

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan yang pesat pada teknologi sangat mempengaruhi manusia dalam kegiatannya sehari-hari seperti dalam bekerja, mencari informasi dan bahkan dalam berkomunikasi dengan manusia lainnya dengan menggunakan media sosial. Setiap manusia yang memiliki telepon genggam pastinya memiliki media sosial untuk berhubungan dengan teman ataupun keluarganya. Dilansir dari Databoks, berdasarkan laporan dari *We Are Social* (Cindy, 2023), jumlah pengguna internet di Indonesia sudah mencapai 213 juta orang per Januari 2023 yang dimana jumlah tersebut setara 77% dari total populasi Indonesia yang mencapai jumlah 276,4 juta orang pada awal tahun 2023. Media Sosial merupakan kumpulan perangkat lunak yang memiliki manfaat sebagai media komunikasi, bertukar informasi, menemukan peluang bisnis, serta jendela informasi untuk keadaan dunia (Boyd dalam Nasrullah, 2015; Widada, 2018). Banyaknya dampak positif dari media sosial, ada beberapa dampak negatif dari media sosial. Salah satu dampak negatif perkembangan media sosial adalah *cyberbullying*. Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet (APJII) pada tahun 2019 sedikitnya ada sekitar 49 persen warganet yang pernah mengalami cyberbullying dan pada tahun 2018 terdapat 2.700 laporan yang diterima oleh Bullyid (Melissa, 2022).

Cyberbullying adalah istilah yang digunakan ketika seseorang atau kelompok dengan sengaja merugikan orang lain dalam bentuk komunikasi

tertulis, visual atau visual dan/atau lisan dengan menggunakan teknologi informasi dan media. (Nartgun & Cicioglu, 2015; Nixon, 2014; Nordahl, Beran, & Dittrick, 2013; Sureci, 2016). Louisiana (dalam Patchin & Hinduja, 2015) mengartikan *cyberbullying* sebagai mengirimkan pesan elektronik apa pun, baik tertulis, visual atau grafis, video dan/atau verbal, dengan maksud untuk dengan sengaja menyakiti, menyiksa, atau mengintimidasi seseorang. Willard (dalam Sari & Suryanto, 2012, hal. 53) mengatakan bahwa, terdapat enam bentuk yang dapat menggambarkan *cyberbullying*: *Flaming*, *Harassment* (gangguan), *Denigration* (pencemaran nama baik), *Impersonation* (peniruan), *Outing* (penyebaran privasi), dan *Trickery* (tipu daya). Menurut Olweus (dalam Faryadi, 2011) korban *cyberbullying* memiliki karakteristik diantaranya merasa gelisah, merasa tidak aman, tidak bahagia dan memiliki harga diri yang rendah, berhati-hati, peka, pendiam, menarik diri dari lingkungan, merasa tertekan dan terlibat pada keinginan bunuh diri.

Dilansir dari *Psychology Today*, pada penelitian yang berjudul " *How Common Is Cyberbullying Among Adults? Exploring Gender, Ethnic, and Age Differences in the Prevalence of Cyberbullying*," para peneliti membagi sampel ke dalam kelompok usia dan membandingkan apakah partisipan pernah menjadi target *cyberbullying* dan apakah mereka mengalaminya dalam sebulan terakhir ini. Berdasarkan penelitian tersebut, menunjukkan bahwa 15% partisipan pernah menjadi target *cyberbullying*. Orang dewasa muda (18-25 tahun) mengalami tingkat *cyberbullying* tertinggi (semasa seumur hidup dan sebulan terakhir), namun *cyberbullying* seumur hidup dalam

