

Psikoedukasi Penanganan Dampak Cyberbullying Pada Remaja Di Panti Asuhan Bani Adam

Psychoeducation Handling The Impact of Cyberbullying on Adolescents at The Bani Adam

Mirawati¹, Zidney Elma Dewata², Echa Syaputri³

^{1,2,3}Universitas Potensi Utama

e-mail: miraterrible@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan psikoedukasi penanganan dampak cyberbullying yang mencakup definisi, aspek, faktor, karakteristik, dampak dan pencegahannya. Cyberbullying merupakan perlakuan bullying yang dilakukan secara berulang dengan sengaja seperti mengolok-olok, atau kegiatan yang mengintervensi dan juga merendahkan sasaran yang di-bully di sosial media contohnya Instagram. Perbuatan cyberbullying ini memberikan dampak negatif pada korban bully khususnya para remaja yang merupakan dominasi penggunaan sosial media. Dengan nya di harapkan dapat membekali siswa dengan pengetahuan. Menurut survey pada tahun 2018 di Indonesia, terdapat 49% pengguna internet yang mengalami cyberbullying dan hanya terdapat 3.6% yang melaporkan kejadian cyberbullying. Sebuah pengendalian diri dan cara mencegah perilaku cyberbullying yaitu : memiliki etika ketika menggunakan sosial media, tidak asal bicara dan dapat mengambil keputusan yang tepat, dan dapat memilih lingkungan yang baik agar kita tidak terhindari dari tindakan perilaku cyberbullying pada remaja yang merupakan masa perkembangan dan kematangan sikap.

Kata kunci— Cyberbullying, Remaja

Abstract

This study aims to provide psychoeducation on handling the impact of cyberbullying which includes definitions, aspects, factors, characteristics, impacts and prevention. Cyberbullying is bullying that is carried out repeatedly on purpose, such as making fun of, or activities that intervene and also demean the bullied target on social media, for example Instagram. This act of cyberbullying has a negative impact on victims of bullying, especially teenagers who are the dominant use of social media. With it, it is hoped that it will equip students with knowledge. According to a 2018 survey in Indonesia, there were 49% of internet users who experienced cyberbullying and only 3.6% reported incidents of cyberbullying. A self-control and ways to prevent cyberbullying behavior are: having ethics when using social media, not talking nonsense and being able to make the right decisions, and being able to choose a good environment so that we don't avoid cyberbullying behavior in adolescents which is a period of development and maturity of attitude.

Keywords— Cyberbullying, Teen

1. PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan media sosial dikalangan remaja sebagai alat komunikasi yang mudah digunakan, dilengkapi dengan aplikasi didukung fasilitas internet dan dapat diakses di mana saja membuat fenomena besar terhadap arus informasi, tidak hanya itu pertumbuhan media sosial membawa fenomena baru dalam masyarakat sebagai ajang untuk melakukan kecenderungan berperilaku bullying (cyberbullying) yang diawali dari komentar negatif yang memiliki kualitas berulang (Kowalski, 2014).

Di Indonesia dalam UU No. 11 Tahun 2008 yang telah direvisi menjadi Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (ITE) yang selanjutnya disebutkan bahwa siapa saja yang dengan sengaja dan tanpa hak mendistribusikan informasi elektronik yang melanggar kesusilaan, akan dipidana dengan penjara maksimal 4 tahun atau denda 750 juta rupiah.

Perangkat hukum ini sebenarnya telah mengakomodir perlindungan dari kekerasan yang dilakukan melalui media sosial. Remaja sangat potensial berperilaku bullying, para remaja dapat dengan mudah melecehkan orang lain selama 24 jam atau 7 hari seminggu secara online tanpa batas untuk merugikan dan menyakiti orang lain; seperti menggunakan internet untuk mendapatkan akses informasi dan sumber daya 2 secara ilegal, untuk memata-matai atau mengamati orang lain, untuk membahayakan atau mencelakakan orang lain serta terus terjadi penyerangan secara berulang ulang oleh pelaku dan sifat pesannya relatif permanen (Kowalski, 2014).

