



PENCEGAHAN *CYBERBULLYING*

BERBASIS PEMANFAATAN
ONLINE RESILIENCE DAN KARAKTER REMAJA

Dr. Fransisca Iriani Roesmala Dewi, M.Si.
Dr. L.V. Ratna Devi Sakuntalawati, M.Si. | Bagus Mulyawan, S.Kom., M.M.



PENCEGAHAN CYBERBULLYING

Berbasis Pemanfaatan Online Resilience
dan Karakter Remaja

UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. Penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. Penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

PENCEGAHAN CYBERBULLYING

Berbasis Pemanfaatan Online Resilience
dan Karakter Remaja

Dr. Fransisca Iriani Roesmala Dewi, M.Si.

Dr. L.V. Ratna Devi Sakuntalawati, M.Si.

Bagus Mulyawan, S.Kom., M.M.



Cerdas, Bahagia, Mulia, Lintas Generasi.

**PENCEGAHAN CYBERBULLYING BERBASIS PEMANFAATAN ONLINE
RESILIENSI DAN KARAKTER REMAJA**

Fransisca Iriani Roesmala Dewi, L.V. Ratna Devi Sakuntalawati, dan Bagus Mulyawan

Desain Cover :

Syaiful Anwar

Sumber :

www.shutterstock.com (myboys.me)

Tata Letak :

Zulita A.

Proofreader :

Mira Muarifah

Ukuran :

xii, 103 hlm, Uk: 15.5x23 cm

ISBN :

No ISBN

Cetakan Pertama :

Bulan 2023

Hak Cipta 2023, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

Copyright © 2023 by Deepublish Publisher

All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

**PENERBIT DEEPUBLISH
(Grup Penerbitan CV BUDI UTAMA)**

Anggota IKAPI (076/DIY/2012)

Jl.Rajawali, G. Elang 6, No 3, Drono, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman
Jl.Kaliurang Km.9,3 – Yogyakarta 55581

Telp/Faks: (0274) 4533427

Website: www.deepublish.co.id

www.penerbitdeepublish.com

E-mail: cs@deepublish.co.id

UCAPAN TERIMA KASIH

Pertama-tama, terima kasih kepada Direktorat Penguatan Riset dan Pengembangan Kementerian Riset dan Teknologi/Badan Riset dan Inovasi Nasional, Republik Indonesia, atas pendanaan riset tahun 2023-2024. Pendanaan tersebut sangat berarti dalam membentuk imajinasi dan menjadi energi dalam penulisan buku ini. Kami berharap buku ini berkontribusi pada setiap pembahasan resiliensi.

Terima kasih pula kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Tarumanagara yang telah lama sebagai mitra dalam bekerja sama. Ucapan terima kasih juga kami ucapkan kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog. Beliau telah memberikan izin untuk pelaksanaan penelitian. Tidak lupa juga terima kasih kepada Pute, Valinda, dan Nimas yang telah berkontribusi dalam penelitian ini dan dengan teliti menyempurnakan buku ini.

Kami bertiga, Dr. Fransisca Iriani R. Dewi, M.Si.; Dr. L.V. Ratna Devi Sakuntalawati, M.Si. dan Bagus Mulyawan, S.Kom., M.M. bersama-sama menyusun dan menyunting buku ***Pencegahan Cyberbullying Berbasis Pemanfaatan Online Resilience dan Karakter Remaja*** ini selama awal 2023–akhir 2023.

Jakarta, 5 Agustus 2023

Penulis

KATA PENGANTAR

Bullying adalah luka yang tak terlihat, lebih dalam dari sekadar benturan fisik. Ia menyerang jiwa, mengguncang kepercayaan diri, dan meruntuhkan harapan. Itu bisa menjadi ejekan yang menusuk, tawa yang merendahkan, atau kata-kata tajam yang meninggalkan bekas luka yang mendalam. Bullying merusak jiwa seperti angin yang mengoyak pohon yang rapuh.

