



Fenomena Cyber Bullying pada Remaja dan Upaya Pencegahannya

Dania Salsabilah Azzahra¹

¹ Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

E-mail: ¹ daniazaahra@gmail.com

Riwayat Artikel: Diajukan: 12 Mei, 2024 Diterima: 13 Juni, 2024 Dipublikasikan: 29 Juni, 2024

Keywords:

Social Media;
Delinquency;
Teenagers;
Cyberbullying;

Abstract:

This article discusses the phenomenon of cyberbullying among teenagers and efforts to prevent it. Cyberbullying is a form of intimidation conducted through digital media, including the spread of false news, inappropriate photos or videos, harsh messages that harm the victim. This phenomenon has become increasingly prevalent with the advancement of technology and the widespread use of social media among teenagers. Teenagers often fall into cyberbullying due to egocentrism, where they tend to underestimate the impact of their action on others. Additionally, the lack of supervision from parents and unsupportive social environments further exacerbate this situation. The impact of cyberbullying is very serious, including psychological issues such as decreased self-esteem and self-confidence, as well as physical problems such as prolonged stress and headaches. To address these issues, collaborative efforts between the government, families, and educational institutions are needed. Education about the dangers of cyberbullying and awareness campaigns in the community are also important. Guidance and reinforcement of moral values from an early age can help teenagers understand the negative impact of their behavior and reduce the incidence of cyberbullying.

Kata Kunci

Media Sosial
Kenakalan
Remaja
Cyberbullying

Abstract:

Artikel ini membahas fenomena cyberbullying di kalangan remaja dan upaya pencegahannya. Cyberbullying adalah bentuk intimidasi yang dilakukan melalui media digital, termasuk penyebaran berita bohong, foto atau video tidak senonoh, serta pesan kasar yang merugikan korban. Fenomena ini semakin marak terjadi seiring dengan perkembangan teknologi dan penggunaan media sosial yang luas di kalangan remaja. Remaja sering kali terjerbal cyberbullying karena egosentrisme, dimana mereka cenderung meremehkan dampak perbuatannya terhadap orang lain. Selain itu, kurangnya pengawasan dari orang tua dan lingkungan sosial yang kurang mendukung turut memperparah situasi ini. Dampak cyberbullying ini sangat serius, mencakup masalah psikologis seperti penurunan harga diri dan kepercayaan diri, serta masalah fisik seperti stres dan sakit kepala yang berkepanjangan. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan upaya kolaboratif antara pemerintah, keluarga, dan lembaga pendidikan. Edukasi tentang bahaya cyberbullying dan kampanye kesadaran di masyarakat juga sangat penting. Pendampingan dan penguatan nilai moral sejak dini dapat membantu remaja memahami dampak negatif dari perilaku mereka dan mengurangi insiden cyberbullying.

Pendahuluan

Kenakalan-kenakalan yang dilakukan oleh remaja yang umurnya di bawah 17 tahun sangatlah beragam, dimulai dari pencurian, bolos sekolah, minum minuman yang mengandung alkohol, merokok, perjudian, perilaku bullying, dan masih banyak lagi

kenakalan-kenakalan yang dilakukan oleh remaja. Peran orang tua sangat dipertanyakan jika ada anak yang sudah terjerumus ke dalam masalah maupun lingkungan yang kurang baik pada fase remaja. Kurangnya motivasi, dukungan, lingkungan maupun pola asuh yang kurang baik menjadi alasan mengapa para remaja berbuat perilaku nakal ataupun menyimpang. Orang tua yang sudah bisa menjalankan perannya sebagai teman yaitu orang tua yang menjadikan anak sebagai sahabat, dengan selalu mencurahkan perhatian dan memberikan tanggung jawab yang penuh, menjadikan sang anak tidak perlu mencari perhatian maupun motivasi di lingkungannya yang lain (Pratiwi, 2019). Dikatakan Nielsen (2011) dalam (Bulu et al., 2019) bahwa laki-laki dan perempuan mempunyai persentase persen yang berbeda. Di kalangan anak, penerobosan tv mencapai 98%, penerobosan tv umumnya hanya 95%. Laki-laki yang menonton tv lebih banyak dari perempuan yaitu 51% dan perempuan 49%. Dapat dikatakan bahwa menonton tv juga menjadi salah satu penyebab terjadinya perilaku bullying, jika yang ditonton seorang anak tidak sesuai dengan umurnya dan tidak memilah film yang ia tonton.

