

CYBER BULLYING DI KALANGAN REMAJA

Essay Ini Dibuat Untuk Memenuhi Tugas Prospektiv 2021



MENTOR

(Tiara Putri Utami)

Disusun Oleh kelompok 1

Dysa Adynta Maulana (2110111214)

Meirisya Tahara Efendi (2110111259)

Pratama Rizky Aditya (2110111158)

Restina Apriliani (2110111062)

Rezha Putratama Ramadhan (2110111195)

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

JAKARTA, 26 NOVEMBER 2021

ABSTRAK

Bullying, dalam Bahasa Indonesia dikenal sebagai penindasan/perundungan, merupakan bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh suatu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat daripada orang lain. *Cyberbullying* merupakan salah satu jenis dari *bullying* dengan menggunakan teknologi digital. Perkembangan teknologi informasi mempengaruhi perilaku masyarakat, dari sinilah orang-orang lebih berani untuk membuli melalui platform *online*. Hal ini dapat terjadi di media sosial, platform *gaming*, platform *chatting*, dan platform *online* lainnya yang dapat berkaitan dengan 2 orang/lebih. Dalam kasus ekstrem, *cyberbullying* bahkan dapat menyebabkan seseorang mengakhiri nyawanya sendiri. Untuk mengembalikan rusaknya mental akibat *cyberbullying*, korban dianjurkan untuk berbicara dengan orang terdekat. Korban juga dapat berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater jika dampak dari bulian yang dialami sudah terlalu parah.

Kata kunci: *bullying, cyber crime*

PENDAHULUAN

Dunia maya atau *Cyber Space* adalah media elektronik dalam jaringan komputer yang banyak dipakai untuk keperluan komunikasi satu arah maupun timbal balik secara *online*. Dunia maya ini merupakan integrasi dari berbagai peralatan teknologi komunikasi dan jaringan komputer yang dapat menghubungkan peralatan komunikasi yang tersebar di seluruh penjuru dunia secara interaktif. (Sudarmanto & Mafazi, 2:2020)

Bullying, dalam Bahasa Indonesia dikenal sebagai penindasan/perundungan, merupakan bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh suatu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat daripada orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dengan secara terus-menerus. *Bullying* dapat dilakukan di mana saja dan dalam bentuk apa saja.

Cyberbullying merupakan salah satu jenis dari *Bullying* dengan menggunakan teknologi digital. *Cyberbullying* ini juga dikenal sebagai perundungan dunia maya. Hal ini dapat terjadi di media sosial, platform *gaming*, platform *chatting*, dan platform *online* lainnya yang dapat berkaitan dengan 2 orang/lebih. Bentuk dari kejahatan ini bermula dari perilaku merendahkan martabat orang lain melalui dunia maya dengan tujuan agar target mengalami gangguan psikis.

Meningkatnya penggunaan media sosial akan memunculkan pihak-pihak yang tidak bertanggung jawab yang memiliki insentif untuk menggunakan sarana jejaring sosial untuk melakukan tindak kriminalnya. *Cyberbullying* dapat dilakukan dengan menggunakan sarana telekomunikasi berbasis internet dengan sengaja menyerang pihak lain dan dilakukan secara terus menerus.

Dari sini orang-orang lebih berani untuk membully melalui platform *online*. Para pembuli ini mengutarakan kebencian dan ketidaksukaan mereka terhadap orang lain. Mulai dari mem-*posting* kata-kata hinaan, kata-kata yang vulgar, berita *hoax* yang dapat merugikan hidup orang lain, ancaman, dan hal buruk lainnya yang dapat menghancurkan mental seseorang yang telah dibuli tersebut.

Di masa sekarang, korban ataupun pelaku dari *Cyberbullying* ini kebanyakan dari kalangan remaja. Para remaja yang melakukan *cyberbullying* ini yang memiliki ciri-ciri sebagai orang yang tidak dapat mengendalikan emosi, mencari pamor dengan cara menjatuhkan orang lain, tidak dapat berpikir panjang akan dampak yang akan diterimanya, dan merasa bahwa

dirinya yang paling benar. Sifat sulit mengendalikan emosi yang berbahaya bagi remaja yang menjadi korban *cyberbullying*. Mental mereka tidak cukup kuat untuk menghadapi perilaku jahat dari para pelaku, dan mereka pun bisa depresi hingga yang paling buruk, memutuskan untuk mengakhiri hidup mereka.

