

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bullying atau perundungan umumnya diartikan sebagai perilaku negatif yang dilakukan secara berulang dari waktu ke waktu, oleh satu orang atau lebih kepada korbannya. Perilaku negatif tersebut dilakukan dengan cara menyakiti fisik maupun mental sang korban (Amanda *et al.*, 2020). *Bullying* dapat terjadi karena adanya kesenjangan kekuasaan di dalam suatu hubungan sosial. Pada banyak kasus, hubungan sosial dengan kesenjangan kekuasaan akan berakhir dengan perilaku kekerasan dimana individu dengan kekuasaan yang lebih tinggi akan secara berulang kali melakukan kekerasan baik fisik maupun mental kepada korban yang kekuasaannya lebih rendah (Kaliampos *et al.*, 2022). *Bullying* merupakan perilaku kompleks yang bersifat multifaktor atau dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut meliputi faktor individu atau faktor yang berasal dari dalam diri, faktor keluarga yang berkaitan dengan latar belakang keluarga, faktor sekolah, faktor teman sebaya dan faktor media massa (Haru, 2023).

Berdasarkan jenisnya, *bullying* dibagi menjadi enam jenis yaitu, *bullying* kontak fisik langsung, *bullying* kontak verbal langsung, *bullying* nonverbal langsung, *bullying* nonverbal tidak langsung, *bullying* daring (*cyberbullying*) dan Pelecehan seksual. Terdapat tiga aktor yang terlibat di dalam kasus *bullying* (Esteban *et al.*, 2020), yaitu pelaku atau *perpetrators* (11-21%), korban atau *victim* (8.5-28%), dan pengamat atau *bystander* (51%). Dalam *cyberbullying*, peran pelaku (*Perpetrators*), korban (*Victim*), dan pengamat (*Bystander*) bukanlah sesuatu yang tetap, peran tersebut bisa berubah-ubah tergantung dari situasi dan perspektif.

Keterhubungan antara dunia nyata dan dunia maya membuat situasi menjadi rumit dan berkesinambungan, sehingga seseorang sering sulit membedakan siapa yang benar-benar menjadi pelaku atau korban (Moretti *et al.*, 2021).

Cyberbullying merupakan salah satu bentuk dari *bullying* yang melibatkan teknologi dalam mengganggu korbannya. Seiring berjalannya waktu, teknologi informasi dan komunikasi semakin berkembang pesat. Di era digital ini, media sosial merupakan alat komunikasi yang umum. Melalui media sosial masyarakat dapat bersosialisasi secara *online* dengan cakupan yang luas. Dengan media sosial masyarakat dapat berkomunikasi melalui *voice call* atau *video call* menggunakan aplikasi Whatsapp, Google Meet, dan Zoom. Melalui media sosial seperti Instagram, Facebook, atau Twitter masyarakat juga dapat mengekspresikan hal apapun yang ingin mereka tunjukkan (Irfan *et al.*, 2025). Namun, perkembangan teknologi serta penggunaan sosial media juga mempunyai dampak negatif. Penggunaan media sosial dapat mengurangi intensitas individu dalam bergaul dengan orang-orang di sekitarnya, hal ini dapat mengurangi kepedulian individu pada sekitarnya akibat kurangnya interaksi dengan sekitar dan jauh lebih senang berinteraksi di sosial media. Selain itu media sosial juga dapat menjadi wadah perilaku *bullying* atau yang biasa dikenal sebagai *Cyberbullying* (Ayub *et al.*, 2022)

Melalui internet dan media sosial, pelaku dari *cyberbullying* akan mencoba menyerang korban dengan berbagai macam cara seperti mengirimkan pesan-pesan jahat atau bahkan dengan mengirimkan dan menyebarkan gambar-gambar yang mengganggu dan meresahkan yang akan membuat korban merasa terganggu atau bahkan merasa malu. Segala bentuk *bullying*, baik yang dilakukan secara langsung ataupun *bullying* yang dilakukan secara daring, keduanya sama-sama akan

memberikan dampak negatif kepada korban maupun pelaku. Dibandingkan dengan *bullying* yang dilakukan secara langsung, *Cyberbullying* mungkin akan menciptakan masalah yang jauh lebih serius, karena *cyberbullying* dapat terjadi secara terus menerus dalam 24 jam atau bahkan lebih, dengan potensi dilihat oleh lebih banyak orang secara luas melalui internet (Desi *et al.*, 2025).

Pada tahun 2020, UNESCO melaporkan bahwa 30% dari pelajar di dunia menjadi korban dari *bullying* (UNESCO, 2020). Berdasarkan data yang dilampirkan oleh UNICEF, setidaknya 11-70 remaja yang berusia 13-15 tahun di dunia mengalami *bullying* setidaknya sekali dalam beberapa bulan terakhir (UNICEF, 2025). UNESCO juga melaporkan bahwa 1 dari 3 anak dengan usia 11-18 tahun di eropa, 6 dari 10 anak dengan usia 13-17 tahun di Amerika Serikat, dan 1 dari 3 siswa sekolah dasar dan menengah di Afrika Selatan pernah mengalami *cyberbullying* (UNESCO, 2021).

