

BULLYING DIGITAL : TANTANGAN MODERN DI ERA TEKNOLOGI

DIGITAL BULLYING: MODERN CHALLENGES IN THE ERA OF TECHNOLOGY

Idham Isyarudin ¹, Mochammad Aldo Rizky Syah Putra ², Eka Rahmatika ³, Putri Abelia Ramadhani ⁴, Naisya Maulidyatus Zahro ⁵, Fatma Arthika Putri ⁶

^{1,2,3,4,5,6} Politeknik Kesehatan Jember
^{1,2,3,4,5,6} Farmasi

e-mail: 1idhamisyarudin@gmail.com, 2aldoputraxx@gmail.com, 3ekarahmatika4@gmail.com,
4Putiabel505@gmail.com, 5naisya06zahro@gmail.com, 6fatmaputri7479@gmail.com

ABSTRAK

Bullying merupakan salah satu bentuk kekerasan yang terjadi pada remaja. *Bullying* merupakan bentuk perilaku kekerasan dengan adanya kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok secara verbal, fisik, maupun psikologis korban. Dampak yang didapatkan oleh korban *bullying* adalah memiliki berbagai masalah mental dan keluhan kesehatan fisik. Maka dari itu, dukungan sosial dari keluarga sangat dibutuhkan oleh korban *bullying*. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai dukungan sosial keluarga terhadap remaja korban *bullying* agar dapat mengembalikan keberfungsian sosialnya dan mendapatkan kembali kepercayaan dirinya agar ia dapat menjalankan peranannya dalam masyarakat seperti biasa. Teknik pemilihan sumber data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan Teknik studi literatur dengan menggunakan analisis data sekunder. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah studi dokumen yang berlokasi di sekolah tingkat SMP dan SMA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peranan penting sebagai pelindung korban *bullying* dari penyakit psikis dan penyakit fisik. Namun, dukungan dari keluarga memiliki beberapa faktor penghambat, di antaranya adanya penolakan, penarikan diri dari korban. Selain itu, faktor kesibukan, ketidakpedulian atau ketidaktahuan keluarga turut menjadi faktor penghambat.

Kata kunci: dukungan sosial keluarga; *bullying*; kekerasan remaja.

ABSTRACT

Bullying is a form of violence that occurs in adolescents. Bullying is a form of violent behavior with the power to harm a person or group verbally, physically, or psychologically by the victim. The impact obtained by victims of bullying is having various mental problems and physical health complaints. Therefore, social support from family is really needed by bullying victims. This research is a qualitative study which aims to obtain an overview of family social support for youth victims of bullying so that they can restore their social functioning and regain their confidence so that they can carry out their role in society as usual. The data source selection technique conducted in this study uses literature study techniques using secondary data analysis. The data collection technique used is document study located in junior and high school level schools. The results showed that social support has an important role as a protector of victims of bullying from psychological and physical diseases. However, support from the family has several inhibitory factors, including rejection, withdrawal from the victim. In addition, the factors of busyness, indifference or ignorance of the family also become inhibiting factors.

Keywords: family social support; *bullying*; youth violence.

PENDAHULUAN

Popularitas media sosial telah mengubah cara manusia berinteraksi. Dengan semakin meluasnya penggunaan teknologi digital, media sosial kini menjadi salah satu platform yang berkembang pesat. Saat ini, lebih dari 2 miliar akun terdaftar di berbagai platform media sosial di seluruh dunia, yang mencakup sekitar 29% dari total populasi dunia dan dua pertiga dari seluruh pengguna internet. Berdasarkan laporan Lenhart yang dipublikasikan oleh Pew Research Center pada 2015, sebanyak 92% remaja mengakses internet setiap hari, dengan 24% di antaranya terhubung hampir sepanjang waktu. Sebagai teknologi berbasis komputer, media sosial dapat diakses melalui dua perangkat utama dalam kehidupan modern: komputer dan ponsel pintar. Media sosial memungkinkan penggunaannya untuk menerima dan membagikan berbagai bentuk ekspresi dan informasi dalam komunitas *virtual*, serta berkomunikasi dengan teman dan keluarga melalui pesan interaktif. Meski memiliki banyak kemudahan, perkembangan ancaman perundungan dunia maya yang semakin meningkat seiring dengan bertambahnya jumlah pengguna internet global, menunjukkan bahwa media sosial juga memiliki sisi negatif.

