

## Cyberbullying Di Media Sosial

Ester Ingrida Agnino Jarut<sup>1</sup>, Yulen Talitha<sup>2</sup>, Ina Victoria Deku<sup>3</sup> Afrona Elisabeth Lelan Takaeb<sup>4</sup>  
Marni Marni<sup>5</sup>

12345 Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received Mei, 2025

Revised Mei, 2025

Accepted Mei, 2025

Available online Mei, 2025

[ijarut@gmail.com](mailto:ijarut@gmail.com)

[talithandun30@gmail.com](mailto:talithandun30@gmail.com)

[inavictoria141004@gmail.com](mailto:inavictoria141004@gmail.com)



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.  
Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

### ABSTRAK

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah cara manusia berinteraksi secara signifikan, dengan media sosial menjadi wadah interaksi di era digital. Meskipun menawarkan berbagai manfaat positif seperti kemudahan komunikasi tanpa batasan ruang dan waktu, media sosial juga memunculkan fenomena negatif berupa *cyberbullying*. *Cyberbullying* merupakan bentuk perundungan yang terjadi di ruang virtual, didefinisikan sebagai tindakan yang disengaja untuk menyakiti orang lain secara *online* melalui sarana elektronik seperti telepon dan internet. Berbeda dengan perundungan tradisional, *cyberbullying* tidak dibatasi oleh ruang dan waktu. Tindakan ini dapat berwujud dalam berbagai bentuk seperti *flaming*, *harassment*, *denigration*, *impersonation*, *outing*, *trickery*, *exclusion*, dan *cyberstalking*. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *cyberbullying* meliputi faktor personal, lingkungan terdekat seperti keluarga, dan teknologi. Dampak *cyberbullying* sangat nyata dan dapat bertahan lama, meliputi dampak mental, emosional, dan fisik, bahkan dapat memicu

masalah kesehatan mental serius seperti depresi dan gangguan kecemasan. Upaya pencegahan *cyberbullying* memerlukan peran aktif orang tua dalam mengedukasi anak-anak tentang penggunaan teknologi, penguatan kesadaran diri dalam bermedia sosial, serta penerapan etika berinternet (*netiquette*). Artikel ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman terhadap risiko *cyberbullying*, serta mendorong pencegahan dan perubahan untuk menciptakan lingkungan online yang aman bagi semua pengguna.

**Kata Kunci:** Media sosial, *Cyberbullying*

### ABSTRACT

The development of information and communication technology has significantly changed the way humans interact, with social media being a platform for interaction in the digital era. Although it offers various positive benefits such as ease of communication without time and space constraints, social media has also given rise to the negative phenomenon of *cyberbullying*. *Cyberbullying* is a form of bullying that occurs in a virtual space, defined as the intentional act of hurting another person online through electronic means such as the telephone and the internet. Unlike traditional bullying, *cyberbullying* is not limited by time and space. It can take various forms such as *flaming*, *harassment*, *denigration*, *impersonation*, *outing*, *trickery*, *exclusion*, and *cyberstalking*. Factors that influence *cyberbullying* include personal factors, immediate environment such as family, and technology. The impact of *cyberbullying* is very real and can be long-lasting, including mental, emotional, and physical impacts, and can even trigger serious mental health problems such as depression and anxiety disorders. Efforts to prevent

\*Corresponding author

E-mail addresses: [zukhrufi@gmail.com](mailto:zukhrufi@gmail.com)

*cyberbullying require an active role of parents in educating children about the use of technology, strengthening self-awareness in social media, and implementing internet ethics (netiquette). This article aims to raise awareness and understanding of the risks of cyberbullying, as well as encourage prevention and change to create a safe online environment for all users.*

**Keywords:** Social Media, Cyberbullying

## 1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah cara manusia berinteraksi secara signifikan. Media sosial menjadi wadah interaksi yang dominan di era digital, menawarkan kemudahan komunikasi tanpa batasan ruang dan waktu. Media sosial telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan modern. Platform seperti Instagram, TikTok, Twitter, dan Facebook kini menjadi sarana utama bagi miliaran orang di seluruh dunia untuk terhubung, berbagi informasi, dan mengekspresikan diri. Kemudahan akses dan jangkauan global yang ditawarkan media sosial telah mengubah cara manusia berkomunikasi dan berinteraksi, menciptakan ruang virtual yang menghubungkan individu tanpa batasan geografis dan waktu. Namun, seiring dengan manfaat positif yang ditawarkan, muncullah fenomena negatif yang ditafsirkan, yaitu *cyberbullying*.

