

Hubungan Mekanisme Koping Dengan Konsep Diri Pada Remaja Korban Cyberbullying

Baby Bianca Angeline Hutabarat¹, Jesika Pasaribu^{2*}

¹Prodi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus, angelinebianca48@yahoo.com, 081295793004

²Prodi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus, pasariboe.jesika@gmail.com, 081348150168

Abstract

Cyberbullying is a negative impact of using social media. The negative impacts of cyberbullying on victims include experiencing symptoms of depression, anxiety, psychosomatic problems, decreased performance at school, decreased self-esteem and even self-destruction. Adaptive coping mechanisms are crucial to prevent worse impacts of cyberbullying. This research was aimed to determine the relationship between coping mechanisms and self-concept in adolescent victims of cyberbullying. The research method was a correlative descriptive research design with the crosstab chi-square test. The sampling technique used purposive sampling and total 116 students with inclusion criteria: teenagers who had been victims of cyberbullying. Univariate analysis results: the majority of respondents were female (69.0%), adaptive coping mechanisms (60.3%), experienced heavy cyberbullying victimization (52.6%) and high self-concept (73.3%). The results of bivariate analysis using the chi-square test showed no significant relationship between coping mechanisms and self-concept in adolescent victims of cyberbullying (p-value 0.112). Research recommendation: adolescents maintain adaptive coping, get social support and improve nurses and teachers in preventive and promotive activities regarding cyberbullying.

Keywords: Cyberbullying, coping mechanisms, self-concept, adolescents

Abstrak

Cyberbullying merupakan dampak negatif dari penggunaan media sosial. Dampak negatif cyberbullying pada korban antara lain mengalami gejala depresi, kecemasan, masalah psikosomatis, penurunan prestasi di sekolah, penurunan harga diri hingga merusak diri. Diperlukan kemampuan mekanisme koping yang adaptif agar korban tidak mengalami dampak yang lebih buruk. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan konsep diri pada remaja korban cyberbullying. Metode penelitian menggunakan desain penelitian deskriptif korelatif dengan uji crosstab chi-square. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling sebanyak 116 siswa dengan kriteria inklusi: remaja yang pernah menjadi korban cyberbullying. Hasil analisis univariat: mayoritas responden perempuan (69,0%), mekanisme koping adaptif (60,3%), mengalami cyberbullying victimization berat (52,6%) dan konsep diri tinggi (73,3%). Hasil analisis bivariat dengan uji chi-square tidak terdapat hubungan yang bermakna antara mekanisme koping dengan konsep diri pada remaja korban cyberbullying (p-value 0,112). Rekomendasi penelitian: remaja tetap dapat memelihara koping adaptif, mendapatkan dukungan sosial dan peningkatan perawat dan guru dalam kegiatan preventif dan promotif mengenai cyberbullying.

Kata Kunci : Cyberbullying, mekanisme koping, konsep diri, remaja

PENDAHULUAN

Alamat Korespondensi Penulis:

Jesika Pasaribu

Email : pasariboe.jesika@gmail.com

Alamat: Jl. Salemba Raya No.41 Jakarta Pusat 10440

Media sosial sudah menjadi hal yang lumrah dalam kehidupan sehari-hari, termasuk di kalangan remaja. Media sosial sebagai saluran berbasis internet yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi dan menampilkan diri secara selektif dan memperoleh penilaian dari konten buatan

pengguna dan persepsi interaksi dengan orang lain (1). Media sosial memberikan dampak positif dan dampak negatif, dampak negatif yakni *cyberbullying* (2).

Cyberbullying adalah tindakan kekerasan atau kejahatan seseorang yang dilakukan melalui peralatan digital atau media informasi (3). Bentuk *Cyberbullying* antara lain: *catfishing*: memikat seseorang ke dalam hubungan emosional/romantis jangka panjang melalui identitas *online* dan jejaring sosial palsu; melakukan kecurangan; mengirimkan pesan/foto yang menghina, mempermalukan, atau mengancam; *flaming*: peniruan identitas online yang agresif dan bermusuhan; pelecehan; memata-matai dan mengakses komputer secara jarak jauh agresi relasional (menyebarkan rumor, akun palsu, menghapus korban dari daftar teman, menulis komentar/ancaman kejam); *sexting*: mengirimkan gambar yang memalukan secara seksual; *shock trolling*: pesan dirancang untuk membuat marah, frustrasi, atau mengganggu; dan menguntit orang secara *online* dan mengancam akan melakukan kekerasan(4).