Peningkatan jumlah pengguna media sosial dan durasi penggunaan oleh remaja dan anak-anak secara global menimbulkan kekhawatiran tentang interaksi berbahaya di media sosial yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan kesehatan mental. Hal ini menjadi perhatian utama bagi para peneliti dalam studi internet, yang berusaha mencari cara untuk mencegah lingkungan digital yang berbahaya dan mengatasi dampak negatif dari perundungan dunia maya yang tengah terjadi.

Dengan kemajuan teknologi, semakin umum dijumpai anak-anak yang terpapar atau menjadi korban perundungan di dunia maya. Dampak dari perundungan ini dapat berupa rasa malu dan rendah diri pada korban, yang berpotensi memengaruhi kinerja sosial dan akademik mereka secara negatif. Perundungan di dunia maya sering kali disertai dengan perundungan secara langsung, yang memperparah penderitaan korban. Dalam beberapa kasus, kombinasi kedua jenis perundungan ini bahkan dapat mendorong seseorang untuk melakukan tindakan bunuh diri. Melihat besarnya jumlah pengguna media sosial di dunia, dampak perundungan di dunia maya tidak boleh diremehkan. Dengan meningkatnya pengguna internet dan media sosial, perundungan di dunia maya menjadi ancaman yang semakin dekat, terutama bagi generasi muda.

Faktor penyebab *bullying* sering kali berasal dari pengaruh lingkungan sekitar, Keluarga memiliki peran penting dalam membentuk perilaku anak. Anak yang tumbuh di lingkungan yang penuh kekerasan atau kurang perhatian cenderung memiliki peluang lebih tinggi menjadi pelaku *bullying*. Akan tetapi tidak memungkinkan juga berasal dari tekanan sosial dan kebutuhan untuk diterima sebagai teman, remaja sering kali merasa tertekan untuk memenuhi standar sosial tertentu. Keinginan untuk diterima dalam geng tertentu juga bisa mendorong seseorang untuk melakukan *bullying* agar dianggap sebagai bagian dari kelompok tersebut. Pengaruh media sosial juga kerap sekali sebagai penyebab *bullying*, di era digital saat ini, media sosial menjadi salah satu faktor utama yang memperburuk kasus *bullying*, terutama *cyberbullying*. Pengguna media sosial yang tidak bertanggung jawab bisa menyebarkan informasi palsu, membully secara online, atau melakukan tindakan intimidasi secara digital. Anonimitas yang ditawarkan oleh platform media sosial membuat pelaku merasa lebih aman untuk melakukan *bullying* tanpa takut tertangkap.

Seorang guru asal Kanada, Bill Belsey, adalah orang pertama yang memperkenalkan istilah '*cyber bullying*'. Dia mendefinisikannya sebagai perilaku bermusuhan yang disengaja dan berulang-ulang dari individu atau kelompok yang berniat menyakiti orang lain dengan menggunakan teknologi informasi dan komunikasi. Dengan demikian, istilah '*bullying*' menunjukkan tindakan mengganggu, mengusik, atau menyakiti orang lain secara fisik atau psikologis yang bertujuan untuk menimbulkan rasa takut pada orang lain, memunculkan studi tentang perundungan siber sebagai fenomena sosial baru. Penyebutan aktif tentang perundungan siber juga muncul dalam karya Craig & Pepler pada tahun 1997.