----- FIR 23 -----

Itulah gambaran betapa merusaknya tindakan perundungan. Perundungan (*bullying*) menjadi suatu kasus yang masih tetap terjadi terutama pada masa remaja. Dampak dari perundungan tidak dapat dianggap sebagai permasalahan sederhana. Beberapa remaja mampu menerima dan menghadapi kondisi negatif yang dialaminya. Namun tidak sedikit merasa tertekan menghadapi perundungan.

Perundungan juga terjadi di dunia maya (*cyberbullying*). Biasanya jenis perundungan siber (*cyberbullying*) berupa ejekan, memperlakukan, ancaman fisik, pelecehan seksual, menyakiti orang lain, dan dilakukan anonim secara daring (Wardani, 2017). *Cyberbullying* merupakan salah satu dampak negatif dari penggunaan teknologi informasi, khususnya media sosial. Ketersediaan dan penggunaan platform media sosial yang meluas telah memberikan para pelaku perundungan sebuah platform baru untuk menjalankan perilaku merusak mereka. Bahaya *cyberbullying* tidak jauh berbeda dengan merokok, konsumsi alkohol, ide bunuh diri bahkan percobaan bunuh diri (Wiguna dkk., 2018; van Geel, Vedder, &

Tanilon, 2014). Penanganan yang lambat dapat mengakibatkan remaja melakukan bunuh diri (Barzilay dkk., 2017; Hinduja & Patchin, 2018).

Kebanyakan korban *cyberbullying* menderita kecemasan, depresi, dan harga diri rendah. Dampak *cyberbullying* bisa sangat parah dan berlangsung lama. Korban *cyberbullying* juga berdampak pada hubungan dengan masyarakat secara keseluruhan. Korban merasa ketakutan berada di tengah masyarakat sehingga muncul ketidakpercayaan atau erosi wacana sipil dan rusaknya pranata sosial (Hinduja & Patchin, 2018).

Pranata sosial merupakan wadah pola-pola interaksi sosial secara interpersonal maupun antar kelompok sosial. Pranata sosial yang ada sekaligus berfungsi sebagai kontrol sosial. Fungsi ini sangat diperlukan karena manusia berkecenderungan untuk hidup bersama, atau bermasyarakat. Sebagai makhluk sosial manusia bersedia hidup dalam suatu tatanan pergaulan, dan umumnya bersedia untuk saling menghargai, saling mengakui antara satu dengan yang lain, tunduk pada apa yang menjadi kesepakatan dalam hidup bersama (Koentjaraningrat, 1993).

Sikap saling menghargai dan saling mengakui antara satu dengan yang lain tidak diperlihatkan oleh pelaku *cyberbullying* sehingga merusak tatanan pergaulan. Pencegahan *cyberbullying* sudah mendesak untuk dilakukan. Penting bagi setiap orang menyadari masalah ini. Orang tua, sekolah, dan masyarakat berperan mendidik remaja tentang bahaya *cyberbullying* dan memberikan dukungan kepada para korban. Termasuk dalam hal ini adalah dengan memperhatikan materi yang diunggah dan saling menghormati dalam interaksi *online*. Ini adalah salah satu pendekatan pencegahan *cyberbullying*.

Pendekatan lainnya adalah pendekatan berbasis resiliensi *online*. Pendekatan ini berfokus pada membangun ketahanan individu terhadap efek negatif dari *cyberbullying*. Istilah *online resilience* digunakan untuk menjelaskan konsep resiliensi dalam dunia digital. *Online resilience* merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi secara akurat terhadap berbagai kondisi lingkungan yang sarat akan pengaruh sehingga dengan kemampuan ini individu akan lebih berdaya dalam menyaring dan

merespons berbagai hal yang ditemui ketika berinteraksi dengan teknologi digital. *Online resilience* merupakan kemampuan untuk menghadapi pengalaman negatif dalam aktivitas *online*. Remaja yang resilien mampu mengatasi situasi yang merugikan dengan cara-cara yang terfokus pada masalah (*problem focused*), serta mampu mentransfer emosi negatif menjadi positif, atau menetralkannya (Haenens, *et al.* 2013). Resiliensi *online* adalah sebuah konsep tentang bagaimana individu mampu bertahan dalam menghadapi situasi sulit, berbahaya dan berisiko dalam dunia *online*.