Kecenderungan berperilaku bullying di media sosial (cyberbullying) adalah tindakan agresif, disengaja, dan berulang dari waktu ke waktu melalui media sosial yang dilakukan oleh kelompok atau individu, (Weber, Pelfrey, 2014). Termasuk kategori bullying tidak langsung yang terjadi menggunakan media elektronik, intimidasi online, penindasan dunia maya, dan pelecehan dengan menggunakan teknologi seperti media sosial (Notar, Padgett, Roden, 2013).

Menurut Williard (2005) ada beberapa aspek dalam kecenderungan berperilaku bullying di media sosial (cyberbullying) yaitu : provokasi (flaming), gangguan (harassment), pencemaran nama baik (denigration), peniruan (impersonation), penipuan (outing dan trickery), menguntit atau mengikuti (stalking), dan pengucilan (exclusion). Flaming, harassment, denigration terjadi karena pelaku mempunyai harga diri rendah, pelaku merasa kurang berarti karena mengalami penolakan dari lingkungan. Pelaku cyberbullying berusaha melakukan tindakantindakan negatif seperti pelecehan, penghinaan, adu argumen, saling ejek dan menghina, pencemaran nama baik dan tindakan cyberbullying lainnya untuk menutupi rasa rendah diri yang dimiliki, serta untuk meningkatkan harga diri di depan orang di sekitarnya (Serber, 2012).

Dampak bullying di ranah cyber lebih parah dibandingkan bullying tanpa media sosial. Hal ini dikarenakan daya jangkau media sosial yang sangat luas hingga yang tidak kenal (atau berkepentingan) pun ikut membaca dan menjadi tahu. Selain itu, transparansi komentar nyaris tanpa sensor. Siapapun dapat mengakses komentar-komentar bullying dengan mudah. Sehingga tanpa tahu permasalahannya ikut mengomentari baik karena iseng atau karena ingin menjadi bagian dari trend atas topic tertentu. Remaja adalah yang paling rentan mendapatkan serangan cyberbullying. Hal ini dikarenakan usia remaja rentang usia 12-18 tahun adalah masa pembentukan jati diri dan dalam proses penemuan jati diri. Pada masa labil seperti ini, remaja akan mudah terpengaruh, terprovokasi bahkan terintimidasi. Oleh karenanya, remaja perlu mendapatkan bimbingan dan arahan yang benar dalam berbagai macam hal termasuk diantaranya tentang bahaya cyberbullying di kalangan remaja.

Tujuan utama pengabdian kepada masyarakat ini untuk menyebarluaskan bahaya cyberbullying kepada remaja dimana remaja lebih rentan terpapar cyberbullying ketimbang usia dewasa. dapat tercapai. Oleh karena itu, pengusul melakukan observasi awal sebelum pengajuan

proposol pengabdian internal ini. Analisis situasi yang diperoleh dari hasil observasi awal yang dilakukan di Panti Asuhan Bani Adam sebagai berikut :

- a. Mitra belum mengetahui dan memahami tentang bullying dan cyberbullying.
- b. Informasi terkait cyberbullying masih minim.
- c. Mitra menganggap bullying adalah hal yang wajar dalam kehidupan sehari-hari dan bukanlah hal yang membahayakan.

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas maka identifikasi masalah dalam program pengabdian kepada masyarakat ini dapat diuraikan sebagai berikut :

- a. Kecenderungan berperilaku bullying di media sosial (cyberbullying) menjadi fenomena global di kalangan remaja
- b. Tidak mengetahui dampak dari cyberbullying pada remaja
- c. Kecenderungan tingginya perilaku bullying pada remaja
- d. Adanya tindakan kecenderungan bullying di media sosial (cyberbullying) yang terjadi di halaman facebook dan mengalami peningkatan.
- e. Adanya fenomena rendahnya harga diri pada remaja
- f. Adanya fenomena rendahnya empati pada remaja
- g. bagaimana penanganan dampak cyberbullying pada remaja.

