

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Perkembangan teknologi dan komunikasi telah menjadi bagian terpenting dalam sejarah kehidupan manusia. Dalam perkembangannya, teknologi telah mendominasi stabilitas keseharian manusia, sebab piranti-piranti teknologi menggandrungi kebutuhan primer dan sekunder manusia. Oleh sebab itu, penggunaan piranti teknologi seperti *gadget*, *televisi*, *handphone* mengalami peningkatan. Penggunaan teknologi seperti *handphone* berlaku bagi seluruh pelbagai lapisan umur yakni anak-anak, remaja, dan orang dewasa. Selain mempermudah layanan komunikasi, kehadiran teknologi dianggap sebagai penunjang kehidupan yang dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari. Hal ini ditandai dengan banyaknya pengguna internet yang mengunggah video dan foto melalui *tiktok*, *youtube*, *Instagram*, *facebook* guna mencaplok *followers* yang bisa memberi keuntungan bagi pemilik akun.

Terlepas dari efisiensinya dalam menunjang kebutuhan dan mempermudah layanan komunikasi, kemajuan teknologi acap kali menimbulkan efek negatif terhadap keberlangsungan hidup manusia. Selain berpengaruh terhadap stabilitas kehidupan manusia, kemajuan teknologi dapat merubah karakter dasar manusia. Kemajuan teknologi membuat manusia tertarik untuk mengancam dan mengganggu kehidupan manusia lain. Revolusi industri 4.0 dengan lahirnya pelbagai macam teknologi membantu memudahkan interaksi sosial, namun kemudahan tersebut juga disalahgunakan untuk berbuat hal-hal negatif. Masalah tersebut di era sekarang lazim disebut *cyberbullying* karena mekanismenya terjadi di jagat digital.

Cyberbullying berdasarkan karakteristiknya berpengaruh terhadap semua orang seperti anak-anak, remaja, dan orang dewasa. Pelaku dalam melancarkan aksinya, melakukan pengintimidasian dan pelecehan terjadi secara berulang-ulang. Orientasinya adalah membuat korban merasa tertekan, depresi, cemas serta dengan orientasi sebagai kesenangan semata. Faktor-faktor yang melandasi *cyberbullying*

dapat ditandai dengan adanya pengaruh teman sebaya, pola asuh, lemahnya kontrol sosial, dan perilaku seseorang yang suka meniru.

Maraknya fenomena *cyberbullying* yang mewarnai jagat digital tentunya mempunyai dampak-dampak yang sangat krusial bagi korban. Dampak-dampak tersebut terbentuk dalam sikap korban yang cenderung mengalami masalah kesehatan mental, penurunan harga diri, gangguan emosional, gangguan interaksi sosial, pendidikan akademik yang terganggu, mengalami ketidakseimbangan (maladaptif), dan berdampak pada keluarga. Dampak-dampak ini merupakan akibat langsung dari *cyberbullying* karena mekanismenya terjadi secara terus menerus dan berulang-ulang.

Persoalan mekanisme kejahatan di jagat digital atau *cyberbullying* bukanlah tema baru untuk diperbincangkan, sebab sejak revolusi industri 4.0 mendominasi tatanan kehidupan manusia, kasus *cyberbullying* mulai menampilkan dirinya. Dalam rangka meminimalisir kasus *cyberbullying*, beberapa pihak telah berupaya menanganinya seperti orang tua, lembaga pendidikan, dan pemerintah. Namun, upaya tersebut tidak membuahkan hasil yang signifikan, sebab kasus *cyberbullying* terus bertambah seiring banyaknya pengguna internet. Jadi, dapat dikatakan bahwa kasus *cyberbullying* telah menjadi fenomena sosial di era digital ini belum bisa teratasi dengan efektif.

