

PENGARUH CYBERBULLYING DI MEDIA SOSIAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA

Muhamad Alnur Jamil¹, Rezky Tiara Putri², Tohir Solehudin³
jamilalnur9@gmail.com¹, rezkyputri026@gmail.com², tohir@uika-bogor.ac.id³
Universitas Ibn Khaldun Bogor

ABSTRAK

Cyberbullying merupakan suatu masalah besar yang dapat menimbulkan berbagai dampak dan akibat pada remaja. Remaja yang mengalami cyberbullying ini dapat merasakan sakit, marah, takut ataupun malu (Kumala & Sukmawati, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh cyberbullying di media sosial terhadap kesehatan mental remaja. Menggunakan metode kuantitatif dengan kuesioner online yang diisi oleh 32 responden berusia 11-24 tahun, mayoritas berusia 14-17 tahun dan sebagian besar perempuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cyberbullying memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental remaja, termasuk menyebabkan depresi, kecemasan, stres berkepanjangan, penurunan harga diri, dan gangguan pada hubungan interpersonal serta pola tidur. Kesimpulan ini menggarisbawahi perlunya langkah-langkah pencegahan dan intervensi yang efektif untuk mengatasi dampak negatif cyberbullying terhadap remaja.

Kata Kunci : Cyberbullying, Kesehatan Mental, Remaja.

ABSTRACT

Cyberbullying is a big problem that can cause various impacts and consequences in adolescents. Teenagers who have cyberbullying can feel pain, anger, fear and shame (Kumala & Sukmawati, 2020). This study aims to analyze the effect of cyberbullying on social media with adolescents' mental health. Using quantitative methods with online questionnaires filled with 32 respondents aged 11-24 years, a majority of 14-17 years and most women. The results show that cyberbullying has a significant impact on teen mental health, including causing depression, anxiety, prolonged stress, decline in self-esteem, and disruption to interpersonal relationships and sleep patterns. This conclusion underscores the need for preventive measures and effective interventions to address cyberbullying negative impacts on teenagers.

Keywords: Cyberbullying, Mental Health, Teenagers.

PENDAHULUAN

Teknologi yaitu sesuatu yang dapat digunakan sebagai alat yang dapat menunjang keberlangsungan hidup manusia. Majunya teknologi dan akses internet yang meluas sudah merevolusi cara manusia berhubungan dan berkomunikasi dalam kehidupan satu dengan yang lainnya (Hsieh et al., 2016). Di era teknologi ini sangatlah berkembang dengan pesat, penggunaan teknologi informasi dan internet sudah menjadikan bagian dari kehidupan manusia sehari-hari. Teknologi komunikasi seperti telepon seluler internet jejaring sosial ataupun pesan teks yang terus meningkat setiap tahunnya (Beran & Li, 2008). Internet dapat menyediakan macam-macam informasi, baik itu informasi sosial maupun informasi yang lainnya. Informasi yang didapatkan tersebut ada yang berdampak positif ataupun juga ada yang berdampak negatif yang dapat memicu kenakalan pada kalangan remaja. Dampak negatif dari internet diantaranya: cyber bullying, internet addiction, penipuan, cyber phonography, dan risiko kesehatan yang dapat mendistorsikan perkembangan pada remaja (Bauman et al., 2013).

Media sosial yang merupakan sarana untuk berinteraksi sosial dengan menggunakan teknologi yang ada baik itu berbasis website ataupun komunikasi yang

menjadi dialog interaktif yang dengan mudah diakses dan terukur. Dengan adanya media sosial dapat memungkinkan informasi menyebar dengan sangat mudah dan cepat sehingga dapat mempengaruhi cara pandang manusia maupun gaya hidup dan serta budaya yang ada. Tidak dapat dipungkiri bahwa pesan yang ditayangkan melalui media sosial itu dapat mengarahkan banyak orang, baik itu ke arah perilaku prososial ataupun antisosial (Pandie & Weismann, 2016). Dengan seiring adanya kemajuan dan perkembangan teknologi informasi yang di mana remaja menjadi pengguna yang banyak menghabiskan waktunya di dunia maya. Dengan adanya internet termasuk media sosial yang menjadi pembuka gerbang untuk seluruh negara di dunia (Fazry & Nurliana Cipta Apsari, 2021). Pada sebuah perubahan yang telah dilakukan tentu menginginkan dampak yang positif, tetapi tak bisa dipungkiri bahwa akan memiliki dampak negatif juga yang salah satunya adalah cyberbullying (Fazry & Nurliana Cipta Apsari, 2021), yang menjadikan dampak penggunaan teknologi yang negatif (Rahayu, 2013).

Cyberbullying berasal dari dua kata yaitu cyber (internet), dan bullying (perundungan). Cyberbullying yaitu suatu tindakan yang dapat menyakiti orang lain secara berulang kali yang menggunakan informasi dan teknologi, seperti mengirim pesan pelecehan melalui internet, mengomentari dengan meremehkan di jejaring sosial, mengirimkan gambar yang dapat melecehkan, dan mengancam ataupun mengintimidasi seseorang melalui internet atau elektronik (Hinduja & Patchin, 2014).