Pelaku menyakiti korban dengan mengirimkan pesan dengan tujuan menimbulkan penderitaan psikologis mencakup pesan yang menghina, menyerang, mempermalukan, mengecualikan, menyebarkan rumor, atau membahayakan hubungan (5) Dengan kata lain, *Cyberbullying* merupakan sebuah kejahatan yang terjadi di media social.

Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dari tahun dari 2011 sampai 2019 terdapat 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Angka *bullying* dan *cyberbullying* mencapai 2.473 laporan dan cenderung meningkat, akibat tidak bijak menggunakan media sosial (6).

Cyberbullying memiliki dampak psikologis pada korban seperti merasa menyendiri, gejala

depresi, kecemasan dalam jangka waktu panjang, masalah psikosomatis, penurunan prestasi disekolah dan jika tidak diatasi dalam waktu cepat berpotensi menimbulkan perilaku mencederai diri (*self harm*) dan perilaku bunuh diri (7) (8) (9). Korban *cyberbullying* merasa marah, sedih, frustrasi, dan cemas karena pelaku menggunakan cara-cara yang menyakitkan hati, yaitu dengan mengirimkan pesan ancaman, mempermalukan dan merendahkan korban (10) *Cyberbullying* berdampak pada kesejahteraan korban mengakibatkan gangguan depresi, kecemasan sosial, dan rendah harga diri korban(11).

Hal ini membutuhkan mekanisme koping remaja dalam membantu mengatasi masalah akibat *cyberbullying*. Koping merupakan cara yang dilakukan individu untuk mengelola atau menyelesaikan masalah yang ada dan individu dapat mempertahankan emosional dalam dirinya (12). Mekanisme koping sangat diperlukan bagi seseorang yang menerima tindakan *cyberbullying*, jika seseorang menerima tindakan *cyberbullying* dan memiliki mekanisme koping yang baik korban dapat menghadapi masalah yang datang dengan efektif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan mekanisme koping dengan konsep diri pada remaja korban *cyberbullying*. Diharapkan hasil penelitian dapat bermanfaat untuk tindakan preventif dan promotif remaja yang mengalami *cyberbullying*.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan metode deskriptif korelatif. Penelitian dilaksanakan di SMP/SMK X Jakarta Timur tahun 2022. Penetapan sampel menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria inklusi sbb: remaja yang pernah menjadi korban *cyberbullying*. Kriteria eksklusi :

remaja yang menjadi korban *cyberbullying* namun tidak bersedia menjadi responden. Sampel yang memenuhi kriteria adalah sebanyak 116 orang.

Responden mengisi kuesioner *Cyberbullying Victimization Experience* (CBVE) terdiri dari 17 item untuk menentukan apakah remaja tersebut mengalami *Cyberbullying* (*Cyberbullying Victim*). Kuesioner *Brief-Cope* untuk mengukur mekanisme koping (28 item) yang menggambarkan bagaimana seseorang dalam menghadapi masalahnya dengan menggunakan mekanisme koping berupa *active coping*, *positive reframing*, *planning*, *acceptance*, *seeking informational support*, dan *seeking emotional support*. Kuesioner *Rosenberg Self-Esteem Scale* untuk mengukur konsep diri (10 item) untuk mengetahui bagaimana seseorang menilai dirinya. Uji statistik penelitian yakni crosstab chi-square. Penelitian telah lulus uji etik dengan No.091/KEPPKSTIKSC/XI/2021.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh bahwa 52,6% remaja mengalami *cyberbulling* tingkat berat, 60,3 % remaja menggunakan mekanisme koping adaptif, 73,3% memiliki konsep diri baik (tabel 1).