Di masa kini, perilaku bullying sangat sering terjadi di masyarakat sekitar kita terutama lingkungan remaja. Bullying berasal dari kata serapan dalam bahasa inggris (bully) yang artinya menggertak atau mengganggu. Bullying adalah hasrat untuk menyakiti, bullying juga memiliki dampak yang buruk bagi pihak pihak yang terlibat terutama pada korban. Beberapa waktu belakangan ini, banyak sekali berita tentang kasus bullying yang terjadi. Dampak bullying tidak hanya terjadi kepada korban bullying saja, tetapi juga pada pelaku. Siswa yang mengalami perlakuan tidak menyenangkan atau bullying di sekolah, menyebabkan turunnya harga diri dan kepercayaan dirinya (Rizqi, 2019). Percaya diri yang rendah menyebabkan individu tidak berani mengutarakan perasaannya atau mengadukan perlakuan tidak enak yang ia dapatkan. Dampak fisik yang dialami korban adalah mengalami sakit kepala, sakit dada, luka memar luka tergores, luka benda tajam, dan sakit fisik lainnya (Bulu et al., 2019).

Perilaku bullying juga dapat disebabkan karena remaja memiliki egosentrisme yang tinggi. Di masa-masa remaja, seorang individu cenderung bersifat meremehkan sesuatu seperti meremehkan masalah, meremehkan kemampuan orang lain sehingga terlihat sombong dan bertindak gegabah (Agisyaputri et al., 2023). Seiring dengan perkes mbanan fisik dan mental, egosentrisme pada remaja dapat menghasilkan berbagai perilaku dan sikap. Misalnya, mereka mungkin cenderung lebih egois dan kurang berempati terhadap perasaan orang lain. Selain itu, egosentrisme pada remaja juga dapat tercermin dalam perilaku impulsif dan keputusan yang kurang dipikirkan dengan baik. Remaja cenderung mengejar kepuasan semata tanpa memikirkan konsekuensi jangka panjangnya. Selain itu, egosentrisme pada remaja juga berdampak pada pengambilan keputusan yang tidak bijaksana, hal ini dapat menimbulkan resiko remaja terlibat dalam perilaku yang beresiko seperti mengkonsumsi alkohol, meminum obat-obatan terlarang, perilaku seksual, atau perilaku agresif lainnya.

Remaja yang mengalami egosentrisme yang tidak seimbang mungkin lebih cenderung untuk mencari dan mengejar kekuasaan agar menjadi dominasi dalam hubungan sosial.

Mereka mungkin merasa superior dan berhak untuk mengontrol orang lain, serta tak peduli terhadap perasaan dan kebutuhan korban. Selain itu, egosentrisme juga dapat menyebabkan remaja sulit untuk memahami perspektif korban atau merasakan empati terhadap kondisi mereka. Mereka bisa saja tidak menyadari dampak negatif yang mereka sebabkan dari tindakan bullying dan dapat terus berlanjut tanpa adanya rasa beasal atau penyesalan. Tetapi, sifat egosentrisme pada remaja juga merupakan bagian dari proses perkembangan yang normal, dan jika didampingi dengan dukungan dan bimbingan yang tepat, remaja dapat belajar mengatasi egosentrisme dan berkembang menjadi individu yang lebih dewasa. Namun, egosentrisme bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi perilaku bullying. Ada banyak faktor lainnya yang juga menyebabkan individu menjadi pelaku dalam tindakan bullying.

Tidak hanya bullying secara fisik, perilaku bullying secara verbal pun sering terjadi melalui media sosial. Perilaku tersebut dinamakan cyberbullying, dimana pelaku melakukan aksi-aksinya seperti menyebarkan berita hoax tentang korbannya, menyebarkan video, maupun foto tidak senonoh ke jejaring media sosial. Cyberbullying merupakan tindakan untuk melecehkan, mengejek, dan mempermalukan orang lain di media sosial. Perilaku ini juga termasuk tindakan mengirim pesan yang kasar, mengirim pesan, foto, maupun video yang bersifat seksual, mengirim kebohongan yang dapat merugikan seseorang. Cyberbullying sering terjadi pada masyarakat terutama remaja di Indonesia. Sudah banyak upaya dilakukan agar mencegah cyberbullying, tetapi perilaku cyberbullying masih saja terus terjadi hingga saat ini. Salah satu alasan cyberbullying masih terus terjadi adalah perkembangan teknologi yang semakin pesat dan semakin tidak terkontrol. Beberapa alasan cyberbullying terjadi ialah untuk; membalas dendam, komunikasi palsu, stress pada perilaku, persepsi, pola asuh yang salah, dan faktor individual.

