

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Perkembangan jaman sekarang ini semakin pesat, dilihat dari penggunaan smart phone telah mudah di dapatkan untuk mempermudah segala kegiatan dalam hidup manusia. Tidak hanya orang dewasa saja yang dapat menggunakan, remaja dan anakpun sekarang dapat menggunakannya. Media sosial dipermudah untuk membuat sehingga dapat digunakan dalam menyambung sosial dan pertambahan pertemanan yang cepat. Pada penelitian oleh Ayu & Ni luh (2018) Media sosial adalah tempat umum atau publik di mana kasus *bullying* sangat heboh untuk dibahas. Individu merasakan dengan adanya *bullying* ini. *Cyberbullying* adalah bentuk intimidasi yang pelaku lakukan untuk melecehkan korbannya melalui perangkat teknologi. Pelaku ingin melihat seseorang terluka, ada banyak cara yang mereka lakukan untuk menyerang korban dengan pesan-pesan yang buruk dan gambar yang mengganggu dan disebarakan untuk mempermalukan korban bagi orang lain yang melihatnya.

Pengguna Internet di Indonesia dari tahun ketahun semakin meningkat. Data yang diperoleh dari Internet World Stats menunjukkan jumlah pengguna internet di Indonesia pada November 2015 sudah mencapai 78 juta orang dan menduduki peringkat keempat terbanyak di Asia setelah China, India dan Japan. Sedangkan menurut survey dari *We Are Social* data pengguna internet di Indonesia pada Januari 2016 mencapai 88,1 Juta dengan 79 juta di antaranya merupakan pengguna media sosial aktif, 15% nya pengguna aktif facebook dan hampir 50% penggunanya adalah remaja berusia 13-29 tahun (Rifauddin, 2016).

Prevalensi *bullying* di Amerika Serikat pada tahun 2009 adalah 20,8% pada *bullying* fisik, 53,6% verbal, 51,4% sosial, dan 13,6% elektronik. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2014, jumlah kasus *bullying* di Indonesia menduduki puncak didaftar keluhan yang dilaporkan oleh masyarakat. Data untuk periode 2014-2016 menunjukkan peningkatan pengaduan terkait dengan kasus-

Yesi Lamria Sitanggang, 2021

*Kiat-kiat Mencegah Cyberbullying Pada Remaja*

UPN Veteran Jakarta, Ilmu Kesehatan, Program Studi Pendidikan Profesi Ners

[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id)-[www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id)-[www.respository.upnvj.ac.id](http://www.respository.upnvj.ac.id)

kasus intimidasi di sekolah dengan 63 kasus di tahun 2014, 97 kasus di tahun 2015 dan peningkatan menjadi 112 kasus di tahun 2016. Fakta-fakta ini menunjukkan tingginya tingkat intimidasi. anak-anak, termasuk remaja. Coloroso (2006) menyatakan bahwa *bullying* dapat terjadi karena kekuatan yang tidak seimbang. Ada tiga elemen utama yang terlibat dalam suatu terjadinya *bullying*, yaitu pelaku atau penindas, korban atau yang tertindas dan masyarakat atau orang-orang yang tidak terlibat langsung tetapi yang juga menyaksikan peristiwa tersebut.