Cyberbullying yang terjadi pada kalangan remaja merupakan suatu bentuk baru dari perilaku bullying dan menjadi salah satu objek yang menarik untuk diteliti. Cyberbullying merupakan suatu masalah besar yang dapat menimbulkan berbagai dampak dan akibat pada remaja. Remaja yang mengalami cyberbullying ini dapat merasakan sakit, marah, takut ataupun malu (Kumala & Sukmawati, 2020). Hal ini dapat menyebabkan korban menjadi emosi sehingga dapat bereaksi untuk membalas dendam kepada pelakunya, mengurangi diri dari pergaulan dan memberhentikan aktivitas yang biasanya dilakukan, dan juga dapat berubah menjadi sama-sama melakukan cyberbullying. Tidak kasih berguling yang dialami korban dapat menimbulkan rasa khawatir. Karena dikitnya pengawasan, menyebabkan tindakan tersebut dapat terjadi secara terus-menerus (Hinduja & Patchin, 2014). Selain itu juga informasi yang diterima korban dapat dipublikasikan di internet, baik itu kata ataupun gambar yang dapat bertahan dengan lama bahkan juga dapat menetap secara permanen di internet (Campbell, 2005).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pengambilan datanya melalui penyebaran Google form kepada anak remaja yang menggunakan media sosial berusia 11-21 tahun. Pengumpulan data diperoleh dari hasil pengisian kuesioner secara online. Isi dari Google form tersebut terdapat tiga jenis pertanyaan, yaitu pilihan ganda untuk diisi berupa umur dan jenis kelamin, skala linier, dan jawaban singkat. Setelah kuesioner selesai dibuat, kemudian langkah selanjutnya adalah menyebarkan kuesioner sesuai target responden yang sudah ditentukan, yaitu remaja yang menggunakan media sosial. Pengisian Google form ditutup setelah mendapatkan responden kurang lebih 30 orang. Lalu kemudian yang terakhir yaitu melakukan analisis data dan membuat grafik sesuai dengan hasil jawaban responden pada Google form.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat 32 responden dengan data sebagai berikut.

Rentang Usia pada responden.

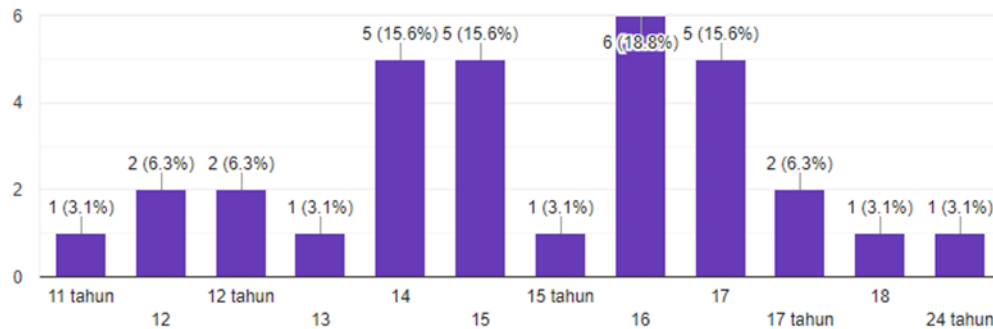


Figure 1, grafik usia responden

Dari data tersebut menunjukkan bahwa rentang usia dari 32 responden di usia 11 tahun sebanyak 1 responden dengan presentase (3.1%), 12 tahun sebanyak 2 responden dengan presentase (6.3%), 13 tahun sebanyak 1 responden dengan presentase (3.1%), 14 tahun sebanyak 5 responden dengan presentase (15.6%), 15 tahun sebanyak 5 responden dengan presentase (15.6%), 16 tahun sebanyak 6 responden dengan presentase (18.8%), 17 tahun sebanyak 5 responden dengan presentase (15.6%), 18 tahun sebanyak 2 responden dengan presentase (6.3%), dan 24 tahun sebanyak 1 responden dengan presentase (3.1%).

Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berusia antara 14 hingga 17 tahun, dengan usia 16 tahun memiliki jumlah responden terbanyak (6 responden atau 18.8%). Sedangkan usia di luar rentang ini (11, 12, 13, 18, dan 24 tahun) memiliki jumlah responden yang lebih sedikit, masing-masing kurang dari atau sama dengan 6.3% dari total 32 responden.

Data usia ini menunjukkan bahwa kelompok usia remaja, khususnya antara 14 hingga 17 tahun, mendominasi populasi responden dalam survei ini.

Jenis Kelamin

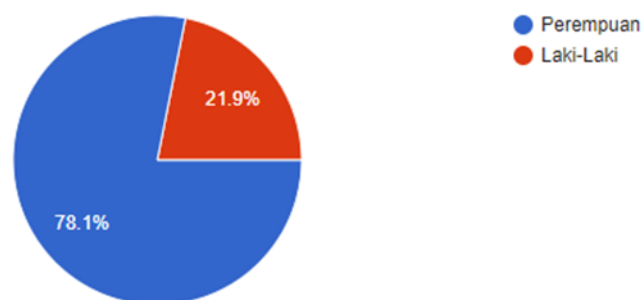


Figure 2 grafik jenis kelamin

Dari data tersebut dapat dilihat bahwa responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 responden dengan presentase (78,1%) sedangkan Laki – laki sebanyak 7 responden dengan presentase (21,9%) dari total 32 responden. Data tersebut menunjukkan mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 78.1% dari total responden. Sementara itu, responden laki-laki hanya berjumlah 21.9%. Ini menunjukkan bahwa responden perempuan jauh lebih banyak dibandingkan dengan responden laki-laki.

Pertanyaan pertama

Saya percaya bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja

 Copy

32 responses

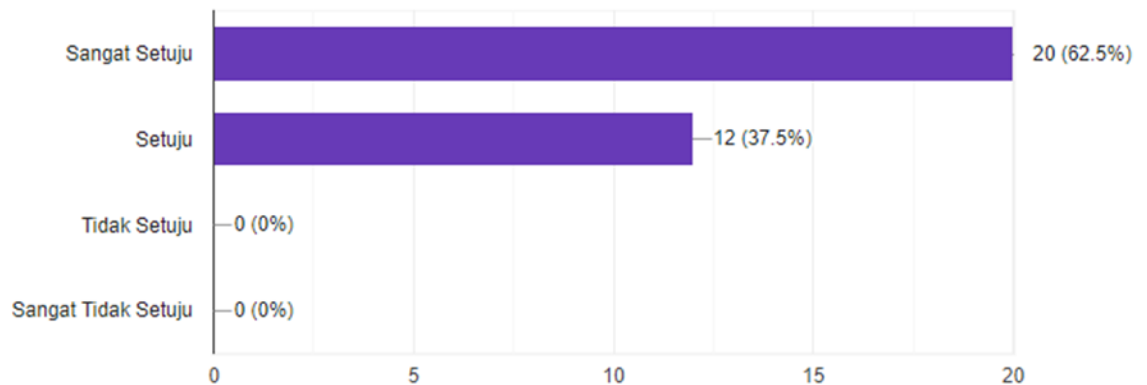


Figure 3 grafik pertanyaan pertama

Data tersebut menunjukkan bahwa Sangat Setuju: 20 responden (62.5%), Setuju: 12 responden (37.5%), Tidak Setuju: 0 responden (0%), Sangat Tidak Setuju: 0 responden (0%).