Pelaku cyberbullying memiliki persepsi bahwa tindakan yang ia lakukan dapat dimaklumi, pelaku condong mempunyai persepsi bahwa cyberbullying adalah aktivitas yang menyenangkan. Berbeda dengan persepsi korban, korban memiliki persepsi bahwa cyberbullying sama sekali tidak dapat dibenarkan maupun dimaklumi perilakunya. Salah satu faktor penting yang mempengaruhi banyaknya tindakan cyberbullying adalah anonimitas atau sang pelaku bersifat anonim (tidak diketahui identitasnya) sehingga pelaku mampu melecehkan korban atau mengganggu korban selama 24 jam (Mawardah & Adiyanti, 2014). Media sosial dapat membuat individu kehilangan kontrol diri, kemampuan untuk berpikir secara bijak dan dapat membuat individu terbawa kepada hal-hal yang tidak baik (Iskandar Yahya Arulampalam Kunaraj P.Chelvanathan, 2023). Kesadaran bagi para remaja juga memiliki peran penting dalam upaya menindak kasus cyberbullying, tetapi dukungan sosial juga penting bagi para korban, karena dengan dukungan sosial yang terpenuhi, akan menciptakan perasaan dicintai dan diperhatikan, sehingga akan berdampak positif pada individu tersebut (Rizqi, 2019). Kondisi Psikologis yang baik akan menyebabkan korban dampak bullying akan bisa melaporkan atau mengadukan kejadian tersebut kepada orang tua atau orang yang ia percaya.

KPAI mencatat selama 9 tahun, dari 2011 hingga 2019 terdapat 37.381 pengaduan terkait kekerasan terhadap anak. Dari jumlah tersebut, 2.473 laporan adalah kasus bullying, baik di lingkungan pendidikan maupun di media sosial, dengan tren yang terus meningkat. Cyberbullying menjadi fenomena baru, terutama di kalangan pelajar. Estimasi jumlah remaja yang mengalami perilaku cyberbullying di Indonesia sangat tinggi. Survei global yang dilakukan oleh Ipsos dan melibatkan 18.687 orang tua dari 24 negara, termasuk Indonesia, menemukan bahwa sebanyak 12% orang tua melaporkan anak mereka mengalami cyberbullying, dengan 60% dari kasus tersebut terjadi di jejaring sosial seperti Facebook. Di Indonesia sendiri, sebanyak 14% orang tua yang melakukan responden survei ini melaporkan anak mereka pernah mengalami cyberbullying, dan 53% menyatakan mengetahui bahwa anak-anak di komunitas mereka pernah menjadi korban cyberbullying (Rifauddin, 2016) dalam (Al Adawiah & Esther Masri, 2022).

Masa remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Sama seperti perkembangan yang terjadi di masa kanak-kanak, perkembangan pada remaja diwarnai oleh interaksi antara faktor genetik, biologis, lingkungan, dan sosialnya (Life-Span J-1). Pubertas (puberty) adalah hal umum yang terjadi di masa remaja, dimana fisik seorang remaja akan berubah dan berlangsung secara cepat, yang melibatkan hormonal dan tubuh. Pada sebagian besar anak laki-laki, pubertas mulai terjadi pada 10-13 tahun dan berakhir paling awal pada umur 13 tahun lalu berakhir paling lambat di usia 17 tahun. Sedangkan pada anak perempuan, pubertas mulai terjadi pada umur 9-15 tahun (Life-Span J-1). Bisa dilihat kalau pubertas seorang remaja lebih cepat dimulai dan berakhir dibandingkan pubertas seorang remaja laki-laki. Badan Pusat Statistik (BPS) memperkirakan terdapat 65,82 juta pemuda di Indonesia pada 2022. Jumlah itu setara dengan 24% dari total penduduk di tanah air sepanjang tahun ini. Jumlah pemuda di Indonesia pada 2022 mencatatkan kenaikan 1,39% dibandingkan setahun sebelumnya. Pada 2021, tercatat ada 64,92 juta pemuda di dalam negeri. Ditinjau dari kelompok umurnya, pemuda di Indonesia paling banyak berada di kelompok umur 19-24 tahun, yakni 40,10%. Sebanyak 39,56% pemuda dari kelompok umur 25-30 tahun. Sementara, 20,34% pemuda berusia 16-18 tahun.