Dalam tulisan ini, penulis menawarkan persoalan *cyberbullying* dengan menggunakan pendekatan konseling *client-centered*. Konseling *client-centered* memandang akibat *cyberbullying* sebagai ketidaksesuaian konsepsi *self* antara diri ideal dan diri riil. Namun, Rogers meyakini bahwa secara alamiah, manusia memiliki kapasitas untuk membimbing, mengarahkan, dan mengendalikan dirinya. Manusia cenderung mengaktualisasikan dirinya manakala ia memikul banyak beban. Secara mendasar, manusia itu baik dan konstruktif serta dapat mencari solusi demi memecahkan masalah yang dihadapinya.

Berdasarkan sifat manusia yang unik, utuh, otonom, dan kooperatif tersebut, konseling *client-centered* melandaskan kegiatan konselingnya dengan kesanggupan konseli. Tugas konselor pada saat kegiatan konseling berlangsung adalah menciptakan iklim yang kondusif guna membantu konseli mengeksplorasi perasaan

dan pikirannya. Konselor perlu meningkatkan keterampilannya dengan sikap selaras dan penuh keaslian, penerimaan, serta meningkatkan kemampuan pemahaman yang empatik dan efektif.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling *client-centered* dapat membantu menangani masalah *cyberbullying*. Hal tersebut dapat dilihat dalam diri korban yang mengalami masalah kesehatan mental menjadi pribadi yang otonom dan percaya diri, kehilangan percaya diri menjadi mampu meningkatkan kesadaran diri, gangguan mental yang serius bisa mengekspresikan diri dengan baik, perilaku maladaptif berubah menjadi individu yang bisa mengontrol dan mengatur strategi baru, korban yang mengalami gangguan interaksi sosial bisa menjadi pribadi yang mampu membangun interaksi, dan lain sebagainya. Namun, keberhasilan konseling *client-centred* dalam menangani masalah *cyberbullying* tentu tidak terlepas dari dukungan orang-orang yang berada di sekitar kehidupan korban seperti keluarga, teman sebaya, sekolah, dan masyarakat.

5.2 Usul dan Saran

Mekanisme kejahatan di dunia maya atau yang lazim disebut *cyberbullying* merupakan fenomena yang kerap kali mewarnai stabilitas kehidupan manusia. Sejak kelahiran platform penyedia kolom komentar tersedia, pelaku melancarkan aksinya dengan tanpa sadar. Selain itu, kemudahan dalam mengakses informasi yang dipertontonkan secara terbuka dalam digital membuat seseorang terpengaruh untuk mengutarakan komentar yang berbau pelecehan, pengancaman, dan pengujaran kebencian. Akibatnya, korban yang menjadi objek pelecehan, pengancaman, dan pengujaran kebencian mengalami gangguan mental. Masifnya, pelaku tidak diketahui identitasnya sehingga ia secara membabi buta melancarkan aksinya sehingga korban mengalami ketidakseimbangan seperti cemas, sedih, takut dan malu.

Berhadapan dengan situasi demikian, penulis mencoba menyarankan beberapa hal berikut ini guna untuk menekan laju kasus *cyberbullying*:

5.2.1 Para Orang Tua Korban

Kasus *cyberbullying* rentan terjadi di kalangan muda atau remaja. Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Karena itu, masa ini diwarnai dengan gejolakan pada remaja, karena ia harus beradaptasi dengan lingkungan baru. Kasus *cyberbullying* yang menimpa kaum remaja memiliki dampak yang cukup ekstrim, sebab remaja memiliki kecenderungan mengurung diri dan menjauhkan diri dengan orang yang berada di sekitarnya. Dengan demikian, orang tua merupakan ruang sosialisasi pertama dan utama dalam mendidik kaum remaja. Orang tua memiliki peranan penting dalam membina, membimbing, mengontrol atau memantau dan mengarahkan anak ke jalan yang benar. Misalnya, membina anak-anak dengan membatasi waktu penggunaan *handphone* dan mendorong mereka untuk mencari kesibukan yang dapat menambah wawasan seperti membaca buku.