Bagaimana remaja mengelola keterampilan teknologi mereka saat terlibat dengan dunia *online* akan menunjukkan apakah mereka tangguh atau tidak di dunia digital. Tujuh komponen ketahanan yang diuraikan oleh Reivich dan Shatte (2002) konsisten dengan gagasan ketahanan *online*, menurut Livingstone dkk. (2012), dan harus diupayakan untuk membantu remaja agar menjadi tangguh di lingkungan digital. Ketujuh variabel tersebut adalah optimisme, impulsif, manajemen emosi, analisis kausalitas, empati, efikasi diri, dan *reaching out*.

Selain itu, dalam membangun *online resilience*, peran orang tua yang merupakan unsur utama keluarga mutlak dibutuhkan sebagai sosok signifikan dalam proses perkembangan anak. Pengasuhan orang tua memiliki andil besar terhadap setiap aspek perkembangan anak. Terkait *online resilience* orang tua sebagai pendidik anak harus mengupayakan melalui interaksi sehari-hari tentang bagaimana menggunakan teknologi digital dan berbagai media *online* dengan baik, aman, dan benar.

Pengasuhan yang efektif dari orang tua dalam hal ini merupakan jembatan krusial untuk menumbuhkan *online resilience* pada anak. Kedekatan serta komunikasi antara orang tua dengan anak menjadi salah satu dasar bagaimana *online resilience* dapat terbangun.

KATA PENGANTAR PENERBIT

Segala puji kami haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas limpahan segala anugerah dan karunia-Nya. Dalam rangka mencerdaskan dan memuliakan umat manusia dengan penyediaan serta pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk menciptakan industri *processing* berbasis sumber daya alam (SDA) Indonesia, Penerbit Deepublish dengan bangga menerbitkan buku dengan judul ***PENCEGAHAN CYBERBULLYING BERBASIS PEMANFAATAN ONLINE RESILIENCE DAN KARAKTER REMAJA***.

Terima kasih dan penghargaan terbesar kami sampaikan kepada penulis yang telah memberikan kepercayaan, perhatian, dan kontribusi penuh demi kesempurnaan buku ini. Semoga buku ini bermanfaat bagi semua pembaca, mampu berkontribusi dalam mencerdaskan dan memuliakan umat manusia, serta mengoptimalkan pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi di tanah air.

Hormat Kami,
Penerbit Deepublish

DAFTAR ISI

UCAPAN TERIMA KASIH	v
KATA PENGANTAR.....	vi
KATA PENGANTAR PENERBIT	ix
DAFTAR ISI	x
BAB 1 INTRODUKSI.....	1
Daftar Pustaka	7
BAB 2 PERUNDUNGAN DUNIA MAYA (CYBERBULLYING).....	11
2.1. Definisi <i>Cyberbullying</i> dan Jenis-jenisnya.....	11
2.2. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Terjadinya <i>Cyberbullying</i>	15
2.3. Dampak <i>Cyberbullying</i>	20
2.4. Strategi Pencegahan dan Penanggulangan <i>Cyberbullying</i>	26
Daftar Pustaka	30
BAB 3 TEKNOLOGI DIGITAL DAN ONLINE RESILIENCE	34
3.1. Peran Teknologi Digital dalam Kehidupan Remaja	34
3.2. Kesadaran Digital sebagai Pengembangan Karakter Bangsa di Abad 21.....	39
3.3. Konsep <i>Online Resilience</i> dan Faktor yang Memengaruhinya	40
3.4. Cara Meningkatkan <i>Online Resilience</i> Remaja	42
Daftar Pustaka	46