Pada fase remaja awal, individu lebih berfokus pada pertumbuhan fisik dan pengaruh yang kuat dari teman sebaya. Pada remaja pertengahan, individu lebih fokus untuk mencari identitas dirinya, belajar mengendalikan diri dan membuat keputusan yang berhubungan dengan cita-citanya, remaja tengah juga masih memerlukan teman sebaya. Remaja akhir ditandai dengan masuknya peran orang dewasa dan adanya kemauan untuk bergabung dalam kelompok orang dewasa (Bulu et al., 2019). Seiring berjalannya waktu, perkembangan remaja akan mulai mengalami banyak perubahan baik dari fisik, kognitif, maupun sosioemosionalnya. Orang tua juga mempunyai peranan dalam tumbuh kembang seorang anak, orang tua juga mempunyai peran penting dalam perilaku yang dilakukan seorang remaja. Sebab keluarga merupakan tempat dan lingkungan pertama kehadirannya dan mempunyai fungsi untuk menerima, merawat, dan mendidik setiap anak (Pratiwi, 2019).

Pentingnya mempelajari dan membahas judul ini ialah untuk meningkatkan kesadaran mengenai bentuk-bentuk dan dampak cyberbullying di kalangan remaja. Banyak orang mungkin tidak menyadari tindakan tersebut adalah termasuk tindakan cyberbullying. Selain itu, pencegahan dan intervensi dengan memahami tanda-tanda dan indikasi awal cyberbullying, orang tua, guru, dan pihak terkait lainnya dapat lebih cepat mengenali dan mengambil tindakan untuk mencegah atau mengintervensi sebelum situasi memburuk. Di dalam artikel ini juga membahas dampak psikologis pada korban, termasuk kecemasan, takut, dan dalam beberapa kasus ekstrem. Memahami indikasi cyber bullying juga membantu dalam memberikan dukungan psikologis yang tepat kepada remaja yang terdampak.

Teori yang digunakan di dalam pembahasan ini adalah teori Lorraine Wolhuter, Neil Olley dan David Denham dalam *Chapter 2* membahas mengenai *Theories of Victimology* dalam (Bunga, 2020). Teori ini sangat berguna untuk mengatasi kasus cyber bullying dalam perspektif korban khususnya untuk membahas mengenai hak-hak korban. Teori viktimologi kritis sangat membantu dalam menelaah mengenai cyberbullying. Secara faktual, terjadinya cyber bullying tidak dapat dilepaskan dari faktor-faktor dirinya sendiri sehingga menjadi korban bullying. Seperti saat ia mengunggah foto mesra ataupun seksi, maka foto tersebut dapat diteruskan oleh netizen dan membuat anak tersebut menjadi korban cyberbullying. Kelemahan-kelemahan pada teori viktimologi kritis dalam mengkaji mengenai cyberbullying tidak dapat dilepaskan dari fenomena cyberbullying itu sendiri.

Metode

Pembahasan ini menggunakan pendekatan studi literatur untuk mendalami fenomena cyberbullying di kalangan remaja beserta Upaya pencegahannya. Pendekatan studi literatur dipilih karena memungkinkan upaya untuk menggali pengalaman, pemahaman, dan pandangan subjek penelitian secara mendalam.

Pembahasan

Perkembangan teknologi saat ini makin bertambah pesat, dari tahun ke tahun internet terus mengalami peningkatan. Pengaruh perkembangan teknologi tentu saja bisa membawa dampak positif maupun negatif seperti perubahan tingkah laku, etika, norma aturan dan moral yang bertentangan dari yang seharusnya (Kühn, 2018). Sedangkan dampak positifnya juga banyak memberi manfaat kepada orang yang menggunakannya, seperti memberi kemudahan untuk memberi dan menerima kabar, memberi kemudahan untuk mengakses informasi. Kehadiran media sosial memudahkan pengguna untuk melakukan cyberbullying. Pelaku bisa memposting tulisan kejam atau mengunggah foto yang berkaitan dengan individu lain dengan maksud mengintimidasi dan merusak reputasi korban, sehingga korban merasa terluka dan malu, sementara pelaku merasa puas dan senang karena tujuannya tercapai (Siwi et al., 2018).