Selain membina dan membimbing anak, tugas orang tua juga memiliki peranan untuk memenuhi kebutuhan psikis anak. Hal tersebut disebabkan karena anak-anak membutuhkan belaian, perhatian dan kasih sayang. Kebebasan anak tidak boleh dikekang selama ia ingin mencari tahu banyak tentang hal-hal yang berada di luar dirinya. Selain itu, hubungan yang harmonis dan sejahtera dalam keluarga turut mempengaruhi perkembangan anak. Apabila hal demikian terjadi dalam keluarga, maka anak-anak akan mengalami pertumbuhan yang baik dan sehat.

5.2.2 Tenaga Pendidikan

Sekolah merupakan tempat kedua setelah keluarga dalam mendidik kaum remaja. Sekolah memiliki efisiensi dalam membina dan menambah wawasan peserta didik khususnya tentang moral dan etika. Tentu saja, dalam pelaksanaannya tidak terlepas dari keterampilan tenaga pendidikan (guru). Guru mesti memiliki keterampilan dalam membentuk karakter peserta didik agar mereka bertindak jujur, adil, konsisten dan menjaga etika dalam mengakses internet. Selain itu, guru perlu menanamkan nilai-nilai etika, mengajarkan etika sopan santun, serta menyisipkan pesan moral pada saat proses belajar sedang berlangsung.

5.2.3 Masyarakat

Masyarakat merupakan kumpulan individu yang berinteraksi dan menghayati kebudayaan yang sama. Kehidupan bermasyarakat memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap perkembangan seseorang. Dengan melibatkan diri dalam kehidupan bermasyarakat, seseorang akan menemukan jati dirinya, karena melalui orang lain, ia akan mengenal siapa dirinya. Selain berpengaruh signifikan dalam membantu perkembangan seseorang, lingkungan masyarakat juga acap kali menjerumuskan seseorang dalam perilaku yang tidak baik. Hal ini ditandai dengan gaya hidup seseorang yang suka meniru sikap, tindakan, kebiasaan yang ada dalam lingkungan masyarakat.

Dengan demikian, masyarakat memiliki peranan penting dalam menangani masalah *cyberbullying*. Lingkungan masyarakat dapat membantu dengan memberi edukasi terhadap sesama tentang bahaya *cyberbullying* dan cara-cara untuk mencegahnya, meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menghormati orang lain dalam dunia digital maupun dunia nyata, dan mengawasi kegiatan online anak-anak dan orang dewasa serta melaporkan mekanisme *cyberbullying* yang terjadi di jagat digital. Selain itu, mengadvokasi kebijakan pemerintah yang lebih ketat supaya mencegah *cyberbullying* dan melindungi korban dari kasus perundungan dunia maya.

5.2.4 Korban

Sebagai objek kasus *cyberbullying*, korban secara pribadi mesti mengambil tindakan demi melindungi dirinya sendiri seperti memblokir pelaku *cyberbullying*, mengubah pengaturan privasi, dan meningkatkan pengontrolan emosi. Selain itu, korban perlu melibatkan diri dengan mengikuti kegiatan-kegiatan yang positif guna mengurangi rasa cemas dan takut. Sedangkan, dalam mengontrol diri dari tawaran negatif dalam lingkungan, korban perlu mendekatkan diri dengan Tuhan. Misalnya, melibatkan diri dalam kegiatan OMK dan mengikuti kegiatan katekese bersama umat di KBG.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

