

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi yang semakin pesat menuntut manusia menggunakan sistem digital sehingga tidak dapat terlepas dari perangkat yang serba elektronik. Hal ini dapat mempengaruhi gaya hidup manusia hingga menjadi suatu kebutuhan besar.

Studi dari Digital Civi Index (DGI) tahun 2020, tentang tingkat kesopanan warganet se Asia Tenggara, memperlihatkan bahwa tingkat kesopanan warganet singapura menempati urutan pertama di Asia Tenggara dengan skor 59 dan secara global menempati tingkat ke 4. Kemudian Malaysia 63 poin, diikuti oleh Filipina 66 poin, Thailand 69 poin kemudian Vietnam 72 poin. Sedangkan Indonesia menempati urutan ke 7 Asia Tenggara, dan memiliki kenaikan 8 poin dari skor sebelumnya yaitu naik dari 76 poin menjadi 84 poin, dengan arti bahwa tingkat kesopanan warganet di Indonesia semakin memburuk dari tahun sebelumnya yaitu 2019.

Teknologi memiliki dampak negatif dan positif dalam kehidupan. Dampak positif memberikan kemudahan dan cepat dalam melakukan kegiatan. Disisi lain terdapat dampak negatif dari teknologi yakni, perundungan siber yang sering terjadi pada remaja (Rahayu, 2013).

Remaja menurut Erickson (Meilan, 2018) ialah masa peralihan antara masa anak dan masa dewasa antara usia 13 sampai 21 tahun. Tugas perkembangan remaja menurut Erickson (Santrock, 2010) ialah *identity versus*

identity confusion) dimana pada saat ini individu dihadapkan pada pertanyaan siapa remaja dan remaja itu sebenarnya apa, dan kemana remaja menuju dalam hidupnya. Remaja harus menjalankan tugas-tugas perkembangan pada usianya dengan baik. Jika remaja gagal menjalankan tugas-tugas perkembangannya akan membawa akibat negatif dalam kehidupan sosial fase-fase berikutnya, menyebabkan ketidakbahagiaan pada remaja yang bersangkutan, menimbulkan penolakan masyarakat. Hal tersebut menyebabkan terjadinya fiksasi/terhentinya perkembangan normal pada tahap perkembangan tertentu karena perkembangan selanjutnya sangat sukar (Alwisol, 2014). Remaja mampu melewati masa peralihan ini dengan baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami kenakalan remaja mulai dari kenakalan ringan hingga kriminal, termasuk di dalamnya kenakalan-kenakalan berbentuk perundungan siber (Malihah, 2018).

Perundungan siber ialah perilaku agresi yang ditujukan untuk individu atau kelompok dengan menggunakan teknologi komunikasi elektronik seperti internet (Lee, 2015). Salah satu tantangan yang harus dihadapi remaja ketika menggunakan internet ialah rentannya menjadi pelaku atau korban perundungan siber (Sartana, 2017). Shultz (Aini, 2019) mengungkapkan bahwa peningkatan perilaku mengakses media sosial berisiko terhadap terjadinya perundungan siber, kondisi ini sangat berbahaya bagi generasi muda yang masih labil psikologisnya. Patchin (Ningrum, 2020) menjelaskan perundungan siber adalah suatu tindakan menyakiti orang lain secara berulang kali menggunakan informasi dan teknologi komunikasi, seperti mengirim pesan pelecehan melalui teks atau internet,

mengirim komentar meremehkan di jejaring sosial, mengirim gambar yang memalukan, mengancam atau mengintimidasi seseorang melalui elektronik.

Survei Penetrasi Internet dan Perilaku Pengguna Internet di Indonesia 2019 hingga 2020 yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan, 49% pengguna internet menjadi korban perundungan dalam bentuk diejek atau dilecehkan di media sosial. Adapun pengguna internet yang tidak pernah dirundung sebesar 47,2%. Respons pengguna internet terhadap aksi perundungan bervariasi. Sebanyak 31,6% pihak korban perundungan siber membiarkan dan membalas sebesar 7,9%. Selain itu ada korban yang menghapus ejekan tersebut sebanyak 5,2% dan yang melaporkan tindakan tersebut kepada pihak yang berwajib hanya 3,6%. Survei APJII yang bekerja sama dengan *Polling Indonesia* memiliki responden berjumlah 7000 orang dari seluruh Indonesia dengan *margin of error* 1,27%. Aplikasi dengan persentase terbanyak yang digunakan untuk melakukan perundungan siber ialah *whatapps*.

