

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

Nuzul Magfirotul 'Aini, Chesya Najwa Latief, Nadia Nurajijah,
Rizky Dwi Febryanto, Mochammad Soleh

Fakultas Hukum Universitas Singaperbangsa Karawang.

Email : mochammadsoleh135@gmail.com

ABSTRAK

Perkembangan jejaring sosial media sangat luar biasa, dengan akses yang sangat mudah dan lingkup pertemanan yang tanpa batas sehingga semua kalangan tanpa memandang status sosial mulai dari kalangan tua, muda, bahkan anak-anak begitu antusias dalam menggunakan media sosial khususnya dari kalangan remaja. Jejaring sosial juga dijadikan sebagai tempat mengeluarkan luapan emosi, dan tidak jarang juga untuk mengungkapkan kemarahan dalam bentuk cacian maupun hinaan yang sering disebut dengan *cyberbullying*. Selain itu *cyberbullying* pada remaja di media sosial memiliki dampak yang begitu besar yang mempengaruhi segala aspek kehidupan mulai dari aspek psikologis, fisik, dan juga sosial. Dampak *cyberbullying* yang dirasakan bukan hanya pada korban saja, melainkan pelaku, pelaku dan korban juga akan berdampak. Tujuan penulisan mengetahui dampak *cyberbullying* pada remaja di media sosial. Di Indonesia, kasus *cyberbullying* sudah diatur dalam Undang-Undang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE) yang seharusnya dapat mengurangi kasus *cyberbullying*. Namun, pada kenyataannya, UU ITE belum sepenuhnya menjamin dapat mengurangi kasus *cyberbullying*. Sehingga, satu-satunya yang dapat menanggulangi dampak dari *cyberbullying* adalah diri sendiri

Kata Kunci: Sosial Media, Remaja, *Cyberbullying*

ABSTRACT

The development of social media networks is very extraordinary, with very easy access and an unlimited scope of friendships so that all people regardless of social status starting from the old, young, and even children are so enthusiastic about using social media, especially from teenagers. Social networks are also used as a place to vent emotions, and it is not uncommon to express anger in the form of insults and insults which are often referred to as cyberbullying. In addition, cyberbullying in teenagers on social media has such a big impact that it affects all aspects of life ranging from psychological, physical, and also social aspects. The impact of cyberbullying is not only on the victim, but the perpetrator, perpetrator and victim will also have an impact. The purpose of this writing is to find out the impact of cyberbullying on teenagers on social media. In Indonesia, cyberbullying cases have been regulated in the Electronic Information and Transaction Law (UU ITE) which should be able to reduce cyberbullying cases. However, in reality, the ITE Law does not fully guarantee that it can reduce cyberbullying cases. So, the only one who can overcome the impact of cyberbullying is yourself

Keywords: Social Media, Teens, *Cyberbullying*

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

A. PENDAHULUAN

Di masa yang modern ini, banyak hal yang sudah berubah. Cara kita bekerja, belajar, bahkan bersosialisasi. Banyak teknologi yang sudah diciptakan dengan tujuan membantu manusia, terutama dalam bidang informasi. Informasi merupakan peranan besar dalam hidup manusia untuk dapat mengenal lingkungan dan memprediksi situasi yang dihadapi. Informasi berjalan selaras dengan teknologi dimana kedua hal ini berjalan beriringan sehingga jika ada kemajuan teknologi, juga berarti ada kemajuan di bidang informasi yang mampu mengubah bentuk kehidupan masyarakat. Pesatnya perkembangan dalam bidang teknologi dan informasi menimbulkan perubahan pada peradaban manusia. Media sosial mengikutsertakan penggunaannya ke dalam budaya baru yang dapat mengubah pola pikir dan perilaku manusia. Media sosial dapat mengarahkan manusia ke arah perilaku proporsional atau antisosial.¹