Dapat disimpulkan bahwa seluruh responden (32 orang) setuju bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja, dengan mayoritas responden (62.5%) sangat setuju dengan pernyataan tersebut. Tidak ada responden yang tidak setuju atau sangat tidak setuju. Ini menunjukkan bahwa ada kesadaran yang sangat tinggi di antara responden tentang dampak negatif cyberbullying terhadap kesehatan mental remaja. Pandangan ini mungkin mencerminkan pengalaman pribadi atau pengamatan mereka terhadap lingkungan sekitar mereka.

Pertanyaan Ke 2

Saya merasa terancam atau takut cyberbullying di media sosial

 Copy

32 responses

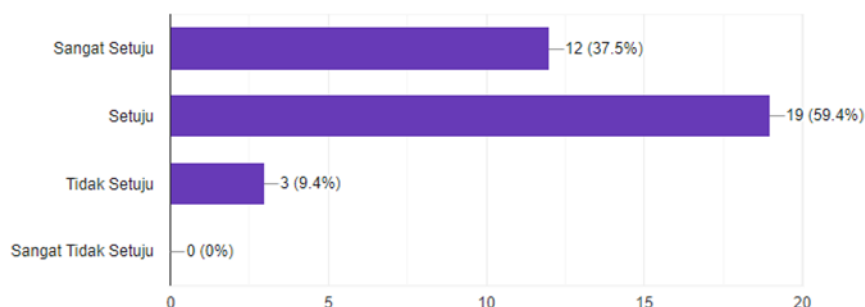


Figure 4 grafik pertanyaan ke 2

Data tersebut menunjukkan bahwa dari 32 responden, sebanyak 12 responden dengan presentase (37,5%) merasa Sangat Setuju bahwa mereka merasa terancam atau takut cyberbullying di media sosial. 19 responden dengan presentase (59,4%) Setuju bahwa mereka merasa terancam atau takut cyberbullying di media sosial. 3 responden dengan

presentase (9,4%) Tidak Setuju bahwa mereka merasa terancam atau takut cyberbullying di media sosial. Dan 0 responden dengan presentase (0%) sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

Dari data ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden (96.9%) merasa terancam atau takut cyberbullying di media sosial, dengan sebagian besar setuju atau sangat setuju. Hanya sebagian kecil yang tidak setuju, dan tidak ada yang sangat tidak setuju.

Pertanyaan ke 3

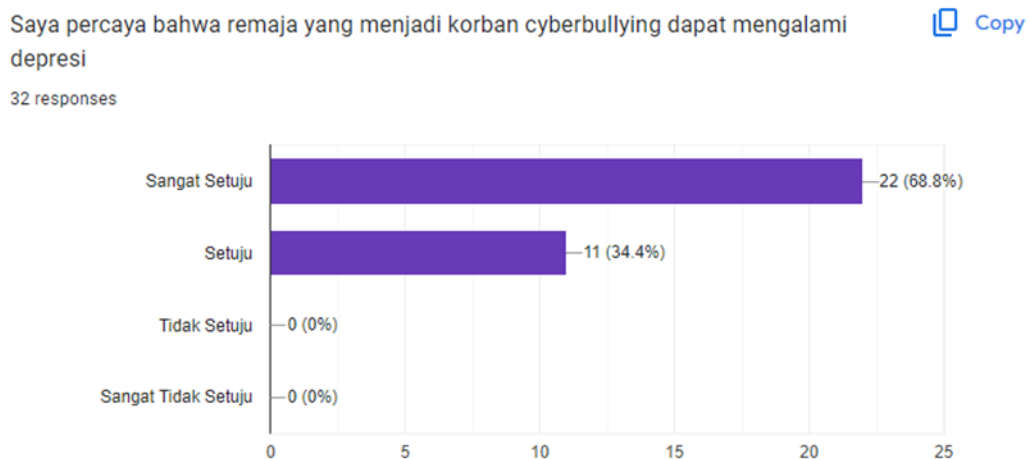


Figure 5 grafik pertanyaan ke 3

Data tersebut menunjukkan bahwa dari 32 responden mengenai kepercayaan bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying dapat mengalami depresi., sebanyak 22 responden dengan presentase (68.8%) Sangat Setuju, sebanyak 11 responden dengan presentase (34.4%) Setuju, sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju. dapat disimpulkan bahwa semua responden (100%) percaya bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying dapat mengalami depresi, dengan mayoritas besar (68.8%) yang sangat setuju dan sisanya (34.4%) setuju. Tidak ada responden yang tidak setuju atau sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