*Bullying* atau perundungan merupakan salah satu tindakan negatif yang dilakukan dengan cara berulang-ulang oleh individu/perorang ataupun kelompok yang bersifat menyerang disebabkan adanya ketidakseimbangan kelebihan/kekuatan antara kedua pihak yang terlibat. Kasus *bullying* atau perundungan saat sekarang banyak terjadi pada media yang terhubung dengan internet atau virtual yang dinamakan dengan *cyberbullying*. *Cyberbullying* dalam arti luas diartikan sebagai intimidasi yang dilakukan melalui sarana elektronik seperti telepon/internet. *Cyberbullying* merupakan suatu kondisi ketika internet ataupun perangkat yang terhubung digunakan untuk mengirimkan pesan atau gambar yang ditujukan untuk melukai, menyakiti, ataupun membuat malu orang lain (Yanti, 2019).

*Cyberbullying* (perundungan siber) merupakan perilaku yang disengaja untuk menyakiti orang lain secara online (S.Ramadhane, 2024). Tindakan ini dapat dianggap sebagai bentuk intimidasi. Tindakan *cyberbullying* dapat mencakup beberapa bentuk seperti, penghinaan, ancaman, penyebaran nama baik, dan lain-lain. mengatakan bahwa kekerasan yang dialami korban berisiko mengalami gangguan kesehatan mental dan depresi yang dapat disebabkan salah satunya oleh *cyberbullying*. Dampak *cyberbullying* ini sangat merusak korban. Korban sering merasa terisolasi, malu, dan tak berdaya, dapat mengganggu kesejahteraan emosional dan psikologis korban dalam jangka panjang (Tsani Maulidina Elmalia et al., 2024).

Tujuan dari dibuatnya artikel ini adalah untuk meningkatkan kesadaran tentang masalah *cyberbullying*, meningkatkan pemahaman terhadap risiko *cyberbullying* terhadap korban. Artikel penting untuk mendorong pencegahan dan perubahan, juga untuk menciptakan lingkungan online yang aman bagi semua orang.

## 2. PEMBAHASAN

### Media Sosial

Menurut Kottler dan Keller, media sosial adalah media yang digunakan pengguna untuk saling berbagi teks, gambar, video, suara, dan informasi dengan pengguna lainnya. Taprial dan Kanwar mendefinisikan media sosial sebagai platform yang digunakan oleh individu untuk bersosialisasi atau menjalin interaksi sosial secara daring dengan cara berbagi konten, berita, foto, dan lainnya dengan orang lain (AGUSTINA, 2022).

Media sosial merupakan suatu proses interaksi antar individu yang melibatkan penciptaan, pembagian, pertukaran, dan modifikasi ide atau gagasan melalui komunikasi virtual atau jaringan (AGUSTINA, 2022).

Kaplan dan Haenlein mengemukakan bahwa media sosial adalah kumpulan aplikasi berbasis internet yang dikembangkan dengan landasan ideologis dari web 2.0, yang berfungsi sebagai



platform evolusi media sosial dan memungkinkan pengguna untuk menciptakan serta saling bertukar konten yang dihasilkan oleh pengguna itu sendiri (Delerue et al., 2012).