BAB 4	KARAKTER REMAJA.....	48
4.1.	Definisi.....	48
4.2.	Pembentukan Karakter	55
4.3.	Tahap Pengembangan Karakter	57
4.4.	Keteladanan Aspek Utama Pendidikan Karakter	59
4.5.	Tujuan Pendidikan Karakter	60
4.6.	Hubungan Pendidikan Karakter dengan Kebudayaan	61
4.7.	Pendidikan Karakter untuk Menumbuhkan Sikap Bijak Bermedia Sosial.....	62
	Daftar Pustaka	64
BAB 5	Pencegahan <i>Cyberbullying</i> Berbasis Teknologi Digital, <i>Online Resilience</i>, dan Karakter Remaja.....	70
5.1.	Pengenalan <i>Cyberbullying</i> dan Pentingnya Pencegahan di Kalangan Remaja.....	70
5.2.	Pengaruh Teknologi Digital dalam Kehidupan Remaja	73
5.3.	Pentingnya Membangun Ketahanan <i>Online (Online Resilience)</i> dan Karakter Positif Remaja.....	74
5.4.	Studi tentang <i>Cyberbullying</i> pada Remaja	76
	Daftar Pustaka	77
PENUTUP		81
INDEKS BUKU		85
LAMPIRAN		88
PROFIL PENULIS		102

BAB

1

INTRODUKSI

Pendidikan karakter merupakan salah satu dari program Nawacita yang diusung Presiden Joko Widodo pada masa jabatan pertamanya. PPK (Penguatan Pendidikan Karakter) adalah salah satu komponen dari program Nawacita yang bertujuan untuk memperkuat pendidikan karakter di Indonesia. Dalam PPK, terdapat penekanan pada nilai-nilai religius, nasionalis, daya juang, kemandirian, gotong-royong, dan kejujuran.

Program Nawacita bertujuan untuk menciptakan Indonesia yang lebih maju, adil, berkelanjutan, dan berdaya saing. Hal ini melibatkan perbaikan di berbagai sektor penting, termasuk perekonomian, pendidikan, kesehatan, infrastruktur, lingkungan hidup, dan pemerintahan daerah. Program ini menjadi pedoman bagi pemerintah dalam merancang kebijakan dan mengimplementasikannya demi mencapai tujuan pembangunan nasional.

Melalui PPK dengan tekanan pada nilai-nilai religius, nasionalis, daya juang, kemandirian, gotong-royong, dan kejujuran, program Nawacita bertujuan untuk membangun generasi muda yang memiliki karakter kuat dan berintegritas. Dengan memperkuat pendidikan karakter, diharapkan dapat terbentuk masyarakat Indonesia yang lebih religius, nasionalis, berdaya juang, mandiri, gotong-royong, dan jujur.

Perkembangan digital dalam pendidikan dapat memiliki korelasi dengan pendidikan karakter dalam program Nawacita melalui PPK. Perkembangan digital telah memberikan akses yang lebih luas ke berbagai sumber belajar, termasuk materi-materi yang berkaitan dengan pendidikan karakter. Melalui platform pembelajaran *online*, siswa dapat

mengakses konten-konten yang mempromosikan nilai-nilai religius, nasionalis, daya juang, kemandirian, gotong-royong, dan kejujuran. Hal ini memungkinkan siswa untuk belajar dan memperkuat pendidikan karakter di luar lingkungan sekolah.

Perkembangan teknologi digital telah memungkinkan adanya kolaborasi pembelajaran yang lebih mudah antara siswa, baik secara lokal maupun secara global. Melalui proyek kolaboratif yang melibatkan siswa dari berbagai latar belakang, siswa dapat belajar tentang gotong-royong, saling membantu, dan menghargai keberagaman budaya. Melalui platform pembelajaran *online*, siswa dapat bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama, membangun rasa empati, dan meningkatkan keterampilan sosial.

Pendidikan karakter dalam program Nawacita juga mencakup nilai kemandirian. Dalam konteks perkembangan digital, siswa perlu mengembangkan keterampilan digital yang diperlukan untuk mengakses, mengevaluasi, dan menggunakan informasi dengan bijaksana. Mereka perlu belajar menjadi pengguna yang bertanggung jawab terhadap teknologi, termasuk penggunaan internet, media sosial, dan aplikasi digital lainnya. Dalam hal ini, pendidikan karakter dapat mempromosikan kemandirian dan tanggung jawab dalam penggunaan teknologi.