Model *bullying* seperti *cyberbullying* ini juga dikategorikan sebagai bentuk penindasan yang cukup parah meskipun tidak ada kekerasan secara fisik, karena platform *online* bisa menggunakan nama yang anonim atau nama palsu, atau akun-akun palsu yang dibuat hanya untuk mengutarakan kebenciannya terhadap orang yang dituju.

Indonesia memiliki tingkat kasus anak dan remaja yang mengalami *cybervictimization* yang tinggi. Usia remaja secara keseluruhan bisa dikatakan dari rentan umur 10 – 19 tahun. Remaja yang mengalami *cyberbullying* bisa menyebabkan penurunan konsentrasi belajar, penurunan prestasi belajar, sulit untuk mengendalikan emosi. Yang mana akan berdampak sangat buruk bagi kesehatan mental mereka, belum lagi apabila orang tua tidak mengetahui kondisi yang sedang dialami para remaja, dan menyalahkan diri mereka karena prestasi menurun, kemungkinan yang paling berbahaya, tingginya kemungkinan mereka akan mengakhiri hidupnya.

ISI

Cyberbullying atau dapat kita sebut dengan perundungan dunia maya ialah perundungan yang dilakukan melalui teknologi digital. Hal ini dapat terjadi di media sosial, platform *chatting*, platform bermain *game*, dan internet. *Cyberbullying* juga dapat diartikan sebagai perilaku agresif dan bertujuan yang dilakukan suatu kelompok atau individu, menggunakan media elektronik, secara berulang-ulang dari waktu ke waktu terhadap seseorang yang dianggap tidak mudah melakukan perlawanan atas tindakan tersebut. Jadi, terdapat perbedaan kekuatan antara pelaku dan korban. Perbedaan kekuatan dalam hal ini merujuk pada sebuah persepsi kapasitas fisik dan mental.

Cyberbullying yang merupakan perilaku berulang yang ditujukan untuk menakuti, membuat marah, atau mempermalukan mereka yang menjadi sasaran telah menjadi realita di tengah masyarakat, khususnya di kalangan remaja. Tindakan *bullying* dapat berupa fisik, dengan cara menampar atau mencederai, kemudian dapat berupa verbal, ini biasanya dengan cara menghina, mengolok, juga memaki dan mengancam. Namun, tindakan *bullying* melalui media *cyber* ini lebih ke tindakan berupa verbal. Yakni bentuk komunikasi yang disampaikan komunikator kepada komunikan dengan cara tertulis atau lisan (DeVito, 2011:128).

Pada kasus *cyberbullying* yang ditemukan di lapangan, pelaku memang menggunakan bentuk komunikasi verbal dengan menuliskan apa yang sedang dialaminya ke media sosial. Contoh dari perundungan dunia maya termasuk:

- Menyebarkan kebohongan tentang seseorang atau mem-*posting* foto memalukan tentang seseorang di media sosial
- Mengirim pesan atau ancaman yang menyakitkan melalui platform *chatting*, menuliskan kata-kata menyakitkan pada kolom komentar media sosial, atau mem-*posting* sesuatu yang memalukan/menyakitkan
- Meniru atau mengatasnamakan seseorang (misalnya dengan akun palsu atau masuk melalui akun seseorang) dan mengirim pesan jahat kepada orang lain atas nama mereka.
- *Trolling* - pengiriman pesan yang mengancam atau menjengkelkan di jejaring sosial, ruang obrolan, atau *game online*
- Mengucilkan atau mengecualikan seseorang dari *game online*, aktivitas, atau grup pertemanan
- Menyiapkan/membuat situs atau grup (*group chat*, *room chat*) yang berisi kebencian tentang seseorang atau dengan tujuan untuk menebar kebencian terhadap seseorang
- Menghasut orang lain untuk mempermalukan seseorang
- Memberikan suara untuk atau menentang seseorang dalam jajak pendapat yang melecehkan
- Membuat akun palsu, membajak, atau mencuri identitas *online* untuk mempermalukan seseorang atau menyebabkan masalah dalam menggunakan nama mereka
- Memaksa seseorang agar mengirimkan gambar sensual atau terlibat dalam percakapan seksual.

Bullying secara langsung atau tatap muka dan *cyberbullying* seringkali dapat terjadi secara bersamaan. Namun, *cyberbullying* meninggalkan jejak digital - sebuah rekaman atau catatan yang dapat berguna dan memberikan bukti ketika membantu menghentikan perilaku salah ini.