Beberapa penelitian lima tahun terakhir yang telah dilakukan di Indonesia membuktikan bahwa perundungan siber terjadi dimana saja dan pelakunya maupun korban terjadi adalah remaja. Beberapa penelitian yang dilakukan adalah penelitian Riyayanatasya (2020) pada siswa SMP di kota Yogyakarta dan siswa SMP X di kota Pekalongan (Syadza, 2017). Nurhadiyanto (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa perundungan terjadi pada siswa SMA di wilayah Jakarta Selatan. Indriyani (2019) juga mengungkapkan terjadinya perundungan siber di SMA Al-Azhar 3.

Penelitian Rahayu (2013) memperlihatkan 49% siswa menjawab untuk iseng saja, 36% melakukan karena rasa jengkel dan benci terhadap teman, 7% menyatakan karena ingin membalas dendam. Hal ini sesuai dengan fakta di lapangan bahwa banyak perundung siber memberikan keterangan bahwa yang dilakukan hanya melindungi diri.

Berikut hasil wawancara di lapangan dengan 3 remaja yang sebagai pelaku. Wawancara dilakukan selama dua hari pada tanggal 1 dan 2 September 2020. Wawancara dengan remaja berjenis kelamin laki-laki berusia 13 tahun, wawancara pada tanggal 15 Oktober 2020 bertempat sekolah, berikut adalah hasil dari wawancara;

“Ya mba... aku tu pikir yo mba neg ana pesan dari grup WA itu sedang ngomongin aku yang jelek-jelek jadi yo... aku pikir apapun pesan dari grup whatapps itu ancaman nggo aku mbak. Karena aku tau kalau di kelas ora seneng karo aku mbak dengan jelekin dia di grup jadi ora ana sing percaya mbak.”

Selanjutnya wawancara ke dua dan ke tiga dengan remaja berjenis kelamin perempuan bertempat di sekolah pada tanggal 2 September 2020, berikut hasil wawancara dengan perundung berusia 13 tahun;

“Aku pernah mbuka WA terus dengerin rekaman suara dan isine tu kata-kata kotor tapi itu ndak tau buat siapa. Karena pesannya di grup kan berarti buat aku juga to mba. Jadi aku merasa grup WA itu rawan buat aku. Aku merasa tidak di terima digrup karena banyak ejekan. Jadi aku yo gampang emosi kalau di grup”

Adapun perundung siber yang ke tiga berjenis kelamin perempuan dengan usia 14 tahun menyatakan,

“Grup WA itu membahayakan.. semuanya pesannya mba pasti berhubungan sama aku, karena di grup ada teman

yang nggak suka sama aku. Apalagi kalau liat status orang yang nyindir gawe jengkel.”

Kesimpulan dari hasil wawancara yang telah dilakukan adanya perundungan siber di kalangan remaja. Hal ini telah dibuktikan hasil *screenshot* dari chat di grup. Perundung siber menyatakan bahwa hal yang dilakukan karena segala pesan dari *whatapps* berupa ancaman sehingga melakukan tindakan perundungan siber. Distorsi kognitif awalnya didefinisikan oleh Beck (1967) sebagai hasil dari pengolahan informasi dengan cara yang diduga mengakibatkan kesalahan diidentifikasi dalam berpikir. Pikiran perundung siber meyakinkan perundung siber tentang sesuatu yang tidak benar, pikiran ini tidak akurat biasanya digunakan untuk memperkuat berfikir negatif atau emosi.

Beck (Davison, 2004) juga menyatakan bahwa seseorang yang salah dalam memaknai sesuatu menimbulkan perilaku destruktif. Jenis distorsi kognitif dalam permasalahan ini ialah *labeling*. Bentuk dari *labelling* yakni perundung siber berpikir segala pesan dari *whatapps* berupa ancaman sehingga melakukan perundungan siber. Beck (1995) menjelaskan jenis pelabelan yang artinya seseorang memberikan suatu label atau cap tanpa mencari tahu lebih banyak tentang itu. Hal ini harus segera di tindaklanjuti karena perundungan siber memiliki pengaruh negatif terhadap kesehatan mental individu (Bottino, 2015).