Pertanyaan ke 4

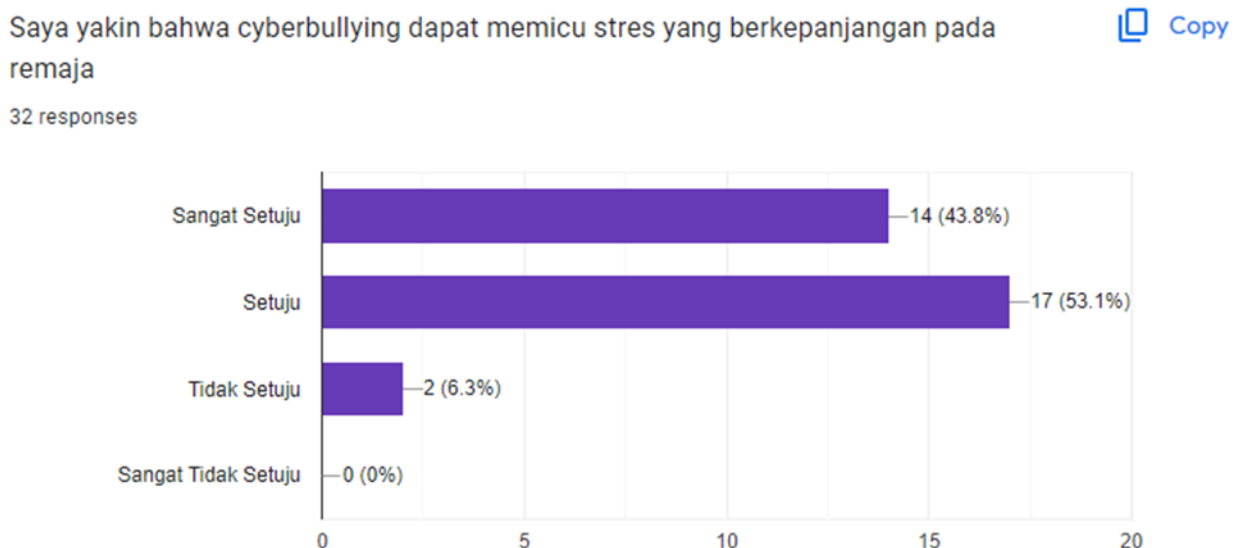


Figure 6 grafik pertanyaan ke 4

Data tersebut menunjukkan bahwa dari 32 responden mengenai keyakinan bahwa cyberbullying dapat memicu stres yang berkepanjangan pada remaja. Sebanyak sebanyak 14 responden dengan presentase (43.8%) Sangat Setuju, sebanyak 17 responden dengan presentase (53.1%) Setuju, sebanyak 2 responden dengan presentase 6,30%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju.

Dapat disimpulkan bahwa mayoritas besar responden (96.9%) baik setuju maupun sangat setuju bahwa cyberbullying dapat memicu stres yang berkepanjangan pada remaja. Hanya sebagian kecil (6.3%) yang tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Tidak ada responden yang sangat tidak setuju. Hal ini menunjukkan adanya kesadaran yang tinggi di antara responden mengenai dampak negatif dari cyberbullying terhadap kesehatan mental remaja.

Pertanyaan ke 5

Saya merasa bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying mungkin mengalami penurunan harga dirinya



32 responses

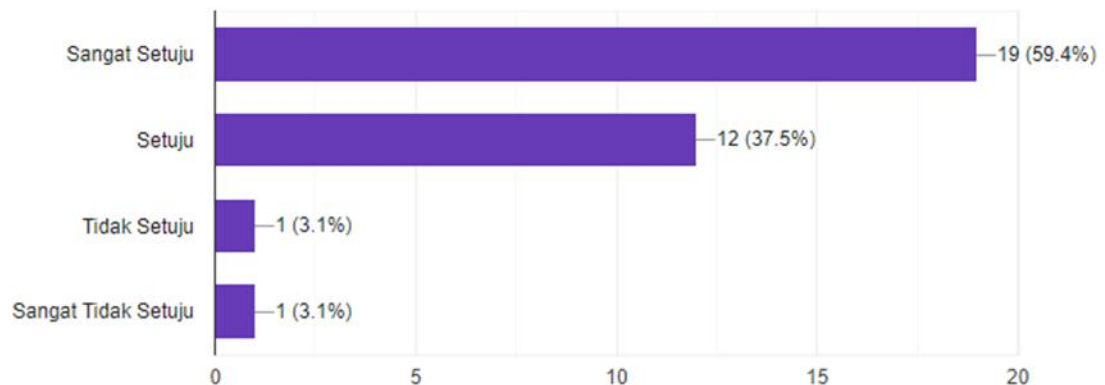


Figure 7 grafik pertanyaan ke 5

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden terhadap pernyataan Saya merasa bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying mungkin mengalami penurunan harga dirinya. Sebanyak sebanyak 19 responden dengan presentase (59,4%) Sangat Setuju, sebanyak 12 responden dengan presentase (37,5%) Setuju, sebanyak 1 responden dengan presentase (3,1%) Tidak Setuju dan sebanyak 1 responden dengan presentase (3,1%) Sangat Tidak Setuju.

Dapat disimpulkan bahwa mayoritas besar responden (96.9%) baik setuju maupun sangat setuju bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying mungkin mengalami penurunan harga diri. Hanya sebagian kecil (6.2%) yang tidak setuju atau sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Hal ini menunjukkan adanya kesadaran yang tinggi di antara responden mengenai dampak negative dari cyberbullying terhadap harga diri remaja.

Pertanyaan ke 6

Saya setuju bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi produktivitas belajar atau aktivitas sehari-hari remaja

 Copy

32 responses

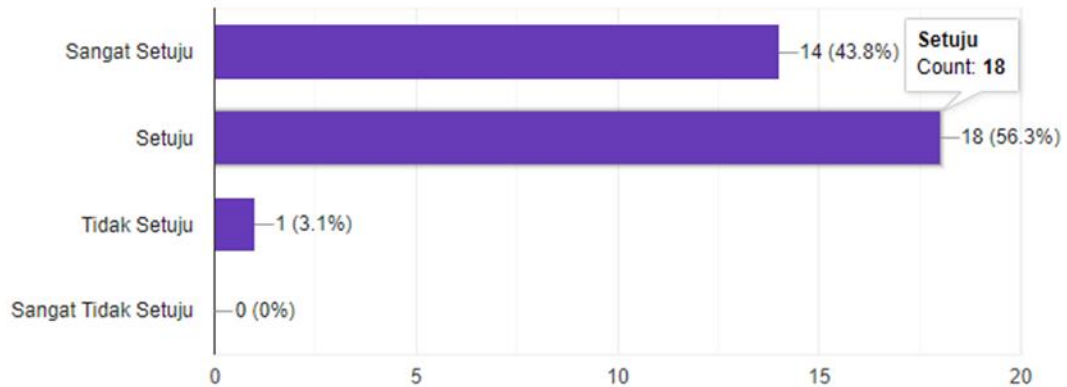


Figure 8 grafik pertanyaan no 6

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden terhadap pernyataan Saya setuju bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi produktivitas belajar atau aktivitas sehari-hari remaja. Sebanyak sebanyak 14 responden dengan presentase (43,8%) Sangat Setuju, sebanyak 18 responden dengan presentase (56,3%) Setuju, sebanyak 1 responden dengan presentase (3,1%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju.