Sejatinya telah terdapat Undang - Undang Nomor 11 Tahun 2008 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik, Undang- Undang Nomor 19 Tahun 2016 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik, yang mengatur terkait penghinaan dan pencemaran nama baik melalui media elektronik. Meskipun telah terdapat pengaturannya, namun pada kenyataannya *cyberbullying* di Indonesia tidak mengalami penurunan, justru terus meningkat dengan laju yang signifikan.

Ada beberapa karakteristik *cyberbullying* yang pertama adalah disengaja. Ini adalah tindakan yang disengaja dengan tujuan tertentu. Masalah ini dapat terjadi kapan saja selama memiliki koneksi internet. Ancaman dunia maya telah menetapkan target kerentanan. Begitu juga pelaku yang sudah mengetahui cerita korban akan terluka karena fisik pelaku lemah dan memungkinkan pelaku mengintimidasi korban.

Kedua, membahayakan (*Harm*). Bahaya yang ditimbulkan oleh *cyberbullying* dapat terjadi secara terus-menerus dan hal tersebut akan diselesaikan secara terus-menerus pula oleh korban, karena apa yang dilakukan *cyberbullying* dapat menyebar di internet dalam hitungan detik ke seluruh dunia.

Ketiga, diulang-ulang (*repeated*). Perilaku agresif perlu dilakukan berulang-ulang, sehingga korban terus-menerus khawatir tentang perilaku agresif *online* apa yang akan dilakukan selanjutnya. Misalnya, pelaku dapat mengakses akun korban untuk melakukan hal ini berulang-ulang sehingga korban merasa tidak berdaya untuk membela diri.

Para pelaku *cyberbullying* kebanyakan tidak mengerti, tidak mengetahui, bahkan tidak menyangka bahwa hanya karena menggolok-olok temannya di media sosial termasuk ke dalam kategori *cyberbullying*. Sebagian besar dari mereka tidak memahami bahwa perbuatan yang mereka lakukan memiliki risiko hukumnya. Hal ini disebabkan karena undang-undang informasi dan transaksi elektronik itu baru dan belum banyak masyarakat yang memahaminya.

Ketidaktahuan para pelaku terbukti dari para remaja pelaku *cyberbullying* umumnya menggunakan akun yang dapat dikenali (terlacak). Berbeda dengan *cyberbullying* yang dilakukan oleh orang dewasa secara sadar, di mana mereka kebanyakan menggunakan akun yang tidak dikenali (*anonymity*). Sebab mereka paham betul bahwa dengan menggunakan akun anonim, pihak kepolisian akan cukup kesulitan dalam mengungkap aksi *cyberbullying* yang membuat para pelaku merasa lebih aman.

Sementara itu, rata-rata remaja dengan berani menunjukkan identitasnya saat melakukan aksi *cyberbullying*. Hal ini disebabkan oleh sifat remaja yang masih polos dan tidak menyadari bahwa dengan menggunakan akun yang dikenali akan memudahkan pihak kepolisian untuk melacak keberadaannya.

Namun tentu saja, banyak pula remaja yang sudah mengetahui arti dari tindakan *bullying* yang mereka lakukan. Pada hakikatnya, masa remaja memang dapat kita definisikan sebagai masa dimana seorang anak mencoba sesuatu yang baru dikenalnya, seperti media

sosial. Penggunaan media sosial oleh remaja bukannya harus dilarang, namun penggunaan media sosial ini perlu dibatasi.

Dalam hal ini, terkait psikologi perkembangan remaja, dimana pada masa ini adalah masa yang penuh dengan permasalahan. Pernyataan ini sudah dikemukakan jauh pada masa lalu yaitu di awal abad ke-20 oleh Bapak Psikologi Remaja yaitu Stanley Hall. Sehingga memang pada saat remaja mereka akan mencoba melakukan hal-hal baru. Seperti pacaran di usia remaja, ketika hubungan itu berakhir mereka akan merasakan sakit hati. Kemudian mencari tempat yang dirasa cocok untuk berbagi. FB menjadi pilihan, hingga akhirnya tanpa disadari mereka melakukan tindakan *cyberbullying*.

