

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Kemajuan teknologi informasi mengubah cara individu berkomunikasi dan berinteraksi sosial. Media sosial seperti Instagram, TikTok, WhatsApp, dan X (Twitter) kini menjadi ruang utama ekspresi diri dan pembentukan identitas sosial (Tambunan, 2024). Berdasarkan laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) (2025), pengguna internet di Indonesia mencapai 229 juta jiwa, dengan 80,66% aktif di media sosial. Tingginya penggunaan internet dan media sosial menunjukkan bahwa ruang digital telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sosial individu. Namun, meningkatnya interaksi di ruang digital juga dapat memunculkan berbagai permasalahan, salah satunya adalah *Cyberbullying*.

*Cyberbullying* merupakan bentuk perundungan yang dilakukan dengan menggunakan teknologi digital untuk menyakiti, mempermalukan, mengganggu, atau merugikan individu lain. Willard (2007) mendefinisikan *Cyberbullying* sebagai tindakan mengirimkan atau mengunggah materi yang bersifat kejam, merugikan, atau menyakiti melalui internet maupun media digital lainnya yang ditujukan kepada individu lain. Dalam konteks media sosial, *Cyberbullying* dapat dilakukan melalui pesan, komentar, unggahan, maupun penyebaran informasi yang bertujuan menyakiti atau merugikan individu yang menjadi sasaran. Dengan demikian, perkembangan media sosial tidak hanya memberikan ruang bagi individu untuk membangun hubungan sosial, tetapi juga dapat menjadi ruang terjadinya perundungan secara daring. Kementerian Komunikasi Digital (2025) mencatat 48%

remaja indonesia pernah menjadi korban *Cyberbullying*, menurut *United National Children's Fund* (UNICEF) (2020), dampak yang muncul dari *Cyberbullying* bisa berlangsung lama bahkan bisa mempengaruhi seseorang baik secara mental, emosional dan juga fisik.

Hal ini juga di perkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bastiaenssens, Vandebosch, dan Poels (2015) terhadap 250 remaja di Belgia yang menunjukkan bahwa sebagian besar korban *Cyberbullying* mengalami penurunan harga diri, stres emosional, dan penarikan diri dari media sosial, meskipun sebagian mampu pulih secara emosional melalui adaptasi dan hubungan sosial positif daring. Studi yang dilakukan oleh Aftab dan Iqbal (2026) terhadap 384 remaja di Pakistan menemukan bahwa lebih dari 55% remaja pernah mengalami *Cyberbullying*, namun hanya sekitar 48% yang memiliki tingkat digital resilience yang tinggi. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa meskipun banyak individu mengalami *Cyberbullying*, kemampuan mereka dalam menghadapi dan pulih dari pengalaman negatif di lingkungan digital tidaklah sama. Perbedaan tersebut menunjukkan pentingnya kemampuan individu untuk tetap mampu beradaptasi, mengelola tekanan, serta bangkit dari pengalaman negatif di media sosial. Kemampuan tersebut dalam literatur dikenal sebagai *Online Resilience*.

*Online Resilience* adalah kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri secara tepat terhadap berbagai kondisi lingkungan yang dipengaruhi oleh banyak faktor, sehingga individu tersebut menjadi lebih mampu dalam memilih dan menanggapi berbagai pengalaman saat berinteraksi dengan teknologi digital (Hendriani, 2018). Aspek-aspek *Online Resilience* menurut Pan dkk. (2025), yakni

*Coping strategies, bouncing back / Recovery, dan growth.* Sedangkan menurut Vandoninck, dkk (2013), aspek-aspek *Online Resilience* yakni *Self-regulation, Problem-solving, Positive reappraisal, Social connectedness, Help-seeking.*