Dapat disimpulkan bahwa mayoritas besar responden (100%) baik setuju maupun sangat setuju bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi produktivitas belajar atau aktivitas sehari-hari remaja. Hanya sebagian kecil (3.1%) yang tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Tidak ada responden yang sangat tidak setuju. Hal ini menunjukkan adanya kesadaran yang tinggi di antara responden mengenai dampak negatif dari cyberbullying terhadap produktivitas dan aktivitas sehari-hari remaja.

Pertanyaan ke 7

Saya percaya bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying cenderung mengisolasi diri

 Copy

32 responses

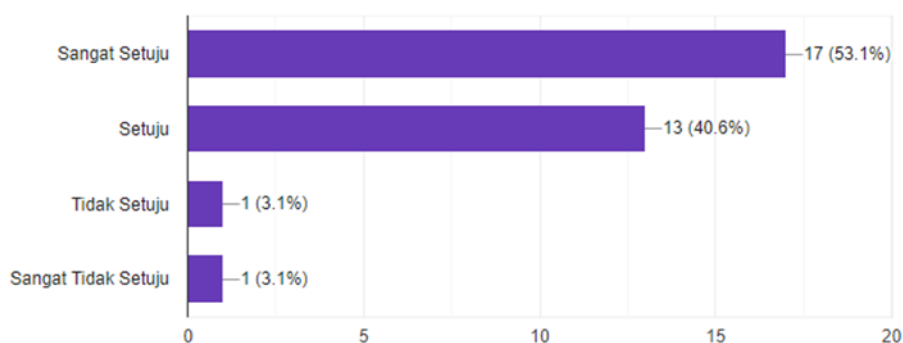


Figure 9 grafik pertanyaan no 7

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden terhadap pernyataan Saya percaya bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying cenderung mengisolasi diri. Sebanyak 17 responden dengan presentase (53,1%) Sangat Setuju, sebanyak 13 responden dengan presentase (40,6%) Setuju, sebanyak 1 responden dengan

presentase (3,1%) Tidak Setuju dan sebanyak1 responden dengan presentase (3,1%) Sangat Tidak Setuju.

Dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar responden (93.7%) baik sangat setuju atau setuju bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying cenderung mengisolasi diri. Ini menunjukkan bahwa ada konsensus kuat di antara responden bahwa cyberbullying memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan sosial dan emosional remaja, membuat mereka cenderung mengisolasi diri. Sementara hanya sebagian kecil (6.2%) yang tidak setuju atau sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

Pertanyaan ke 8

Saya merasa bahwa cyberbullying di media sosial dapat menyebabkan kecemasan pada remaja

32 responses

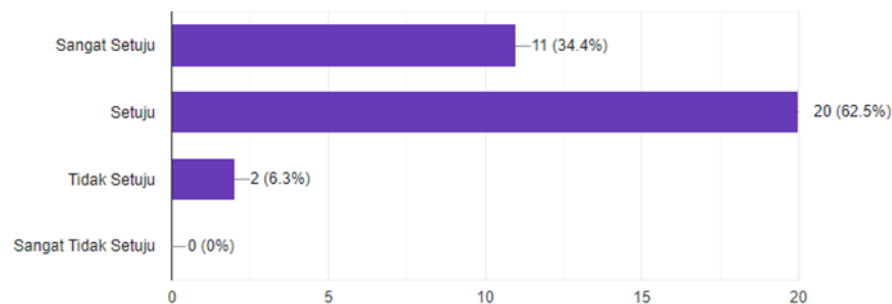


Figure 10 grafik pertanyaan ke 8

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden terhadap pernyataan Saya merasa bahwa cyberbullying di media sosial dapat menyebabkan kecemasan pada remaja. Sebanyak 11 responden dengan presentase (34,4 %) Sangat Setuju, sebanyak 20 responden dengan presentase (62,5%) Setuju, sebanyak 2 responden dengan presentase (6,3%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju.

Dapat disimpulkan bahwa Mayoritas besar responden (96.9%) baik sangat setuju atau setuju bahwa cyberbullying di media sosial dapat menyebabkan kecemasan pada remaja. Ini menunjukkan kesepakatan yang kuat di antara responden bahwa cyberbullying memiliki dampak negatif yang signifikan pada kesehatan mental remaja, khususnya dalam hal kecemasan. Sementara hanya sebagian kecil (6.3%) yang tidak setuju dengan pernyataan tersebut, dan tidak ada yang sangat tidak setuju.