Artikel tentang *bullying* digital ini adalah untuk meningkatkan membantu pembaca memahami bahaya *bullying* digital dan dampaknya terhadap individu maupun masyarakat. Selain itu, artikel ini dapat menjadi referensi yang berguna bagi keluarga, pendidik, dan pembuat kebijakan dalam menghadapi tantangan modern di era digital. Manfaat lainnya adalah mendorong perubahan perilaku pengguna teknologi agar lebih empatik, meningkatkan literasi digital, serta memperkuat upaya kolektif untuk mencegah dan menangani kasus *bullying* digital yang di dalamnya mencakup tentang edukasi, pencegahan, hingga membangun diskusi positif di berbagai kalangan. Dengan informasi yang disajikan pembaca diharapkan lebih memahami bahaya *bullying* digital mengubah cara berinteraksi di dunia maya dan mendukung terciptanya kebijakan yang melindungi pengguna teknologi

TINJAUAN PUSTAKA

1. Definisi *Bullying*

a. Olweus

Bullying merupakan suatu perilaku negatif berulang yang bermaksud menyebabkan ketidaksenangan atau menyakitkan oleh orang lain, baik satu atau beberapa orang secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya.

b. American Psychiatric Association (APA)

Bullying adalah perilaku agresif yang dikarakteristikan dengan 3 kondisi yaitu perilaku negatif yang bertujuan untuk merusak atau membahayakan perilaku yang diulang selama jangka waktu tertentu adanya ketidakseimbangan kekuatan atau kekuasaan dari pihak-pihak yang terlibat.

c. Coloroso

Bullying merupakan tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang-ulang oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah, dilakukan dengan sengaja dan bertujuan untuk melukai korbannya secara fisik maupun emosional.

d. Rigby

Bullying merupakan perilaku agresi yang dilakukan secara berulang-ulang dan terus menerus, terdapat kekuatan yang tidak seimbang antara pelaku dan korbannya, serta bertujuan untuk menyakiti dan menimbulkan rasa tertekan bagi korbannya.

2. Aspek-Aspek *Cyberbullying*

Menurut Willard (2005), aspek-aspek dari *cyberbullying* memiliki 7 bagian, yaitu:

a. Amarah (*Flaming*)

Flaming memiliki arti perlakuan secara frontal yang menggunakan kata-kata kasar berupa pengiriman pesan, media sosial, bahkan di dalam *chat group* untuk menghina seseorang, bahkan di dalam *chat group* untuk menghina seseorang.

b. Pelecehan (*Harrasment*)

Harrasment merupakan tindak lanjut dari flaming dimana memberikan gangguan-gangguan melalui berbagai macam jejaring sosial yang dilakukan secara terus menerus bahkan dalam jangka panjang.

c. Fitnah atau Pencemaran Nama Baik (*Denigration*)

Denigration merupakan perilaku mengumbar keburukan atau memfitnah seseorang dengan tujuan untuk merusak citra dan reputasi orang lain yang dilakukan tidak sesuai dengan fakta dan kebenarannya.

d. Peniruan (*Impersonation*)

Impersonation bisa diartikan sebagai berpura-pura menjadi orang lain dan mengirimkan pesan-pesan atau status yang tidak baik bukan dengan atas nama dirinya (pelaku).

e. Tipu daya (*Outing and Trickey*)

Outing dan trickey memiliki arti yang berbeda tapi maksud dan tujuan yang sama, dimana *outing* adalah perilaku yang menyebarkan berbagai rahasia orang lain dari foto, video, apapun itu yang menjadi rahasia korban. Sedangkan *trickey* merupakan perilaku membujuk korban dengan

melakukan tipu daya agar mendapatkan berbagai macam rahasia seperti foto atau pribadi orang tersebut.

f. Pengucilan (*Exclusion*)