Hal ini paling berpengaruh kepada remaja karena mereka berada pada usia transisi dimana kesehatan mental masih labil dan banyak dipengaruhi oleh lingkungan eksternal. Kesehatan mental merupakan suatu keadaan emosional dan psikologis yang baik, dimana individu dapat memanfaatkan kemampuan kognisi dan emosi, berfungsi dalam komunitasnya, dan memenuhi kebutuhan hidup. Hal ini merupakan salah satu faktor banyak terjadinya kasus *cyberbullying* di media sosial. Karena kita tidak melihat dampaknya secara nyata, para pelaku merasa aman saat berkomentar pedas di media sosial. Hal ini dicontoh oleh banyak orang lagi sehingga menjadi kasus berantai. *Cyberbullying* adalah tindakan bullying atau penindasan yang menggunakan teknologi untuk menyakiti orang lain dengan sengaja dan berulang-ulang.² Hal ini dilakukan dengan mengintimidasi dan melecehkan korban melalui perangkat teknologi. Pelaku ingin melihat seseorang terluka dan melakukan banyak cara untuk menyakiti korban. *Cyberbullying* juga memungkinkan pelaku untuk menyembunyikan identitasnya dengan komputer. Hal ini yang membuat pelaku merasa aman tanpa harus melihat respon korban secara langsung.

¹ Aini, Khusnul, Rista Apriana. 2018. Dampak *Cyberbullying* Terhadap Depresi pada Mahasiswa Prodi Ners. Jurnal Keperawatan, Vol. 6, No. 2, hlm 91-97.

² Ayun P.Q. Fenomena Remaja Menggunakan Media Sosial dalam Membentuk Identitas. Channel Vol. 2. No.2, Oktober 2015, hlm 1-16

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

Menurut Pandie dan Weismann (2016) melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh *cyberbullying* di media sosial terhadap perilaku reaktif sebagai pelaku maupun korban. Penelitian ini menemukan beberapa hal diantaranya motif *cyberbullying* yang dapat dibagi menjadi dendam, pelaku yang termotivasi, keinginan untuk dihormati dan pelaku dengan unsur kesengajaan.³ Selain itu, disimpulkan juga bahwa ada faktor-faktor mendasar yang menjadi latar belakang perilaku pelaku, yaitu: prediktor keluarga yang over protektif, faktor internal dimana pelaku tidak mampu mengendalikan naluri primitifnya, faktor eksternal. Dalam penelitiannya didapatkan sebanyak 90% responden yang mengatakan bahwa terkadang mereka membenci teman dan melampiaskannya pada media sosial, 85% mengatakan bahwa mereka suka iseng dan main-main dalam mengirimkan gambar dan tulisan yang menyakiti teman, 80% responden sering membuat akun palsu di media sosial untuk mengirim pesan atau ancaman yang mempermalukan teman, 80% suka menyebarkan gosip dan rumor kepada temannya.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan rumusan masalahnya adalah bagaimana dampak *cyberbullying* pada remaja di media sosial ?

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang akan digunakan untuk penulisan ini adalah Tinjauan Pustaka yaitu mengumpulkan data yang berasal dari buku atau literatur tertulis lainnya sebagai landasan teori penulisan. Metode Deskriptif yaitu melakukan dengan studi kasus, studi komparatif, menganalisis tingkah laku maupun dokumenter yang ada untuk mencari unsur, ciri, sifat suatu kejadian dengan menggambarkan secara umum suatu permasalahan tentang keadaan dan gejala yang terjadi dengan tujuan mempertegas atau menerangkan apa yang menjadi permasalahan agar dapat memperkuat teori yang disampaikan.

³ Mira Marleni Pandie and Ivan Th J. Weismann, "Pengaruh Cyberbullying Di Media Sosial Terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelaku maupun Sebagai Korban Cyberbullying Pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar," *Jurnal Jaffray* 14, no. 1 (2016): 43–62, <https://doi.org/10.25278/jj71.v14i1.188>.