Didukung oleh hasil *screening* awal menggunakan adaptasi CATQ (Runion, 2016) yang telah diterjemahkan oleh ahli bahasa Indonesia. *Screening* awal dilakukan pada 36 remaja berjenis kelamin perempuan dan laki-laki. Hasil skrining menunjukkan skor kategori sedang 12 remaja dan skor kategori tinggi 3 remaja dengan simtom-simtom sebagai berikut, membalas dendam, menyerang,

mengancam, bekerja sama dengan teman-teman untuk menjatuhkan seseorang melalui media sosial, mengunggah teks dan pesan *online* menyakitkan, mengolok-olok, orang-orang dalam media sosial untuk mendapatkan apa yang saya inginkan, mengganggu berulang kali karena pikir itu lucu, merencanakan balas dendam, sering bereaksi agresif tanpa memikirkan konsekuensinya, bercanda melalui media sosial tidak khawatir seseorang terganggu.

Sartana (2017) menjelaskan bahwa terjadinya mispersepsi dari pelaku sehingga mengakibatkan perselisihan. Senada dengan Beck (Davison, 2004) yang menyatakan bahwa seseorang yang salah dalam memaknai sesuatu menimbulkan perilaku destruktif. Hal ini harus segera ditindaklanjuti karena perundungan siber memiliki pengaruh negatif terhadap kesehatan mental individu (Bottino, 2015).

Dampak negatif dari pelaku perundungan siber, diantaranya yaitu adanya kecemasan, depresi, cenderung memiliki kepribadian antisosial, dan juga memiliki risiko tinggi putus sekolah, serta pada masa dewasa nanti perundung lebih banyak memiliki masalah dengan pekerjaannya dan juga sulit mempertahankan hubungan romantis dalam jangka panjang dengan pasangannya (Faizah, 2017). Senada dengan Suryanto (2001) menjelaskan dampak dari perundungan siber ialah perundung mengalami anti sosial dan tindakan agresi.

Jika tidak dilakukan terapi dengan tepat dan cepat akan melahirkan perundung siber yang baru (Willard, 2007). Hal tersebut didukung oleh penelitian Sari (2018) yang menyatakan bahwa keseluruhan pelaku perundungan merupakan korban dari perundungan dengan tujuan melindungi diri, serta untuk

mendapatkan rasa aman dari lingkungannya dan balas dendam tersebut berupa peniruan dari perilaku yang diterimanya. Oleh karena itu perlu dilakukannya intervensi untuk menurunkan perundungan siber.

Adapun faktor-faktor perundungan siber yaitu persepsi dengan alasan pelaku dendam, iseng atau bercanda dengan temannya, serta adanya rasa kecewa atau sakit hati dari pelaku (Susanti, 2019). Dewi (2020) menjelaskan faktor-faktor perundungan siber diantaranya faktor individu, keluarga, pola asuh, teman, sekolah, rasa empati yang rendah, dan memiliki pengalaman menjadi korban perundungan, frekuensi penggunaan media sosial yang tinggi karena banyaknya waktu luang.

Dalam situasi pandemik remaja memiliki banyak waktu luang karena adanya kebijakan dari KEMENDIKBUD (2020) yang dituangkan dalam surat edaran Nomor 15 Tahun 2020 tentang pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)/*daring* karena pandemic COVID 19. Pandemi Covid-19 merupakan kedaruratan kesehatan masyarakat yang telah memberikan tekanan dan dampak yang besar pada dunia, termasuk Indonesia (Haruna, 2021). Akibatnya harus menyesuaikan kondisi dimana segala aktivitas dilakukan di rumah dan intensitas penggunaan ponsel. Hal ini menimbulkan perasaan jenuh bagi remaja. Remaja berupaya melakukan hal-hal yang membuat dirinya tidak bosan, seperti berkomunikasi dengan teman-temannya melalui jejaring sosial *whatapps*, dan lainnya. Selain itu, kurang adanya pengawasan dari guru pada siswa dan siswi. Disisi lain orang tua sibuk bekerja dan tidak adanya pendampingan/pengawasan kepada remaja

selama belajar di rumah, sehingga remaja merasa bebas melakukan hal apapun tanpa memikirkan konsekuensinya.