Penggunaan teknologi yang terus meningkat, termasuk di kalangan anak-anak dan remaja, memperbesar resiko terjadinya cyberbullying pada kelompok ini. Pandie dan Weismann (2016) menyatakan bahwa salah satu faktor utama remaja menjadi pelaku

cyberbullying adalah dendam yang tak terselesaikan. Beberapa tindakan yang dilakukan pelaku cyberbullying karena dendam tersebut antara lain adalah flaming (amarah) dan harrasment (pelecehan). Flaming berbentuk ujaran dengan pesan elektronik yang menggunakan bahasa agresif atau kasar. Sementara harrasment merujuk pada pesan-pesan kasar, menghina, atau tidak diinginkan, yang dikirim berulang kali dengan niat untuk menyakiti seseorang (Malihah & Alfiasari, 2018).

Remaja sebagai salah satu kelompok yang banyak menggunakan, maka dari itu rentan menjadi korban cyberbullying. Hasil temuan pada (Safaria, 2016) dan beberapa hasil penelitian lain menunjukkan bahwa jumlah remaja yang mengalami dan menjadi korban cyberbullying tergolong tinggi dibandingkan dengan kejadian di tempat lain. Hasil dari penelitian Safaria memperlihatkan bahwa jumlah perundungan mencapai lebih dari 45%. Korban cyberbullying juga lebih banyak mengarah kepada perempuan dibandingkan dengan yang laki-laki. Kondisi sebaliknya terjadi pada pelaku, yaitu jumlah pelaku lebih banyak yang berjenis kelamin laki-laki dibandingkan perempuan (Yunita, 2023). Sedangkan menurut penelitian UNICEF (2016) menemukan bahwa 50% dari 41 remaja di Indonesia berusia 13 hingga 15 tahun telah mengalami tindakan cyberbullying. Beberapa bentuk cyberbullying tersebut meliputi publikasi data/ informasi pribadi, stalking atau penguntitan yang berlanjut ke dunia nyata, balas dendam yang merupakan penyebaran foto atau video dengan tujuan dendam serta tindakan intimidasi dan pemerasan. Selain itu, alasan utama remaja melakukan perundungan maya atau cyberbullying adalah untuk bercanda, karena membenci korban, atau ingin membalas dendam. Sedangkan korban merasa itu bukan candaan karena hal tersebut membuat sang korban malu dan sakit hati.

Tindakan bisa disebut sebagai bullying jika memenuhi 3 syarat, yaitu; tindakan yang berulang, hubungan kekuasaan yang tidak seimbang antara pelaku dan korban, dan niat yang jelas untuk menyakiti korban (Media & Media, 2024). Bentuk bullying telah berkembang menjadi apa yang disebut sebagai agresi sosial yang mencakup agresi tidak langsung (dilakukan oleh pihak ke 3) dengan tujuan merusak hubungan pertemanan, harga diri, dan status sosial seseorang. Bullying dan cyberbullying mempunyai perbedaan karakteristik dengan adanya pengaruh negatif cyberbullying lebih besar daripada bullying. Hal ini dikarenakan pelaku cyberbullying dapat terhubung selama 24 jam melalui media sosial yang membuatnya sulit untuk dihindari korbannya. Korban cyberbullying bisa mendapat perlakuan itu dimana saja dan kapan saja karenanya mudahnya akses dan fleksibilitas untuk melakukan tindakan cyberbullying.

Menurut Willard (2005) dalam (Astuti & Prasetya, 2022) pelaku cyberbullying terdiri dari beberapa bentuk, diantaranya adalah flaming (kemarahan) dan harassment (pelecehan). Flaming melibatkan penggunaan pesan elektronik dengan bahasa yang kasar dan agresif. Harassment merujuk pada pengiriman berulang kali pesan yang kasar, menghina, atau tidak diinginkan, yang bertujuan menyakiti seseorang secara online. Denigration (pencemaran nama baik) adalah proses menyebarkan keburukan seseorang di internet dengan tujuan merusak

reputasi dan nama baiknya. Impersonation (peniruan) terjadi ketika seseorang berpura-pura menjadi orang lain untuk mengirimkan pesan atau status yang tidak baik. Trickery (tipu daya) adalah membujuk seseorang dengan tipu daya untuk mendapatkan rahasia atau foto pribadi mereka. Outing adalah menyebarkan komunikasi pribadi atau gambar yang mengandung informasi yang berpotensi memalukan.