Media sosial adalah platform daring yang memungkinkan penggunaanya untuk dengan mudah terlibat, berbagi informasi, serta membuat konten, termasuk di dalamnya, blog, jejaring sosial, wiki, forum, dan duna virtual. Diantara semua bentuk tersebut, blog, jejaring sosial, dan wii adalah jenis media sosial yang paling sering digunakan oleh masyarakat secara global. Menurut pendapat lain, media sosial adalah sarana berbasis internet yang mendukung interaksi sosial dan memanfaatkan teknologi web untuk mengubah cara berkomunikasi menjadi percakapan yang interaktif (Cahyono, 2016).

### **Cyberbullying**

Definisi *cyberbullying* dapat bervariasi tergantung pada sumbernya, namun pada dasarnya, definisi tersebut memiliki kesamaan dalam hal penggunaan teknologi digital untuk merendahkan, mengintimidasi, atau menyakiti orang lain secara berulang-ulang.

*Cyberbullying* dapat didefinisikan sebagai penggunaan teknologi digital, seperti internet, media sosial, atau perangkat seluler, untuk mengancam, melecehkan, atau merendahkan seseorang secara terus-menerus. Bentuk-bentuk *cyberbullying* dapat meliputi pesan atau komentar yang kasar atau merendahkan, membagikan foto atau video yang memalukan, atau menyebarkan rumor atau informasi palsu tentang seseorang. Fenomena ini dapat berdampak buruk pada kesehatan mental korban, termasuk kecemasan, depresi, dan stress (Yusri 2020).

*Cyberbullying* (perundungan dunia maya) ialah *bullying*/perundungan dengan menggunakan teknologi digital. Hal ini dapat terjadi di media sosial, platform chatting, platform bermain game, dan ponsel. *Cyberbullying* merupakan perilaku berulang yang ditujukan untuk menakuti, membuat marah, atau mempermalukan mereka yang menjadi sasaran (Yusri 2020).

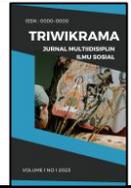
Contohnya termasuk:

- menyebarkan kebohongan tentang seseorang atau mem-posting foto memalukan tentang seseorang di media sosial
- mengirim pesan atau ancaman yang menyakitkan melalui platform chatting, menuliskan kata-kata menyakitkan pada kolom komentar media sosial, atau mem-posting sesuatu memalukan/menyakitkan
- meniru atau mengatasnamakan seseorang (misalnya dengan akun palsu atau masuk melalui akun seseorang) dan mengirim pesan jahat kepada orang lain atas nama mereka.

Semua definisi ini menunjukkan bahwa *cyberbullying* melibatkan penggunaan teknologi digital untuk melakukan tindakan yang merendahkan, mengancam, atau menyakiti orang lain secara terus-menerus, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental korban.

*Cyberbullying* merupakan tindakan agresif dan merendahkan orang lain melalui penggunaan teknologi digital seperti telepon seluler, media sosial, pesan instan, email, atau platform game online. Tindakan ini dilakukan dengan niat dan tujuan yang sengaja untuk menyakiti, merendahkan, atau mengintimidasi korban. Pelaku sering menggunakan kekuasaan atau kekuatan mereka untuk memperoleh keuntungan atau meraih kepuasan pribadi dengan menyakiti orang lain. Konteks dan durasi dari tindakan *cyberbullying* berlangsung secara terus-menerus dan berulang dalam jangka waktu yang lama. Tindakan tersebut dapat terjadi dalam berbagai konteks seperti di sekolah di rumah atau tempat kerja (Yusri 2020).

### **Jenis-Jenis Cyberbullying**



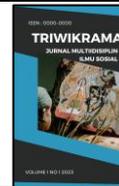
Menurut Willard dalam (Siwi et al., 2018) menyebutkan macam-macam jenis *cyberbullying* sebagai berikut:

1. *Flaming* (tebakar): yaitu mengirimkan pesan teks yang isinya merupakan kata-kata yang penuh amarah dan frontal. Istilah “*flame*” ini pugn merujuk pada kata-kata di pesan yang berapi-api.
2. *Harassment* (gangguan): pesan-pesan yang berisi gangguan pada email, sms, maupun pesan teks di jejaring sosial dilakukan secara terus menerus.
3. *Denigration* (pencemaran nama baik): yaitu proses mengumbar keburukan seseorang di internet dengan maksud merusak reputasi dan nama baik orang tersebut.
4. *Impersonation* (oeniruan): berpura-pura menjadi orang lain dan mengirimkan pesan atau status yang tidak baik.
5. *Outing*: menyebarkan rahasia orang lain, atau foto-foto pribadi orang lain.
6. *Trickery* (tipu daya): membujuk seseorang dengan tipu daya agar mendapatkan rahasia atau foto pribadi orang tersebut.
7. *Exclusion* (pengeluaran): secara sengaja dan kejam mengeluarkan seseorang dari grup online.
8. *Cyberstalking*: mengganggu dan mencemarkan nama baik seseorang secara intens sehingga membuat ketakutan besar pada orang tersebut.

### **Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Cyberbullying**

Beberapa faktor yang memengaruhi terjadinya cyberbullying:

1. **Faktor Personal**  
Individu merupakan kunci utama pada cyberbullying, dimana keterlibatan seseorang dalam cyberbullying dapat ditentukan oleh dirinya sendiri. Individu yang dianggap lemah memiliki resiko lebih besar dalam *cyberbullying*.
2. **Pengalaman kekerasan**  
Pengalaman kekerasan lingkungan merupakan indikator dari tingkat kejahatan *cyberbullying*, terutama di kalangan remaja dengan pemantauan orang tua yang rendah (Paparan kekerasan meningkatkan risiko remaja untuk terlibat dalam cyberbullying. Paparan kekerasan yang pernah dialami oleh remaja baik secara langsung maupun melalui media sosial secara tidak langsung dapat mempengaruhi perilaku remaja dalam keterlibatannya dalam *cyberbullying*.
3. **Harga diri dan pengendalian diri**  
Harga diri dan pengendalian diri berpengaruh terhadap keterlibatan remaja dalam *cyberbullying*. Pengendalian diri sangat diperlukan terkait kontrol perilaku remaja. Pelaku *cyberbullying* cenderung memiliki harga diri lebih tinggi dengan pengendalian diri yang rendah Sedangkan korban *cyberbullying* memiliki harga diri lebih rendah dengan pengendalian diri yang tinggi Pengendalian, Pengendalian diri yang tinggi ditunjukkan dari tingginya kontrol perilaku dan persepsi yang lebih besar tentang kontrol psikologis. Korban *cyberbullying* menunjukkan kontrol perilaku yang lebih tinggi dibandingkan dengan pelaku *cyberbullying*
4. **Kontrol psikologis**  
*Cyberbullying* pada remaja terkait dengan masalah emosi dimana gangguan emosi mewakili prediktor terkuat untuk tindakan *cyberbullying*, sangat dibutuhkan adanya kontrol psikologis pada remaja agar dapat mencegah *cyberbullying*. Anak laki-laki korban *cyberbullying* adalah mereka yang mencerminkan persepsi terendah dari dimensi kasih sayang dan komunikasi, sedangkan pada perempuan *cyber-bully*/korban, diikuti cyber-



agresor. Anak laki- laki dan perempuan yang tidak terlibat menunjukkan persepsi kontrol psikologis yang paling rendah, sedangkan untuk korban kontrol psikologis tertinggi (Dewi et al., 2020).

### **Dampak Cyberbullying**

Perilaku *cyberbullying* dapat memberikan dampak negatif, antara lain korban mengalami depresi, kecemasan, ketidaknyamanan, prestasi di sekolah menurun, tidak mau bergaul dengan teman-teman sebaya, menghindari dari lingkungan sosial, dan adanya upaya bunuh diri. *Cyberbullying* meskipun terjadi di dunia maya, efeknya sangat nyata dan dapat bertahan lama dalam kehidupan korban. Menurut UNICEF, dampak *cyberbullying* dapat dikelompokkan menjadi tiga kategori utama.

