

KETAHANAN EMOSIONAL PADA SISWA SMP KORBAN CYBERBULLYING

Bram Rialdi Siregar¹, Erik Saut H. Hutahaean², Adi Fahrudin³

Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

e-mail: 202010515003@mhs.ubharajaya.ac.id

erik.saut@dsn.ubharajaya.ac.id

adi.fahrudin@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstrak

Cyberbullying adalah jenis perundungan yang dilakukan melalui penggunaan internet. Saat ini *cyberbullying* telah banyak terjadi dikalangan remaja, tidak terkecuali melanda dunia pendidikan. Dampak yang ditimbulkan dari *cyberbullying* adalah menurunkan kesejahteraan emosional pada korban. Ketahanan emosional menjadi faktor penting untuk mencegah dampak *cyberbullying* yang berkepanjangan. Penelitian ini bermaksud untuk menganalisis ketahanan emosional remaja korban *cyberbullying*. Sebanyak 115 pelajar SMP berusia 12-16 tahun yang merupakan korban *cyberbullying* dilibatkan untuk mengisi kuisioner penelitian skala ketahanan emosional yaitu *The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik statistik korelasi dan regresi. Ketahanan emosional berhasil membantu korban *cyberbullying* untuk menemukan kepuasan hidup. Remaja korban *cyberbullying* dapat mempertahankan kenyamanan diri melalui ketahanan emosional.

Kata kunci: *cyberbullying*, ketahanan emosional, korban, remaja

Abstract

Cyberbullying is a type of bullying that is carried out through the use of the internet. *Cyberbullying* has occurred a lot among teenagers, including in the world of education. The impact of *cyberbullying* is to reduce the emotional well-being of the victim. Emotional resilience is an essential factor in preventing the prolonged effects of *cyberbullying*. This study intends to analyze the emotional resilience of adolescent victims of *cyberbullying*. A total of 115 junior high school students aged 12-16 years who were victims of *cyberbullying* were involved in filling out a research questionnaire on an emotional resilience scale, *The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*. The collected data were analyzed using correlation and regression statistical techniques. Emotional resilience is successful in helping *cyberbullying* victims find life satisfaction. Teenage victims of *cyberbullying* can maintain self-comfort through emotional resilience.

Keywords: *cyberbullying*, emotional resilience, victims, adolescents

PENDAHULUAN

Cyberbullying merupakan bentuk perundungan yang dilakukan oleh seseorang melalui media internet untuk menyakiti atau menyerang korban (Ibrahim & Toyyibah, 2019). Remaja memiliki tingkat kerentanan yang tinggi terhadap *cyberbullying* (Jalal et al., 2021). Kasus perundungan secara *online* pada remaja semakin sering terjadi pada beberapa tahun terakhir. Jumlah korban di platform media sosial mengalami peningkatan dari tahun 2016 hingga 2019. Tahun 2016, terdapat 34 korban, kemudian jumlahnya meningkat menjadi 55 korban pada tahun 2017, 109 korban pada tahun 2018, dan mencapai 117 korban pada tahun 2019 (Pahlevi, 2022). Rahayu (2012) 60% remaja di Yogyakarta, Semarang, dan Magelang belum memahami tentang perundungan siber, serta efek yang dapat terjadi, dimana individu hanya memiliki pengetahuan atau kesadaran tentang *cyberbullying* dan bahkan menganggapnya sebagai sesuatu yang wajar jika dilakukan oleh remaja.

Menurut Tim KPAI kasus *bullying* atau perundungan di lingkungan pendidikan berada pada posisi keempat dalam kasus kekerasan anak yang terjadi di Indonesia (ASJ, 2018). Salah satunya terjadi pada pendidikan Sekolah Menengah Pertama (Syadza & Sugiasih, 2017). Tarapdar & Kellett (2011) bentuk-bentuk tindakan yang dilakukan oleh pelaku untuk menyerang korban, dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa 28% melalui email, 27% melalui SMS, 17% melalui panggilan yang tidak dijawab, 14% melalui penyebaran foto dan informasi tanpa izin pemilik, 7% melalui pengucilan sosial, dan 7% melalui pembuatan forum website yang bertujuan membenci seseorang. Tindakan *cyberbullying* pada remaja dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.