jumlah besar juga dilaporkan terjadi pada kelompok usia yang lebih tua, termasuk kelompok usia 26-35 tahun (24 persen) dan 46-55 tahun (13 persen), hingga kelompok usia 66 tahun keatas (6,5 persen) (Scheff, 2019). Berdasarkan data ini dapat terlihat bahwa tidak hanya remaja saja yang menjadi korban, namun orang dewasa dan lansia bisa saja menjadi korban cyberbullying di media sosial. Berdasarkan riset yang dilakukan Microsoft dengan tolak ukur “Digital Civility Index”, di Indonesia korban *cyberbullying* dikelompokkan dalam kualifikasi usia, kelompok usia milenial (1980-1995) menjadi kelompok yang sering menjadi sasaran cyberbullying di media sosial dengan angka 57 %. Disusul dengan generasi Z (1997-2000) dengan 47 %, generasi X (1965-1980) dengan 39 %, dan baby boomers (1946-1964) 18 % (Arisal, 2021)

Erikson (Santrock, 2010) menjelaskan bahwa tahap dewasa awal terjadi yaitu pada usia 20 – 30 tahun. Pada masa ini, individu akan mengalami peningkatan perkembangan yang dimana perkembangan ini akan diiringi pula dengan tuntutan dan tugas perkembangan yang baru atau biasanya merupakan lanjutan dari tugas perkembangan sebelumnya. Masa ini merupakan masa yang cukup penting dalam kehidupan pribadi seseorang. Masa ini sering disebut sebagai masa peralihan dari remaja kepada dewasa. Masa peralihan disebut sebagai masa eksplorasi atau lebih sering disebut sebagai *emerging adulthood*. Menurut Arnett (Santrock, 2010) masa ini terjadi dalam rentang waktu 18-29 tahun yang dimana individu sudah meninggalkan ketergantungan di masa remaja tetapi belum memasuki fase mengemban

tanggung jawab yang biasa ditemui di masa dewasa. Hurlock (2011) menjelaskan bahwa pada dewasa awal, penyesuaian diri merupakan ciri utama yang menjadikan masa dewasa awal sebagai masa yang penting dari kehidupan manusia. Penyesuaian ini terjadi karena luasnya jangkauan eksplorasi yang dapat dilakukan oleh individu. Namun karena luasnya eksplorasi ini, maka memunculkan perasaan negatif seperti kebingungan, kecemasan, ketidak berdayaan, dan ketakutan (Dyah, 2022). Berdasarkan teori perkembangan Psikososial dari Erikson, Seorang yang memasuki masa dewasa awal akan berada di tahapan intimitas vs isolasi (Santrock, 2010). Pada tahapan ini, orang dewasa akan mulai membangun hubungan yang intim dengan orang lain. Akan tetapi, ketika seseorang gagal dalam perkembangan ini, maka mereka akan merasa kesepian, terisolasi, hingga memicu depresi. Apabila kita kaitkan dengan adanya *cyberbullying*, orang dewasa yang mengalami hal tersebut akan mengalami konflik dalam membangun hubungan intim dengan orang lain. hal ini dikarenakan adanya masalah dalam rasa percaya diri dan juga harga diri dari orang dewasa tersebut yang diserang oleh orang lain.

Salah satu kasus *cyberbullying* yang terjadi pada orang dewasa bisa kita lihat terjadi di Indonesia. Kekeyi dan Brisia Jodie merupakan salah satu dari selebgram dari indonesia pernah menjadi korban *cyberbullying*. Mereka mendapatkan *cyberbullying* yang ke arah penghinaan fisik mereka atau sering disebut *body shaming* setelah mereka memposting diri mereka di instagram (Alivio, 2021; Rizqa, 2023). Bukan hanya dari penampilan saja,

cyberbullying bisa terjadi ketika sikap seseorang tidak diterima oleh kebanyakan orang. Jerome Polin merupakan salah satu selebgram yang terkenal akan keahliannya pada bidang matematika saat ini mengalami *cyberbullying* ketika ia membuat konten tentang kritikan mengenai perbedaan acara TV di Jepang dan di Indonesia (Niken, 2023). Banyak warganet yang mulai menjelekkkan dan juga menilai bahwa Jerome menjelekkkan acara TV yang ada di Indonesia.