Perkembangan digital juga membuka akses remaja terhadap beragam konten, termasuk konten yang mencakup isu-isu moral dan etika. Melalui penggunaan teknologi dalam pembelajaran, siswa dapat diberikan kesempatan untuk memahami berbagai perspektif dan dilema moral yang mungkin mereka hadapi. Ini dapat membantu mereka membangun sikap kritis, mengasah kemampuan mereka dalam mengambil keputusan moral, dan memperkuat nilai-nilai kejujuran.

Perkembangan digital dalam pendidikan dapat digunakan secara efektif untuk memperkuat pendidikan karakter dalam program Nawacita melalui PPK. Melalui integrasi teknologi dalam pendidikan, siswa dapat mengembangkan nilai-nilai karakter yang diharapkan, sambil memanfaatkan potensi dan peluang yang ditawarkan oleh dunia digital. Namun, ketika membahas pendidikan karakter dalam perkembangan

digital, perlu juga diakui bahwa terdapat isu dan tantangan yang muncul, seperti *cyberbullying*.

Beberapa kasus *cyberbullying* di kalangan remaja terjadi di berbagai daerah. Pada tahun 2020 terjadi kasus *bullying* dan penghinaan terhadap seorang siswi SMA di Surabaya melalui media sosial Instagram dan Twitter. Siswi tersebut mengalami *bullying* dan penghinaan dari teman-temannya sendiri di sekolah yang menyebarkan foto dan video yang diambil secara diam-diam. Dalam video tersebut, siswi tersebut sedang melakukan kegiatan yang dianggap mengganggu oleh para pelaku. Video dan foto tersebut kemudian diunggah ke media sosial Instagram dan Twitter oleh para pelaku dengan *caption* yang menghina dan mencaci-maki siswi tersebut. Video dan foto tersebut juga disebarluaskan ke grup WhatsApp oleh para pelaku. Siswi tersebut mengalami tekanan dan stres yang berat akibat *bullying* dan penghinaan tersebut. Namun, berkat bantuan pihak sekolah dan pihak kepolisian, kasus tersebut berhasil diungkap dan para pelaku mendapat sanksi yang sesuai dengan perbuatannya.

Kasus ini menjadi contoh nyata bahwa *cyberbullying* sangat berbahaya dan dapat memberikan dampak yang serius pada kesehatan mental seseorang. Teknologi digital memiliki peran besar dalam meningkatkan risiko *cyberbullying* karena memberikan akses mudah dan anonimitas bagi pelaku untuk melakukan tindakan tersebut. Semakin berkembangnya teknologi digital, semakin banyak juga platform yang tersedia untuk berinteraksi secara *online*, sehingga semakin meningkatkan risiko *cyberbullying*.

Cyberbullying merupakan bentuk kekerasan atau pelecehan yang terjadi melalui penggunaan teknologi digital seperti telepon seluler, media sosial, pesan instan, email, atau platform *game online*. Tindakan *cyberbullying* dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung dengan tujuan untuk menyakiti, merendahkan, atau mengintimidasi korban. Korban *cyberbullying* sering kali lebih lemah secara fisik atau psikologis daripada pelaku, dan pelaku menggunakan kekuasaan atau kekuatan mereka untuk memperoleh keuntungan atau meraih kepuasan

pribadi dengan menyakiti orang lain (Hinduja & Patchin, 2018; Kowalski & Limber, 2021).

Tindakan *cyberbullying* dapat terjadi di berbagai konteks, seperti di sekolah, di rumah, atau di tempat kerja. Korban *cyberbullying* dapat mengalami dampak yang merugikan, seperti stres, kecemasan, depresi, isolasi sosial, dan bahkan pikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri. Oleh karena itu, penting untuk memahami definisi *cyberbullying* dan mengenali tanda-tanda terjadinya tindakan ini untuk mengambil tindakan yang tepat untuk mencegah dan menangani kasus *cyberbullying* (Hinduja & Patchin, 2018; Kowalski & Limber, 2021).