Penelitian yang dilakukan Kementerian Komunikasi dan Informatika bekerjasama dengan UNICEF pada tahun 2011 hingga 2013 yang dirilis Februari 2014, menyatakan sebagian besar remaja di Indonesia telah menjadi korban *cyberbullying*. Di Indonesia, 14% orang tua yang menjadi responden survei ini menyatakan anak mereka pernah mengalami *cyberbullying*, dan 53% menyatakan mengetahui bahwa anak dikomunitasnya pernah mengalami *cyberbullying* (Rifauddin, 2016). Hal ini dapat mengindikasikan bahwa *cyberbullying* merupakan sebuah fenomena kenakalan yang semakin beresiko terjadi pada remaja karena penggunaan teknologi yang berkembang pesat seperti saat ini. Masa remaja awal adalah transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja. Masa remaja dapat diidentifikasi sebagai waktu ketika orang mencoba untuk mengenal diri mereka sendiri dengan meneliti dan menilai sifat psikologis mereka agar dapat diterima sebagai bagian dari lingkungan (Steinberg & Morris, 2001). Perilaku *cyberbullying* dapat mempengaruhi korban secara psikologis. Penelitian Okik dkk (2017) *Cyberbullying* mempunyai dampak negatif yang lebih signifikan terhadap perkembangan mental, baik korbannya ataupun pelaku, merasa tidak percaya diri, rasa malu, bahkan ingin bunuh diri. Penelitian lainnya dari Triyonon dan Rimadani (2019) melalui hasil penelitian didapat simpulan bahwa dampak psikologis dan emosional dari *cyberbullying* yang dialami oleh klien X sejalan dengan pendapat beberapa ahli, khususnya (Patchin, J.W., & Hinduja, 2012) bahwa *cyberbullying* dapat berpengaruh tentang gangguan emosional dan psikologis pada remaja, termasuk sedih, perasaan marah, frustrasi, serta depresi. Sejalan oleh Navarro, dkk (2016) bahwa *cyberbullying* memiliki berbagai konsekuensi psikologis dan emosional bagi remaja, yaitu kecemasan, stres, penderitaan, kesedihan, kecemasan, ketakutan serta gejala depresi.

Efek yang dialami *cyberbullying* bagi remaja terutama remaja dapat merasa sakit perut, gangguan tidur, kelelahan, sakit punggung, kehilangan nafsu makan dan masalah pencernaan, sakit kepala (Navarro & dkk, 2016). Dampak psikologis, membuat pengalaman berbagai efek psikologis dan emosional dari *cyberbullying*, remaja merasa perasaan marah, perasaan sedih yang mendalam akibat *bullying* di media sosial, takut, takut, frustrasi dan tidak nyaman. *Cyberbullying* menyebabkan stres, sehingga efek yang ditimbulkannya bisa memperburuk suasana hati (Triyono & Rimadani (2018). Efek Psikososial, *Cyberbullying* memiliki dampak psikososial negatif pada remaja yang terkena, seperti remaja yang mengalami perasaan terasing dan kesepian, terkucilkan bahkan menolak bersosial. Selain itu, persepsi remaja dapat berdampak ke perilaku, persepsi remaja yang tidak mengenakan, membuat ramaja menjadi lebih tertekan dan mengalami efek psikososial, yaitu menutup diri.

Inilah dampak negatif dari penggunaan media sosial yaitu, individu bersikap tertutup dan tidak asertif, ketakutan, dan harga diri yang rendah yang dapat mengurangi kinerja dalam bidang akademik, menjadi hambatan bagi sosialisasi, dan dapat menghambat perkembangan psikologis siswa yang menjadi korban *bullying*. Kembali disampaikan pada penelitian Ayu & Ni luh (2018) harga diri yang rendah, kecemasan, dan mudah terpengaruh memiliki harga diri yang negatif. Konsep diri juga dapat mempengaruhi perkembangan perilaku individu yang asertif. Orang-orang dengan konsep diri negatif takut ketika mereka mengekspresikan apa yang mereka rasakan, sehingga membuat seseorang tidak dapat bertindak asertif terhadap orang lain. Orang-orang dengan konsep negatif tentang diri, mereka merasa tidak berguna dan tidak diterima oleh lingkungannya sehingga individu tidak berani mengambil risiko.

Harga diri adalah hasil dari evaluasi diri individu, yang diekspresikan dalam sikap terhadap diri sendiri. Penilaian ini menunjukkan sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa besar orang tersebut percaya bahwa ia mampu, bermakna, sukses, dan berharga sesuai dengan standar dan nilai-nilai pribadinya (Coopersmith (dalam Lestari dan Koentjoro, 2002). Harga diri adalah keseluruhan cara menilai diri kita sendiri, di mana harga diri adalah perbandingan antara ideal-self dengan real-self (diri ideal dan diri sejati) (Santrock, 2012).

Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Rosita, Tita., dkk, (2019) menunjukkan bahwa 61% mengkritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan orangnya. Berdasarkan jenis kelamin mengkritik penampilan orang lain tanpa sepengetahuan orangnya pada siswa laki-laki 64 % dan siswa perempuan 58 %. Remaja berada pada tahap pencarian identitas.

Tingkat kontrol atau pengaturan diri yang rendah pada remaja dapat berarti bahwa orang itu suka mengambil risiko dan melanggar aturan tanpa memikirkannya dalam jangka panjang (Aroma & Suminar, 2015). Ini konsisten dengan studi Vazsonyi dan Huang (2015), yang menemukan bahwa kontrol diri langsung atau tidak langsung yang rendah dapat mempengaruhi perilaku *cyberbullying*. Kontrol perilaku yang buruk bisa mempersulit individu untuk membuat penyesuaian agar dapat diterima di lingkungan mereka. Hasil penelitian sebelumnya telah menemukan dampak negatif dari *cyberbullying* dan menekankan pentingnya faktor komunikasi antara anak dengan orang tua dan juga faktor kontrol diri dari individu anak dalam mencegah terjadinya *cyberbullying*.

Dalam upaya mengatasi harga diri para remaja *cyberbullying* agar tidak semakin parah, salah satunya menggunakan terapi kognitif untuk meningkatkan harga diri akibat *cyberbullying*. Terapi kognitif yakni perawatan yang mengidentifikasi pikiran negatif yang merangsang cemas, depresi, serta gejala klinis lainnya (Gavino, 2016). Terapi kognitif dapat juga menghentikan pikiran negatif dan membantu melawan pikiran negatif pada diri seseorang. Terapi ini bertujuan untuk membantu mengubah pemikiran negatif menjadi pikiran yang lebih positif (Ingul et. all, 2017).

Penelitian oleh Zulian (2016) Terapi kognitif berpengaruh signifikan terhadap peningkatan harga diri remaja, yang ditandai dengan perbedaan harga diri sebelum dan sesudah terapi kognitif pada kelompok perlakuan. Di dukung oleh penelitian Zuhriyah Meilita (2018) hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan harga diri remaja sebelum dan sesudah diberi intervensi cognitive behavior therapy dengan nilai p value = 0.000 dan terjadi sebanyak 7% harga diri meningkat.

Peran serta perawat dalam menangani kasus *cyberbullying* yang dialami oleh remaja, terutama sebagai edukator atau pemberian pendidikan kesehatan jiwa khususnya *cyberbullying* sebagai upaya tindakan preventif untuk mencegah terjadinya perilaku *cyberbullying*, selain itu perawat juga dapat menangani dampak yang mungkin terjadi akibat perilaku *cyberbullying* yang mengganggu psikologis remaja melalui *booklet*.

Berdasarkan data diatas, maka peneliti tertarik untuk membuat produk yang dapat dijadikan bahan informasi bagi remaja yang mengalami dampak dan menjadi korban *cyberbullying*, produk ini berupa *booklet* dengan judul “Kiat-kiat mencegah *cyberbullying* pada remaja ”.

## **I.2 Tujuan**

### **I.2.1 Tujuan Umum**

Tujuan dari pembuatan *booklet* ini yakni dijadikan sebagai sumber informasi dan pengetahuan serta langkah-langkah yang efektif bagi remaja yang mengalami dampak dan menjadi korban *cyberbullying*, dalam menghadapi *bullying* di media sosial yang dapat menurunkan pemikiran negatif agar tidak mengalami keberlanjutan gangguan psikososial dalam dirinya.

### **I.2.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi hal-hal yang harus dilakukan untuk mengatasi *cyberbullying*
- b. Mengetahui manajemen untuk mengurangi dampak psikososial dari *cyberbullying*
- c. Membuat produk *booklet* yang membahas mengenai upaya untuk mengatasi masalah psikologis akibat dari *Cyberbullying*

## **I.3 Target Luaran**

- a. Target luaran dari produk yang dihasilkan yaitu *booklet*, yang akan mendapatkan sertifikat HKI
- b. Proposal laporan akhir KIAN yang telah disetujui