Pertanyaan ke 9

Saya yakin bahwa tindakan cyberbullying dapat mempengaruhi hubungan interpersonal remaja

32 responses

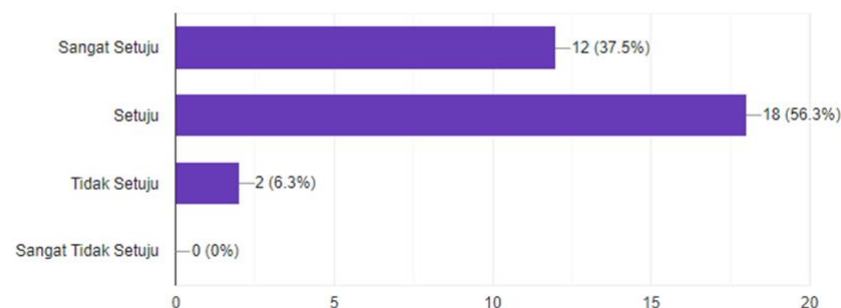


Figure 11 grafik pertanyaan ke 9

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden terhadap

pernyataan Saya yakin bahwa tindakan cyberbullying dapat mempengaruhi hubungan interpersonal remaja. Sebanyak 12 responden dengan presentase (37,5 %) Sangat Setuju, sebanyak 18 responden dengan presentase (56,3%) Setuju, sebanyak 2 responden dengan presentase (6,3%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju. Dapat disimpulkan bahwa Mayoritas besar responden (93.8%) baik sangat setuju atau setuju bahwa tindakan cyberbullying dapat mempengaruhi hubungan interpersonal remaja. Ini menunjukkan konsensus yang kuat di antara responden bahwa cyberbullying memiliki dampak negatif yang signifikan pada kemampuan remaja untuk membangun dan memelihara hubungan interpersonal yang sehat. Hanya sebagian kecil (6.3%) yang tidak setuju dengan pernyataan tersebut, dan tidak ada yang sangat tidak setuju.

Pertanyaan ke 10

Saya merasa bahwa cyberbullying dapat mengganggu pola tidur remaja

[Copy](#)

32 responses

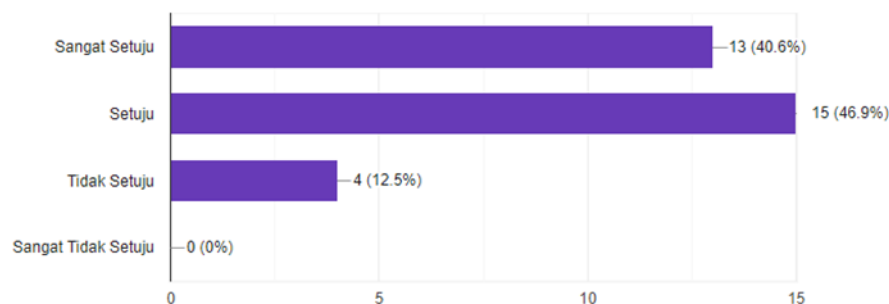


Figure 12 grafik pertanyaan ke 10

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden terhadap pernyataan Saya merasa bahwa cyberbullying dapat mengganggu pola tidur remaja. Sebanyak 13 responden dengan presentase (40,6 %) Sangat Setuju, sebanyak 15 responden dengan presentase (46,9%) Setuju, sebanyak 4 responden dengan presentase (12,5%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju. Dapat disimpulkan bahwa Mayoritas besar responden (87.5%) setuju atau sangat setuju bahwa cyberbullying dapat mengganggu pola tidur remaja. Hanya sebagian kecil (12.5%) yang tidak setuju, dan tidak ada yang sangat tidak setuju. Ini menunjukkan bahwa kebanyakan responden memiliki persepsi bahwa cyberbullying memang berdampak negatif pada pola tidur remaja.

Pertanyaan ke 11

Saya setuju bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi kemampuan remaja dalam mengelola emosi

[Copy](#)

32 responses

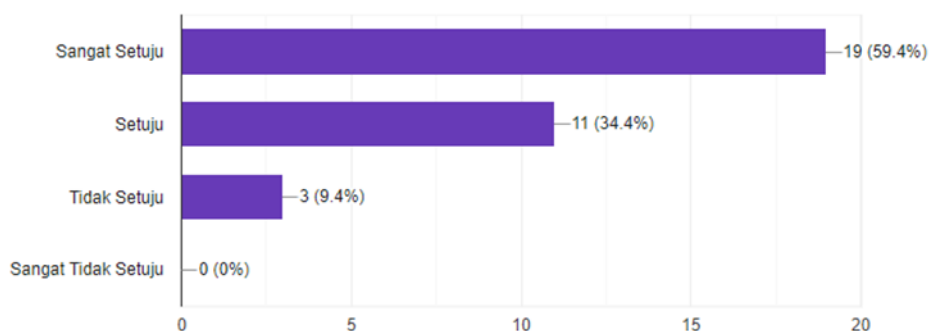


Figure 13 grafik pertanyaan 11

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden terhadap pernyataan Saya setuju bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi kemampuan remaja dalam mengelola emosi. Sebanyak 19 responden dengan presentase (59,4 %) Sangat Setuju, sebanyak 11 responden dengan presentase (34,4%) Setuju, sebanyak 3 responden dengan presentase (9,4%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju. . Dapat disimpulkan bahwa Mayoritas besar responden (93.8%) setuju atau sangat setuju bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi kemampuan remaja dalam mengelola emosi. Hanya sebagian kecil (9.4%) yang tidak setuju, dan tidak ada yang sangat tidak setuju. Ini menunjukkan bahwa kebanyakan responden memiliki persepsi bahwa cyberbullying memang berdampak negatif pada kemampuan remaja dalam mengelola emosi mereka.

Pertanyaan ke 12

Saya merasa bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying mungkin cenderung untuk berperilaku agresif

[Copy](#)