2. METODE PELAKSANAAN

Bagian ini Alternatif pemecahan masalah dilakukan adalah dengan memberikan psikoedukasi. Psikoedukasi adalah pemberian materi dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta. Kegiatan ini di laksanakan pada tanggal 24 september 2020, dengan pemberian psikoedukasi ini, diharapkan remaja mampu membekali diri dengan pengetahuan dalam penanganan dampak cyberbullying pada remaja yang menjadi keawatiran terhadap perkembangan remaja sekarang ini.

Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran yang dipilih adalah anak-anak remaja dari Panti Asuhan Bani Adam.

Solusi yang Ditawarkan

Dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh anak-anak remaja saat ini, serta mencapai tujuan yang telah ditetapkan, maka pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dalam bentuk pemberian materi dalam bentuk sosialisasi. Materi yang diberikan kepada peserta disajikan dalam bentuk ceramah dan dilengkapi dengan tampilan materi power point melalui layar LCD. Setelah penyampaian materi, peserta diberikan pemahaman Psikoedukasi dampak cyberbullying pada anak-anak remaja pada Panti Asuhan Bani Adam.

Target Luaran

Luaran yang ditargetkan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan kemampuan Psikoedukasi dampak cyberbullying pada anak-anak remaja pada Panti Asuhan Bani Adam.

Metode Kegiatan

Dalam kegiatan ini metode yang digunakan dalam penyampaian materi yaitu dengan cara metode penjelasan, sharing, tanya jawab dan diskusi. Pada metode penjelasan setiap nara sumber menyampaikan materi terkait dengan bagaimana penanganan dampak cyberbullying dengan membuat tampilan visual berupa slide power point yang ditampilkan ke layar dengan alat LCD proyektor.

Tabel 1. Metode Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat

persiapan	Pelaksanaan	evaluasi
<ul style="list-style-type: none">✓ Melaksanakan observasi melihat latar belakang masalah✓ Melakukan permohonan izin kesediaan sekolah untuk pelaksanaan abdimas✓ Mempersiapkan materi✓ Menyediakan perlengkapan sarana dan prasarana	<ul style="list-style-type: none">✓ Menyajikan materi sesuai dengan psikoedukasi penanganan dampak Cyberbulliyng pada remaja	<ul style="list-style-type: none">✓ Melakukan evaluasi setelah pelaksanaan yang menjadi kendala pada saat penyampaian materi.



Gambar 1. Materi Dampak Cyberbullying pada Remaja

3. HASIL PELAKSANAAN

Konsep CyberBullying

Dilihat dari sudut pandang ilmu psikologi, cyber bullying termasuk bagian dari aksi bullying. Ditinjau dari sudut pandang ilmu hukum, cyber bullying adalah kejahatan yang dilakukan secara sengaja dalam bentuk fitnah, cemooh, kata-kata kasar, pelecehan, ancaman, dan hinaan. Bentuk kejahatan ini bermula dari perilaku merendahkan martabat dan mengintimidasi orang lain melalui dunia maya. Tujuannya agar target mengalami gangguan

psikis. Model bullying terbaru ini justru lebih berbahaya karena dapat dilakukan siapa saja, kapan saja, dan dimana saja.

Bullying merupakan suatu perilaku negatif berulang yang bermaksud menyebabkan ketidaknyamanan atau menyakitkan yang dilakukan oleh orang lain, baik satu atau beberapa orang secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya (Olweus, 2006). Menurut American Psychiatric Association (APA) (dalam Stein dkk., 2006), bullying adalah perilaku agresif yang dikarakteristikan dengan 3 kondisi yaitu (a) perilaku negatif yang bertujuan untuk merusak atau membahayakan (b) perilaku yang diulang dalam jangka waktu tertentu (c) adanya ketidakseimbangan kekuatan atau kekuasaan dari pihak-pihak yang terlibat. Bullying (dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai penindasan/risak) merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. Bullying dapat dikelompokkan ke dalam 6 kategori:

- a. Kontak fisik langsung Tindakan memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seseorang dalam ruangan, mencubit, mencakar, juga termasuk memeras dan merusak barang yang dimiliki orang lain.
- b. Kontak verbal langsung Tindakan mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (name-calling), sarkasme, merendahkan (putdowns), mencela/mengejek, mengintimidasi, memaki, menyebarkan gosip.
- c. Perilaku non-verbal langsung Tindakan melihat dengan sinis, menjulurkan lidah, menampilkan ekspresi muka yang merendahkan, mengejek, atau mengancam; biasanya disertai oleh bullying fisik atau verbal.
- d. Perilaku non-verbal tidak langsung Tindakan mendiamkan seseorang, memanipulasi persahabatan sehingga menjadi retak, sengaja mengucilkan atau mengabaikan, mengirim surat kaleng.
- e. Cyberbullying Tindakan menyakiti orang lain dengan sarana media elektronik (rekaman video intimidasi, pencemaran nama baik lewat internet atau media sosial)
- f. Pelecehan seksual Kadang tindakan pelecehan dikategorikan perilaku agresi fisik atau verbal. Remaja Remaja atau adolescence berasal dari kata latin yaitu *adolescere* yang berarti tumbuh kearah kematangan fisik, sosial, dan psikologis (Sarwono, 2012).

Remaja

Pada umumnya remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa yang terjadi pada usia 12 tahun hingga 21 tahun (Dewi, 2012). Piaget (dalam Hurlock) mengatakan secara psikologis remaja adalah usia dimana individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah ikatan orang-orang yang lebih tua melainkan dalam tingkatan yang sama sekurang-kurangnya dalam masalah hak (Hurlock, 2001 : 206). Remaja disebut juga “pubertas” yang mana berasal dari bahasa latin yang berarti “usia menjadi orang” suatu periode dimana anak dipersiapkan untuk menjadi individu yang dapat melaksanakan tugas biologis berupa melanjutkan keturunannya atau berkembang biak (Gunarsa, 2007).

Ciri-ciri CyberBullying

Menurut hukum positif, cyber bullying termasuk dalam kategori cyber crime. Adapun ciri-ciri khusus dari kejahatan ini, antara lain: Tidak ada kekerasan fisik (non-violence), Antara pelaku dan korban sangat sedikit melibatkan kontak fisik (minimize of physical contact), Memanfaatkan teknologi dan peralatan tertentu (equipment), Memanfaatkan jaringan telekomunikasi, media dan informatika secara global. Apabila terjadi permasalahan terkait cyber bullying di Indonesia, maka penyelesaiannya menggunakan Undang-Undang Nomor 19 Tahun

2016 Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik. Penanganan kasusnya juga melibatkan anggota kepolisian dan upaya hukum ditempuh melalui jalur pengadilan negeri.

Jenis-jenis CyberBullying di Indonesia

Cyber bullying tidak hanya satu jenis saja, terbagi menjadi 6 jenis sebagai berikut:

- a. Flaming (Terbakar)
Tindakan seseorang mengirimkan pesan teks yang berisi kata-kata frontal dan penuh amarah. Secara umum, tindakan flaming berupa provokasi, penghinaan, mengejek, sehingga menyinggung orang lain.
- b. Harassment (Gangguan)
Tindakan seseorang mengirim pesan-pesan berisi gangguan melalui sms, e-mail, teks jejaring sosial dengan intensitas terus-menerus. Pelaku harassment biasanya sering menulis komentar terhadap dengan tujuan menimbulkan kegelisahan. Selain itu, harassment juga mengandung kata-kata hasutan agar orang lain melakukan hal yang sama.
- c. Denigration (Pencemaran Nama Baik)
Tindakan dilakukan sengaja dan sadar mengumbar keburukan orang lain melalui internet. Hingga akhirnya merusak nama baik dan reputasi orang yang dibicarakan pada jejaring sosial tersebut.
- d. Cyberstalking
Tindakan memata-matai, mengganggu, dan pencemaran nama baik terhadap seseorang yang dilakukan secara intens. Dampaknya, orang yang menjadi korban merasakan ketakutan besar dan depresi.
- e. Impersonation (Peniruan)
Tindakan berpura-pura atau menyamar menjadi orang lain untuk melancarkan aksinya mengirimkan pesan-pesan dan status tidak baik. Biasanya terjadi pada jejaring sosial seperti instagram dan twitter menggunakan akun palsu.
- f. Outing and Trickery
Outing merupakan tindakan menyebarkan rahasia orang lain. Outing berupa foto-foto pribadi seseorang yang setelah disebarakan menimbulkan rasa malu atau depresi. Sementara itu, trickery berupa tipu daya yang dilakukan dengan membujuk orang lain untuk memperoleh rahasia maupun foto pribadi dari calon korban. Dalam banyak kasus, pelaku outing biasanya juga melakukan trickery.