Tabel 1 Demografi Remaja Korban Cyberbullying (n=116)

Variabel	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	80	69,0
Laki-laki	36	31,0
Cyberbullying Victimization		
Berat	61	52,6
Ringan	55	47,4
Mekanisme koping		
Maladaptif	46	39,7
Adaptif	70	60,3
Konsep diri		
Tinggi	85	73,3
Rendah	31	26,7
Total	116	100

Tabel 2 Hubungan Mekanisme Koping dengan Konsep Diri Remaja Korban Cyberbullying

Mekanisme koping	Konsep diri				Total		p-value
	Tinggi		Rendah		n	%	
	n	%	n	%			
Maladaptif	30	25	16	13,8	46	39,7	0.112
Adaptif	55	47,4	15	12,9	70	60,3	
	85	73,3	31	26,7	116	100	

Hasil analisis bivariat, diketahui bahwa responden dengan mekanisme koping maladaptif adaptif dengan konsep diri tinggi sebanyak 55 orang (47,4%) dan konsep diri rendah 15 orang (12,9%), sedang mekanisme koping maladaptif dengan konsep diri tinggi sebanyak 30 orang (25,9%) dan rendah 16 orang (13,8%). Hasil uji *chi square* didapatkan pValue sebesar 0,112 (pValue > 0,05). Hal ini berarti tidak ada hubungan yang signifikan mekanisme koping dengan konsep diri remaja korban *cyberbullying* di SMP/SMK X.

Hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas remaja menjadi korban *cyberbullying* tingkat berat. Temuan ini menjadi gambaran bahwa remaja banyak yang menjadi korban *cyberbullying*. Namun walau demikian, responden memiliki konsep diri tinggi dan kemampuan mekanisme koping adaptif. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya, yakni harga diri remaja baik pelaku dan korban *cyberbullying* dikaitkan dengan konsep diri yang rendah yang signifikan (13). Harga diri berkaitan dengan bagaimana seseorang memandang dan memandang dirinya sendiri. Kurangnya harga diri dapat berkontribusi terhadap viktimisasi dan tindakan *cyberbullying*, sehingga menjadi dampak dan penyebab masalah tersebut. Hal ini menjadi temuan menarik karena seorang korban *cyberbullying* dapat menjadi pelaku, dan pelaku dapat menjadi korban dan perempuan dinyatakan lebih banyak menjadi pelaku-korban (14).

Siswa pelaku *cyberbullying* cenderung mempunyai masalah dengan perilaku, hubungan dengan teman sebaya, dan emosinya siswa yang bukan pelaku atau korban *cyberbullying* dan pelaku perempuan mempunyai ekspresi yang lebih besar terhadap ansietas dan depresi (14). Hal ini menjadi menarik, bahwa remaja yang memiliki harga diri yang rendah akan berisiko menjadi pelaku dan korban *cyberbullying*. *Self esteem* yang baik pada remaja terlebih pada korban *cyberbullying* dapat membuat dirinya positif dan tidak menjauhi lingkungan. Konsep diri dapat terbentuk dengan baik jika remaja dapat menerima dirinya sendiri secara positif dan dapat menghadapi masalah yang datang yang bertujuan untuk menurunkan pandangan terhadap dirinya sendiri.

Konsep diri atau kepercayaan diri dapat meningkat jika adanya dukungan sosial dari sekeliling lingkungan remaja, remaja juga dapat meningkatkan kepercayaan diri dengan cara melakukan aktivitas yang positif seperti mengembangkan kemampuan dalam dirinya. sebaliknya remaja dapat dengan bijak menggunakan internet dan media sosial untuk mengakses informasi untuk memberikan informasi dan mendidik diri sendiri, mengembangkan dan memelihara hubungan yang mendukung, dan mengembangkan rasa memiliki dan harga diri melalui tetap terhubung dengan teman-teman dan terlibat dalam komunitas yang beragam (15). Edukasi tentang *cyberbullying* berfokus pada solusi dan ringkas yang diberikan kepada remaja sangat bermanfaat dan membantu untuk mengurangi dampak yang dirasakan pada remaja korban *cyberbullying* dan perilaku *cyberbullying* (16).