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

C. PEMBAHASAN (HASIL PENELITIAN) DAN ANALISIS

1. Dampak *Cyberbullying*

Beberapa dampak yang berpengaruh terhadap perbuatan *cyberbullying* yang mempengaruhi perilaku sebagai berikut:⁴

a. Dampak Psikologis

Menurut Shultz, Heilman dan Hart (2014) dalam penelitiannya menyatakan bahwa *cyberbullying* yang dilakukan di Amerika merupakan bentuk perilaku kekerasan yang dilakukan di media melalui pesan yang diposting secara luas dan dapat diketahui oleh banyak orang dalam waktu yang singkat. Pada saat terjadi bullying terjadi respon timbal balik antara pelaku dan korban, sebesar 90% dan pada umumnya pelaku memulai percakapan sebanyak 48%. Peningkatan mengakses media sosial berisiko terhadap terjadinya *cyberbullying*, kondisi ini sangat berbahaya bagi generasi muda yang masih labil psikologisnya. *Cyberbullying* umumnya terjadi karena memburuknya sebuah hubungan, baik dengan teman dekat, pacar atau pasangan. Kerusakan hubungan yang terjadi seringkali menjadi alasan menyerang lawan melalui media sosial, baik dengan kata-kata yang langsung ditujukan pada korban, atau berupa sindiran. Serangan yang dilancarkan melalui media elektronik berdampak pada masalah psikologis yang serius. Korban merasa rapuh dan sendiri serta merasakan akibatnya dalam jangka panjang dibandingkan tradisional bullying.⁵

Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Parkington, Bilsbury and Leblanc (2012) dalam (Sari and Suryanto, 2016) menemukan dampak *cyberbullying* pada remaja dimana mereka menderita gangguan mood sebanyak 32%, gejala depresi sebanyak 15% dan perilaku tidak normal sebelum bunuh diri sebanyak 37%. Dampak emosional dari penindasan *cyberbullying* sebanyak 68,5% remaja mengalami beberapa emosi negatif seperti kemarahan, kesal, khawatir, stress, ketakutan dan perasaan depresi.⁶

⁴ Luthfiyanti Harinsa Putri, Dampak Psikologis Pada Remaja Yang Mengalami *Cyberbullying*, Jurnal Penelitian Psikologis Vol. 10, No. 01, hlm 317

⁵ Notar, Padgett, dan Roden, Behavior and Society. Journal of Child & Adolescent Behavior, 2013.

⁶ - HANUM AMALIA ZULFA, "ANALISIS HUBUNGAN ANTARA INTERNET ADDICTION DAN SELF EFFICACY DENGAN PERILAKU CYBERBULLYING REMAJA" (skripsi, UNIVERSITAS AIRLANGGA, 2020), <http://www.lib.unair.ac.id>.

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

Penelitian yang dilakukan oleh Fahy, Stansfeld, Smuk, Smith, Cummins, dan Clark (2016) menyatakan bahwa ada hubungan antara *cyberbullying* dengan kesehatan mental. Dengan tingginya prevalensi *cyberbullying*, hal ini berpotensi lebih besar untuk membuat korban mengalami gejala depresi, gejala kecemasan, dan kesejahteraan remaja di bawah rata-rata hal ini juga didukung oleh meningkatnya penggunaan perangkat seluler dan internet pada remaja. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Desmet, Deforche, Hublet, Tanghe, Stremersch, dan Bourdeaudhuij (2014) menyatakan bahwa adanya hubungan antara *cyberbullying* victimization dengan kesehatan mental seperti adanya keinginan untuk bunuh diri. Elgar, Napoletano, Saul, Dirks, Craig, Poteat, Holt, dan Koenig (2014) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa *cyberbullying* victimization berhubungan dengan masalah kesehatan mental pada remaja seperti, kepuasan hidup, kesejahteraan emosional dan perilaku sosial.