Exclusion merupakan perilaku yang dengan sengaja memojokkan seseorang dalam sebuah kelompok atau forum diskusi online.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kajian literatur atau tinjauan pustaka. Kajian literatur adalah desain penelitian yang digunakan dalam mengumpulkan sumber data yang berkaitan dengan suatu topik. Kajian literatur bertujuan mendeskripsikan konten pokok berdasarkan informasi yang didapat. Penelitian ini tidak melibatkan pengumpulan data primer, melainkan lebih berfokus pada eksplorasi sumber informasi yang telah ada. Langkah pertama dalam metode ini adalah mengidentifikasi topik atau isu penelitian yang relevan, kemudian melakukan pencarian terhadap sumber-sumber literatur yang relevan dalam basis data perpustakaan, jurnal ilmiah, dan sumber-sumber daring. Setelah sumber-sumber literatur yang relevan telah diidentifikasi, peneliti kemudian memulai proses membaca, mengevaluasi, dan menganalisis informasi yang terdapat dalam sumber-sumber tersebut. Ini mencakup pemahaman terhadap argumen, temuan, metodologi, dan pendekatan yang digunakan dalam literatur yang telah ada. Selanjutnya, peneliti akan menyusun sintesis dari berbagai sumber informasi ini, menciptakan gambaran yang jelas tentang topik penelitian dan memetakan konsep-konsep yang berkaitan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perundungan maya telah menjadi isu yang meluas secara global, terutama di kalangan anak-anak dan remaja. Seiring dengan perkembangan teknologi digital dan kemudahan akses ke internet, dunia maya telah menjadi tempat bagi anak-anak dan remaja untuk berinteraksi, belajar, dan berekspresi. Namun, di balik manfaat tersebut, muncul pula dampak negatif yang signifikan, salah satunya adalah perundungan maya (*cyberbullying*). Di Uni Eropa, laporan tahun 2014 menyatakan bahwa 12% anak-anak usia 9-16 tahun pernah mengalami perundungan maya. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun dunia maya memberikan banyak keuntungan dalam hal komunikasi dan pembelajaran, ia juga menyimpan potensi besar untuk menimbulkan kekerasan terhadap anak-anak dan remaja. Laporan tersebut dipublikasikan dalam *EU Net Children Go Mobile Report* yang mencatat meningkatnya prevalensi perundungan maya di kalangan anak-anak Eropa.

Sementara itu, di Amerika Serikat, sebanyak 85% korban perundungan tradisional juga mengalami perundungan maya dari pelaku yang sama. Ini mencerminkan bagaimana pola perundungan tradisional dapat dengan mudah meluas ke dunia maya, mengingat kemudahan bagi pelaku untuk terus mengintimidasi korban tanpa batasan fisik atau ruang. Perundungan maya sering kali lebih sulit terdeteksi, karena terjadi di *platform* yang bersifat anonim dan jauh dari pengawasan orang dewasa. Keadaan ini memperburuk dampak psikologis yang dirasakan oleh korban, yang tidak hanya terbatas pada perundungan fisik, tetapi juga secara mental dan emosional. Penelitian dari *American Academy of Pediatrics* juga menunjukkan bahwa hampir semua korban perundungan tradisional juga menghadapi perundungan maya yang membuat dampaknya lebih kompleks. Di Indonesia, survei tahun 2016 menunjukkan hanya 14% responden yang tidak pernah mengalami perundungan maya, yang berarti 86% lainnya pernah mengalaminya. Angka ini mencerminkan prevalensi yang tinggi, menandakan bahwa perundungan maya menjadi masalah yang sangat besar, terutama di kalangan anak muda yang aktif menggunakan media sosial. Media sosial populer seperti Facebook dan Twitter menjadi platform utama terjadinya perundungan maya di Indonesia, di mana pelaku dapat menyebarkan ujaran kebencian, ancaman, dan konten merendahkan korban tanpa harus bertemu secara langsung. Meskipun media sosial memberikan peluang bagi individu untuk terhubung dan berbagi informasi, ketidaktahuan dalam menggunakan media sosial dengan bijak, serta kurangnya kontrol orang tua

dan guru, menjadikan platform tersebut sebagai lahan subur bagi terjadinya perundungan maya. Artikel dari Kementerian Komunikasi dan Informatika Indonesia menunjukkan bahwa perundungan maya telah menjadi tantangan besar yang semakin meresahkan di kalangan anak muda Indonesia.