Berdasarkan berbagai penelitian terdahulu, tingkat *Online Resilience* pada korban *Cyberbullying* umumnya berada pada kategori sedang hingga rendah. Penelitian Mubaroq, Huda, dan Weliangan (2024) terhadap 100 remaja pengguna media sosial di Indonesia menunjukkan bahwa sebagian besar korban berada pada tingkat resiliensi sedang. Temuan serupa dikemukakan oleh Lin, Liu, dan Wang (2022), yang melaporkan bahwa 57% korban memiliki tingkat resiliensi sedang, 29% rendah, dan hanya 14% tinggi. Sementara itu, Stegmair (2024) menemukan bahwa 56% mahasiswa korban *Cyberbullying* memiliki tingkat resiliensi sedang dan 27% berada pada kategori rendah. Hasil penelitian Patchin dan Hinduja (2022) juga menunjukkan bahwa korban dengan dukungan sosial rendah memiliki skor resiliensi yang lebih rendah dibandingkan mereka yang memperoleh dukungan sosial tinggi. Secara keseluruhan, temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa ketahanan daring korban *Cyberbullying* masih tergolong sedang hingga rendah, sehingga diperlukan upaya penguatan faktor sosial dan psikologis untuk membantu mereka beradaptasi secara lebih efektif di dunia digital.

Masalah utama yang menjadi landasan penelitian ini adalah bahwa berdasarkan berbagai temuan empiris, tingkat *Online Resilience* pada korban *Cyberbullying* mayoritas berada pada kategori sedang hingga rendah, mengindikasikan bahwa kemampuan adaptasi dan pemulihan psikologis mereka di

lingkungan digital masih belum optimal sehingga diperlukan faktor penguat sosial dan psikologis yang efektif.

Survei dilakukan oleh peneliti tanggal 2-6 Mei 2026 terhadap 20 pengguna media sosial yang berusia 12-24 tahun melalui *Google Formulir*, dengan 18 partisipan pernah menjadi korban *Cyberbullying* yang dimana 10 partisipan (55,56%) mengalami *Flaming*, 4 partisipan (22,22%) mengalami *Harassment*, 2 partisipan (11,11%) mengalami *denigration*, 1 partisipan (5,56%) mengalami *Trickery*, dan 1 partisipan (5,56%) mengalami *Cyberstalking*. Berdasarkan teori *Online Resilience* menurut Pan, dkk. (2025) yang memiliki tiga aspek yakni *Coping Strategies*, *bouncing back/Recovery*, dan *Growth*. Aspek *bouncing back/Recovery* merupakan aspek dengan capaian terendah dibandingkan aspek *Coping Strategies* dan *growth*, dengan rata-rata persentase sebesar 58,75%. Rendahnya aspek ini terlihat dari 11 responden (55%) yang masih sering memikirkan pengalaman *Cyberbullying* yang dialaminya dan 10 responden (50%) yang mengalami kesulitan mengendalikan emosi setelah kejadian tersebut. Sementara itu, aspek *growth* menunjukkan capaian tertinggi dengan rata-rata persentase sebesar 88,75%, ditandai 18 partisipan (90%) yang menyatakan memperoleh pembelajaran dari pengalaman *Cyberbullying* dan menjadi lebih berhati-hati dalam menggunakan media sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun korban mampu mengambil makna positif dari pengalaman yang dialami, sebagian masih mengalami kesulitan dalam proses pemulihan setelah mengalami *Cyberbullying*, sehingga diperlukan faktor pendukung yang dapat membantu meningkatkan *Online Resilience*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hasnah dan Latifah (2021), *Online Resilience* dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni faktor internal, faktor eksternal dan faktor lingkungan. Faktor internal mencakup regulasi emosi dan karakteristik individu. Sementara itu faktor eksternal mencakup konteks sosial dan digital seperti penggunaan media sosial, lingkungan, sekolah, serta paparan risiko daring yang mempengaruhi proses adaptasi individu.