Harga diri yang positif diharapkan dapat diperoleh jika korban atau seseorang dapat menyelesaikan

masalah dan orang tersebut memiliki pencapaian dan prestasi yang dapat meningkatkan kemampuan pada dirinya. Mekanisme koping remaja korban *cyberbullying* antara lain menyangkal (*denial*) dimana remaja mengabaikan tindakan *cyberbullying* yang dialami, *displacement* dimana remaja yang tidak dapat mengontrol emosi atau pernah menjadi korban *cyberbullying* cenderung mengarah menjadi pelaku *cyberbullying* yang mengirim komentar kasar kepada seseorang yang bertujuan untuk meluapkan rasa marahnya (17). Mekanisme koping ini sangat mempengaruhi bagaimana siswa bertindak dalam menghadapi masalahnya.

Mekanisme koping yang adaptif merupakan kemampuan seseorang yang mengalami masalah atau dihadapkan oleh masalah dan dapat menyelesaikan masalah secara efektif (12). Korban *cyberbullying* dapat menggunakan mekanisme koping yang baik atau bisa menghadapi masalah yang datang dengan cara memblokir pelaku *cyberbullying*, mencari dukungan secara umum seperti teman curhat, dan mengabaikan tindakan *cyberbullying* (18). Penggunaan mekanisme koping dengan baik dapat membantu remaja menghadapi masalah yang datang.

Perlu ada upaya dalam pencegahan *cyberbullying* dengan menciptakan komunitas seperti komunitas anti-*cyberbullying*, menyediakan sarana konseling untuk korban *cyberbullying* dan keluarga perlu memberikan dukungan bagi remaja dimana orang tua harus bisa menjadi tempat yang aman bagi dimana remaja dapat menceritakan masalah apapun (9). Selain itu perlu adanya kerja sama perawat dan guru untuk mencegah dan mengurangi kejadian *cyberbullying* pada siswa.

Perawat mempunyai peran untuk memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif dari aspek biologis, psikologis, sosiologis, dan spiritual. Salah satu peran perawat komunitas dalam aspek kesehatan jiwa adalah perawat sekolah yang memberikan asuhan keperawatan sekolah secara komprehensif untuk meningkatkan kesehatan siswa baik fisik dan psikis. Peran perawat sebagai pendidik untuk meningkatkan pengetahuan tentang *cyberbullying* pada siswa dan meningkatkan kewaspadaan siswa terhadap kejadian bullying. Sebagai advokat, perawat dapat berkolaborasi dengan guru mengenai kebijakan di sekolah mengenai *cyberbullying*. Dan, perawat berperan sebagai fasilitator bersama guru untuk membimbing dan mengawasi kegiatan yang dilakukan untuk mencegah dan mengurangi dampak *cyberbullying* (16).

Dukungan sosial sangat berperan penting dalam membangun pribadi yang positif, pribadi yang positif akan membawa kita untuk tetap dapat melakukan aktivitas dengan baik dan tidak ada gangguan yang dapat menghambat kegiatan atau aktivitas yang dilakukan sehari-hari.

Remaja korban *cyberbullying* yang memiliki mekanisme koping yang adaptif dan menggunakan mekanisme koping seperti mencari dukungan sosial melalui teman sebaya, orang tua dan guru sangat membantu membentuk mekanisme koping yang positif dan membentuk persepsi diri yang positif (19). Remaja yang menggunakan mekanisme koping mencari dukungan sosial dapat mempengaruhi konsep diri remaja tersebut, dengan mencari dukungan sosial seperti teman sebaya membuat remaja memiliki banyak aktivitas atau kegiatan yang positif, seperti aktif dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Kegiatan positif tersebut membuat remaja

memiliki pemikiran yang positif dan membuat dirinya maju.