Selain itu *Cyberbullying* di media sosial berdampak pada kondisi psikologis dan kejiwaan korban. Kondisi ini mengakibatkan korban mengalami depresi, sedih yang berlarut-larut, frustrasi, dan kehilangan kepercayaan diri. Penanggulangan *cyberbullying* di media sosial dapat dilakukan dengan mempertegas penegakan hukum dan menciptakan kondisi nyaman oleh pemerintah. Selain itu dibutuhkan juga peran orang tua dalam memperketat pemantauan, meningkatkan dukungan, dan memberikan edukasi kepada anaknya.⁷

b. Dampak Psikososial

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Safaria, Tentama dan Suyono (2016) menunjukkan bahwa *cyberbullying* memberikan dampak psikososial yang negatif pada korban. Dampak negatif akibat *cyberbullying* tergantung frekuensi, durasi dan keparahan dari *cyberbullying* itu sendiri. Korban *cyberbullying* mengalami tekanan emosional dan perilaku mereka. Beran et al. membuktikan bahwa korban *cyberbullying* mempunyai pengalaman buruk berupa dimarahi orang lain di dunia online dapat menyebabkan hilangnya

⁷ Erzha Tri Setyo Rochman et al., "Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Anak Muda Di Indonesia," *Student Research Journal* 2, no. 3 (2024): 12–27, <https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1219>.

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

kepercayaan, atau mereka sebagai korban akan menjadi cyberbullies atau terus menjadi korban. Selain itu, ketika kekerasan secara online terjadi korban hingga menangis, merasa malu, kehilangan teman di sekolah, tertekan, dan mengalami insomnia setelah perlakuan *cyberbullying*.⁸

c. Dampak Fisik

Berdasarkan hasil penelitian Triyono, Rimadani (2019), diketahui bahwa korban mengalami berbagai dampak fisik *cyberbullying* yaitu dampak fisik seperti sakit kepala yang tidak mengenakan, gangguan tidur atau sulit tidur yang berakibat pada kesehatan tubuh korban seperti terkadang merasa ngantuk di pagi hari, mata memerah, berkantung mata, dan mata seperti ditusuk-tusuk dan korban juga kehilangan nafsu makan dan merasa mual, dimana hal tersebut saling keterkaitan satu sama lain sehingga membuat diri korban merasa tidak baik. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dampak fisik *cyberbullying* di media sosial pada remaja korban ini yaitu korban yang sulit untuk mengontrol pikirannya dan sikapnya terhadap apa yang dilakukan oleh teman-temannya sehingga membuat korban merasakan dampak fisik yang tidak mengenakan tersebut, selain itu dengan tipe kepribadian korban yang pemikir membuat korban mudah mendapatkan beban pikiran yang berpengaruh terhadap kesehatan fisik.

Berdasarkan penelitian Navarro, Yubero & Larranaga (2016) bahwa dampak dari *cyberbullying* yaitu remaja mengalami sakit kepala, sakit perut, gangguan tidur, kelelahan, sakit punggung, kehilangan nafsu makan dan masalah pencernaan. Menurut Townsend, M.C. (2009) *cyberbullying* bisa menyebabkan gangguan fisik yang menyertai anoreksia, makan berlebihan, insomnia, sakit kepala, sakit punggung dan nyeri. Laeheem (2013) dampak *cyber bullying* dapat berpengaruh terhadap masalah kesehatan fisik seperti sulit tidur, nafsu makan menurun.

d. Dampak Akademik

⁸ Nabila Ayu Avianingrum, "Penanganan Cyberbullying Terhadap Remaja Dalam Perspektif Hukum Siber Di Indonesia: Tinjauan Normatif Yuridis," *Staatsrecht: Jurnal Hukum Kenegaraan Dan Politik Islam* 4, no. 1 (2024): 51–77, <https://doi.org/10.14421/n3xx0g94>.