Tindakan *cyberbullying* juga merupakan masalah yang serius di era digital saat ini, di mana penggunaan teknologi digital semakin meluas dan mudah diakses oleh orang-orang dari berbagai usia. Peran orang tua, pendidik, dan masyarakat secara keseluruhan dalam mencegah dan menangani kasus *cyberbullying* sangatlah penting. Dengan meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang tindakan *cyberbullying*, masyarakat dapat bekerja sama untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi semua orang di era digital saat ini.

Dampak dari tindakan *cyberbullying* yang merugikan korban dapat sangat serius. Korban *cyberbullying* sering kali mengalami stres, kecemasan, depresi, isolasi sosial, dan bahkan dapat merasakan pikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri. Oleh karena itu, penting untuk memahami definisi *cyberbullying* dan mengenali tanda-tanda terjadinya tindakan ini. Hal ini sangat penting untuk mengambil tindakan yang tepat untuk mencegah dan menangani kasus *cyberbullying*. Dalam menangani kasus *cyberbullying*, perlu dipahami bahwa tindakan tersebut dapat terjadi di berbagai konteks dan memerlukan pendekatan yang holistik dan berkelanjutan untuk menyelesaikannya.

Salah satu di antaranya adalah dengan pendekatan *online resilience*. *Online resilience* adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan dan tekanan dalam penggunaan teknologi digital secara positif dan sehat. Seseorang yang memiliki *online resilience* mampu mengatasi tekanan dan ancaman dalam dunia digital, seperti

cyberbullying, dan tetap menjaga kesehatan dan kesejahteraannya secara mental dan emosional.

Dalam era digital yang semakin kompleks ini, penting bagi remaja untuk memahami bahwa online resilience bukanlah satu-satunya aspek yang relevan, karena karakter yang kuat juga sangat diperlukan dalam menghadapi tantangan seperti *cyberbullying*.

Karakter remaja yang baik mencakup sifat-sifat seperti kejujuran, kepercayaan diri, disiplin, empati, tanggung jawab, kerja sama, dan rasa ingin tahu. Karakter remaja yang baik dapat membantu mereka mengatasi berbagai tantangan dalam hidup, termasuk tekanan dan ancaman dalam penggunaan teknologi digital. Dengan memiliki karakter yang baik, remaja dapat mengembangkan sikap positif dan tanggung jawab dalam menggunakan teknologi digital, serta mencegah terjadinya *cyberbullying* dan masalah lainnya yang terkait dengan penggunaan teknologi digital.

Di era digital seperti sekarang ini, penggunaan teknologi digital dalam media sosial oleh remaja sudah menjadi hal yang sangat umum. Namun, dalam penggunaannya, terdapat berbagai risiko yang muncul, seperti *cyberbullying*, kecanduan *gadget*, dan masalah kesehatan mental lainnya. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk memiliki *online resilience* yang baik, yaitu kemampuan untuk mengatasi tekanan dan ancaman yang muncul dalam penggunaan teknologi digital.

Namun, *online resilience* tidak dapat dikembangkan dengan sendirinya. Dibutuhkan pula pembentukan karakter remaja yang baik, seperti rasa empati, tanggung jawab, dan sikap positif dalam menggunakan teknologi digital. Dengan memiliki karakter yang baik, remaja dapat menjadi pribadi yang tangguh dan mampu menghadapi berbagai tantangan dalam hidup, termasuk dalam penggunaan teknologi digital.

Tidak hanya itu, pengembangan *online resilience* dan pembentukan karakter remaja yang baik saling terkait dan saling memengaruhi. Dengan memiliki *online resilience* yang baik, remaja dapat mengembangkan karakter yang baik, sementara pembentukan karakter yang baik juga

dapat membantu remaja mengembangkan *online resilience* yang lebih baik.

Oleh karena itu, para ahli merekomendasikan pengembangan model pencegahan *cyberbullying* berbasis teknologi digital, *online resilience*, dan karakter remaja di berbagai lingkungan. Hal ini dapat membantu remaja dalam mengembangkan *online resilience* dan karakter yang baik, sehingga mampu mengatasi berbagai risiko yang muncul dalam penggunaan teknologi digital. Dengan begitu, remaja dapat tumbuh dan berkembang menjadi individu yang tangguh dan sehat secara mental, serta mampu berpartisipasi aktif dalam dunia digital dengan positif dan bertanggung jawab.