Menurut Navarro et al., (2015) efek yang ditimbulkan dari perundungan siber pada korban mencakup beberapa aspek: 1) dampak

fisik: remaja mengalami gejala fisik seperti sakit kepala, sakit perut, gangguan tidur, kelelahan, masalah punggung, kehilangan nafsu makan, dan masalah pencernaan, 2) dampak psikologis dan emosional: remaja mengalami perasaan takut, teror, kecemasan, penderitaan, kesedihan, stres, dan gejala depresi, 3) dampak terkait sekolah: remaja menjadi kurang termotivasi untuk pergi ke sekolah dan mengalami penurunan konsentrasi atau penurunan nilai akademik, 4) dampak psikososial: remaja merasakan perasaan isolasi, kesepian, pengucilan, dan bahkan penolakan dalam interaksi sosial. Triyono & Rimadani (2019) menunjukkan *cyberbullying* memiliki dampak terhadap perubahan psikologis serta emosional bagi korban. Masalah yang terdapat pada korban *cyberbullying* berhubungan dengan masalah kesehatan mental seperti perilaku sosial, kepuasan hidup, dan kesejahteraan emosional (Elgar et al., 2014). Saiz et al (2019) menunjukkan bahwa ketahanan (*resilience*), kontrol emosi, serta dukungan sosial merupakan faktor pendukung bagi korban *bullying/cyberbullying*.

Individu yang mengalami viktimisasi *bullying/cyberbullying* kronis memiliki kesejahteraan emosional yang paling buruk (Yubero et al., 2021). Dalam kondisi tersebut korban akan berusaha memperjuangkan diri dalam menghadapi lingkungan sosialnya dengan meningkatkan ketahanan emosional. Mengembangkan kemampuan emosional yang kuat sangat penting karena secara signifikan memengaruhi keterampilan sosial, kesejahteraan psikologis, dan kesehatan emosional seseorang di masa depan. Khususnya pada remaja, pembentukan dan peningkatan kompetensi emosional harus diprioritaskan pada tahap perkembangan ini (Shaw et al., 2019).

Ketahanan emosional memiliki peran penting dalam menjaga kesejahteraan mental dan fisik, serta membantu menghindari kesalahan dalam proses berpikir (Murden et al., 2018). Berdasarkan uraian diatas penelitian ini

bertujuan untuk menganalisis ketahanan emosional dan kepuasan hidup pada remaja korban *cyberbullying*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan responden remaja yang merupakan korban *cyberbullying* dengan karakteristik subjek pada penelitian ini sebagai berikut: 1) Siswa SMP berusia 12-16 tahun, 2) Pernah/sedang menjadi korban *cyberbullying* di media sosial (Whatsapp, Instagram, Twitter, Facebook, dll). Terdapat 115 remaja korban *cyberbullying* yang bersedia ikut terlibat dalam pengisian kuesioner. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah skala ketahanan emosional dan kepuasan hidup. Dalam membantu pengolahan data penelitian, peneliti menggunakan *software* analisis statistika yaitu *Jeffrey's Amazing Statistics Program (JASP) versi 0.8.5.1 for windows*. Skala *The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* menunjukkan hasil rentang nilai validitas 0.327 – 0.747 dan nilai p-value <.001, dan skala *The Satisfaction with Life Scale* memiliki rentang nilai validitas 0.709 – 0.806 dan nilai p-value <.001. Data penelitian yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik korelasi dan regresi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mendapatkan beberapa fakta terkait dengan ketahanan emosional dan kepuasan hidup berupa data profil responden, data kategorisasi, uji korelasi, dan uji regresi. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan responden dalam penelitian ini adalah siswa SMP yang pernah/sedang mengalami perundungan siber. Profil responden sebagai berikut:

Tabel 1. Profil Responden

	Profil	N	Persentase
Usia	12	15	13%
	13	35	30%
	14	40	35%
	15	17	15%
	16	8	7%
Jenis Kelamin	Pria	49	43%
	Wanita	66	57%
Total		115	100%

Berdasarkan data pada tabel 1 yang disajikan di atas menunjukkan bahwa terdapat lima belas responden berusia 12 tahun (13%), tiga puluh lima responden berusia 13 tahun (30%), empat puluh responden berusia 14 tahun (35%), tujuh belas responden berusia 15 tahun (15%) dan delapan responden berusia 16 tahun (7%). Data di atas juga menunjukkan sebanyak 49 responden laki-laki (43%) dan 66 responden (57%).