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

Hasil penelitian Ningrum F.S. dan Zaujatul Amna (2020) diketahui bahwa terdapat 177 (84,7 persen) sampel yang memiliki pengalaman *cyberbullying* victimization merasa tidak terganggu dengan proses belajar dan merasa aman di sekolahnya, dan sebanyak 32 (15,3 persen) sampel merasa sangat terluka dan terganggu belajarnya dan juga merasa tidak aman di sekolah. Hal ini dijelaskan lebih lanjut oleh Smokowski, Evans, dan Cotter (2014) yang menyatakan bahwa *cyberbullying* victimization memiliki dampak negatif bagi individu di lingkungan sekolah yang berpengaruh pada kemampuan individu selama di sekolah. Beran dan Li (2007) menambahkan bahwa individu yang menjadi korban *cyberbullying* akan memiliki kesulitan dalam berkonsentrasi. Semakin sering korban memperoleh perlakuan *cyberbullying*, maka akan semakin memberikan dampak buruk pada diri korban di dalam kehidupan. *Cyberbullying* juga berdampak dimana korban merasa tidak nyaman dan tertekan, kondisi tersebut membuat korban tidak semangat untuk melakukan aktifitas dan jarang masuk kelas. Banyak korban yang mengalami kegagalan dalam akademik dan memutuskan untuk tidak melanjutkan sekolah. Kondisi tersebut dapat meningkatkan angka pengangguran sehingga semakin banyak kasus kenakalan pada remaja.⁹

Hasil penelitian Laeheem (2013) menunjukkan bahwa adanya gejala lain yang dimunculkan diantaranya merasa terancam, sulit berkonsentrasi, penurunan prestasi akademik dan merasa sendiri (Laeheem, 2013). Selaras dengan penelitian Aisiyai (2015) yang menyatakan bahwa korban tidak berani berangkat sekolah, mengalami penurunan prestasi akademik. Penyerangan yang berulang ini akan dapat mempengaruhi rasa kepercayaan diri seseorang menjadi rendah.

2. Dampak *Cyberbullyng* di Media Sosial pada Remaja

Internet memiliki dampak positif, namun apabila disalahgunakan akan menimbulkan dampak negatif salah satunya yaitu *cyberbullying*. Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2014) didapatkan bahwa *cyberbullying* adalah salah satu

⁹ Luthfiyanti Harinsa Putri and Siti Ina Savira, "Dampak Psikologis Pada Remaja Yang Mengalami Cyberbullying: -," *Character Jurnal Penelitian Psikologi* 10, no. 1 (2023): 309–23, <https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i1.53500>.

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

penyebab terjadinya penyalahgunaan internet dari media sosial di kalangan remaja. Interaksi di media sosial bisa dilakukan tanpa harus tatap muka dan juga dapat berinteraksi dengan orang yang dikenal maupun tidak dikenal.

Bagi generasi muda khususnya remaja memiliki ketertarikan yang besar terhadap media sosial, seperti penelitian yang dilakukan oleh Ayun P.Q (2015) menyatakan bahwa remaja mengekspresikan dirinya dan membangun identitas dirinya dan mencitrakan dirinya serta mengekspresikan masalah pribadi melalui media sosial. Kehadiran media sosial dikalangan remaja, menjadi bercampur aduknya masalah pribadi dengan masalah publik. Tidak semua hal bisa dibagikan di media sosial, pemilik akun harus bisa memfilter segala sesuatu yang masuk atau akan dibagikan sehingga tidak menimbulkan masalah dikemudian hari.¹⁰

Cyberbullying menghadirkan tantangan yang serius untuk kehidupan sosial yang harus mendapatkan perhatian dalam dunia digital. Ini merupakan kejadian yang menakutkan bagi semua orang terutama bagi remaja menyebabkan depresi, harga diri rendah, tidak mampu berkonsentrasi di kelas, turunnya nilai akademik, cemas dan bahkan bunuh diri.¹¹

Melihat besarnya bahaya yang diakibatkan oleh kejadian tersebut, maka perlu adanya upaya yang terus dikembangkan untuk memberikan kesadaran pada masyarakat, khususnya pengguna media sosial, untuk menggunakannya secara baik dan bijaksana serta mengantisipasi segala hal yang dapat merugikan, serta menyakiti orang lain. Menebarkan kebencian, ancaman, dan kemarahan di media sosial adalah tindakan kekerasan yang berdampak secara luas dan serius. Pelaku *cyberbullying* seringkali merasa superior dan membenarkan perilaku yang dilakukannya terhadap korban. Perempuan sering menjadi target dari *cyberbullying*, baik dilakukan oleh laki-laki maupun sesama perempuan.¹²

¹⁰ "DAMPAK CYBERBULLYING TERHADAP DEPRESI PADA MAHASISWA PRODI NERS | Aini | Jurnal Keperawatan Jiwa," accessed December 19, 2025, <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/4444>.