Di Indonesia, tercatat 41% dari pelajar dengan usia 15 tahun mengalami *bullying* setidaknya beberapa kali dalam satu bulan. Berdasarkan pemungutan suara yang dilakukan UNICEF, dari 2.777 remaja Indonesia dengan jangka usia 14-24 tahun, ditemukan 45% remaja pernah mengalami *cyberbullying* dengan persentase laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan (UNICEF, 2020). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat lebih dari 500 keluhan mengenai kejadian kekerasan pada anak yang mencakup berbagai bentuk *bullying*. Persentase tertinggi berada di provinsi DKI Jakarta sebanyak 72,7%, diikuti oleh provinsi Surabaya yaitu 67,2% (A. N. Amin *et al.*, 2024). Menurut penelitian (Efianingrum *et al.*, 2021), didapatkan bahwa kasus *cyberbullying* di Jakarta masuk kedalam kategori tertinggi dengan skor 82,15%. Berdasarkan data dari SIMFONI-PPA

Jakarta Selatan menjadi wilayah dengan angka kekerasan pada anak yang cukup tinggi dari lima wilayah administratif Jakarta. Kekerasan dalam hal ini juga mencakup perilaku *bullying* atau perundungan pada anak. Data juga menunjukkan adanya peningkatan kasus kekerasan pada anak di Jakarta Selatan secara signifikan (Cynthia *et al.*, 2025).

Berdasarkan data dari Statista (Petrosyan, 2025) jumlah pengguna internet di dunia mencapai 5.56 Miliar, artinya 67.9% dari total populasi manusia di dunia merupakan pengguna internet. Dari 5.56 Miliar pengguna internet, 5.24 Miliar di antaranya merupakan pengguna aktif media sosial. Menurut data survei yang dilakukan di Indonesia (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), 2025) dilaporkan bahwa di tahun 2025 dari total 284.438.900 jiwa penduduk Indonesia, 229.428.417 jiwa merupakan pengguna internet. Tingginya angka pengguna internet di Indonesia juga tentunya akan meningkatkan resiko penyalahgunaan internet termasuk dengan menjadikan internet sebagai wadah dalam melakukan *cyberbullying*.

Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) pada tahun 2023 mencatat kasus *bullying* yang terjadi di kalangan pelajar Indonesia. Sebanyak 50% di antaranya terjadi pada kelompok siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), yang berada pada fase perkembangan remaja awal. Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Terdapat beberapa fase remaja, salah satunya adalah fase remaja awal. Pada fase ini remaja berada di rentang usia 12 sampai 15 tahun, pada fase ini biasanya remaja sedang menempuh pendidikan menengah pertama (SMP) (Isroani *et al.*, 2023). Pada masa ini remaja sedang mengalami banyak perubahan dari perubahan secara biologi, sosial, emosional sampai kognitif.

Perubahan-perubahan tersebut menimbulkan berbagai macam emosi, dari yang positif sampai negatif seperti timbulnya rasa kurang percaya diri, emosi tidak stabil, suka berimajinasi dan rasa ingin selalu menemukan pikiran baru. Oleh karena itu, remaja banyak menggunakan media sosial untuk mengakses dunia yang lebih luas (Filibiana *et al.*, 2023). Perubahan-perubahan yang dialami juga menjadi alasan remaja jauh lebih rentan secara psikologis dan dapat mengalami trauma, sakit ataupun menderita secara psikis yang akan menimbulkan gejala-gejala seperti kecemasan dan stres (Desi *et al.*, 2025).

Cyberbullying serta *bullying* sudah menjadi masalah sosial yang memengaruhi bagian penting dalam bermasyarakat. Pada beberapa kasus, korban *bullying* biasanya juga mendapatkan tekanan melalui media sosial. Dalam pandangan pelaku menyerang korban secara daring dianggap lebih sederhana dan lebih cepat. *Cyberbullying* menjadi salah satu bentuk *bullying* yang paling sering digunakan oleh pelaku karena di satu sisi media sosial dianggap ruang utama dalam bersosialisasi sehingga semua remaja pasti mempunyai ponsel dan internet, di sisi lain teknologi memungkinkan pelaku untuk tidak bertemu secara langsung dengan korban sehingga pelaku tidak secara langsung melihat dampak yang ditimbulkan (Vidal *et al.*, 2022).