Di antara berbagai faktor eksternal yang memengaruhi *Online Resilience*, dukungan sosial dari teman sebaya menjadi salah satu faktor yang memiliki peran penting, terutama bagi individu yang mengalami *Cyberbullying*. Pada konteks interaksi digital, dukungan tersebut tidak hanya diperoleh melalui hubungan secara langsung, tetapi juga melalui komunikasi dan interaksi yang berlangsung di berbagai platform media sosial maupun komunitas daring. Bentuk dukungan yang diberikan oleh teman sebaya melalui media digital dikenal sebagai *Online Peer Support*, yang diyakini dapat membantu individu menghadapi tekanan, mengurangi dampak psikologis akibat *Cyberbullying*, serta meningkatkan kemampuan untuk pulih dan beradaptasi di lingkungan digital.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan sebaya daring atau *Online Peer Support* berperan penting dalam meningkatkan *Online Resilience* pada korban *Cyberbullying*. Bastiaensens dkk. (2015) dan Johnson (2020) menemukan bahwa interaksi suportif di forum daring membantu korban merasa diterima, berdaya, dan mampu mengontrol emosi. Penelitian Mubaroq, Huda, dan Weliangan (2024) juga menunjukkan bahwa remaja korban *Cyberbullying* dengan dukungan sosial tinggi memiliki tingkat resiliensi yang lebih baik. Temuan serupa

dikemukakan oleh Wuryanningsih, Kurniyawan, dan Aisyah (2019) yang menyatakan bahwa dukungan emosional teman sebaya berperan sebagai faktor protektif terhadap dampak psikologis negatif di dunia maya. Selain itu, Calvete dkk. (2022) menegaskan bahwa interaksi positif dan dukungan sosial daring dapat memperkuat ketahanan psikologis individu. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa *Online Peer Support* merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan individu untuk beradaptasi, mengatasi tekanan, dan pulih dari pengalaman negatif di lingkungan digital.

Menurut Fortuna, Naslund, dkk. (2020) *peer support* merupakan dukungan yang diberikan oleh individu yang memiliki pengalaman hidup serupa (*similar lived experiences*). Dukungan tersebut dapat diberikan secara langsung maupun melalui media digital yang memungkinkan individu dengan pengalaman yang sama untuk saling berinteraksi dan berbagi dukungan. Sejalan dengan pendapat tersebut, Strand dkk. (2020) menjelaskan bahwa *Online Peer Support* merupakan bentuk dukungan yang terjadi melalui komunitas atau kelompok daring yang memungkinkan individu dengan pengalaman serupa untuk saling berbagi pengalaman, informasi, dan dukungan emosional. Selanjutnya, Yeo dkk. (2023) mengemukakan bahwa *Online Peer Support* merupakan dukungan yang diberikan melalui platform digital yang memungkinkan individu saling berbagi pengalaman, memberikan dorongan emosional, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui interaksi dengan sesama pengguna yang memiliki pengalaman serupa. Gerritzen dkk. (2024) juga menjelaskan bahwa *Online Peer Support* merupakan bentuk dukungan yang berlangsung dalam komunitas online dan memungkinkan individu memperoleh

informasi, berbagi pengalaman, serta mendapatkan dukungan dari orang lain yang menghadapi kondisi atau pengalaman yang sama. Sementara itu, Nick dkk. (2018) menjelaskan bahwa online social support merupakan bentuk dukungan sosial yang diberikan melalui media online yang mencakup emotional/esteem support, social companionship, informational support, dan instrumental support. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, *Online Peer Support* dalam penelitian ini dipahami sebagai bentuk dukungan yang diberikan oleh teman sebaya melalui media digital dalam bentuk dukungan emosi, informasi, kebersamaan sosial, dan bantuan praktis untuk membantu individu menghadapi permasalahan di dunia maya

Menurut Sarafino (1998), aspek dukungan sosial teman sebaya terdiri atas *emotional support, esteem support, tangible or instrumental support, informational support*, dan *network support*. Seiring berkembangnya interaksi sosial di lingkungan digital, konsep dukungan sosial tersebut diadaptasi ke dalam konteks online oleh Nick dkk. (2018) melalui *Online Social Support Scale (OSSS)* yang terdiri atas *emotional/esteem support, social companionship, informational support*, dan *instrumental support*. Dalam penelitian ini, aspek *Online Peer Support* mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Nick dkk. (2018), yaitu emotional/esteem support, social companionship, informational support, dan instrumental support.