¹¹ "DAMPAK CYBERBULLYING TERHADAP DEPRESI PADA MAHASISWA PRODI NERS | Aini | Jurnal Keperawatan Jiwa."

¹² Andi Najemi et al., "Bahaya Penyampaian Berita Bohong Melalui Media Sosial," *Jurnal Karya Abdi Masyarakat* 5, no. 3 (2021): 575–82, <https://doi.org/10.22437/jkam.v5i3.16646>.

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

Kondisi kesehatan mental korban *cyberbullying* dapat ditinjau dari afek negatif (psychological distress) seperti hubungannya dengan kecemasan sosial, stres emosional, penggunaan obat terlarang, gejala depresi, hingga ide dan usaha untuk bunuh diri. Korban cenderung menderita frustrasi, gelisah, depresi, kelelahan, merasa harga diri berkurang, sulit untuk konsentrasi, murung, menyalahkan diri sendiri, mudah marah hingga bunuh diri. Raskauskas dan Stoltz (2007) memberikan pertanyaan secara terbuka kepada remaja mengenai efek negatif dari *cyberbullying* dan 93% korban melaporkan dampak negatif dengan sebagian besar perasaan sedih, putus asa, dan ketidakberdayaan.¹³

Pengalaman *cyberbullying* dapat memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan emosional dan psikologis remaja. Pelanggaran cyber bullying dikaitkan dengan emosi negatif seperti kesedihan, kemarahan, frustrasi, malu, atau ketakutan. Penelitian yang dilakukan oleh Beran dan Li (2005) juga menyatakan bahwa para korban *cyberbullying* memunculkan kesehatan mental yang negatif seperti meningkatnya kemarahan dan kesedihan. Korban *cyberbullying* merasa kesepian, merasa kurang diterima oleh teman sebaya, menurunnya optimisme, dan memiliki lebih sedikit persahabatan. Lebih lanjut, korban *cyberbullying* mengalami peningkatan depresi, gejala emosional seperti sedih, takut, marah, dan masalah perilaku, serta masalah dengan teman sebaya.¹⁴

Cyberbullying memiliki dampak yang dirasakan bukan hanya korban saja, melainkan pelaku, pelaku dan korban juga akan berdampak. Pada usia remaja banyak perubahan yang dialami seperti perubahan biologis, psikologis maupun perubahan sosial. Ketika remaja memiliki konflik dengan lingkungan sekitarnya apabila tidak ditangani dengan baik akan berdampak negatif. Pada hasil penelitian ini korban menimbulkan dampak seperti tertekan dan perasaan marah. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Nixon (2014) bahwa kebanyakan dari target *cyberbullying* mengalami setidaknya satu gejala stress, selain

¹³ Elmalia Maulidina Tsani et al., "Cyberbullying: Tantangan Bagi Pengguna Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Di Indonesia," *Student Scientific Creativity Journal* 2, no. 4 (2024): 20–29, <https://doi.org/10.55606/sscj-amik.v2i4.3319>.

¹⁴ "Dampak Cyberbullying Terhadap Kondisi Psikososial Remaja Di Kelurahan Padang Bulan Kota Medan | Future Academia : The Journal of Multidisciplinary Research on Scientific and Advanced," accessed December 19, 2025, <https://ejournal.sagita.or.id/index.php/future/article/view/214>.