Media untuk Melakukan Cyberbullying

Adapun media yang kerap digunakan untuk melakukan cyberbullying, adalah sebagai berikut :

- a. E-mail atau surat elektronik. Biasanya ditujukan secara pribadi dengan informasi skandal yang sengaja disebarluaskan.
- b. Chat Rooms atau ruang diskusi secara online. Karena setiap orang yang berada di ruang diskusi menggunakan nama samara maka mereka bebas menyampaikan pendapatnya bahkan mem-bully pendapat orang lain
- c. Voting/Rating Websites dimana website berlomba-lomba meningkatkan jumlah sitasi. Biasanya website tersebut meruapkan konten yang kontroversi tentang seseorang atau kelompok sehingga membuat orang tertarik untuk berkunjung ke website tersebut.
- d. Blogging Sites, Virtual Worlds dan Online Gaming,
- e. Instant Messaging adalah penindasan online secara personal yang sering terjadi. Lebih parah lagi bila tergabung dalam grup cenderung akan mendapatkan pelecehan dari grup itu sendiri.

Objek Cyberbullying

Objek cyberbullying pada umumnya adalah sebagai berikut :

- a. Photoshopping yaitu salah satu program atau aplikasi yang berfungsi untuk mengedit foto sesuai dengan yang diharapkan. Butuh ketrampilan yang cukup untuk mengedit sebuah gambar sehingga natural dan tidak terkesan diedit secara berlebihan. Tetapi tidak semua orang memiliki ketrampilan tersebut. Sehingga mengunggah foto yang telah diedit secara sembarangan akan menuai komentar kontroversial.
- b. Rumor spreading atau penyebaran desas desus atau gossip yang paling sering menjadi objek bullying. Biasanya rumor disebar oleh pihak yang menjadi pesaing dan disetting sedemikian hingga tampak nyata. Semakin ekstrem gossip yang disebar, maka semakin disukai oleh publik.
- c. Flaming dan Trolling, yaitu mengirimkan pesan-pesan dengan konten bermusuhan, membuat marah dan nakal dengan maksud untuk mengobarkan emosi dan sensitivitas orang lain. Pesan yang disampaikan pun tidak ada kaitannya dengan topik yang sedang dibahas.
- d. Identity Theft atau pencurian identitas kerap terjadi. Oleh karenanya, password dan ID perlu dijaga kerahasiaannya sehingga dapat meminimalisir pembajakan identitas.
- e. Happy Slapping merujuk pada aktivitas yang dilakukan dan tertangkap kamera diunggah ke internet tanpa menaruh curiga bahwa unggahnya mengandung unsur pelecehan atau penindasan.
- f. Physical Threats atau ancaman fisik tidak hanya sekedar kata tetapi bentuk nyata ancaman merupakan ranah hukum.

Dampak CyberBullying

Dampak cyber bullying berbeda dari kejahatan lain dan sangat berbahaya, yakni:

- a. Menarik Diri Dari Lingkungan Sosial

Kondisi psikologis korban cenderung mengalami kecemasan dan ketakutan. Mereka tidak ragu menarik diri dari lingkungan sosial. Contohnya, banyak kasus bullying di jejaring sosial yang dialami anak sekolah. Akhirnya membuat sang anak depresi, mengisolasi diri karena malu, dan memilih putus sekolah.