Buku-Buku

- Budiharjo, Paulus. *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir*. Yogyakarta: Kanisius, 1997.
- Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California: Brooks/Cole Publishing, 1990.
- Duka, Agus Alfons. *Komunikasi Pastoral Era Digital, Memaklumkan Injil Di Jagat Tak Berhingga*. Maumere: Ledalero, 2017.
- Fuster, J. M. *Personal Counseling, An Integration of Carkhuff's Models*. Bombay: St. Paul Society, 1980.
- Gunarsa, Singgih D. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1992.
- Gunawan, Budi dan Barito Mulyo Ratmono, *Kuasa Siber, Sebuah Refleksi Kritis*. Jakarta: Rayyana Komunikasindo, 2022.
- Harari, Yuval Noah. *Homo Deus: Masa Depan Umat Manusia*. Jakarta: Pustaka Alvabet, 2018.
- Kirschenbaum, Howard. *On Becoming Carl Rogers*. New York: A Delta Book, 1980.
- Latipun, *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2001.
- Lestari, Sri. *Psikologi Keluarga*. Yogyakarta: Kencana, 2022.
-, Sri. *Psikologi Keluarga, Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. Yogyakarta: Kencana, 2012.
- Manu, Maximus. *Bimbingan dan Konseling*. Ende: Nusa Indah, 2018.
- Masdudi, *Bimbingan dan Konseling, Perspektif Sekolah*. Cirebon: Nutjati Press, 2015.
- May, Rollo *Seni Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- McLeod, John. *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*. Penerj. A. K. Anwar, Jakarta: Kencana, 2006.
- Nurodin, *Teori Psikologi Kepribadian, Sebuah Pandangan Tentang Hakikat Manusia*. Bandung: Refika Aditama, 2019.
- Nye, Robert D. *Three Psychologies Perspective From Freud, Skinner, and Rogers*. California: Brooks/Cole, 1981.

- Rogers, Carl Ransom. *Antara Engkau dan Aku*. Jakarta: Gramedia, 1987.
- Siswanto dan Mesach Krisetya, *Pastoral Konseling dan Kesehatan Mental*. Yogyakarta: CV Andi, 2023.
- Siswohardjono, Aryatmi. *Perspektif Bimbingan Konseling dan Penerapannya di Berbagai Institusi*. Semarang: Satya Wacana, 1991.
- Sudibyo, Agus. *Jagat Digital, Pembebasan dan Penguasaan*. Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia, 2019.
- Sukardi, Dewa Ketut. *Pengantar Teori Konseling (Suatu Uraian Ringkas)*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 1985.
- Sundah, Ariantje J.A. *Psikologi Konseling*. Malang: Seribu Bintang, 2018.
- Suriati, M, Mulkiyan, Makmur Jaya Nur, *Teori dan Teknik Bimbingan dan Konseling*. Sinjai Utara: CV. Latinulu, 2020.

Jurnal

- Aisyaroh, Noveri, Isna Hudaya, Ratna Supradewi. "Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja di Indonesia dan Faktor yang Mempengaruhi: Literature Review" *Journal Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, Vol 1, No. 1, Agustus, 2022.
- Aizenkot, Dana. "Cyberbullying in Whatsapp Classroom Groups Among Children and Adolescents: Exposure And Victimization" *Journal The Eurasia Proceedings Of Educational & Social Sciences*, Vol 10, September 2018.
- Akrim, A. dan Emilda Sulasmi. "Student Perception of Cyberbullying in Social Media", *Talent Development & Excellence*, Vol 12. No. 1 Juni 2020.
- Amrulloh, Wahyu Edy Amrulloh. "Penegakan Hukum Terhadap Kasus Ujaran Kebencian di Dunia Maya" *Journal of Social Science Research*, Vol. 4. No. 1, Februari 2024.
- Azzahra, Diza Rahma, Rizna Nur Septyanti, dan Wiwin Yuliani, "Pengaruh Clie-centered Therapy Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA", *Jurnal FOKUS*, Vol. 2. No.1, Januari 2019.
- Asalnaije, Elentria dkk. "Bentuk-Bentuk Cyberbullying di Indonesia" *Journal Of Social Science Research*, 4: 4, Juli 2024.
- Boleng, Theodora Kristina, Vinky Farera Pardede, Rinaldi Agusta Fahlevie. "Jurnal Hukum Perlindungan Saksi dan Korban "Menghadapi Tantangan Cyberbullying: Dampak dan Solusi", *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 8.No. 1, Maret 2024.