- Secara mental, korban *cyberbullying* sering merasa kesal, malu, takut, dan marah.
- Dampak emosionalnya mencakup rasa malu yang mendalam dan hilangnya minat terhadap aktivitas yang sebelumnya disukai.
- Secara fisik, korban dapat mengalami kelelahan, gangguan tidur, sakit perut, dan sakit kepala.

Penelitian yang dikutip oleh Very Well Health menunjukkan bahwa *cyberbullying* dapat memicu masalah kesehatan mental yang serius seperti depresi dan gangguan kecemasan. Selain itu, korban juga berisiko mengalami peningkatan stres, masalah pencernaan, perasaan kesepian, dan isolasi sosial. Mereka sering kali merasa tidak aman, tidak berdaya, dan putus asa karena tidak melihat jalan keluar dari situasi yang mereka hadapi. Fenomena ini menunjukkan bahwa meskipun *cyberbullying* terjadi secara online, dampaknya terhadap kesehatan mental, emosional, dan fisik korban sama nyatanya dengan penindasan yang terjadi secara langsung. Bahkan dalam beberapa kasus, dampaknya bisa lebih parah karena sifat teknologi yang memungkinkan penyebaran konten yang lebih luas dan permanen.

### **Pencegahan Cyberbullying**

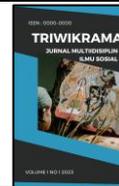
#### **1. Peran orang tua**

Peran orang tua sangatlah penting dalam mengedukasi anak-anak tentang penggunaan teknologi dan mencegah mereka untuk melakukan *cyberbullying*. Mengajarkan anak tentang pentingnya etika online, seperti menghormati orang lain, tidak menyebarkan hoax, dan tidak melakukan tindakan yang dapat menyakiti orang lain secara verbal atau emosional adalah hal yang penting sebelum mereka mulai masuk ke dalam dunia Teknologi.

#### **2. kesadaran diri**

Dalam bermedia sosial perlu adanya kesadaran diri. Kesadaran diri adalah kunci dalam mencegah terjadinya *cyberbullying*. Memiliki kesadaran bahwa setiap orang bertanggung jawab atas tindakan mereka secara online. Berkomitmen untuk bertindak secara Upaya Pencegahan Untuk Mengurangi Kasus *Cyberbullying* Di Kalangan Remaja bertanggung jawab dalam interaksi online adalah langkah penting untuk mencegah terjadinya *cyberbullying*. Berpikir Sebelum bertindak dimana sebelum melakukan tindakan atau mengungkapkan sesuatu secara online, penting untuk berhenti dan berpikir tentang dampak dari apa yang akan dikatakan atau dilakukan. Menjadi lebih sadar akan potensi dampak dari tindakan tersebut dapat membantu menghindari perilaku *cyberbullying* (Palilingan Evelita Evelin et al., 2024).

#### **3. Etika berinternet (Netiquette)**



Mendorong penggunaan internet yang beretika dan bertanggung jawab. Memahami dan menerapkan pedoman Netiquette dalam berkomunikasi online. Menghormati privasi dan hak orang lain di internet. Menghindari penyebaran informasi yang salah, provokatif, dan berpotensi menyinggung (Marlef et al., 2024).

### 3. KESIMPULAN

*Cyberbullying* merupakan kerugian yang disengaja dan berulang yang ditimbulkan melalui penggunaan komputer, ponsel, dan perangkat elektronik lainnya. *Cyberbullying* telah menjadi fenomena negatif yang semakin meningkat seiring dengan perkembangan teknologi informasi dan media sosial. Penelitian menunjukkan bahwa tindakan *cyberbullying* dapat berwujud dalam berbagai bentuk seperti *flaming*, *harassment*, *denigration*, *impersonation*, *outing*, *trickery*, *exclusion*, dan *cyberstalking*.