Terdapat berbagai macam dampak yang ditimbulkan dari perilaku *bullying*. Bagi korban (*victim*), dampak secara fisik dapat terlihat seperti adanya luka, memar dan bengkak di bagian tubuh korban. Dampak yang tidak kasat mata juga dapat ditimbulkan, yaitu dampak pada psikis korban seperti harga diri rendah dan depresi. Perilaku *bullying* dapat memberikan dampak bagi pelaku (*perpetrators*), seperti menjadi individu yang tidak berempati, menormalisasikan *bullying*, hingga dapat

berpotensi untuk melakukan tindakan kriminal kedepannya (Haru, 2023). Tinjauan *Meta-Analytic* telah mendokumentasikan adanya korelasi dari berbagai variabel psikologis seperti kecemasan dan depresi dengan perilaku pelaku *cyberbullying*. Oleh karena itu, salah satu metode yang berpotensi dapat mengurangi perilaku *cyberbullying* adalah dengan memahami lebih dalam mengenai variabel tersebut agar potensi terjadinya perilaku *cyberbullying* dapat diprediksi (Barlett, 2023). Perilaku *cyberbullying* punya dampak negatif yang sangat signifikan terhadap kondisi emosional korbannya. Korban akan merasakan perasaan-perasaan negatif seperti sedih, cemas, stres, marah, frustrasi, takut, keinginan untuk membalas dendam bahkan sampai keinginan untuk mengakhiri hidupnya sendiri (Siroj *et al.*, 2024).

Dalam penelitian yang dilakukan Anugrah (2025), dibuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku *cyberbullying* dengan kondisi kesehatan mental siswa. Ditemukan bahwa mayoritas siswa dengan pengalaman *cyberbullying* rendah memiliki kesehatan mental yang baik (73,2%), sementara siswa dengan pengalaman *cyberbullying* tinggi memiliki kesehatan mental yang kurang baik (1,3%). Dalam penelitian disebutkan bahwa siswa dengan pengalaman *cyberbullying* tinggi menjadi individu yang kurang dalam beradaptasi serta kurang mampu dalam mengelola stres (Hidayat *et al.*, 2025). Menurut penelitian Desi (2025), yang dilakukan dengan 151 responden dengan usia 13 sampai 18 tahun, ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *cyberbullying* dengan tingkat depresi, ansietas dan stres pada remaja. Dikatakan korban *bullying* biasanya akan mengalami gejala psikologi yang akan mempengaruhi kesehatan mental mereka secara negatif (Desi *et al.*, 2025).

Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Anugrah (2025) dan Desi (2025) fokus berada pada korban sebagai subjek utama. Penelitian-penelitian tersebut cenderung menempatkan kecemasan dan stres sebagai akibat dari tindakan *cyberbullying* yang dialami oleh individu. Namun, masih belum ada penelitian dalam memahami bagaimana kecemasan dan stres juga mungkin berhubungan dan menjadi dampak dari pengalaman *cyberbullying* bagi pelaku. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menelusuri hubungan antara perilaku *cyberbullying*, kecemasan, dan stres secara lebih mendalam, dengan menyoroti kemungkinan bahwa kecemasan dan stres tidak hanya dapat menjadi dampak bagi korban, tetapi juga dapat menjadi dampak bagi pelaku *cyberbullying*.

1.2 Rumusan Masalah

Fenomena *cyberbullying* yang terjadi di kalangan remaja sejalan dengan perkembangan teknologi dan maraknya penggunaan media sosial saat ini mulai menimbulkan kekhawatiran. Remaja yang mengalami *cyberbullying* baik sebagai pelaku, korban ataupun pengamat seringkali berkaitan dengan kondisi kesehatan psikologis mereka. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan guna mengetahui hubungan *cyberbullying* dengan tingkat kecemasan dan stres pada remaja. Maka dari itu, dapat dirumuskan “apakah ada hubungan antara perilaku *cyberbullying* dengan tingkat kecemasan dan stres pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui apakah ada hubungan perilaku *cyberbullying* dengan tingkat kecemasan dan stress pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Teridentifikasi gambaran perilaku *cyberbullying* pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan.
- 2) Teridentifikasi gambaran tingkat kecemasan pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan.
- 3) Teridentifikasi gambaran tingkat stres pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan.
- 4) Teridentifikasi hubungan perilaku *cyberbullying* terhadap korban dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan.
- 5) Teridentifikasi hubungan perilaku pelaku *cyberbullying* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan.
- 6) Teridentifikasi hubungan perilaku *cyberbullying* terhadap korban dengan tingkat stres pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan.
- 7) Teridentifikasi hubungan perilaku pelaku *cyberbullying* dengan tingkat stres pada remaja di SMPN X Jakarta Selatan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran responden (Remaja) tentang berbagai macam tindakan *cyberbullying*. Serta membantu mengetahui kondisi terkait tingkat kecemasan dan stres pada siswa pada siswa dengan pengalaman *cyberbullying* di SMPN X Jakarta Selatan.

1.4.2 Bagi Institusi

Institusi pendidikan yang berpartisipasi dalam penelitian ini dapat memanfaatkan temuan penelitian sebagai acuan dalam melakukan evaluasi dan pengembangan program-program pendidikan kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan perilaku *cyberbullying*. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat memberikan rekomendasi strategis bagi institusi dalam merancang program edukasi kesehatan yang lebih efektif dan berkelanjutan.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya dengan bahasan penelitian yang serupa. Penelitian ini juga dapat menjadi dasar yang dapat digunakan untuk studi di masa depan. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini dapat berkontribusi pada pengembangan teori yang lebih komprehensif terkait perilaku *cyberbullying* pada remaja.