32 responses

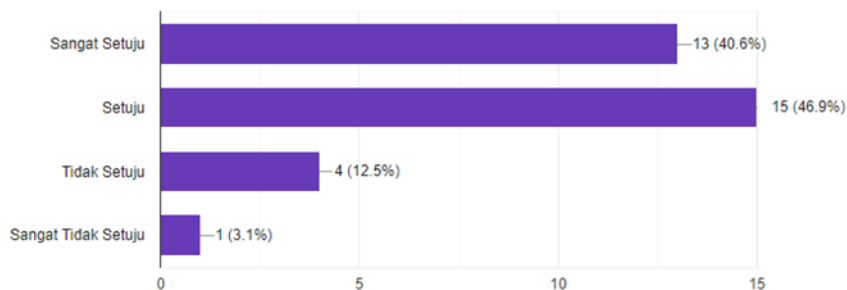


Figure 14 grafik pertanyaan ke 12

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden terhadap pernyataan Saya merasa bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying mungkin cenderung untuk berperilaku agresif. Sebanyak 13 responden dengan presentase (40,6 %) Sangat Setuju, sebanyak 15 responden dengan presentase (46,9%) Setuju, sebanyak 4 responden dengan presentase (12,5%) Tidak Setuju dan sebanyak 1 responden dengan presentase (3,1%) Sangat Tidak Setuju. Dapat disimpulkan bahwa Mayoritas besar responden (87.5%) setuju atau sangat setuju bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying mungkin cenderung untuk berperilaku agresif. Hanya sebagian kecil (12.5%) yang tidak setuju, dan hanya 3.1% yang sangat tidak setuju. Ini menunjukkan bahwa kebanyakan responden memiliki persepsi bahwa cyberbullying memang dapat meningkatkan kecenderungan perilaku agresif pada remaja yang menjadi korban.

Pertanyaan ke 13

Saya yakin bahwa tindakan cyberbullying dapat meningkatkan risiko remaja mengalami gangguan makan

[Copy](#)

32 responses

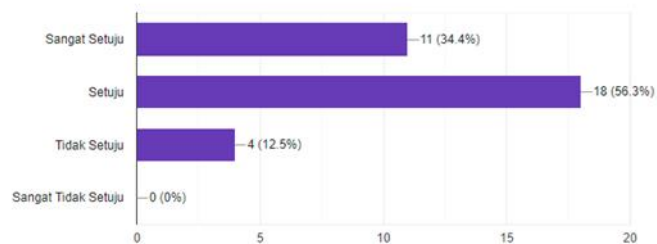


Figure 15 grafik pertanyaan ke 13

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden mengenai

keyakinan mereka tentang apakah tindakan cyberbullying dapat meningkatkan risiko remaja mengalami gangguan makan. Sebanyak 11 responden dengan presentase (34,4%) Sangat Setuju, sebanyak 18 responden dengan presentase (56,3%) Setuju, sebanyak 4 responden dengan presentase (12,5%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju. Dapat disimpulkan bahwa Mayoritas besar responden (90.7%, gabungan dari "Sangat Setuju" dan "Setuju") percaya bahwa cyberbullying berkontribusi terhadap meningkatnya risiko gangguan makan pada remaja. Hanya sebagian kecil yang tidak setuju, dan tidak ada yang sangat tidak setuju.

Pertanyaan ke 14

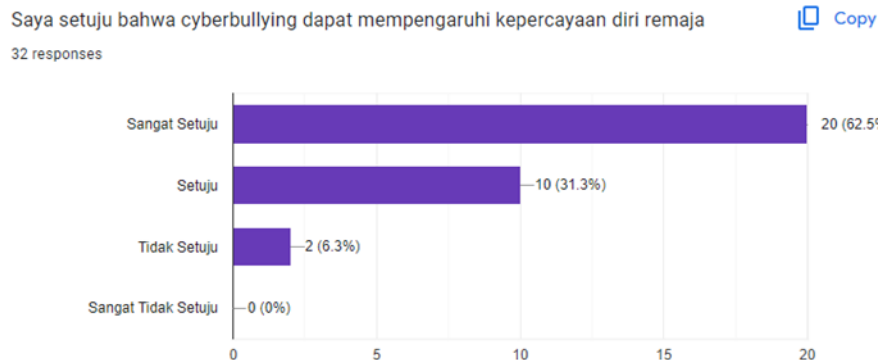


Figure 16 grafik pertanyaan ke 14

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden mengenai pandangan mereka tentang apakah cyberbullying dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja. Sebanyak 20 responden dengan presentase (62,5%) Sangat Setuju, sebanyak 10 responden dengan presentase (31,3%) Setuju, sebanyak 2 responden dengan presentase (6,3%) Tidak Setuju dan sebanyak 0 responden dengan presentase (0%) Sangat Tidak Setuju. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa mayoritas besar responden (93.8%, gabungan dari "Sangat Setuju" dan "Setuju") percaya bahwa cyberbullying mempengaruhi kepercayaan diri remaja. Hanya sebagian kecil yang tidak setuju, dan tidak ada yang sangat tidak setuju. Hasil ini menunjukkan bahwa ada kesadaran yang kuat di antara responden tentang dampak negatif cyberbullying terhadap kepercayaan diri remaja.

Pertanyaan ke 15

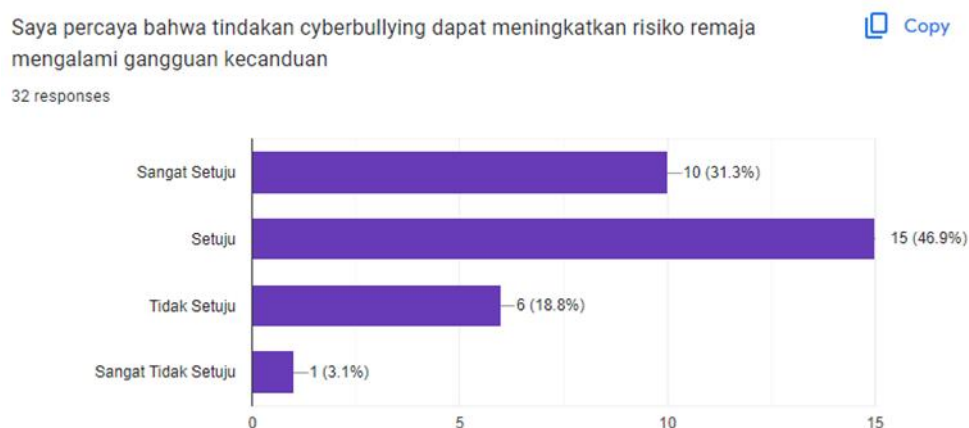


Figure 17 grafik pertanyaan ke 15

Data dari 32 responden tersebut menunjukkan tentang pendapat responden mengenai pandangan mereka tentang apakah tindakan cyberbullying dapat meningkatkan risiko remaja mengalami gangguan kecanduan. Sebanyak 10 responden dengan presentase (31,3%) Sangat Setuju, sebanyak 15 responden dengan presentase (46,9%) Setuju, sebanyak 6 responden dengan presentase (18,8%) Tidak Setuju, dan sebanyak 1 responden dengan presentase (3,1%) Sangat Tidak Setuju.