Ada beberapa intervensi psikososial yang telah diteliti yang terbukti efektif dapat menurunkan perundungan siber, diantaranya seperti penelitian yang dilakukan oleh Boduch (2020) mengenai terapi penerimaan dan komitmen. Calvete (2021) juga melakukan penelitian intervensi afirmasi diri dan teori kepribadian untuk menurunkan perundungan siber. Selain itu, penelitian yang dilakukan Asiyah (2021) yaitu pelatihan empati menurunkan perundungan siber. Ghani (2020) melakukan psikoedukasi dengan media *webscience* untuk menurunkan perundungan siber. Berdasarkan permasalahan di lapangan menunjukkan bahwa adanya kesalahan dalam berpikir sehingga perundung siber membutuhkan pembenahan dalam kognitifnya. Oleh karena itu peneliti memberikan intervensi berupa terapi kognitif perilaku dengan tujuan penelitian menurunkan perilaku perundungan siber. Menurut Smokowski (2014), perundungan siber berhubungan dengan kesehatan mental seperti, depresi, dan kecemasan. Campbell (2012) menemukan adanya hubungan antara perundungan siber dengan kesehatan mental.

Mennuti (Gokkaya, 2018) menjelaskan terapi kognitif perilaku adalah intervensi singkat yang terbukti efektifitasnya dapat digunakan dalam penyembuhan banyak masalah untuk perilaku dan tekanan psikologis pada anak-anak dan remaja. Terapi kognitif perilaku dapat dilakukan melalui tatap muka maupun *online* dan terbukti efektif (Foody, 2015). Penelitian yang dilakukan Cekic (2019) menyatakan bahwa program pencegahan perundungan siber

berbasis perilaku kognitif telah mengurangi tingkat perundungan siber dan viktimisasi dunia maya di sekolah menengah. Terapi kognitif perilaku juga dapat dilakukan secara *online* seperti dalam penelitian Chillem (2020) telah melakukan penelitian berbasis *online* untuk korban perundungan siber. Hasil penelitian efektif dalam menanggapi perundungan siber dengan memperbaiki efek perundungan siber dengan keterampilan coping berupa mencari bantuan ahli.

Cekic (2019) menjelaskan metode terapi kognitif ialah melakukan restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang terkait perundungan siber. Dalam terapi kognitif perilaku memiliki berbagai teknik untuk menurunkan perundungan siber seperti restrukturisasi dengan mengidentifikasi kesalahan berpikir perundung siber, perundung siber diharapkan dapat mengetahui pola pikirnya. Kemudian dengan adanya teknik edukasi dengan pemberian informasi baru terjadi pembaharuan informasi mengenai perundungan siber sehingga diharapkan memunculkan *insight*. Perundung siber diajarkan dengan teknik coping berupa memikirkan dampak negatif perundungan siber agar dapat berperilaku adaptif. Setelah diberikan terapi kognitif perilaku diharapkan perundung siber mengubah pola pikir menjadi lebih rasional, dapat mengelola emosi dan berperilaku adaptif seperti berkomentar dengan baik dan tidak membagikan foto tanpa izin.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi kognitif perilaku terhadap penurunan tingkat perundungan siber pada remaja di masa pandemik.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat memperkaya bukti empirik terapi kognitif perilaku sebagai alternatif penanganan masalah perundungan siber pada siswa.

2. Manfaat praktis

Bagi subjek penelitian yaitu perundung siber, intervensi dapat diterapkan guna untuk menurunkan perilaku perundungan siber dengan mengubah pola pikir menjadi rasional sehingga diharapkan membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti berbeda dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya berikut pemaparannya:

1. Boduch (2020) dengan judul *an evaluation of a brief mindfulness and values training on cyberbullying behavior in college students*. Metode yang digunakan dalam penelitian yakni *mindfulness* yang berfokus pada kesadaran dan *acceptance commitment therapy (ACT)*. Sasaran dalam penelitian ini ialah mahasiswa/mahasiswi berjumlah 6 orang. Pengukuran menggunakan kuisisioner yang digunakan ialah CATQ dan MAAS. Hasil penelitian efektif mengurangi perundungan siber melalui peningkatan kesadaran, kasih sayang, dan perilaku yang diarahkan pada tujuan.

Persamaan penelitian Boduch (2020) dengan penelitian ini adalah pada variabel tergantung, yaitu perundungan siber. Perbedaannya dengan penelitian ini ialah pada yang pertama jenis intervensi, dimana penelitian Boduch (2020) menggunakan terapi *mindfulness* dan terapi penerimaan komitmen sedangkan peneliti menggunakan terapi kognitif perilaku. Kedua subjek penelitian ini adalah remaja usia berkisar 13 tahun sampai 18 tahun, pada penelitian Boduch (2020) subjek penelitian pada mahasiswi atau mahasiswa. Alat pengukuran pada penelitian Boduch (2020) menggunakan 2 alat ukur CATQ dan MAAS sedangkan pada penelitian ini menggunakan skala perundungan siber yang akan di uji coba.