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

itu untuk dampak fisik yang terjadi adalah sakit kepala dikarenakan korban memikirkan sesuatu hal yang terjadi pada dirinya salah satunya yaitu dengan adanya gas kejadian tindakan *cyberbullying* ini.¹⁵

Peran perawat dalam menangani dampak ini adalah perawat dapat memberikan asuhan keperawatan seperti bagaimana cara untuk melakukan manajemen koping yang baik dan manajemen marah pada remaja. Menurut penelitian Chang (2013) menunjukkan bahwa biasanya seseorang yang menjadi pelaku akan timbul dampak perasaan malu kepada korban dan lingkungan sekitar karena telah melakukan tindakan *cyberbullying* dan akan muncul dampak yang lebih parah lagi yaitu penurunan harga diri. Pelaku akan takut dan malu bertemu dengan teman-temannya di sekolah dikarenakan akan banyak orang yang ikut menyalahi atas perbuatan yang dilakukan pelaku kepada korban. Pada saat ini peran perawat yang dapat dilakukan kepada pelaku adalah meningkatkan kepercayaan diri pelaku kembali dan meningkatkan harga diri pelaku dalam kehidupan sehari-hari agar dampak yang terjadi tidak lebih parah dirasakan pelaku.

Pada bentuk *cyberbullying* dampak yang terjadi pada seseorang yang sekaligus pernah menjadi pelaku dan korban adalah adanya perasaan lega namun di sisi lain ada perasaan takut, cemas, dan menyesal. Hal ini terjadi ketika ia menjadi korban ada perasaan cemas dikarenakan telah menerima pesan bullying dari pelaku dan saat menjadi pelaku ia merasa menyesal dikarenakan ia Mengingat bahwa dahulu pernah juga merasakan dampak yang terjadi pada korban. Peran perawat dalam menangani dampak ini yaitu melakukan manajemen koping dan manajemen cemas untuk menghindari tingkat kecemasan yang lebih tinggi dari tingkat sebelumnya.¹⁶

¹⁵ Fitria Aulia Imani et al., "PENCEGAHAN KASUS CYBERBULLYING BAGI REMAJA PENGGUNA SOSIAL MEDIA," *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services* 2, no. 1 (2021): 74–83, <https://doi.org/10.24853/jks.v2i1.10433>.

¹⁶ Ratna Dewi et al., "ANALISIS PERSPEKTIF HUKUM PERDATA DALAM MENGHADAPI CYBERBULLYING DI ERA DIGITAL," *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara* 1, no. 2 (2024): 2048–60.

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

D. PENUTUP

Berdasarkan pembahasan di atas kesimpulannya bahwa perkembangan teknologi internet berdampak positif terhadap perkembangan teknologi komunikasi. Dengan munculnya teknologi komunikasi seperti media sosial, maka muncul pula isu *cyber bullying*. *Cyber bullying* merupakan tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap seseorang melalui text, gambar/foto, atau video yang cenderung merendahkan dan melecehkan. Karakteristik media sosial yang memungkinkan pengguna bertukar informasi secara cepat dan fitur yang memungkinkan pelaku untuk menyembunyikan identitas menyebabkan tingkat kasus *cyber bullying* terung meningkat. *Cyber bullying* menjadi sorotan bagi para pakar karena hal ini sering terjadi pada para remaja dan memberikan beberapa dampak. Dampak Psikologis mengakibatkan korban mengalami depresi, sedih yang berlarut-larut, frustrasi, dan kehilangan kepercayaan diri. Dampak Psikososial menyebabkan rasa malu, kehilangan teman di sekolah, tertekan, dan mengalami insomnia. Dampak Fisik menyebabkan sakit kepala, sakit perut, gangguan tidur, kelelahan, sakit punggung, kehilangan nafsu makan dan masalah pencernaan. Berdasarkan ulasan yang ada, maka disarankan para remaja harus memahami dan waspada terhadap cara penggunaan internet yang tepat. Peran orang tua, sekolah, universitas, dan masyarakat dapat membantu menekan kemungkinan terjadinya *cyber bullying*. Selain itu, media sosial perlu berperan aktif dalam melakukan kampanye anti *cyber bullying* dan wajib memiliki fitur yang menangani laporan-laporan terhadap kasus *cyber bullying* yang terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Khusnul Aini dan Rista Apriana, "Dampak Cyberbullying Terhadap Depresi pada Mahasiswa Prodi Ners," *Jurnal Keperawatan* 6, no. 2 (2018): 91–97.
- P. Q. Ayun, "Fenomena Remaja Menggunakan Media Sosial dalam Membentuk Identitas," *Channel 2*, no. 2 (Oktober 2015): 1–16.
- Mira Marleni Pandie dan Ivan Th. J. Weismann, "Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial terhadap Perilaku Reaktif sebagai Pelaku maupun sebagai Korban Cyberbullying pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar," *Jurnal Jaffray* 14, no. 1 (2016): 43–62, <https://doi.org/10.25278/jj71.v14i1.188>