sebanyak 6 responden dengan presentase (18,8%) Tidak Setuju dan sebanyak 1 responden dengan presentase (3,1%) Sangat Tidak Setuju. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden (78.2%, gabungan dari "Sangat Setuju" dan "Setuju") percaya bahwa tindakan cyberbullying berpotensi meningkatkan risiko gangguan kecanduan pada remaja. Sebagian kecil tidak setuju, dan sangat sedikit yang sangat tidak setuju. Hasil ini menunjukkan bahwa ada kesadaran yang cukup besar di antara responden tentang potensi dampak negatif cyberbullying terhadap risiko kecanduan pada remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan data dari hasil survei terhadap 32 responden, dapat disimpulkan bahwa cyberbullying di media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja. Sebagian besar responden berusia antara 14 hingga 17 tahun, dan mayoritas adalah perempuan (78.1%). Semua responden setuju bahwa cyberbullying dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja, dengan mayoritas besar (62.5%) sangat setuju. Mayoritas responden (96.9%) merasa terancam atau takut terhadap cyberbullying, dan semua responden percaya bahwa korban cyberbullying dapat mengalami depresi. Sebanyak 96.9% responden juga setuju bahwa cyberbullying dapat memicu stres berkepanjangan, penurunan harga diri, dan mengganggu produktivitas belajar atau aktivitas sehari-hari remaja.

Sebanyak 93.7% responden percaya bahwa korban cyberbullying cenderung mengisolasi diri, dan 96.9% yakin bahwa cyberbullying dapat menyebabkan kecemasan. Dampak negatif lainnya termasuk gangguan pada hubungan interpersonal (93.8%), pola tidur (87.5%), dan kemampuan mengelola emosi (93.8%). Selain itu, 87.5% responden setuju bahwa korban cyberbullying mungkin cenderung berperilaku agresif, dan 90.7% percaya bahwa cyberbullying meningkatkan risiko gangguan makan. Terakhir, 93.8% responden menyatakan bahwa cyberbullying mempengaruhi kepercayaan diri remaja, dan 78.2% setuju bahwa hal ini dapat meningkatkan risiko kecanduan. Kesimpulannya, cyberbullying di media sosial memiliki dampak negatif yang luas dan signifikan terhadap berbagai aspek kesehatan mental dan kesejahteraan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Bauman, S., Toomey, R. B., & Walker, J. L. (2013). Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students. *Journal of Adolescence*, 36(2), 341–350. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.12.001>
- Beran, T., & Li, Q. (2008). The Relationship between Cyberbullying and School Bullying. *The Journal of Student Wellbeing*, 1(2), 16–33. <https://doi.org/10.21913/js.w.v1i2.172>
- Campbell, M. A. (2005). Cyber Bullying: An Old Problem in a New Guise? *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 15(1), 68–76. <https://doi.org/10.1375/ajgc.15.1.68>
- Dilawar, S., Liang, G., Elahi, M. Z., Abbasi, A. Z., Shahani, R., & Gonlepa, M. K. (2022). Interpreting the impact of extraversion and neuroticism on social media addiction among university students of Pakistan: A mediated and moderated model. *Acta Psychologica*, 230(September), 103764. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103764>
- Fazry, L., & Nurliana Cipta Apsari. (2021). *Cdik*. 2(1), 28–36.
- Hapsari, A. (2019). Buku ajar kesehatan mental. In UPT UNDIP Press Semarang.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2014). White House conference on bullying prevention: Overview of cyberbullying. *Student Bullying: Federal Perspectives and Reference Materials*, January 2014, 105–120.
- Hsieh, Y. P., Shen, A. C. T., Wei, H. S., Feng, J. Y., Huang, S. C. Y., & Hwa, H. L. (2016). Associations between child maltreatment, PTSD, and internet addiction among Taiwanese students. *Computers in Human Behavior*, 56, 209–214. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.048>

- Julaiha Juli, Nurul Farhaini, Rollin fadilah Hasibuan, N. A. S. (2022). Fenomena Bully. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358.
- Khaira, U., Johanda, R., Utomo, P. E. P., & Suratno, T. (2020). Sentiment Analysis Of Cyberbullying On Twitter Using SentiStrength. *Indonesian Journal of Artificial Intelligence and Data Mining*, 3(1), 21. <https://doi.org/10.24014/ijaidm.v3i1.9145>
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073–1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- Kumala, A. P. B., & Sukmawati, A. (2020). Dampak Cyberbullying Pada Remaja. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 1(1), 55–65. <https://doi.org/10.24252/asjn.v1i1.17648>
- Nixon, C. (2014). Current perspectives: the impact of cyberbullying on adolescent health. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 143. <https://doi.org/10.2147/ahmt.s36456>
- Pandie, M. M., & Weismann, I. T. J. (2016). Pengaruh Cyberbullying Di Media Sosial Terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelaku Maupun Sebagai Korban Cyberbullying Pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar. *Jurnal Jaffray*, 14(1), 43–62. <https://doi.org/10.25278/jj.v14i1.188.43-62>
- Paramita, K. R., & Rachmawati, M. A. (2022). Cyberbullying Dan Konsep Diri Pada Korban Remaja Pengguna Jejaring Sosial Usia 14-19 Tahun Di Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 110–121. <https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i1.5273>
- Rahayu, F. S. (2013). Cyberbullying Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Teknologi Informasi. *Jurnal Sistem Informasi*, 8(1), 22. <https://doi.org/10.21609/jsi.v8i1.321>
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>.