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *cyberbullying* bersifat kompleks dan multidimensional, mencakup faktor personal, pengalaman kekerasan, harga diri dan pengendalian diri, control psikologi. Dampak *cyberbullying* dikelompokkan secara mental, secara emosional, dan secara fisik. Lebih jauh lagi, *cyberbullying* dapat memicu masalah kesehatan mental yang serius seperti depresi, gangguan kecemasan, stres, isolasi sosial, dan dalam kasus ekstrem dapat mengarah pada upaya bunuh diri.

Pencegahan *cyberbullying* memerlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan berbagai pihak. Peran orang tua sangat penting dalam mengedukasi anak-anak tentang penggunaan teknologi yang bertanggung jawab dan etika online. Penguatan kesadaran diri dalam bermedia sosial, termasuk kemampuan untuk berpikir sebelum bertindak online, juga merupakan aspek penting dalam pencegahan *cyberbullying*. Penerapan etika berinternet (*netiquette*) seperti menghormati privasi dan hak orang lain, serta menghindari penyebaran informasi yang salah atau provokatif, juga dapat mengurangi risiko terjadinya *cyberbullying*.

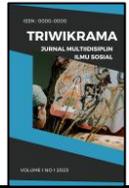
Melalui upaya bersama termasuk individu, keluarga, sekolah, dan masyarakat, diharapkan dapat tercipta lingkungan online yang lebih aman, saling menghormati, dan bebas dari *cyberbullying*. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk lebih memahami dinamika *cyberbullying* dan mengembangkan strategi pencegahan yang lebih efektif dalam menghadapi tantangan di era digital ini.

### 4. DAFTAR PUSTAKA

AGUSTINA, RIZKI. 2022. IMPLEMENTASI PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM UNTUK MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS IX PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SMPN 54 PALEMBANG - Repository UIN Raden Fatah Palembang. (n.d.). Retrieved May 11, 2025, from <https://repository.radenfatah.ac.id/20170/>

Cahyono, Anang Sugeng. 2016. "Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia." *Publiciana* 9(1): 140-57.

Delerue, H., Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2012). Social media: Back to the roots and back to the future. *Journal of Systems and Information Technology*, 14(2), 101-104. <https://doi.org/10.1108/13287261211232126>



Dewi, Heni Aguspita, Suryani Suryani, and Aat Sriati, 'Faktor Faktor Yang Memengaruhi Cyberbullying Pada Remaja: A Systematic Review', *Journal of Nursing Care*, 3.2 (2020), doi:10.24198/jnc.v3i2.24477

Palilingan Evelita Evelin, Hutabarat Olivia Dina Rachel, & Pramigoro Kevin Rick. (2024). Upaya Pencegahan Untuk Mengurangi Kasus Cyberbullying Di Kalangan Remaja. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial dan Humaniora*, 2(2), 185-193.  
<https://doi.org/10.47861/tuturan.v2i2.945>

Tsani Maulidina Elmalia, Augest Kamilia Wilvie, Hidayat Afriyan Ruri, & Sahfrina Aurellia Nazwa. (2024). Cyberbullying: Tantangan Bagi Pengguna Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental di Indonesia. *Student Scientific Creativity Journal*, 2(4), 20-29.  
<https://doi.org/10.55606/sscj-amik.v2i4.3319>

Marlef, A., Masyhuri, M., & Muda, Y. (2024). Mengenal dan Mencegah Cyberbullying: Tantangan Dunia Digital. *Journal of Education Research*, 5(3), 4002-4010.  
<https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1295>

Siwi, A., Utami, F., & Baiti, N. (2018). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Cyber Bullying Pada Kalangan Remaja. *18(2)*, 257-262.  
<http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/cakrawala%0APengaruh>

S.Ramadhone. (2024). Bahaya Cyberbullying pada Remaja, Dampak, dan Cara Mencegahnya. *Umsida.ac.id*. <https://umsida.ac.id/bahaya-cyberbullying-pada-remaja/>

Yusri, Ahmand Zaki dan Diyan, 'Pencegahan Cyberbullying', *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7.2 (2020), pp. 809-20