- Doeka, Fredrik Y. A. dan Saartje Banja. "A Study of Carl Rogers' Humanist Approach In Interfaith Counseling" *Journal Of Religious Studies*, Vol. 21. No. 3, Desember 2022.
- Dwipayana, Ni Luh Ayu Mondrisa dkk. "Cyberbullying di Media Sosial" *Bhirawa Law Journal*, Vol. 1. No. 2, November 2020.
- Einarsen, Stale. "Harassment and Bullying At Work: A Review Of The Scandinavian Approach", *Journal Aggression And Violent Behavior*, Vol. 5. No 4, April 2000.
- Furqon, Addis Al, Abdur Razzaq, Aprezo Pardodi Maba. "Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik Client Centered untuk Mengatasi Self-Efficacy (Studi Kasus Klien Anak Korban Broken Home)", *Journal Society Of Counseling*, Vol. 2. No. 2 , Agustus 2024.
- Harahap, Darwin. Teori Carl Rogers dalam Membentuk Pribadi dan Sosial Yang Sehat" *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* ", Vol 2. No. 2 Desember 2020.
- Harahap, Sri Hariati, Alfin Siregar, Ali Daud Hasibuan. Pengaruh Pendekatan Client Centered terhadap Konsep Diri Siswa di Sekolah SMP Islam Al Ulum Terpadu Medan", *Jurnal Integrasi Ilmu Sosial dan Politik*. Vol. 1. No. 4, November 2024.
- Hassan, Hanan Elzeblawy dkk. "Online Harassment and Cyberbullying Victimization and Its Emotional Impacts Among Female Nursing and Non-Nursing Students", *American Journal of Nursing Research*. Vol. 7. No. 2, Januari 2019.
- Iffat , Ihza Zahral. "Facebook dan Cyberbullying Sebagai Tantangan Remaja Terhadap Hak Asasi Manusi", *Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Hukum*. Vol. 2. No. 5, Oktober 2023.
- Irfan, Muhammad dkk, "Fenomena Cyber-Bullying Dalam Teknologi Media Baru(Instagram) Perspektif Ilmu Komunikasi", *Jurnal Public Relations-JPR*, 1:1 (UHAMKA: April 2020
- Kamalludin, Iqbal dan Barda Nawawi Arief, "Kebijakan Formulasi Hukum Pidana Tentang Penanggulangan Tindak Pidana Penyebaran Ujaran Kebencian (Hate Speech) di Dunia Maya" *Law Reform*, 15: 1 (Diponegoro: Maret 2019
- Karima, Naila, Hera Heru Sri Suryanti, Sri Hartini. "Upaya Mengatasi Penyalahgunaan Media Sosial Menggunakan Pendekatan Konseling *Client Centered* Pada Siswa SMA di Panti Asuhan Yatim Putri Aisyiyah II Surakarta Tahun 2020/2021", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol 8. No. 1, Mei 2022.
- Kowalski, Robin M. Dkk. "Bullying in The Digital Age: A Critical Review and Meta-Analysis of Cyberbullying Research Among Youth", *Psychological Bulletin*, Vol. 14. No. 4, Februari 2014.