Dampak perundungan maya sangat serius, menyebabkan korban merasa malu, rendah diri, hingga gangguan kesehatan mental. Beberapa kasus ekstrem bahkan berujung pada bunuh diri, seperti yang dilaporkan di Kanada dan Amerika Serikat. Misalnya, sebuah studi yang dilakukan oleh *Cyberbullying Research Center* di Amerika Serikat menunjukkan bahwa korban *cyberbullying* memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, dan pikiran untuk bunuh diri. Di Kanada, kasus perundungan maya yang dialami seorang remaja perempuan berujung pada tindakan tragis yang memicu gelombang protes terhadap ketidakmampuan sistem pendidikan dan masyarakat dalam menangani kasus *cyberbullying* secara efektif.

Di Indonesia, kurangnya literasi digital dan ketahanan mental menjadi faktor yang memperburuk dampak psikologis pada korban. Banyak anak-anak dan remaja yang tidak memiliki pemahaman yang cukup tentang cara melindungi diri secara online, sehingga mereka lebih rentan menjadi sasaran perundungan maya. Penelitian menunjukkan bahwa pendidikan literasi digital yang minim di sekolah-sekolah, serta tidak adanya pengawasan yang memadai dari orang tua, membuat para remaja lebih mudah terjebak dalam lingkaran perundungan maya. Selain itu, ketahanan mental yang rendah akibat stres sosial dan tekanan seumur hidup juga memperburuk dampaknya. Bahkan, dalam banyak kasus, korban merasa tidak ada jalan keluar dan enggan melaporkan perundungan yang mereka alami karena takut menjadi sasaran lebih lanjut atau merasa tidak ada yang peduli. Untuk mengatasi hal ini, penting bagi Indonesia untuk lebih serius dalam meningkatkan literasi digital, tidak hanya di kalangan anak-anak, tetapi juga di kalangan orang tua dan guru. Ini akan membantu menciptakan lingkungan digital yang lebih aman dan mendukung bagi anak-anak dan remaja, sekaligus memperkuat ketahanan mental mereka untuk menghadapi tantangan dunia maya yang semakin kompleks. Dari segi kebijakan, Uni Eropa telah menerapkan kerangka kerja hukum, seperti *The European Convention for the Protection of Human Rights*. Meskipun demikian, sebagian besar kasus tidak dilaporkan akibat kurangnya bukti atau anonimnya pelaku. Di Indonesia, revisi UU ITE tahun 2016 telah memasukkan perundungan maya sebagai tindak kriminal. Namun, penerapannya masih diperdebatkan karena dikhawatirkan dapat membatasi kebebasan berpendapat.

Selain itu, penelitian di Korea Selatan menunjukkan hubungan antara ketergantungan pada ponsel pintar dengan meningkatnya risiko menjadi pelaku maupun korban perundungan maya. Sekitar 27,7% pelajar di Korea Selatan mengaku pernah mengalami perundungan maya dalam tiga bulan terakhir. Hasil penelitian ini mendukung hipotesis bahwa perundungan maya merupakan masalah besar di era digital yang berdampak serius pada kesehatan mental, sosial, dan perkembangan akademik anak-anak serta remaja. Data dari berbagai negara, termasuk Indonesia, menunjukkan pola prevalensi yang serupa. Secara komparatif, negara-negara seperti Uni Eropa, Amerika Serikat, dan Korea Selatan memiliki pendekatan yang beragam dalam menangani perundungan maya. Pendekatan tersebut meliputi regulasi hukum hingga pendidikan literasi digital. Langkah pencegahan seperti kebijakan sekolah dan kampanye kesadaran terbukti lebih efektif dibandingkan tindakan kriminalisasi. Di Indonesia, meskipun sudah ada regulasi seperti UU ITE, penerapan hukum masih menghadapi tantangan teknis dan budaya. Kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya melaporkan kasus perundungan maya menjadi kendala utama.