Karakteristik korban yang mengalami *cyberbullying* profilnya dianalisis dengan menggunakan metode deskriptif. Profil digambarkan melalui empat bentuk; usia, sarana media sosial yang digunakan, pelaku tindak *cyberbullying*, dan karakteristik yang berperan dalam memberikan batuan maupun penanganan sebagai berikut:

Tabel 2. Perbedaan Profil Demografis

	Skala Ketahanan Emosional		
	Mean	Median	Sign.
Usia			
12	0.5	0.5	< .001
13	0.5	0.5	< .001
14	0.6	0.5	0.001
15	0.5	0.5	< .001
16	0.6	0.6	< .001

	Skala Ketahanan Emosional		
	Mean	Median	Sign.
Sarana Media Sosial			
Discord	0.5	0.5	< .001
Facebook	0.5	0.4	< .001
Game Online	0.6	0.6	< .001
Instagram	0.6	0.6	< .001
Line	0.6	0.6	< .001
Telegram	0.3	0.3	< .001
Tiktok	0.6	0.5	< .001
Whatsapp	0.5	0.5	0,04
Pelaku Tindakan Cyberbullying			
Keluarga	0.8	0.8	< .001
Orang Tidak Dikenal	0.6	0.6	0.456
Sahabat	0.5	0.5	< .001
Teman Sekolah	0.5	0.5	0.135
Berperan dalam Pemberian Bantuan/Penanganan			
Guru	0.5	0.5	< .001
Keluarga	0.6	0.5	< .001
Sahabat	0.6	0.6	< .001
Teman Sekolah	0.6	0.6	< .001
Tidak ada	0.5	0.5	0.062

Berdasarkan tabel di atas, telah dilakukan analisis menggunakan uji t-tes atau ANOVA. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa perbedaan yang signifikan pada kelompok usia 14 tahun dibandingkan dengan kelompok usia 12-13 tahun dan 15-16 tahun.

Sarana media sosial yang digunakan yaitu whatsapp menjadi media sosial yang memiliki nilai signifikansi yang berbeda dari yang lainnya hal ini menunjukkan jika media sosial whatsapp menjadi sarana media sosial yang paling banyak digunakan sebagai sarana *cyberbullying*. Penelitian yang dilakukan oleh Rumra & Rahayu (2021) menunjukkan bahwa sebesar 94,7% responden yang pernah

menggunakan media sosial yang paling banyak digunakan sebagai media *cyberbullying* adalah whatsapp.

Orang tidak dikenal dan teman sekolah menjadi pelaku tindakan *cyberbullying* yang umumnya terjadi. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Wolak et al., (2007) mengungkapkan bahwa 43% korban menyatakan bahwa pelakunya adalah teman yang sudah dikenal dan 57%.

Fakta lainnya bahwa korban *cyberbullying* belum mendapatkan penanganan yang khusus. Studi penelitian yang dilakukan oleh Rusyidi (2020) mengatakan jika masih sangat terbatasnya penelitian mengenai prevalensi, pengalaman *cyberbullying*, faktor resiko dan pelindung serta implementasi model intervensi penanganan *cyberbullying*. Maka dari itu sangat penting untuk mengadvokasi pentingnya perhatian dan penanganan terhadap korban *cyberbullying*, terutama di kalangan remaja (Hinduja & Patchin, 2008).

Hasil hitung didapatkan ada beberapa tingkatan yang merepresentasikan kategorisasi ketahanan emosional. Tingkatan pertama adalah kategori rendah, tingkatan kedua adalah kategori sedang, dan tingkatan yang teratas adalah kategori tinggi.

Tabel 3. Kategorisasi Ketahanan Emosional

Kategori	Batas Nilai	Responden	Persentase
Rendah	< 33.4	2	1,7%
Sedang	33.4 - 66.6	56	48,7%
Tinggi	> 66.6	57	49,6%
Total		115	100%

Hasil kategorisasi didapatkan 1,7% dengan jumlah 2 responden dapat dikatakan kedalam kategorisasi rendah, 48,7% dengan jumlah 56 responden dikatakan kedalam kategorisasi sedang, selanjutnya didapatkan 49,6% dengan 57 responden dapat dikatakan masuk kedalam kategorisasi tinggi.

Pada variabel kepuasan hidup yang sangat relevan pada fenomena korban

cyberbullying. Tingkatan pertama adalah kategori rendah, tingkatan kedua adalah kategori sedang, dan tingkatan teratas adalah kategori tinggi.

Tabel 4. Kategorisasi Kepuasan Hidup

Kategori	Batas Nilai	Responden	Persentase
Rendah	< 15	11	9,7%
Sedang	15 – 25	70	60,8%
Tinggi	> 25	34	29,5%
Total		115	100%

Berdasarkan skor kategorisasi pada variabel kepuasan hidup, 9,7% dari total 11 responden dikategorikan dalam kategori rendah, 60,8% dari total 70 responden dikategorikan dalam kategori sedang, dan 29,5% dari total 34 responden dikategorikan dalam kategori tinggi.

Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat ketahanan emosional yang tinggi, sementara tingkat kepuasan hidup responden cenderung berada dalam kategori sedang. Selanjutnya peneliti melakukan analisis uji korelasi pada variabel ketahanan emosional dan kepuasan hiduphidup. Adapun hasilnya dijabarkan melalui tabel berikut:

Tabel 5. Uji Korelasi

Variable		Kepuasan Hidup	Ketahanan Emosional
1. Kepuasan Hidup	<i>Pearson's r</i>	—	
	<i>p-value</i>	—	
2. Ketahanan Emosional	<i>Pearson's r</i>	0.484***	—
	<i>p-value</i>	< .001	—

Data dapat dikatakan berkorelasi apabila terdapat hubungan antara alat ukur dengan kriteria dan menghasilkan $p < 0,05$. Jika nilai p yang dihasilkan lebih dari 0,05 maka tidak ada hubungan antara alat ukur dengan

kriterianya. Dalam beberapa hasil uji statistik, nilai signifikansi ada yang dinaikkan menjadi 0,01 (nilai keterpercayaan 0,99) (Periantalo, 2018).

Menurut studi penelitian yang dilakukan oleh Elgar et al., (2014) peristiwa *cyberbullying* yang terjadi meninggalkan suatu permasalahan kesehatan mental pada korban seperti perilaku sosial, kepuasan hidup, dan kesejahteraan emosional. Pada kondisi tersebut korban akan berusaha bangkit kembali dari pengalaman negatif serta mampu untuk mengatasi masalah tersebut (Puspita et al., 2019).

Varela et al., (2019) *Bullying, Cyberbullying, Student Life Satisfaction and the Community of Chilean Adolescents* terhadap 497 pemuda dari kelas 9 hingga 12 sekolah negeri dan swasta di berbagai distrik Cile menyimpulkan bahwa kepuasan hidup dapat dipengaruhi oleh variabel emosional, sosial dan perilaku.

Penelitian yang dilakukan oleh Arnarsson et al., (2020) tentang *cyberbullying and traditional bullying among Nordic adolescents and their impact on life satisfaction* pada 32.210 anak laki-laki dan perempuan berusia 11, 13, dan 15 tahun menunjukkan bahwa korban memiliki tingkat kepuasan hidup yang rendah.

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan nilai *p-value* adalah $<.001$ yang dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antar kepuasan hidup dengan ketahanan emosional. Kemudian nilai *Pearson's r* menunjukkan hasil 0,484 dengan intepretasi hubungan sedang (*moderate*) dengan hubungan arah positif. Maka, dengan demikian ketahanan emosional dan kepuasan hidup pada korban memiliki hubungan positif. Selanjutnya peneliti malakukan analisis regresi. Analisis regresi adalah upaya yang dilakukan untuk mengetahui dampak pengaruh yang ada (Purba & Purba, 2022). Hasil yang didapatkan dalam uji regresi digambarkan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Regresi

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	6.040
H ₁	0.484	0.234	0.227	5.310

SIMPULAN

Terdapat hubungan positif antara ketahanan emosional dan kepuasan hidup. Ini berarti bahwa korban *cyberbullying* yang memiliki tingkat ketahanan emosional yang tinggi juga memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi. Variabel bebas (ketahanan emosional) memiliki korelasi dengan variabel terikat (kepuasan hidup), hal ini menunjukkan adanya hubungan atau keterkaitan antara kedua variabel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Arnarsson, A., Nygren, J., Nyholm, M., Torsheim, T., Augustine, L., Bjereld, Y., Markkanen, I., Schnohr, C. w., Rasmussen, M., Nielsen, L., & Bendtsen, P. (2020). Cyberbullying and traditional bullying among Nordic adolescents and their impact on life satisfaction. *Scandinavian Journal of Public Health*, *48*(5), 502–510. <https://doi.org/10.1177/1403494818817411>

ASJ. (2018). KPAI: Perundungan Urutan Keempat Kasus Kekerasan Anak. *ANTARA News Jawa Barat*.