Banyaknya kasus *cyberbullying* yang terjadi, banyak kasus yang bisa dikatakan korbannya melakukan tindakan yang ekstrim atau memiliki efek yang sangat berat bagi korbannya. Salah satunya yang terjadi pada salah satu *youtuber gaming* yaitu Michael Souw. Michael mulai terkena *cyberbullying* ketika ia membuat sebuah pernyataan yang tidak disukai netizen. Mulai karena itu netizen mulai mencibir dan menyatakan bahwa michael adalah orang sombong. Michael pada awalnya hanya menutup komen, tombol like dan dislike pada video unggahannya namun akhirnya ia menghapus akun youtubenanya. efek yang di timbulkan *cyberbullying* tidak hanya membuat seseorang berhenti dari pekerjaanya bahkan bisa sampai melakukan aksi bunuh diri. Salah satunya adalah .kasus bunuh diri pada mahasiswa UNJ (Banten.Poskota, 2022), Pada kasus tersebut diketahui bahwa mahasiswa tersebut terkena *bullying* di media sosial yang menyebabkan stress yang menumpuk dan menyebabkan mahasiswa tersebut mengambil keputusan untuk bunuh diri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan cara melakukan observasi pada korban *cyberbullying*, didapatkan beberapa hal yang menunjukkan adanya penurunan dan juga gangguan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Bagi korban yang aktif dalam memainkan sosial media, terlihat bahwa mereka lebih sering memperhatikan komentar orang dan mulai mengikuti perkataan dari orang lain. Para korban juga menunjukkan adanya pengurangan dalam membuat konten bahkan berhenti dalam menggunakan sosial media tersebut. Pada korban *cyberbullying* yang terjadi di *game online*, beberapa korban menunjukkan perilaku yang cenderung sama yaitu, langsung berhenti dalam memainkan *game* tersebut dan juga menutup sistem *chat* serta *voice in game* ketika mendapatkan perilaku *cyberbullying*. Korban juga cenderung malas bermain *game* tersebut bahkan sampai menghapus *game* tersebut dari perangkatnya. Berdasarkan hasil observasi ini, terlihat bahwa adanya perubahan perilaku yang ditunjukkan setelah terjadinya *cyberbullying*. Para korban yang terjadi di sosial media, menunjukkan adanya rasa kurang percaya diri dan juga rasa cemas akan perkataan orang lain terkait diri mereka. lalu pada korban di *game online*, mereka juga menunjukkan adanya peningkatan stress dan rasa marah ketika mendapatkan perilaku *cyberbullying* pada mereka. Hal tersebut menunjukkan bahwa perilaku *cyberbullying* yang diterima korban memiliki dampak yang buruk pada mereka. Dampak buruk ini juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka.

Menurut Ayas (2014), dampak psikologis dari *cyberbullying* terhadap korban dan pelaku sangat buruk. Dampak ini termasuk tingkat kecemasan dan

depresi yang tinggi. Tingkat kecemasan dan depresi yang tinggi pastinya memiliki efek sangat negatif pada kehidupan sehari-hari seseorang bahkan bisa sampai kepada perilaku *self harm* pada korban. Barlett dan Coyne (2014) menjelaskan bahwa korban *cyberbullying* memiliki kecenderungan untuk melakukan bunuh diri. Selain tingkat kecemasan dan depresi, para korban juga mengalami ketakutan, merasa lemah dan sendirian, harga diri menjadi rendah, kerenggangan hubungan, masalah emosional dan masalah pertemanan (Cassidy, Faucher, & Jackson, 2013). Besarnya efek negatif ini dapat dihilangkan dengan adanya dukungan sosial. Dukungan sosial yang diberikan kepada seseorang menimbulkan rasa nyaman, adanya perhatian dan juga merasa ada yang menolong mereka. Cohen & Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai *buffer* (penengah) antara individu dengan stressor.