Regulasi emosi yang rendah juga menjadi pemicu perilaku cyberbullying. Regulasi emosi adalah proses yang digunakan individu untuk memonitor dan mengubah emosi mereka. Jika seseorang mempunyai regulasi emosi yang baik, hal ini dapat membantu mereka mengontrol diri agar tidak terlibat dengan perilaku negatif, terutama saat mengalami tekanan. Ketika emosi negatif dapat diregulasi, penggunaan strategi regulasi emosi seperti reappraisal kognitif dan suppression ekspresif akan mengubah emosi negatif menjadi netral atau bahkan positif, sehingga tingkat indikasi cyberbullying menjadi rendah. Kemampuan seseorang dalam mengontrol diri dan mengarahkan perilaku dengan baik, serta menghindari perilaku cyberbullying (Violenta et al., 2022)

Selain regulasi emosi yang rendah, ada beberapa alasan yang menyebabkan cyberbullying terjadi, diantaranya adalah; a.) *Kurangnya Empati*. Indikasi cyberbullying juga terjadi dari interaksi sosial, pelaku kurang merasa empati karena tidak melihat korban secara langsung. b.) *Tekanan Sosial*. Karena banyak tekanan dari pertemanannya untuk menunjukkan dominasi, maka pelaku cyberbullying melakukan tindakan tersebut untuk menunjukkan kesetaraannya dengan kelompok. c.) *Mencari Perhatian*. Beberapa pelaku cyberbullying mencari perhatian atau pengakuan dari tindakan yang mereka lakukan, mungkin dengan perilaku tersebut pelaku bisa mendapatkan popularitas. d.) *Kurangnya Pengawasan*. Kurangnya pengawasan orang tua terhadap remaja juga menjadi alasan perilaku cyberbullying terjadi. e.) *Masalah Internal*. Perilaku cyberbullying mungkin mengalami masalah pribadi seperti rendahnya harga diri, masalah keluarga, atau tekanan emosional. Mereka melakukan tindakan cyberbullying untuk mengalihkan perhatian dari masalah mereka sendiri.

Awal terjadinya perundungan maya atau biasa disebut dengan cyberbullying adalah karena kurangnya pengawasan smartphone dari orang tua kepada sang anak sehingga remaja tersebut menjadi kecanduan media sosial dan memulai tindakan cyberbullying. Seperti yang disebutkan (Kühn, 2018) bahwa anak-anak yang kecanduan terhadap media sosial memungkinkan untuk melakukan hal-hal beresiko tanpa berpikir panjang seperti memposting komentar buruk, melakukan tindakan body shaming, sehingga melakukan body shaming. Mudahnya mengakses internet juga menyebabkan pelaku cyberbullying cepat melakukan aksinya. Karakter diperlukan untuk anak-anak 13-18 tahun dapat lebih bijak lagi dalam bermain sosial media. Karakter tersebut terbentuk karena memiliki tiga bagian yang saling bertautan antara pengetahuan moral, perasaan moral, dan perilaku moral Lickona (2012) dalam (Kühn, 2018).

Salah satu faktor utama yang menyebabkan terjadinya cyberbullying adalah penyamaran. Dalam kasus cyberbullying, seseorang sangat mudah membuat identitas palsu

atau biasa dikenal dengan anonim. Fenomena anonim membuat cyberbullying lebih berbahaya daripada bullying yang terjadi langsung. Pelaku anonim dengan mudah menargetkan seseorang tanpa mengetahui identitas korban. Selain itu, kemudahan dalam memalsukan identitas membuat pelaku sulit dikenali maupun dilacak, sehingga pelaku bebas melakukan bullying di sosial media tanpa batasan ruang lingkup (Wong-lo,, Bullock, & Gable, 2011)

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik saat menghadapi godaan (Hofmann, et al., 2012). Remaja yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung memiliki peluang lebih besar untuk menghindari perilaku menyimpang seperti melakukan tindakan cyberbullying. Kontrol diri juga berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengendalikan emosi dan dorongan dari dalam diri sehingga mampu mengambil keputusan dan mengambil tindakan yang efektif sesuai dengan standar ideal, nilai-nilai moral, dan harapan sosial (Malihah & Alfiasari, 2018).