Cyberbullying yang dilakukan oleh para remaja secara sadar ini disebabkan oleh melemah atau bahkan hilangnya kontrol sosial. Kontrol sosial dalam hal ini terbagi menjadi personal kontrol dan sosial kontrol. Pertama, kontrol internal atau personal kontrol yaitu kemampuan seseorang untuk menahan diri agar tidak mencapai kebutuhannya dengan melanggar norma-norma yang ada di masyarakat. Sebagai contoh, seorang remaja melakukan *cyberbullying* didasarkan karena rasa kesal yang berlebihan terhadap korban. Sifat temperamen yang tinggi dan ketidakmampuan untuk menahan diri ini yang dapat memicu pelaku melakukan *cyberbullying*.

Selain lemahnya kontrol sosial tadi, berdasarkan tinjauan teori perkembangan, usia remaja adalah masa saat terjadinya perubahan- perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian. Sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis, dan sosial. Sebagian besar remaja yang menjadi pelaku maupun korban *cyberbullying* tidak mendapat perhatian khusus dari orang tua dan guru.

Rossa Jeffrey, seorang Komunikolog, mengemukakan ketika mengomentari tindakan *bullying* pada salah satu stasiun televisi, bahwa kedekatan orang tua sangatlah penting dalam sebuah keluarga. Karena jika seorang anak lebih terbuka kepada ibu atau ayahnya, maka kecil kemungkinan mereka untuk memilih media sosial sebagai tempat berbagi cerita yang sedang dialaminya.

Semua anak yang terpapar oleh *cyberbullying* dapat menderita, baik itu korban, pelaku, maupun orang menyaksikan terjadinya *cyberbullying*. *Cyberbullying* dapat mempengaruhi mereka yang terpapar dengan berbagai cara. Para pelaku umumnya cenderung bersifat agresif, berwatak keras, mudah marah, impulsif, lebih ingin mendominasi orang lain, kurang

berempati, dan dapat dijauhi oleh orang lain. Sementara itu, para korban *cyberbullying* akan mengalami dampak yang biasanya berkepanjangan.

Bullying yang dilakukan secara terus menerus melalui jejaring sosial oleh orang dikenal maupun tidak dikenal akan mendatangkan stress. Pada akhirnya perasaan memendam depresi, rasa cemas, dan kehilangan kepercayaan diri mendatangkan gangguan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Para korban juga dapat mengalami banyak dampak buruk lainnya, seperti

- Merasa kesal, malu, bodoh, dan marah
- Dapat kehilangan minat pada hal-hal yang disukai
- Mudah lelah (kurang tidur), atau mengalami gejala seperti sakit perut dan sakit kepala
- Menunjukkan ciri-ciri depresi
- Memiliki masalah kepercayaan dengan orang lain
- Tidak diterima oleh rekan-rekan mereka
- Selalu waspada dan curiga terhadap orang lain (kekhawatiran berlebih)
- Memiliki masalah menyesuaikan diri dengan sekolah
- Kurang motivasi sehingga sulit fokus dalam mengikuti pembelajaran
- Mudah marah, timbul perasaan gelisah, cemas, menyakiti diri sendiri, dan percobaan bunuh diri
- Menarik diri, kehilangan kepercayaan diri, lebih agresif kepada teman dan keluarga

Perilaku *cyberbullying* memberikan dampak negatif bagi korban yang pada gilirannya mempengaruhi psikologi korban sehingga menyebabkan korban kehilangan kepercayaan diri dan berdampak psikologis yang membuat korban ingin mengambil nyawanya sendiri. Misalnya, pada kasus bunuh diri siswa di SMP Negeri 147 Ciracas, Jakarta Timur. Sebagai orang yang terus-menerus dilecehkan oleh teman-temannya baik di sekolah maupun di Twitter, korban menjadi depresi dan bunuh diri dengan melompat dari lantai 4 sekolah tersebut. *Cyberbullying* merupakan fenomena kriminal baru yang memerlukan perhatian khusus dari aparat penegak hukum, mengingat semakin banyaknya insiden yang terjadi secara internasional maupun di dalam negeri. (Dwipayana, Setiyono, & Pakpahan, 67:2020)

Adapun bagi mereka yang melakukan pelanggaran yang memenuhi unsur pada pasal 27 ayat (3) Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik adalah dipidana dengan pidana penjara paling lama 6 (enam) tahun dan/atau denda setinggi-tingginya Rp. 1.000.000.000, kemudian dilanjutkan dengan perbuatan penghinaan yang

dilakukan bersama-sama atau lebih dari 1 orang maka orang tersebut akan dikenakan pidana atas perbuatan “turut melakukan” tindak pidana. (Dwipayana, Setiyono, & Pakpahan, 67:2020)