Dukungan yang diberikan kepada individu bisa diberikan oleh siapapun seperti keluarga, teman sebaya ataupun orang tersayang. Seperti yang sudah dipaparkan diatas, bahwa korban *cyberbullying* mendapatkan beberapa masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, dan stress (Ayas, 2014; C & S.M, 2014). Dukungan yang diberikan kepada korban *cyberbullying*, bisa mengatasi masalah yang dialami para korban. Yasin (dalam Prayogi et.al, 2017) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, dan stress. Dukungan yang mudah didapatkan oleh individu bisa didapatkan pada keluarga. Radin & Solovey (dalam Smet, 1994) menjelaskan bahwa keluarga adalah sumber dukungan

sosial yang penting. Dukungan sosial yang diberikan keluarga dapat membantu mengatasi permasalahan psikologis. Hal tersebut menjelaskan bahwa efek psikologis yang muncul pada korban *cyberbullying* juga dapat dibantu dengan adanya *Family Social Support* . Sehingga menunjukkan pentingnya *Family Social Support* pada korban *cyberbullying*.

Family Social Support adalah dukungan sosial yang diberikan oleh anggota keluarga kepada satu sama lain dalam bentuk emosi, informasi, dan sumber daya yang dapat membantu anggota keluarga mengatasi stres, mengatasi masalah, dan memperkuat hubungan keluarga. Cohen dan Syme (dalam Friedman 1998) menjelaskan *Family Social Support* adalah keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain sehingga orang akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan keluarga juga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan suatu masalah. Ketika dukungan diberikan, maka timbul rasa percaya diri dan juga motivasi untuk menghadapi masalah yang akan terjadi menjadi meningkat (Tamher & Noorkasiani, 2009). Menurut Friedman (2013) dukungan sosial keluarga bersumber dari internal yaitu dukungan dari orang tua, dari suami atau istri, serta dukungan dari saudara kandung dan dukungan sosial keluarga secara eksternal yaitu dari paman dan bibi serta kakek dan nenek. Hal ini menjelaskan bahwa cakupan keluarga yang dimaksud dalam *family social support* yaitu dari keluarga inti seperti orang tua, saudara kandung, suami atau istri, serta paman atau bibi serta kakek atau nenek. House dan Khan (dalam Johnson & Jhonson, 1991.

Smet, 1994) menjelaskan bahwa terdapat empat bentuk dukungan dalam *Family Social Support* yaitu dukungan informasional, dukungan instrumental, dukungan penilaian, dan dukungan emosional.

Dukungan sosial yang diberikan keluarga merupakan dukungan yang bisa menjadi salah satu fondasi untuk para korban *cyberbullying* untuk bangkit dan menjalani kehidupan sehari-harinya. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Elsaesser dkk (2017) ketika orang tua memberikan kehangatan secara sosial maka perasaan seseorang menjadi korban *cyberbullying* akan berkurang. *Family Social Support* yang diberikan oleh orang tua bisa berupa dukungan emosional ataupun dukungan instrumental. Efek yang didapatkan dari kedua dukungan ini akan memberikan efek yang positif bagi para korban *cyberbullying*. Pada penelitian Rees dkk (2017) , hasilnya menunjukkan bahwa pemberian dukungan baik berupa dukungan emosional atau instrumental akan membuat seseorang merasa dilindungi dan diperhatikan. Pemberian dukungan sosial keluarga juga sangat penting diberikan pada masa dewasa awal atau *emerging adulthood*. Pemberian dukungan sosial keluarga pada masa ini dapat menolong individu dalam mengurangi perasaan negatif yang muncul.. Terlihat bahwa *Family Social Support* memiliki manfaat yang sangat besar pada para korban *cyberbullying*. Selain membantu menghilangkan dampak negatif, namun *family social support* bisa membantu korban untuk meningkatkan *psychological well-being* mereka.