Selain dari faktor kontrol diri, orang tua dan guru memainkan peran penting dalam mencegah respons cyberbullying di kalangan remaja. Salah satu contohnya adalah perlunya meluangkan waktu untuk memantau aktivitas online anak-anak dan memberitahu lebih jelas bahaya dan dampak cyberbullying pada pelaku dan korban. Memberikan komunikasi yang positif antara orang tua dan remaja agar remaja mendapat bimbingan dan pendidikan yang membantu mereka menghindari perilaku cyberbullying. Kualitas komunikasi yang buruk antara orang tua dan remaja dapat menjadi faktor penyebab penyimpangan perilaku remaja. Dukungan orang tua mencakup perilaku seperti memuji, memberi dorongan moral, memberikan kasih sayang. Orang tua perlu menunjukkan kepada anak bahwa mereka dihargai dan dicintai. Beberapa penelitian telah menemukan bahwa dukungan dari orang tua terhadap remaja dapat membangun rasa percaya diri mereka terhadap lingkungan (Barnes et al., 2006). Pengembangan karakter ini termasuk dalam pengendalian diri yang akan membantu anak menghindari perilaku negatif (Chakan & Millenio, 2023).

Guru juga mempunyai peran untuk memantau perilaku dan interaksi media sosial siswanya lebih cermat. Orang tua dan guru harus bertindak empati dan tenang saat mengetahui bahwa ada indikasi perlakuan cyberbullying, dan harus segera mengambil tindakan (Media & Media, 2024). Selain itu, upaya pendidikan moral juga dapat dilakukan keluarga sebagai bahan pengajaran. Pemerintah juga harus membuat situs anti-cyberbullying untuk mengedukasi para korban maupun pelaku agar mereka dapat melakukan perlindungan untuk diri sendiri dan minim melakukan tindakan cyberbullying.

Pelaku cyberbullying juga harus dihukum, termasuk menanggukhkan akun media sosialnya agar tindakan tersebut berhenti dan tidak menyebar luas. Hal ini penting untuk efektivitas pencegahan dari tindakan cyberbullying. Sangat penting bagi pemerintah, keluarga ataupun aparat sipil untuk mengedukasi dan melakukan kampanye untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang cara menghindari perilaku cyberbullying. Sejak kecil, orang tua dan guru harus memberikan contoh yang baik dan menanamkan moral, nilai-nilai seperti

toleransi, empati, anti kekerasan dan menghargai perbedaan. Remaja harus dididik bagaimana menangani cyberbullying, baik sebagai pelaku, korban, ataupun saksi dengan mendokumentasikan bukti, memblokir pelaku, lalu melaporkan kepada pihak yang berwenang agar tindakan bullying/ cyberbullying tidak dapat terjadi (Media & Media, 2024).

Williard (2005) menyarankan agar kasus cyberbullying dapat ditangani secara hukum ketika melibatkan fitnah dan pengungkapan informasi pribadi yang sangat sensitif kepada publik, sehingga menyebabkan tekanan emosional kepada korban. Semua tindakan tersebut dapat dikategorikan sebagai cyberbullying yang melanggar hukum, memungkinkan korban untuk mengajukan gugatan perdata terhadap pelaku. Williard (2005) juga menekankan bahwa kekerasan, pemaksaan, pelecehan, ujaran kebencian, pornografi, eksploitasi seksual, dan pelanggaran privasi harus dilaporkan kepada pihak berwenang (Chakan & Millenio, 2023). Cyberbullying juga menjadi indikasi bunuh diri kepada korbannya, beberapa kasus bunuh diri terjadi setelah tindakan cyberbullying terjadi, seperti yang terjadi pada Brandy Vela, remaja 18 tahun yang tewas karena selalu mendapatkan pesan-pesan kasar.

Dari kasus tersebut dapat disimpulkan bahwa cyberbullying tidak hanya mengancam kesehatan psikologis orang-orang, tetapi juga dapat mengancam dan membahayakan nyawa dari korbannya. Oleh karena itu, dalam konteks cyberbullying, orang tua diharapkan untuk dapat selalu waspada dan mengawasi aktivitas anak-anak mereka saat berada di media sosial/ dunia maya.

Kesimpulan

Artikel mengenai cyberbullying menyoroti pentingnya peran orang tua, guru, dan pemerintah dalam mencegah dan menangani tindakan ini. Edukasi dan kampanye untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya cyberbullying sangat krusial. Orang tua dan guru diharapkan memberikan contoh yang baik dan menanamkan nilai dan moral seperti toleransi dan empati sejak dini. Remaja perlu diajarkan menangani cyberbullying, baik sebagai pelaku, korban, maupun saksi, dengan mendokumentasikan bukti, memblokir pelaku, dan melaporkan kepada pihak yang berwenang.