- b. Perasaan Dikucilkan Lingkungan

Cyber bullying memang terjadi melalui internet atau jejaring sosial. Namun, orang-orang yang berada di lingkungan nyata sekeliling korban dapat melihatnya. Terlebih lagi berbagai komentar jahat yang ditujukan kepada korban. Hal ini membuat orang sekitar turut menyerang korban dalam kehidupan nyata. Akhirnya, korban cyber bullying dikucilkan oleh masyarakat dan mendapat perlakuan kurang menyenangkan.

- c. Kesehatan Fisik dan Mental Terganggu

Bullying yang dilakukan secara terus menerus melalui jejaring sosial oleh orang dikenal maupun tidak dikenal akan mendatangkan stress. Ujung-ujungnya perasaan memendam depresi, rasa cemas, dan kehilangan kepercayaan diri mendatangkan gangguan post traumatic stress disorder (PTSD). Tentunya pengaruh PTSD tidak mengenal usia. Bahkan pada orang dewasa efeknya stimulasi sistem kekebalan tubuh menjadi terganggu.

- d. Depresi dan Ingin Bunuh Diri

Korban cyber bullying sering kali merasakan marah, takut, terluka, tidak berdaya, malu, putus asa, dan terisolasi. Apabila kondisi ini terjadi berulang-ulang dan semakin parah akan menyebabkan perasaan ingin mengakhiri hidupnya.

Kasus CyberBullying di Indonesia

Salah satu kasus cyber bullying menggemparkan di dunia yang dialami oleh Amanda Todd. Awalnya Amanda mengenal orang asing melalui internet ketika duduk dibangku SMP.

Setelah berkomunikasi lama dan intense hingga akhirnya dekat, kenalannya ini membujuknya untuk mengirim video bugil.

Akhirnya Amanda rela merekam dirinya melalui videocam dan menunjukkan payudaranya. Malangnya, ternyata orang asing tersebut mengambil foto topless Amanda dan mengajaknya live sex. Dirinya diancam akan dibunuh jika tidak menuruti permintaan orang tersebut. Anehnya orang kenalan dari dunia maya mengetahui identitas Amanda. Penolakan gadis belia ini membuat foto-foto bugilnya disebarakan melalui internet. Foto Amanda pun menjadi buah bibir di sekolah, lingkungan rumah, dan keluarganya. Ia tak kuasa menahan depresi akut hingga memutuskan bunuh diri. Cyber bullying memang kerap dianggap sepele, tetapi dapat menimbulkan efek fatal. Oleh karena itu, sebagai manusia cerdas jangan mau melakukan bullying jenis ini. Alih-alih korban mengadu kepada kepolisian dapat membuat remaja berhadapan dengan hukum dan dijatuhi pidana.