*Online Peer Support* berperan sebagai salah satu sumber daya sosial yang penting dalam membantu individu menghadapi berbagai tekanan di lingkungan digital. Dukungan yang diberikan oleh teman sebaya melalui media online memungkinkan individu untuk memperoleh empati, validasi, serta rasa dipahami,

yang pada akhirnya dapat mengurangi tekanan emosional yang dirasakan. Naslund, dkk. (2020) menjelaskan bahwa interaksi dalam komunitas *online* memberikan ruang bagi individu untuk berbagi pengalaman dan memperoleh dukungan emosional secara timbal balik, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis. Selain itu, Marien, Vandebosch, Pabian, dan Poels (2021) menjelaskan bahwa dukungan informasional yang diperoleh melalui *peer-to-peer support* memungkinkan remaja memperoleh informasi, saran, dan pengalaman dari teman sebaya sehingga membantu meningkatkan keyakinan mereka dalam menghadapi situasi yang menimbulkan stres (*coping self-efficacy*).

Sejalan dengan hal itu, *Online Peer Support* juga berkontribusi dalam membangun rasa keterhubungan sosial yang menjadi faktor penting dalam meningkatkan ketahanan individu di lingkungan digital (*Online Resilience*). Individu yang merasa terhubung dengan orang lain cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam beradaptasi dan menghadapi tekanan. Studi oleh Oh, dkk. (2018) menunjukkan bahwa dukungan sosial dalam komunitas *online* berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis dan kemampuan adaptasi individu. Selain itu, penelitian oleh Zhao, dkk. (2022) menemukan bahwa dukungan sosial yang diperoleh secara *online* dapat meningkatkan resiliensi melalui peningkatan regulasi emosi dan coping individu. Dengan demikian, *Online Peer Support* berperan dalam memperkuat *Online Resilience* melalui mekanisme dukungan emosional, informasional, serta keterhubungan sosial yang diperoleh individu di lingkungan digital.

Beberapa penelitian empiris juga menegaskan adanya hubungan positif antara *Online Peer Support* dan *Online Resilience*. Pang dkk. (2021) menemukan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya di media sosial meningkatkan *Online Resilience* remaja, yang pada akhirnya menurunkan dampak negatif dari *Cyberbullying*. Demikian pula, Yu dkk. (2022) menunjukkan bahwa *peer support* berperan sebagai *buffer* terhadap stres emosional akibat kekerasan daring, dengan meningkatkan kemampuan kognitif korban dalam mengelola emosi dan mencari solusi adaptif. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *Online Peer Support* berperan penting dalam meningkatkan *Online Resilience* pada korban *Cyberbullying*. Dukungan yang diberikan oleh teman sebaya secara online, baik dalam bentuk emosional, informasional, maupun keterhubungan sosial, membantu korban dalam mengurangi tekanan psikologis, seperti stress dan kecemasan, serta meningkatkan kemampuan coping dan regulasi emosi. Selain itu, adanya rasa dipahami dan di terima oleh sesama individu di lingkungan digital juga mendorong korban untuk lebih mampu beradaptasi dan bangkit dari pengalaman negatif yang di alami.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah yang dapat peneliti rumuskan adalah apakah ada hubungan antara *Online Peer Support* dengan *Online Resilience* pada korban *Cyberbullying* di media social.

## **B. Tujuan dan Manfaat**

### **1. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui hubungan antara *Online Peer Support* dengan *Online Resilience* pada korban *Cyberbullying* di media sosial

## **2. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan menjadi penambahan pengetahuan dan informasi dalam bidang ilmu Psikologi Sosial, Psikologi Klinis dan Psikologi Perkembangan tentang Hubungan *Online Peer Support* dengan *Online Resilience* pada Korban *Cyberbullying* di Media Sosial serta menjadi referensi bagi penelitian lebih lanjut dengan topik yang sama.

### **b. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi korban *Cyberbullying* dalam memahami pentingnya dukungan teman sebaya dalam menghadapi pengalaman negatif di lingkungan digital. Bagi teman sebaya dan pengguna media sosial, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran untuk memberikan dukungan serta menciptakan lingkungan digital yang aman dan saling mendukung. Bagi keluarga, pendidik, dan konselor, penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dalam memberikan pendampingan yang sesuai kepada korban *Cyberbullying*. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengembangkan kajian mengenai *Online Peer Support*, *Online Resilience*, dan faktor lain yang berkaitan dengan pengalaman *Cyberbullying*.