Kasus cyberbullying melibatkan fitnah dan pengungkapan informasi pribadi yang sensitif harus ditangani secara hukum, sebagaimana disarankan oleh Williard (2005). Tindakan seperti kekerasan, pemaksaan, pelecehan, ujaran kebencian, pornografi, eksploitasi seksual, dan pelanggaran privasi perlu dilaporkan ke pihak yang berwenang. Cyberbullying juga mempunyai dampak yang ekstrem seperti memicu bunuh diri pada korbannya, seperti yang terjadi pada kasus Brandy Vela.

Kesimpulannya, cyberbullying tidak hanya mengancam kesehatan psikologis tetapi juga fisik pada korbannya. Oleh karena itu penting bagi orang tua untuk selalu waspada dan mengawasi aktivitas anak-anak mereka di dunia maya. Selain itu, pemahaman yang lebih mendalam tentang tanda-tanda dan dampak cyberbullying juga dapat membantu dalam

memberikan dukungan psikologis yang tepat pada remaja yang terdampak, serta mencegah situasi yang lebih buruk.

Daftar Pustaka

- Agisyaputri, E., Nadhirah, N. A., & Saripah, I. (2023). Identifikasi fenomena perilaku bullying pada remaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3, 19–30.
<https://jurnal.stkipmb.ac.id/index.php/jubikops/article/view/201/152>
- Al Adawiah, R., & Esther Masri. (2022). Urgensi Pencegahan Perundungan Dunia Maya (Cyberbullying) Terhadap Pelajar. *Abdi Bhara*, 1(1), 24–31.
<https://doi.org/10.31599/abhara.v1i1.1172>
- Astuti, N. D., & Prasetya, F. F. D. (2022). Apakah Kelekatan Aman Antara Anak dan Orang Tua Bisa Mempengaruhi Perilaku Cyberbullying Pada Remaja? *PUBLIK: Publikasi Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(2), 50–62.
<https://doi.org/10.47945/publik.v1i2.733>
- Bulu, Y., Maemunah, N., & Sulasmini. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying pada Remaja Awal. *Nursing News*, 4(1), 54–66.
<https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/1473/1047>
- Bunga, D. (2020). Analisis Cyberbullying Dalam Berbagai Perspektif Teori Viktimologi. *Vyavahara Duta*, 14(2), 48. <https://doi.org/10.25078/vd.v14i2.1253>
- Chakan, A., & Millenio, M. F. (2023). Protection of Cyberbullying Victims in Indonesia (An Overview of Law and Victimology). *Semarang State University Undergraduate Law and Society Review*, 3(1), 1–26. <https://doi.org/10.15294/lsr.v3i1.53757>
- Iskandar Yahya Arulampalam Kunaraj P.Chelvanathan, A. A. A. B. (2023). Persepsi Remaja Terhadap Cyberbullying. *Journal of Engineering Research*, 3(08).
- Kühn, C. (2018). 4. Juli 2015. *Operation Goldesel*, 5(2), 101–103.
<https://doi.org/10.1515/9783035617047-038>
- Malihah, Z., & Alfiasari, A. (2018). Perilaku Cyberbullying pada Remaja dan Kaitannya dengan Kontrol Diri dan Komunikasi Orang Tua. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 11(2), 145–156. <https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.2.145>
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 60. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6958>
- Media, I., & Media, I. (2024). GOVERNANCE : *Jurnal Ilmiah Kajian Politik Lokal dan Pembangunan*. 10, 101–106.
- Pratiwi, L. (2019). Peran Orang Tua Dalam Mencegah Kenakalan Remaja Desa Gintungan Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 1(1), 75–83. <https://doi.org/10.21831/diklus.v1i1.23854>

- Rizqi, H. (2019). Dampak Psikologis Bulliyng Pada Remaja. *Wiraraja Medika*, 9(1), 31-34. <https://doi.org/10.24929/fik.v9i1.694>
- Safaria, T. (2016). Prevalence and impact of cyberbullying in a sample of indonesian junior high school students. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 15(1), 82-91.
- Siwi, A., Utami, F., & Baiti, N. (2018). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Cyber Bullying Pada Kalangan R*Siwi, A., Utami, F., & Baiti, N. (2018). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Cyber Bullying Pada Kalangan Remaja*. 18(2), 257-262. *emaja*. 18(2), 257-262. <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/cakrawala%0APengaruh>
- Violenta, D., Budiayani, K., & Utami, N. I. (2022). Regulasi Emosi Dan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 16(2), 80. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v16i2.4557>
- Yunita, R. (2023). Perundungan Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal. *Muhafadzah*, 1(2), 93-110. <https://doi.org/10.53888/muhafadzah.v1i2.430>