- Kurniasih, Nuning dan Funny Mustikasari Elita. "Pencegahan *Cyberbullying* Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama" *Communnity Development Journal*, Vol. 5. No. 1, Februari 2024.
- Marsinun, Rahmiwati dan Dody Riswanto, "Perilaku *Cyberbullying* Remaja Di Media Sosial", *Jurnal Magister Psikologi UMA*, Vol. 12. No. 2, Desember 2020.
- Orozani, Chindy Maria dan Monica Ganadhi. "Cyberbullying dan Interaksi Sosial Pada Remaja Kelas XI Smadi Surabaya" *Adi Husada Nursing Journal*, Vol. 6. No. 1, Juni 2020.
- Pramuditia, Annia dan Muhammad Iqbal Tegar Saputra. "Persepsi Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Pada Informasi Yang Dibagikan Media Sosial Instagram @Socialconnect.Id" *Jurnal Penelitian Multidisiplin Terpadu*, Vol. 9. No. 1, Januari 2025.
- Prasetyo, Rizky Agung dkk, "Karakteristik Tindak Ujaran Kebencian Melalui Media Sosial" *Journal of Social Science Research*, Vol. 4. No. 4, Agustus 2024.
- Rachmayanti, Annissah dan Yuli Candrasari. "Perilaku *Cyberbullying* Di Instagram", *Jurnal Ilmu Komunikasi*, Vol. 5. No. 1, Januari 2022.
- Rakhmaniar, Almadina. "Pengaruh Media Sosial Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Remajakota Bandung". *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, Vol. 2. No. 1, Februari 2024.
- Rosada, Ulfa Danni. Model Pendekatan Konseling *Client-Centered* dan Penerapannya dalam Praktik", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 6. No. 1, November 2016.
- Shalmarona, Shalmarona dkk, "Cyberbullying In Youtube: The Role Of Psychological Loneliness Towards The Emotional Regulation" *Journal Advances In Social Science, Education And Humanities Research*, Vol. 570, Januari 2021.
- Surbaksi, Amanah dkk. A Study of Carl Rogers Humanistic Theory On Self-Confidence In Broken Home Children" *Jurnal Darma Agung*, Vol. 30. No. 1, April 2022.
- Syamsudin, Amin, M. Ali. Komunikasi Sebagai Penyebab dan Solusi Konflik Sosial" *Jurnal Common*, Vol. 1. No. 2, Desember 2017.
- Sylvain, Eve dan Medha Talpade, "An Exploration of the Characteristics of Cyberbullying On Tiktok" *International Journal of Arts, Humanities and Social Sciences*, Vol. 5. No. 6, June 2024.

Tarmizi, Nursyahirah dkk. "Detecting The Usage of Vulgar Words in Cyberbully Activities from Twitter", *International Journal Advanced Science Engineering Information Technology*, Vol. 10. No. 3, November 2020.

Wijaya, Catherine dkk, "Analisis Tindakan Cyberbullying Di Kalangan Remaja" *Jurnal Pendidikan, Seni, Sains dan Sosial Humanioral*, Vol. 1. No. 2, Mei 2023.

Wulandari, Jesicca dkk, "Pengaruh Cyberbullying Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja" *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling*, 10: 1 (Jambi: Januari 2024

Yudi, Permai dkk. "Sosialisasi Dampak Penyalahgunaan Media Sosial "Cyberbullying" Pada Kaum Muda Millenial Ditinjau Dari Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 Tentang Informasi dan Transaksi Elektronik di UPT PSAR Tanjung Morawa", *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 1. No. 2, Juni 2021.

Yulieta, Fadia Tyora dkk. Pengaruh Cyberbullying Di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental" *Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*, Vol. 1. No. 8, Agustus 2021.

Manuskrip

Rani, Bagus Paskalis Karunia Tuly. "Solusi Alternatif Guna Melawan Cyberterrorism Dalam Internet Di Indonesia" (Skripsi Sarjana, Institut Filsafat dan Teknologi Kreatif Ledalero, Maumere, 2019.

Internet

Aprilia, Kiki. "<https://diskominfo.tubankab.go.id/entry/pengguna-internet-indonesi-paling-banyak-usia-berapa#>", diakses pada 24 Januari 2024.

Satata, Dian Bagus Mitreka. "Carl Rogers", dalam Ilmuwan Psikologi, <https://www.ilmuwanpsikologi.com/2017/06/carl-rogers.html>", diakses pada 28 September 2024.

Setyawati, Desy Nirmala. "Literasi Digital Penangkal Cyberbullying", dalam Times Indonesia, <https://timesindonesia.co.id/Kopi-Times/439915/Literasi-Digital-Penangkal-Cyberbullying>, diakses pada 20 Februari 2024.