2. Calvete (2021) melakukan penelitian yang berjudul *effects of a brief preventive intervention in cyberbullying and grooming in adolescents*. Penelitian ini menyelidiki efek dari intervensi singkat untuk remaja mengenai dua masalah *online* yang relevan, yaitu perundungan dan pelecehan secara *online*. Metode intervensi yang digunakan afirmasi diri dan teori kepribadian. Alat ukur yang digunakan ialah *cyberbullying quisioner* (CBQ). Sasaran pada penelitian ini ialah remaja. Hasil penelitian efektif mengurangi timbal balik antara ajakan seksual dan interaksi seksual dengan orang dewasa, serta antara viktimisasi dan perbuatan perundungan siber.

Persamaan penelitian Calvete (2021) dengan penelitian ini adalah pada variabel tergantung, yaitu perundungan siber dan subjek penelitian yakni remaja. Perbedaannya dengan penelitian ini ialah pada (1) jenis

intervensi, dimana penelitian Calvete (2021) menggunakan 2 intervensi yakni afirmasi diri dan teori kepribadian sedangkan peneliti menggunakan terapi kognitif perilaku. (2) jenis penelitian pada penelitian Calvete (2021) ialah psikososial sedangkan pada penelitian ini ialah kuasi eksperimen. (3) Alat pengukuran pada penelitian Calvete (2021) menggunakan CBQ sedangkan pada penelitian ini menggunakan skala perundungan siber yang akan di uji coba. (4) penelitian Calvete (2021) memiliki 2 kasus yakni perundungan siber dan pelecehan seksual. (5) subjek dalam penelitian Calvete (2021) pelaku dan calon korban pelecehan, dan pada penelitian ini hanya pelaku.

3. Penelitian Asiyah (2021) dengan judul *training effectiveness of empathy in lowering cyberbullying behavior*. Pelatihan empati merupakan kegiatan pembelajaran untuk menumbuhkan sikap peduli seseorang dalam memahami perasaan, pikiran dan cara pandang korban perilaku perundungan siber. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan RCBI. Hasil penelitian adanya pengaruh pelatihan empati terhadap penurunan perilaku perundungan siber pada remaja.

Persamaan penelitian Asiyah (2021) dengan penelitian ini adalah pada variabel tergantung, yaitu perundungan siber dan subjek penelitian yakni remaja. Perbedaannya dengan penelitian ini ialah pada jenis intervensi, dimana penelitian Asiyah (2021) menggunakan pelatihan empati sedangkan penelitian ini menggunakan terapi kognitif perilaku. Jenis penelitian Asiyah (2021) adalah *true* eksperimen dengan desain

pretest-posttest control group design sedangkan penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen *pretest and post test only control group*. Selain itu penelitian Asiyah (2021) memiliki subjek yang digunakan berjumlah 30 yang terbagi 2 kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sedangkan penelitian ini hanya 12 remaja yang terbagi menjadi 2 kelompok eksperimen dan kontrol.

4. Ghani (2020) melakukan penelitian berjudul *webscience as an online psychoeducation media to reduce cyberbullying attitudes for students at Makassar State University*. *Webscience* merupakan media yang efisien sehingga memudahkan untuk mengetahui informasi tentang perundungan siber baik siswa maupun guru, sehingga efikasi diri guru dapat meningkat untuk melindungi siswa dari efek perundungan siber setelah menerima psikoedukasi dan siswa dapat belajar mengenai penggunaan internet dengan baik. Sasaran penelitian mahasiswa/mahasiswi UNM. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner survei terkait sikap remaja terkait perundungan siber. Hasil penelitian *webscience* efektif dalam meningkatkan pengetahuan mata pelajaran terkait perilaku perundungan siber, mengurangi kecenderungan berperilaku dalam perundungan siber dan meningkatkan perlindungan diri dari perundungan siber.

Persamaan penelitian Ghani (2020) dengan penelitian ini adalah pada variabel tergantung, yaitu perundungan siber. Perbedaannya dengan penelitian ini ialah pada jenis intervensi, dimana penelitian Ghani (2020)