Psychological Well-Being adalah konsep yang terbentuk dari berbagai pengalaman dan fungsi-fungsi individu sebagai manusia utuh (Carol D & Singer, 1996). Dalam penelitian yang dilakukan Ryff, ia juga menjelaskan ada beberapa aspek yang harus terpenuhi agar seseorang dikatakan memiliki *psychological well-being* yang baik yaitu; *self-acceptance, positive relation with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth* (Carol D & Keyes, 1995). Menurut Headey & Wooden (Anggreni & Immanuel, 2020), Individu yang merasakan sejahtera secara psikologis memberikan dampak perasaan puas dan bahagia dalam menjalani hidup, kesejahteraan psikologis yang meliputi aspek kepuasan hidup dan juga perasaan yang positif seperti rasa senang, gembira dan puas.

Dampak psikologis yang ditimbulkan ketika seseorang menjadi korban cyberbullying sangat merugikan kehidupan para korbannya. Dalam penelitian Hana (2022) dampak-dampak yang muncul bisa membuat *psychological well-being* seseorang terganggu. Dampak-dampak yang ditimbulkan ini dapat memperburuk *psychological well-being* para korbannya. Dalam *psychological well-being* terdapat 6 aspek dimana korban *cyberbullying* akan mengalami gangguan dalam 6 aspek tersebut. Pada aspek *self acceptance*, korban dari cyberbullying akan kesulitan dalam menerima dirinya apa adanya. Mereka akan cenderung merasa orang yang gagal dan juga tidak disukai oleh orang sekitarnya. Pada aspek *positive relation with others*, korban *cyberbullying* juga akan kesulitan dalam membentuk suatu hubungan yang hangat dengan orang lain. Hal ini dikarenakan korban memiliki kesulitan dalam

mempercayai orang lain dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Pada aspek *autonomy*, korban akan kesulitan dalam bertindak mandiri dikarenakan korban lebih memiliki perasaan khawatir terhadap penilaian orang lain terhadap dirinya. Pada aspek *environmental mastery*, korban *cyberbullying* mengalami kesulitan dalam mengontrol kehidupannya di lingkungan. Hal ini terjadi karena korban merasa terisolasi dan tidak bisa mengatur kehidupan sehari-harinya. Pada aspek *purpose in life*, korban *cyberbullying* kesulitan dalam menentukan tujuan hidupnya dikarenakan korban mendapatkan dampak negatif yaitu stress dan depresi. Pada aspek *personal growth*, korban *cyberbullying* kesulitan dalam menentukan tujuan hidupnya. Hal ini terjadi karena korban sudah menilai dirinya sebagai orang yang gagal.

Individu yang *psychological well being* nya tinggi menunjukkan kemampuan dalam menjalin hubungan yang baik, mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi, dan menerima segala perubahan yang mengarahkan pada perilaku adaptif (Noviasari & Dariyo, 2016; Tristiana, Kusnanto, Widyawati, Yusuf, & Fitryasari, 2016). Salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being* adalah dukungan sosial. Kartikasari (2013) menjelaskan bahwa seseorang yang mendapatkan dukungan sosial menunjukkan tingginya tingkat *psychological well being* mereka.

Berdasarkan *literature review* yang telah dilakukan, didapatkan bahwa penelitian terkait *psychological well-being* pada dewasa awal dan juga *family social support* masih belum dilakukan. Penelitian terdahulu yang dilakukan

Hana (2022) yang meneliti terkait *cyberbullying* hanya melakukan pada populasi remaja saja. Sedangkan didapatkan fakta bahwa selain remaja, orang dewasa awal juga cenderung mendapatkan perilaku *cyberbullying*. Pada masa dewasa awal ini juga, individu berada pada masa peralihan yang dimana mereka akan mulai mengeksplor lebih luas dunianya. Dengan meluasnya jangkauan eksplor mereka, maka perasaan negatif seperti kebingungan, kecemasan, dan ketakutan akan muncul. Dalam mengurangi perasaan negatif ini, korban diperlukan adanya dukungan sosial bagi mereka. Menurut Baron dan Byrne (2005) Dukungan yang diberikan oleh keluarga bisa membantu memecahkan permasalahan yang dihadapi individu. Hal ini menunjukkan bahwa penelitian terkait pentingnya *family social support* pada korban *cyberbullying* perlu ada.