Cyberbullying merupakan Penyakit Sosial

Cyberbullying adalah Penyakit Sosial. Materi yang disampaikan ini menekankan bahwasanya bullying dalam bentuk apapun merupakan penyakit. Apabila tidak segera diobati dan dicari solusinya maka pelaku tidak akan sadar yang dilakukan telah melanggar norma sosial yang berlaku. Ditinjau dari etimologis, kata patologi berasal dari kata Pathos yang berarti disease/ penderitaan/penyakit dan Logos yang berarti berbicara tentang/ilmu. Jadi, patologi adalah ilmu yang membicarakan tentang penyakit atau ilmu tentang penyakit. Maksud dari pengertian di atas bahwa patologi adalah ilmu yang membicarakan tentang asal usul dan sifat-sifatnya penyakit. Konsep ini bermula dari pengertian penyakit di bidang ilmu kedokteran dan biologi yang kemudian diberlakukan pula untuk masyarakat. Sedangkan kata sosial adalah tempat atau wadah pergaulan hidup antar manusia yang perwujudannya berupa kelompok manusia atau organisasi yakni individu atau manusia yang berinteraksi / berhubungan secara timbal balik bukan manusia atau manusia dalam arti fisik. Tetapi, dalam arti yang lebih luas yaitu community atau masyarakat. Maka pengertian dari patologi social adalah ilmu tentang gejala-gejala sosial yang dianggap “sakit” disebabkan oleh faktor faktor sosial atau Ilmu tentang asal usul dan sifat-sifatnya, penyakit yang berhubungan dengan hakekat adanya manusia dalam hidup masyarakat. Sementara itu menurut teori anomie bahwa patologi sosial adalah suatu gejala dimana tidak ada persesuaian antara berbagai unsur dari suatu keseluruhan, sehingga dapat membahayakan kehidupan kelompok, atau yang sangat merintanggi pemuasan keinginan fundamental dari anggota anggotanya, akibatnya pengikatan social patah sama sekali. Patologi sosial adalah semua tingkah laku yang bertentangan dengan norma kebaikan, stabilitas lokal, pola kesederhanaan, moral, hak milik, solidaritas kekeluargaan, hidup rukun bertetangga, disiplin, kebaikan dan hukum formal.

Cara Mengatasi Bullying

Cara mengatasi bullying pada anak dapat dilakukan dengan meminta anak secara tegas dan penuh percaya diri untuk berkata tidak dan menolak pelaku penindasan untuk berhenti melakukan bullying. Jika dirasa tindakan tersebut kurang berhasil, sebagai orang tua dapat melakukan beberapa hal seperti berikut:

a. Mencari Dan Mengumpulkan Bukti

Cobalah untuk mencatat secara terperinci mengenai kronologi terjadinya bullying. Siapa pelaku yang melakukan bullying, waktu dan tempat kejadian, hingga saksi-saksi mata yang mungkin melihat kejadian bullying. Apabila berupa cyber bullying dapat dilakukan dengan mengambil tulisan yang mengarah pada bullying sebagai bukti.

b. Jangan Pernah Memarahi Pelaku Bullying

Jangan pernah berkonfrontasi atau memarahi pelaku bullying. Hal ini dapat menjadi bumerang bagi orang tua sebab bisa jadi ini akan berbuntut panjang atau bahkan memperparah keadaan.

- c. Peringatkan Anak Untuk Tidak Membalas Dan Menulis Komentar Negatif
Anak-anak terutama remaja masih memiliki emosi yang belum stabil, sehingga dapat berbuat apapun termasuk membalas komentar sama negatifnya dengan pelaku bullying. Cobalah untuk mengingatkan anak untuk mengabaikan komentar negatif tersebut sebagai tindakan balas dendam.
- d. Mengajak Anak Untuk Beristirahat Dari Media Sosial
Apabila dirasa cyber bullying semakin parah, cobalah ajak anak untuk sementara waktu menjauhkan diri dari media sosial. Pergi berlibur atau mengunjungi tempat-tempat menarik untuk menghibur anak juga menjadi cara mengatasi bullying di masyarakat agar mereka tidak semakin tertekan atau depresi di dalam rumah.
- e. Block, Report, Atau Hapus Pertemanan
Jika ditemukan akun yang menuliskan ujaran kebencian, tidak ada salahnya meminta anak untuk segera block orang tersebut, report komentarnya, jika perlu hapus pertemanannya di media sosial. Namun apabila anak masih merasa khawatir sebab ada kemungkinan bertemu dengan pelaku bullying di sekolah atau tempat lainnya, cukup katakan pada mereka bahwa akun media sosialnya telah dibajak sehingga sulit untuk mengaksesnya.

Cara Mencegah Bullying

Ada beragam cara yang dapat dilakukan untuk mengantisipasi bullying pada anak-anak terutama di dunia maya agar tidak menjadi korban bullying.