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

- Luthfiyanti Harinsa Putri, “Dampak Psikologis pada Remaja yang Mengalami Cyberbullying,” *Jurnal Penelitian Psikologis* 10, no. 1 (2018): 317.
- James T. Notar, Steven Padgett, dan John Roden, “Cyberbullying: A Review of the Literature,” *Journal of Child & Adolescent Behavior* (2013).
- Hanum Amalia Zulfa, “Analisis Hubungan antara Internet Addiction dan Self Efficacy dengan Perilaku Cyberbullying Remaja” (skripsi, Universitas Airlangga, 2020), <http://www.lib.unair.ac.id>
- Erzha Tri Setyo Rochman et al., “Pengaruh Media Sosial terhadap Kesehatan Mental pada Anak Muda di Indonesia,” *Student Research Journal* 2, no. 3 (2024): 12–27, <https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1219>
- Nabila Ayu Avianingrum, “Penanganan Cyberbullying terhadap Remaja dalam Perspektif Hukum Siber di Indonesia: Tinjauan Normatif Yuridis,” *Staatsrecht: Jurnal Hukum Kenegaraan dan Politik Islam* 4, no. 1 (2024): 51–77, <https://doi.org/10.14421/n3xx0g94>
- Luthfiyanti Harinsa Putri dan Siti Ina Savira, “Dampak Psikologis pada Remaja yang Mengalami Cyberbullying,” *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 10, no. 1 (2023): 309–323, <https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i1.53500>
- Khusnul Aini dan Rista Apriana, “Dampak Cyberbullying terhadap Depresi pada Mahasiswa Prodi Ners,” *Jurnal Keperawatan Jiwa*, diakses 19 Desember 2025, <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/4444>
- Andi Najemi et al., “Bahaya Penyampaian Berita Bohong melalui Media Sosial,” *Jurnal Karya Abdi Masyarakat* 5, no. 3 (2021): 575–582, <https://doi.org/10.22437/jkam.v5i3.16646>
- Elmalia Maulidina Tsani et al., “Cyberbullying: Tantangan bagi Pengguna Media Sosial terhadap Kesehatan Mental di Indonesia,” *Student Scientific Creativity Journal* 2, no. 4 (2024): 20–29, <https://doi.org/10.55606/sscj-amik.v2i4.3319>
- “Dampak Cyberbullying terhadap Kondisi Psikososial Remaja di Kelurahan Padang Bulan Kota Medan,” *Future Academia: The Journal of Multidisciplinary Research on Scientific and Advanced*, diakses 19 Desember 2025, <https://ejournal.sagita.or.id/index.php/future/article/view/214>
- Fitria Aulia Imani et al., “Pencegahan Kasus Cyberbullying bagi Remaja Pengguna Sosial Media,” *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services* 2, no. 1 (2021): 74–83, <https://doi.org/10.24853/jks.v2i1.10433>

DAMPAK *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI MEDIA SOSIAL

Ratna Dewi et al., “Analisis Perspektif Hukum Perdata dalam Menghadapi Cyberbullying di Era Digital,” *Jurnal Intelek dan Cendikiawan Nusantara* 1, no. 2 (2024): 2048–2060.