Maraknya kejadian *cyberbullying* di sosial media yang dimana untuk korbannya dapat dari berbagai kalangan usia bisa, bisa menyebabkan berbagai masalah bagi para korbannya bahkan pada lingkungan sosial media itu sendiri. Dampak dari seseorang menjadi korban *cyberbullying* bisa menyebabkan beberapa masalah seperti stress berat, depresi, hilangnya rasa percaya diri bahkan lebih parahnya dalam suatu kasus bisa sampai bunuh diri. Dampak dari *cyberbullying* ini juga bisa mengganggu dalam *psychological well being* orang tersebut. Untuk mencegah munculnya kasus ekstrim, para korban *cyberbullying* bisa menjadi manusia yang utuh kembali dengan diberikan dukungan. Dukungan yang diberikan bisa dari orang terdekat seperti orang tua. *Family Social Support* terlihat cukup efektif dalam

meningkatkan kualitas hidup para korban *cyberbullying* dan juga dapat membantu para korban *cyberbullying* untuk memenuhi aspek dari *psychological well being*.

1.2 Identifikasi Masalah

Banyaknya pengguna media sosial dan juga adanya kemudahan dalam pembuatan akun tanpa identitas asli, membuat adanya rasa anonim yang dirasakan oleh pengguna dan membuat munculnya rasa bebas dalam berpendapat. *Cyberbullying* yang terjadi di media sosial tidak hanya terjadi pada remaja, melainkan orang dewasa dan lansia pun bisa menjadi korban. Masa dewasa awal atau *emerging adulthood* merupakan masa yang penting untuk individu. Pada masa ini, individu akan memulai mengeksplor lebih luas lingkungannya. Namun meluasnya jangkauan eskplor ini maka akan memunculkan beberapa perasaan negatif pada individu tersebut. Para korban dari tindakan *cyberbullying* akan mendapatkan banyak dampak negatif pada diri mereka seperti; stress, cemas, ketakutan akan bersosial bahkan sampai tindakan bunuh diri. Dampak dari *cyberbullying* dan juga adanya masa *emerging adulthood* ini juga akan mencegah para korbannya untuk mencapai kesejahteraan psikologi dikarenakan adanya aspek yang tidak bisa terpenuhi. Dukungan sosial yang diberikan oleh orang terdekat dapat membantu para korban *cyberbullying* untuk dapat bangkit kembali untuk menuju kesejahteraan mereka. Dukungan sosial ini bisa diberikan oleh orang terdekat seperti keluarga, teman, dan orang kesayangan. Keluarga sebagai sosok yang paling dekat dengan korban dapat memberikan dukungan yang lebih banyak

kepada korban. Pada penelitian sebelumnya, terlihat bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dengan *Psychological Well Being* pada korban. Namun, penelitian terkait dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga masih sedikit dan subjek pada penelitian sebelumnya masih berfokus pada remaja. Berdasarkan uraian diatas maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah ‘Apakah terdapat pengaruh *Family Social Support* terhadap *Psychological Well Being* pada korban *cyberbullying*’.

1.3 Tujuan dan Manfaat

1.3.1. Tujuan

Tujuan dalam penulisan penelitian ini yaitu mengetahui Pengaruh *Family Social Support* Terhadap *Psychological Well-Being* pada korban *cyberbullying* .

1.3.2. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- Menjadi penelitian terbaru dalam perkembangan teori *Psychological Well-Being* dan *Family Social Support*
- Hasil penelitian diharapkan bermanfaat dalam perkembangan ilmu psikologi terutama dalam psikologi klinis terkait variabel *Psychological Well-Being* dan *Family Social Support*

1.3.3. Manfaat Praktis

Manfaat praktis pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran umum mengenai pengaruh *Family Social Support* dan *Psychological Well-Being* pada korban *cyberbullying*.

- b. Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat bagi keluarga dan korban *cyberbullying* dalam meningkatkan kesadaran dan juga pentingnya akan *Family Social Support* dan *Psychological Well-Being*.