- a. Berusaha untuk tidak selalu sering mengunggah sesuatu
Terlalu banyak atau sering posting sesuatu di media sosial ternyata mengganggu banyak orang. Hal ini justru dapat mengundang orang lain untuk bertindak cyber bullying.
- b. Pantau anak untuk tidak mengunggah posting-an aneh
Sebagian besar cyber bullying terjadi apabila terdapat suatu posting-an yang dianggap aneh oleh banyak orang. Untuk itu sebagai orang tua sudah sewajarnya untuk mengingatkan anak agar mengunggah tulisan, foto atau video secara bijak.
- c. Mencari teman dengan lingkungan positif
Ajak anak untuk mencari teman atau lingkungan positif serta membuat mereka merasa percaya diri, termasuk pertemanan di dunia maya. Dengan begitu, kecil kemungkinan anak mendapat bullying dari orang-orang di sekitar mereka.

4. KESIMPULAN

Cyberbullying adalah perilaku tindakan yang ditujukan kepada seseorang secara berulang dengan sengaja, dengan cara pengiriman pesan teks, email, gambar atau video melalui media internet atau teknologi digital lainnya, dengan tujuan menghina, memaki, mempermalukan dan mengancam. Tindakan cyberbullying yang dilakukan oleh remaja di media sosial instagram sudah semakin mengkhawatirkan. Cyberbullying tidak hanya dapat berdampak negatif pada korban namun juga pada pelaku. Pelaku cyberbullying dapat dituntut pidana berdasarkan Undang-Undang Nomor 11 tahun 2008 Tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE).

Cyberbullying memiliki dampak yang sangat tidak baik bagi korban, yaitu dapat membuat harga diri rendah, penurunan nilai, depresi, kegelisahan, tidak tertarik pada aktivitas yang dahulunya dapat dinikmati, ketidakbermaknaan, penarikan diri dari teman, menghindari kehidupan sosial, bahkan perubahan suasana hati, perilaku, pola tidur dan nafsu makan.

Pencegahan yang dapat kita lakukan untuk menghindari perilaku cyberbullying dengan cara mengontrol diri sendiri dalam berperilaku terutama menggunakan media sosial dengan bijak, pertimbangkan sebelum memposting sesuatu di media sosial, memilih lingkungan sosial

yang memiliki nilai dan ajaran yang positif, hindari memberikan informasi yang tidak valid, mencegah seseorang agar tidak menjadi pelaku cyberbullying.

5. SARAN

Setelah mengikuti kegiatan sosialisasi ini anak-anak Panti Asuhan Bani Adam telah memahami bahaya cyberbullying di Kalangan Remaja. Mereka juga telah mengetahui bahaya bullying baik yang dilakukan secara sengaja maupun tidak sengaja, sehingga mereka akan lebih berhati-hati dalam berucap dan bertindak. Harapan kami, anak-anak yang telah menerima informasi ini akan lebih bijak dalam menggunakan media sosial, juga menjadi pendakwah dalam mensosialisasikan bahaya cyberbullying terutama diantara teman-teman sebaya dan keluarga terdekatnya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Goleman, D. (2000). Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- [2] Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). Bullying, Cyberbullying, and Suicide. *Archives of Suicide Research*, 14(3), 206-221.
- [3] Hurlock, E. B. (1996). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- [4] Mappiare, A. (2000). Psikologi Remaja. Surabaya: Usaha Nasional.
- [5] Willard, N. (2007). Educator's Guide to Cyberbullying and Cyberthreats. *Center For Safe and Responsible Use of the Internet*, 17, 2009.
- [6] Nazir, M. (1988). Metode Penelitian. Jakarta: Ghalia Indonesia. Rifauddin, M. (2016). Fenomena Cyberbullying Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan Khizanah Al- Hikmah*, 4(1), 35-44.
- [7] Riduwan. (2010). Skala Pengukuran Variabel Variabel Penelitian. Bandung: Alfabeta. Setyawati, I. (2016). Pengaruh Cyberbullying Di Media Sosial Ask.Fm Terhadap Gangguan Emosi Remaja (Studi Pada Siswa-Siswi Sma 10 Bandarlampung). Lampung: Universitas Lampung