Rekomendasi kebijakan yang dapat diambil mencakup peningkatan literasi digital melalui pendidikan formal dan kampanye kesadaran untuk mencegah serta mengurangi perundungan maya. Selain itu, mekanisme pelaporan yang lebih ramah pengguna, khususnya untuk anak-anak dan remaja, perlu dikembangkan. Pendidikan karakter dan penguatan mental juga harus diintegrasikan dalam kurikulum sekolah untuk membangun ketahanan psikologis. Meskipun demikian, banyak kasus perundungan maya tidak dilaporkan, sehingga prevalensi sebenarnya bisa lebih tinggi. Sifat perundungan maya yang anonim dan dinamis juga menyulitkan upaya penanganan hanya melalui pendekatan hukum.

Kekerasan simbolik adalah kekerasan yang tidak menyebabkan luka secara fisik, melainkan luka pada psikis. Kekerasan ini sering terjadi pada anak remaja di dunia maya, yang lebih sulit terdeteksi karena

sifatnya yang tidak langsung dan lebih bersifat psikologis. Contohnya dapat ditemukan di dunia pendidikan, seperti situasi di mana seorang guru tiba-tiba mengadakan kuis dan memaksa semua murid untuk mengikuti tanpa memberi kesempatan untuk persiapan, meskipun di luar konteks dunia maya. Meskipun tidak ada kekerasan fisik yang terjadi, perasaan tertekan, cemas, dan tidak dihargai yang dialami oleh murid-murid tersebut dapat melukai psikis mereka. Dalam dunia maya, kekerasan simbolik bisa terjadi melalui berbagai bentuk perundungan seperti penghinaan, intimidasi, atau pemfitnahan yang disebarkan melalui platform digital. Dampaknya bisa lebih dalam dan lebih lama karena korban seringkali merasa terisolasi dan tidak dapat melarikan diri dari ancaman yang hadir setiap saat di dunia maya.

Kekerasan simbolik merupakan tindakan tidak langsung yang umumnya tidak berbentuk kultural, tetapi lebih sebagai bentuk pengaruh sosial dan psikologis yang terbentuk dalam kehidupan sehari-hari. Kekerasan ini sangat terkait dengan habitus atau kebiasaan yang terbentuk dari lingkungan seseorang, serta norma-norma yang berkembang di sekitar mereka. Misalnya, dalam lingkungan sosial atau sekolah, siswa yang terpapar oleh perundungan maya seringkali merasa tidak memiliki kekuatan lebih untuk melindungi diri. Mereka menjadi pihak yang terintimidasi, merasa rendah diri, dan terus-menerus dihantui oleh pesan-pesan negatif yang diterima melalui media sosial. Hal ini akan mempengaruhi kualitas kesehatan mental mereka, merusak rasa percaya diri, dan mempengaruhi hubungan sosial mereka.

Lebih jauh lagi, kekerasan simbolik dalam bentuk *cyberbullying* seringkali sulit untuk diatasi karena sifatnya yang anonim dan terus-menerus. Siswa atau korban yang terkena perundungan maya tidak dapat dengan mudah menghindari atau melawan perundungan tersebut, terutama ketika perundungan datang dari teman-teman sebayanya atau orang yang mereka kenal. Ketidakmampuan untuk membela diri ini semakin memperburuk dampak psikologis yang ditimbulkan, bahkan mempengaruhi prestasi akademik dan perkembangan sosial mereka. Oleh karena itu, sangat penting untuk meningkatkan kesadaran tentang kekerasan simbolik dan dampaknya, serta memberikan dukungan yang lebih besar kepada korban, baik melalui pendekatan pendidikan, komunikasi, maupun dukungan psikologis yang lebih efektif.

• Penyajian Tabel dan Grafik

NEGARA/WILAYAH	PERSENTASE KORBAN PERUNDUNGAN MAYA	KELOMPOK USIA	KETERANGAN
Uni eropa	12%	9-16tahun	Data dari laporan EU Net Children Go Mobile (2014).
Amerika serikat	85%	13-17tahun	Mayoritas korban perundungan tradisional juga mengalami perundungan maya.
NEGARA/WILAYAH	PERSENTASE KORBAN PERUNDUNGAN MAYA	KELOMPOK USIA	KETERANGAN
Indonesia	86%	Mayoritas 15-30tahun	Hanya

			14% responden survei 2016 yang tidak mengalami perundungan maya.
Korea selatan	27,7%	Pelajar Sekolah Menengah	Data dalam tiga bulan terakhir, mayoritas melalui ponsel pintar.
Kanada	10% - 35%	15-29tahun	Korban menerima ancaman, penyebaran gambar memalukan, dan penghinaan daring.