Elgar, F. J., Napoletano, A., Saul, G., Dirks, M. A., Craig, W., Paul Poteat, V., Holt, M., & Koenig, B. W. (2014). Cyberbullying victimization and mental health in adolescents and the moderating role of family dinners. *JAMA Pediatrics*, *168*(11), 1015–1022. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2014.1223>

Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2008). Cyberbullying: An exploratory analysis of factors related to offending and victimization. *Deviant Behavior*, *29*(2), 129–156. <https://doi.org/10.1080/01639620701457816>

Ibrahim, A. R., & Toyyibah, S. (2019). Gambaran Self-Acceptance Siswi Korban Cyberbullying. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, *2*(2), 37–44. <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i2.3020>

Jalal, N. Maulidya, Idris, M., & Muliana. (2021). Faktor-Faktor Cyberbullying Pada Remaja. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, *5*(2), 146–154.

Murden, F., Bailey, D., Mackenzie, F., Oepen, R. S., & Brennan, P. A. (2018). The impact and effect of emotional resilience on performance: an overview for surgeons and other healthcare professionals. *British Journal of Oral and Maxillofacial Surgery*, *56*(9), 786–790. <https://doi.org/10.1016/j.bjoms.2018.08.012>

Navarro, R., Yubero, S., & Larrañaga, E. (2015). Cyberbullying Across the Globe: Gender, Family, and Mental Health. *Cyberbullying Across the Globe: Gender, Family, and Mental Health*, 1–281. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-25552-1>

Pahlevi, R. (2022). Ratusan Anak Jadi Korban Bullying di Media Sosial sejak 2016. *Databoks.Katadata.Co.Id*.

Periantalo, J. (2018). Validitas Kriteria Tes Potensi Akademik UNJA (Criterion Related Validity Of Tpa Unja). *INTUISI: Jurnal Psikologi Ilmiah*, *10*(1), 1–9.

Purba, D., & Purba, M. (2022). Aplikasi Analisis Korelasi dan Regresi menggunakan Pearson Product Moment dan Simple Linear Regression. *Citra Sains Teknologi*, *1*(2), 97–103.

Puspita, N., Kristian, Y. Y., & Onggono, J. N.

- (2019). Resiliensi pada Remaja Perkotaan yang Menjadi Korban Bullying. *Jurnal Perkotaan*, 10(1), 44–76. <https://doi.org/10.25170/perkotaan.v10i1.307>
- Rahayu, F. . (2012). Cyberbullying sebagai dampak negatif penggunaan teknologi informasi. *Journal of Information Systems*, 8(1), 22–31.
- Rumra, N. S., & Rahayu, B. A. (2021). Perilaku Cyberbullying Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*, 3(1), 41–52.
- Rusyidi, B. (2020). Memahami cyberbullying di kalangan remaja. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 100–110. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v2i2.29118>
- Saiz, M. J. S., Chacón, R. M. F., Abejar, M. G., Parra, M. D. S., Rubio, M. E. L., & Jiménez, S. Y. (2019). Personal and Social Factors Which Protect Against Bullying Victimization. *Enfermería Global*, 18(2), 13–24. <http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-ET1-2977>
- Shaw, R. J., Currie, D. B., Smith, G. S., Brown, J., Smith, D. J., & Inchley, J. C. (2019). Do social support and eating family meals together play a role in promoting resilience to bullying and cyberbullying in Scottish school children? *SSM - Population Health*, 9, 100485. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100485>
- Syadza, N., & Sugiasih, I. (2017). Cyberbullying pada remaja smp x di kota pekalongan ditinjau dari konformitas dan kematangan emosi. *Proyeksi*, 12(1), 17–26.
- Tarapdar, S., & Kellett, M. (2011). Young people’s voices on cyber bullying: what can age comparisons tell us. *Diana Award*. <http://diana-award.org.uk/news-events/new-research-shows-cyber-bullying-is-on-the-increase>
- Triyono, & Rimadani. (2019). Dampak Cyberbullying di Media Sosial pada Remaja dan Implikasinya terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1). <https://doi.org/10.24036/0096kons2019>
- Varela, J. J., Guzmán, J., Alfaro, J., & Reyes, F. (2019). Bullying, Cyberbullying, Student Life Satisfaction and the Community of Chilean Adolescents. *Applied Research in Quality of Life*, 14(3), 705–720. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9610-7>
- Wolak, J., Mitchell, K., & Finkelhor, D. (2007). Unwanted and wanted exposure to online pornography in a national sample of youth internet users. *Pediatrics*, 119(2), 247–257. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-1891>
- Yubero, S., de las Heras, M., Navarro, R., & Larrañaga, E. (2021). Relations Among Chronic Bullying Victimization, Subjective Well-Being and Resilience in University Students: A Preliminary Study. *Current Psychology*, 1–12. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01489-x>