Dalam hukum positif di Indonesia, Cyberbullying masuk dalam tindak pidana pencemaran nama baik atau penghinaan dimana hal tersebut dirasa kurang memadai melihat unsur-unsur dari *cyberbullying* sangat luas yang lebih dari hanya sekedar pencemaran nama baik. Ketidaklengkapan definisi tersebut menjadikan siapa pun sebagai pelaku *cyberbullying*, seperti halnya para jurnalistik yang merupakan penjamin hak kebebasan untuk menyebarluaskan opini kepada publik pun dapat dikatakan sebagai pencemaran nama baik. (Dwipayana, Setiyono, & Pakpahan, 67:2020)

Di Negara lain pun kasus ini telah masuk ke dalam hukum perdata, karena mereka melihat kasus ini adalah perselisihan antar individu. Di Indonesia kasus ini termasuk kategori delik pidana yang diatur dalam Pasal 310 dan 311 KUHP, dengan menginterpretasi makna dari kata mengancam dan mencemarkan nama baik di antaranya. (Dwipayana, Setiyono, & Pakpahan, 67:2020)

Dalam hal ini, terdapat berbagai upaya pencegahan yang dapat dilakukan. Pertama, kontrol sosial. Hal ini mesti diperhatikan oleh siapaun, kendali dari orang tua dan orang sekitar juga diperlukan. Namun, apabila hal ini dilakukan oleh orang dewasa sekalipun, maka diperlukan sosialisasi dan kesadaran individual.

Kedua, memahami alasan pelaku pada biasanya. Biasanya pelaku merupakan korban dari pembulian itu sendiri. Maka diperlukan edukasi atau penyuluhan bukan hanya bagi pelaku, tetapi juga bagi korban yang berpotensi untuk menjadi pelaku pembulian. Ketiga, tidak terlalu sering *posting*. *Posting* terlalu sering dan banyak bisa mengganggu orang lain. Oleh karena itu, *posting* terlalu sering dan banyak dapat memancing adanya *cyberbullying*.

Keempat, hindari konten yang aneh. Apapun yang diunggah ke sosial media, pasti menimbulkan pro dan kontra. Terlebih ketika *posting* sesuatu yang dianggap aneh dan mengundang *bully*, meskipun hanya *bully* di dalam hati. Oleh karena itu, sebagai pengguna media sosial, sebaiknya batasi mengunggah konten yang mengganggu. Kelima, Pintar-pintar memilih teman di media sosial. Akun media sosial tidak harus selalu terbuka untuk semua orang.

Dalam kasus ekstrem, *cyberbullying* bahkan dapat menyebabkan seseorang mengakhiri nyawanya sendiri. Tetapi tentunya masalah ini dapat diatasi dan orang-orang yang terdampak juga dapat memperoleh kembali kepercayaan diri dan kesehatan mental mereka. Sebagai korban perlu memberanikan diri untuk melawan segala bentuk perundungan, menjauhkan diri dari pergaulan yang membawa pengaruh negatif dan memilih teman-teman yang membawa dampak positif.

Guna memperbaiki kesehatan mental yang terganggu, korban dianjurkan untuk mencatat hal-hal positif yang dimiliki, misalnya sifat baik dan kondisi lingkungan baik sehingga dapat menghargai diri sendiri dan tidak berfokus pada kata-kata negatif yang disampaikan orang lain.

Korban juga perlu beristirahat dengan cukup, mengikuti kegiatan yang dapat membawa emosi positif, seperti berolahraga dengan teratur atau mengikuti kegiatan yang berhubungan dengan hobi. Untuk mengembalikan rusaknya mental akibat *cyberbullying*, korban dianjurkan untuk berbicara dengan orang terdekat. Korban juga dapat berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater jika dampak dari bulian yang dialami sudah terlalu parah.

KESIMPULAN

Dunia maya atau *Cyber Space* adalah media elektronik dalam jaringan komputer yang banyak dipakai untuk keperluan komunikasi satu arah maupun timbal balik secara *online*. *Cyberbullying* atau perundungan dunia maya ialah perundungan yang dilakukan melalui teknologi digital yang dapat terjadi di media sosial, platform *chatting*, platform bermain *game*, dan internet.