PENUTUP KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Perundungan maya (*cyberbullying*) telah menjadi masalah global yang signifikan, terutama di kalangan anak-anak dan remaja. Dengan perkembangan teknologi digital dan meningkatnya penggunaan media sosial, perundungan maya menjadi semakin prevalen dan berdampak buruk pada kesehatan mental dan emosional korban. Data dari berbagai negara menunjukkan tingginya angka perundungan maya: di Uni Eropa 12% anak-anak usia 9-16 tahun pernah mengalaminya, sementara di Indonesia, survei 2016 menunjukkan bahwa 86% responden pernah menjadi korban perundungan maya. Di Amerika Serikat, 85% korban perundungan tradisional juga mengalami perundungan maya, yang memperburuk dampak psikologis mereka.

Perundungan maya lebih sulit terdeteksi karena sering terjadi secara anonim dan di luar pengawasan orang dewasa. Korban sering kali merasa terisolasi, tertekan, dan cemas, bahkan dalam beberapa kasus mengalami gangguan psikologis serius, seperti depresi dan pikiran untuk bunuh diri. Di Indonesia, tantangan besar muncul akibat kurangnya literasi digital di kalangan anak-anak, orang tua, dan guru, serta rendahnya ketahanan mental yang membuat korban lebih rentan terhadap dampak perundungan maya.

Penerapan kebijakan dan regulasi, seperti UU ITE di Indonesia dan *The European Convention for the Protection of Human Rights* di Uni Eropa, sudah mulai ada, tetapi tantangan dalam penegakan hukum dan kesadaran masyarakat tetap menjadi hambatan utama. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan literasi digital melalui pendidikan formal, kampanye kesadaran, serta memperkuat ketahanan mental remaja. Selain itu, pengembangan mekanisme pelaporan yang lebih mudah dan ramah anak sangat diperlukan untuk menangani perundungan maya secara efektif.

Kekerasan simbolik, yang melibatkan kekerasan psikologis tanpa luka fisik, juga sering terjadi dalam perundungan maya. Hal ini dapat memperburuk dampak psikologis korban, yang sering merasa tidak memiliki kekuatan untuk melawan atau melarikan diri dari ancaman yang terus-menerus hadir di dunia maya. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran tentang kekerasan simbolik dan memberikan dukungan lebih kepada korban, baik melalui pendekatan pendidikan, komunikasi, maupun dukungan psikologis.

SARAN

1. Bagi Individu:

Setiap individu perlu meningkatkan literasi digital agar lebih memahami risiko perundungan maya. Hal ini termasuk mengenali tanda-tanda *cyberbullying*, menjaga privasi online, dan menggunakan media

sosial dengan bijak. Jika menjadi korban, jangan ragu untuk melaporkan kasus kepada pihak berwenang atau meminta bantuan psikologis.

2. Bagi Masyarakat:

Masyarakat harus membangun lingkungan yang mendukung penghapusan perundungan maya, dimulai dari keluarga hingga komunitas. Kesadaran akan pentingnya etika bermedia sosial perlu ditanamkan melalui kampanye bersama. Selain itu, masyarakat dapat mendorong korban untuk berani melapor serta mendukung pemulihan korban secara mental dan sosial.

3. Bagi Anak Muda:

Anak muda sebagai pengguna aktif media sosial harus menjadi role model dalam penggunaan media yang positif. Hindari menyebarkan komentar negatif atau konten berbahaya yang dapat berpotensi merundung orang lain. Anak muda juga bisa berperan aktif dalam menyebarkan kampanye anti-*cyberbullying* untuk membantu korban merasa didukung.