SIMPULAN DAN SARAN

Tidak terdapat hubungan mekanisme koping dengan konsep diri pada remaja korban *cyberbullying* dengan nilai hasil uji *Chi square* p value 0,112. Hasil penelitian ini menyarankan agar keluarga, teman dan sekolah tetap dapat menjadi lingkungan yang melindungi korban *cyberbullying*. Peningkatan peran perawat dalam menurunkan *cyberbullying* dapat dilakukan dengan berkolaborasi dengan guru dalam promosi dan edukasi kegiatan anti- *cyberbullying* Remaja dapat mengikuti kegiatan yang lebih bermakna dan pihak sekolah dapat menyediakan edukasi yang tepat dalam mencegah dan mengatasi *cyberbullying*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Young E, McCain J, Mercado MC, Ballesteros M., Moore S, Licitis L, et al. Frequent Social Media Use and Experiences with Bullying Victimization , Persistent Feelings of Sadness or Hopelessness , and Suicide Risk Among High School Students — Youth Risk Behavior Survey , United States , 2023 Data Source. 2024;1:1–14.
2. Utami YC. Cyberbullying di Kalangan Remaja (studi tentang cyberbullying di kalangan remaja di Surabaya). Univ Airlangga. 2014;1–10.
3. Shin SY, Choi YJ. Comparison of cyberbullying before and after the covid-19 pandemic in korea. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(19).
4. Salem AAMS, Al-Huwailah AH, Abdelsattar M, Al-Hamdan NAH, Derar E, Alazmi S, et al. Empathic Skills Training As a Means of Reducing Cyberbullying among Adolescents: An Empirical Evaluation. Int J Environ Res Public Health. 2023;20(3):1846.
5. Eden J, Roberto AJ. The role of verbal aggression in cyberbullying perpetration and victimization by middle school students. Futur

- Internet. 2021;13(9).
6. KPAI. Vol. 2507, Kpai.go.id. 2020. p. 1–9 UPDATE DATA INFOGRAFIS KPAI – PER 31-08-2020. Available from: <https://www.kpai.go.id/publikasi/infografis/updat-e-data-infografis-kpai-per-31-08-2020>
 7. La A, Johnson R. Negative Effects of Cyberbullying and Social Media Use. 2017; Available from: <https://0-search-proquest-com.divit.library.itu.edu.tr/pqdtglobal/docview/1925336206/4CE4C5E380F64945PQ/3?accountid=11638%0Ahttps://search.proquest.com/openview/21d2a0fd4e63f07e68356bf59bbc64df/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
 8. Yosep I. Nursing Intervention for Preventing Cyberbullying and Reducing Its Negative Impact on Students: A Scoping Review. 2023;(January):261–74.
 9. Pyżalski J, Plichta P, Szuster A, Barlińska J. Cyberbullying Characteristics and Prevention—What Can We Learn from Narratives Provided by Adolescents and Their Teachers? *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(18).
 10. Özer N, Şad SN. Cyberbullying, Cybervictimization, and School Burnout Among High School Students. *Milli Egit*. 2021;50(229):393–417.
 11. Kwan I, Dickson K, Richardson M, MacDowall W, Burchett H, Stansfield C, et al. Cyberbullying and Children and Young People's Mental Health: A Systematic Map of Systematic Reviews. *Cyberpsychology, Behav Soc Netw*. 2020;23(2):72–82.
 12. Stuart G., Keliat B, Pasaribu J. Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart. edisi kedua. Singapore: Elsevier; 2023. 2023 p.
 13. Hua TK, Hwa NSH, Chong ST. Cyberbullying victimization and cyberbullying perpetration with self-esteem as the moderator. *Int J Recent Technol Eng*. 2019;8(2 Special Issue 10):88–92.
 14. Rice E, Petering R, Rhoades H, Winetrobe H, Goldbach J, Plant A, et al. Cyberbullying perpetration and victimization among middle-school students. *Am J Public Health*. 2015;105(3):e66–72.
 15. Li J, Wu Y, Hesketh T. Internet use and cyberbullying: Impacts on psychosocial and psychosomatic wellbeing among Chinese adolescents. *Comput Human Behav [Internet]*. 2023;138(February 2022):107461. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107461>
 16. Yosep I, Hikmat R. School-Based Nursing Interventions for Preventing Bullying and Reducing Its Incidence on Students: A Scoping Review. 2023.
 17. Ngo AT, Tran AQ, Tran BX, Nguyen LH, Hoang MT, Nguyen THT, et al. Cyberbullying Among School Adolescents in an Urban Setting of a Developing Country: Experience, Coping Strategies, and Mediating Effects of Different Support on Psychological Well-Being. *Front Psychol*. 2021;12(April).
 18. Sittichai R, Smith PK. Bullying and cyberbullying in Thailand: Coping strategies and relation to age, gender, religion and victim status. *J New Approaches Educ Res*. 2018;7(1):24–30.
 19. Kardiatus T. Body Shaming Dengan Harga Diri Dan Mekanisme Koping Remaja. *J Keperawatan dan Kesehat*. 2021;12(1):13–2