Tindakan *bullying* melalui media *cyber* ini lebih ke tindakan berupa verbal. Adapun contoh dari tindakan ini, seperti menyebarkan kebohongan tentang seseorang atau *posting* foto memalukan tentang seseorang di media sosial, mengirim pesan atau ancaman yang menyakitkan melalui platform *chatting*, menuliskan kata-kata menyakitkan pada kolom komentar media sosial, atau *posting* sesuatu yang memalukan/menyakitkan.

Berbeda dengan orang dewasa, rata – rata remaja berani menunjukkan identitasnya saat melakukan aksi *cyberbullying*. Hal ini disebabkan oleh sifat remaja yang masih polos dan tidak menyadari bahwa dengan menggunakan akun yang dikenali akan memudahkan pihak

kepolisian untuk melacak keberadaannya. *Cyberbullying* yang dilakukan oleh para remaja secara sadar ini disebabkan oleh melemah atau bahkan hilangnya kontrol sosial serta usia remaja menjadi masa terjadinya perubahan- perubahan yang cepat.

Semua anak yang terpapar oleh *cyberbullying* dapat menderita, baik itu korban, pelaku, maupun orang menyaksikan terjadinya *cyberbullying*. Para pelaku umumnya cenderung bersifat agresif, berwatak keras, mudah marah, impulsif, lebih ingin mendominasi orang lain, kurang berempati, dan dapat dijauhi oleh orang lain. Sementara itu, para korban, jika *bullying* dilakukan secara terus menerus akan mendatangkan *stress*. Pada akhirnya perasaan memendam depresi, rasa cemas, dan kehilangan kepercayaan diri mendatangkan gangguan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Dalam kasus ekstrem, *cyberbullying* bahkan dapat menyebabkan seseorang mengakhiri nyawanya sendiri.

Adapun bagi mereka yang melakukan pelanggaran yang memenuhi unsur pada pasal 27 ayat (3) Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik adalah dipidana dengan pidana penjara paling lama 6 (enam) tahun dan/atau denda setinggi-tingginya Rp. 1.000.000.000, kemudian dilanjutkan dengan perbuatan penghinaan yang dilakukan bersama-sama atau lebih dari 1 orang maka orang tersebut akan dikenakan pidana atas perbuatan “turut melakukan” tindak pidana.

Terdapat berbagai upaya pencegahan yang dapat dilakukan seperti kontrol sosial, memahami alasan pelaku pada biasanya, tidak terlalu sering posting, menghindari konten atau postingan yang aneh atau mengundang masalah, dan pintar-pintar dalam memilih teman di media sosial. Sebagai korban perlu memberanikan diri untuk melawan segala bentuk perundungan, menjauhkan diri dari pergaulan yang membawa pengaruh negatif dan memilih teman-teman yang membawa dampak positif.

Guna memperbaiki kesehatan mental yang terganggu, korban dianjurkan untuk mencatat hal-hal positif yang dimiliki, perlu beristirahat dengan cukup, dan mengikuti kegiatan yang dapat membawa emosi positif. Untuk mengembalikan rusaknya mental akibat *cyberbullying*, korban dianjurkan untuk berbicara dengan orang terdekat. Korban juga dapat berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater jika dampak dari bulian yang dialami sudah terlalu parah.

REFERENSI

- Dey Ravena, Kristian. (2017). *Kebijakan Kriminal (Criminal Policy)*. Jakarta: Kencana.
- Maskun. (2014). *Kejahatan Siber (Cyber Crime): Suatu Pengantar*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Dwipayana, N. L. A. M., Setiyono, S., & Pakpahan, H. (2020). *Cyberbullying Di Media Sosial*. *Bhirawa Law Journal*, 1(2), 63-70.
- Josua Sitompul, *Pencemaran Nama Baik di Media Sosial, Delik Biasa Atau Aduan?*. Diambil dari: <https://www.hukumonline.com/klinik/detail/ulasan/lt520aa5d4cedab/pencemaran-nama-baik-di-media-sosial-delik-biasa-atau-aduan/>
- Kathryn Gerald, *Intervensi Praktis Bagi Remaja Berisiko* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2021), halaman 72.
- Muhammad Mustofa. (2015). *Metodologi Penelitian Kriminologi*. Jakarta: Kencana.
- Sudarmanto, H. L., & Mafazi, A. (2020). Tinjauan Yuridis Penanganan Tindak Pidana Cyberbullying Di Indonesia. *Dinamika Hukum & Masyarakat*, 1(2).
- Sudarsono. (2015). *Kenakalan Remaja: Prevensi, Rehabilitasi, dan Resosialisasi*. Jakarta: Rineka Cipta.