DAFTAR PUSTAKA

- Gusti Ayu Tita P, 2024, Faktor Penyebab *Bullying* Di dunia Pendidikan, <https://stekom.ac.id/artikel/faktor-penyebab-bullying-di-dunia-pendidikan>, diakses tgl 23 November 2024
- Mulyadi, Farrel Farandy, Wafiy Ahmad Ardhika, Fabhian Halky, Ariq Tsuraya Rasmawan, Sultan Ahmad Rizal, RioNusa, Prawira, Syahrir, 2024, Pengaruh Digitalisasi Dalam Maraknya Kasus *Bullying* Di Lingkungan Masyarakat, <https://ojs.unida.ac.id/LAW/article/download/13573/5608/46550>, diakses tgl 23 November 2024
- Olweus, *Bullying at School*, (Australia: Blackwell, 1994), 9. <https://ojs.unida.ac.id/LAW/article/download/13573/5608/46550>, diakses tgl 23 November 2024
- American Psychiatric Association, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision, (Arlington VA, 2000). <https://ojs.unida.ac.id/LAW/article/download/13573/5608/46550>, diakses tgl 23 November 2024
- Barbara Coloroso, *Stop Bullying* (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU), (Jakarta: PT. Ikrar Mandiriabadi, 2007). <https://ojs.unida.ac.id/LAW/article/download/13573/5608/46550>, diakses tgl 23 November 2024
- European Parliament., 2017, *Cyberbullying Among Young People*. European Union. <https://cfds.fisipol.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1423/2021/01/18-CfDS-Case-Study-Cyberbullying-Perundungan-Maya-di-Era-Digital.pdf> diakses tgl 23 November 2024
- Pratomo, R, 2016, "Cyberbullying: A Headache Under ITE Law." The Jakarta Post. <https://cfds.fisipol.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1423/2021/01/18-CfDS-Case-Study-Cyberbullying-Perundungan-Maya-di-Era-Digital.pdf> diakses tgl 23 November 2024
- Donegan, R, 2012, "*Bullying and Cyberbullying: History, Statistics, Law, Prevention and Analysis*." The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications, 3(1), hal. 36. <https://cfds.fisipol.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1423/2021/01/18-CfDS-Case-Study-Cyberbullying-Perundungan-Maya-di-Era-Digital.pdf> diakses tgl 23 November 2024
- Hinduja, S., & Patchin, J. W., 2007, "Online Consequences of Online Victimization: School Violence and Delinquency." Journal of School Violence, 6(3), hal. 89. <https://cfds.fisipol.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1423/2021/01/18-CfDS-Case-Study-Cyberbullying-Perundungan-Maya-di-Era-Digital.pdf> diakses tgl 23 November 2024
- Juvonen, J., & Gross, E. F, 2008, "Extending the School Grounds?—*Bullying Experiences in Cyberspace*." Journal of School Health, 78(9), hal. 504. <https://cfds.fisipol.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1423/2021/01/18-CfDS-Case-Study-Cyberbullying-Perundungan-Maya-di-Era-Digital.pdf> diakses tgl 23 November 2024
- Anwar, Y. Adang, 2008, Pengantar Sosiologi Hukum. Jakarta: Gramedia Widayarsana Indonesia. <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-kmnts73d7a00d3dfull.pdf>

diakses tgl 23 November 2024

- Darma et al, 2009, Buku Pintar Menguasai Multimedia. Jakarta: Mediakita. <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-kmnts73d7a00d3dfull.pdf> diakses tgl 23 November 2024
- Denzin, K. N. dan Lincoln, Y. S., 2009, Qualitative Research. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-kmnts73d7a00d3dfull.pdf> diakses tgl 23 November 2024
- European Union Agency for Fundamental Rights, 2014, Violence against children: A comparative perspective in the European Union. <https://fra.europa.eu> diakses tgl 23 November 2024
- UNICEF Indonesia, 2016, *Cyberbullying* in Indonesia: Prevalence and impact. <https://www.unicef.org/indonesia> diakses tgl 23 November 2024