmawati, A., & Tohari, M. A. (2021). Pencegahan kasus cyberbullying bagi remaja pengguna sosial media. *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services*, 2(1), 74-83.
- Kasiyatno, k. (2015). *Agresi Perkembangan Teknologi Informasi*. Jakarta: Prenada Media Grup.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2013). Psychological, Physical, and Academi Correlates Of Cyberbullying And Traditional Bullying. *Journal of Adolescent Health*, 53(1), S13-S20.
- Maya, N. (2015). Fenomena cyberbullying di kalangan pelajar. *JISIP, Jurnal ilmu sosial dan ilmu politik*, 443-450.
- Moore, R. (2005). *Cybercrime: Investigating High-Technology Computer Crime*. Mississippi: Anderson Publishing.
- Nasrullah, R. (2015). *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Pratiwi, N., & Pritanova, N. (2014). Pengaruh Literasi Digital terhadap Psikologi Anak dan Remaja. *jurnal ilmiah studi pendidikan bahasa dan sastra indonesia*, 11-24.
- Rahman, M. A. (2019). Nilai, Norma dan Keyakinan Remaja Dalam Menyebarkan Informasi sehari-hari Di Media Sosial. *JlPI, Jurnal Ilmu Perpustakaan dan Informasi*, 68-83.
- Ruliyatin, E., & Ridhowati, D. (2021). Dampak cyber bullying pada pribadi siswa dan penanganannya di era pandemi Covid-19. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 5(1), 1-5.
- Sakban, A., Sahrul, S., Kasmawati, A., & Tahir, H. (2018). Tindakan bullying di media sosial dan pencegahannya. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 2(3).
- Siroj, M., & Zulfa, A. (2024). Dampak Cyberbullying Pada Remaja di Media Sosial. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 1(2), 1124-1130.

- Surniandari, A. (2018). Hatespeech Sebagai Pelanggaran Etika Berinternet Dan Berkomunikasi Di Media Sosial. *Simnasiptek* 2017, 1(1), 137–142.
- Utami, A. S. F., & Baiti, N. (2018). Pengaruh media sosial terhadap perilaku cyberbullying pada kalangan remaja. *Cakrawala-Jurnal Humaniora*, 18(2), 257-262.
- Zaenal Arifin. A. (2008). *Computer Started Guide: Mari Mengenal Internet*. ANDI, Yogyakarta.