Tujuan dari pencegahan *cyberbullying* berbasis teknologi digital, *online resilience*, dan karakter remaja adalah untuk menghasilkan sebuah strategi yang dapat digunakan sebagai pedoman untuk mencegah terjadinya *cyberbullying* di kalangan remaja.

Manfaatnya adalah dapat membantu para remaja untuk mengembangkan keterampilan *online resilience*, yaitu kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi tekanan atau tantangan yang terkait dengan penggunaan teknologi digital secara positif dan sehat. Selain itu, pedoman ini juga dapat membantu para remaja untuk mengembangkan karakter positif seperti empati, toleransi, dan sikap saling menghargai, sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya *cyberbullying*.

Diharapkan para remaja dapat terhindar dari dampak negatif *cyberbullying* terhadap kesehatan mental mereka dan dapat mengembangkan sikap yang positif dalam penggunaan teknologi digital, sehingga dapat membantu mereka dalam menjalani kehidupan yang lebih sehat dan produktif di era digital ini.

Tujuan lain adalah untuk memberikan panduan praktis bagi guru, dan orang tua dalam mencegah terjadinya *cyberbullying*. Referensi ini dapat membantu mereka dalam mengidentifikasi dan mengatasi tindakan *cyberbullying* yang terjadi di lingkungan sarana pendidikan, serta meningkatkan kesadaran para, guru, dan orang tua akan pentingnya mempromosikan perilaku *online* yang sehat dan positif pada remaja.

Selain itu, juga dapat memberikan kontribusi pada penelitian tentang pencegahan *cyberbullying* dan penggunaan teknologi digital secara positif dan sehat. Referensi ini dapat menjadi acuan bagi penelitian lanjutan dalam mengembangkan model pencegahan *cyberbullying* yang dapat diterapkan pada konteks yang berbeda, sehingga dapat membantu mencegah terjadinya *cyberbullying* secara lebih luas dan efektif di masyarakat.

Masih terdapat kurangnya pemahaman tentang definisi, tanda-tanda, dan cara penanganan *cyberbullying*. Penelitian yang mendalam tentang aspek-aspek ini dapat membantu dalam mengidentifikasi dan mengatasi masalah *cyberbullying* secara efektif. Hal ini akan berkontribusi pada upaya pencegahan dan penanganan kasus *cyberbullying* dengan lebih baik.



Daftar Pustaka

- Beran, T. N., Li, Q., & Li, Y. (2021). Cyberbullying victimization and suicide ideation among Canadian adolescents: a moderated mediation model. *International Journal of Adolescence and Youth*, 1-12. <https://doi.org/10.1080/02673843.2021.1911847>
- Beran, T., & Li, Q. (2007). Cyber-harassment: A study of a new method for an old behavior. *Journal of Educational Computing Research*, 36(3), 265-277.
- Dhungana, R. R., & Bista, K. (2019). Factors associated with cyberbullying in Nepal: Findings from nationwide cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 19(1), 1314. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7652-2>
- Hamm, M. P., Newton, A. S., Chisholm, A., Shulhan, J., Milne, A., Sundar, P., ... & Scott, S. D. (2015). Prevalence and effect of cyberbullying on children and young people: A scoping review of social media studies. *Journal of Pediatrics*, 171(1), 27-32.

- Hinduja, S. & Patchin, J. W. (2020). Digital Disrespect: Adolescents' Experiences with Sexual Harassment and Image-Based Abuse in Social Media. *Journal of Adolescent Health*, 66(6), 677-682. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.12.002>
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). Cyberbullying: An introduction. In *Handbook on Youth and Community Development Practice* (pp. 1-20). Springer, Cham
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). Cyberbullying: An Update and Synthesis of the Research. In *International Handbook of Cybercrime and Cyber Deviance* (pp. 225-246). Springer, Cham.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). Cyberbullying: An update and synthesis of the research. In *Handbook of cybercrime and cyberdeviance* (pp. 235-252). Routledge.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). Cyberbullying: An update and synthesis of the research. In *International Handbook of Cybercrime and Cyberdeviance* (pp. 225-251). Springer, Cham.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2020). Cyberbullying: An Update and Synthesis of the Research. In *The Handbook of School Violence and School Safety* (pp. 387-401). Springer, Cham. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-35599-0_24
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds?--Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School Health*, 78(9), 496-505.
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2018). Youth experiences with cyberbullying: Research and practical implications. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 48(2), 91-99.
- Kominfo. (2021). Jadikan Indonesia Mandiri, Berkepribadian, dan Berdaulat. Diakses dari <https://www.kominfo.go.id/index.php/content/detail/5629/NAWACITA%3A+9+Program+Perubahan+Untuk+Indonesia/0/infografis>

- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health, 53*(1), S13-S20.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2021). *Cyberbullying among Children and Adolescents: A Practical Guide to Understanding and Prevention*. John Wiley & Sons. <https://www.wiley.com/en-us/Cyberbullying+among+Children+and+Adolescents%3A+A+Practical+Guide+to+Understanding+and+Prevention-p-9781119687458>
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2021). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health, 68*(2), 243-249.
- Li, M., Jiang, Y., Li, W., & Li, X. (2020). The impact of cyberbullying victimization on mental health: The role of resilience and social support. *Journal of Affective Disorders, 274*, 1077-1082. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.075>
- Menesini, E., Nocentini, A., & Palladino, B. E. (2012). Empowering students against bullying and cyberbullying: Evaluation of an Italian peer-led model. *Journal of Adolescence, 35*(2), 338-347.
- Mishna, F., Khoury-Kassabri, M., Gadalla, T., & Daciuk, J. (2012). Risk factors for involvement in cyber bullying: Victims, bullies and bully-victims. *Children and Youth Services Review, 34*(1), 63-70.
- Mishna, F., Khoury-Kassabri, M., Gadalla, T., & Daciuk, J. (2020). The Complexities of Cyberbullying through Live Streaming and Video Chat Applications: Implications for Child Welfare Practice. *Children and Youth Services Review, 108*, 104646. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104646>
- Mishna, F., Khoury-Kassabri, M., Gadalla, T., & Daciuk, J. (2021). Pathways of harm: Exploring the interconnections between online harassment and mental health outcomes among youth. *Journal of Youth and Adolescence, 50*(1), 38-49.
- Olweus, D. (2018). Cyberbullying: An overrated phenomenon? *European Journal of Developmental Psychology, 15*(6), 643-650.

- Raskauskas, J., & Stoltz, A. D. (2007). Involvement in traditional and electronic bullying among adolescents. *Developmental Psychology*, 43(3), 564-575.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376-385.
- Sourander, A., Brunstein Klomek, A., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., Koskelainen, M., ... & Helenius, H. (2010). Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents: A population-based study. *Archives of General Psychiatry*, 67(7), 720-728.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277-287. doi: 10.1016/j.chb.2009.11.014
- Wang, F., Yang, X., Owen, M., Xie, X., & Feng, W. (2021). The association between cyberbullying victimization and mental health among Chinese adolescents: The mediating role of perceived social support. *Child Abuse & Neglect*, 115, 104999. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.104999>
- Wang, J., Iannotti, R. J., & Nansel, T. R. (2022). School bullying and cyberbullying: prevalence, characteristics, and implications for prevention. *Pediatrics*, 149(Suppl 1), S54-S62. <https://doi.org/10.1542/peds.2021-0500581>
- Yoon, J., Bauman, S., Lohrmann, S., & Seo, S. (2020). Cyberbullying among adolescents: Psychosocial characteristics of bullies, victims, and bully-victims. *Children and Youth Services Review*, 111, 104867.
- Zhang, S., & Luo, X. (2020). Cyberbullying victimization and adolescents' mental health: The mediating role of self-esteem and the moderating role of family cohesion. *Journal of Interpersonal Violence*, 182-191 0886260520945141. <https://doi.org/10.1177/0886260520945141>

PERUNDUNGAN DUNIA MAYA (*CYBERBULLYING*)

2.1. Definisi *Cyberbullying* dan Jenis-jenisnya

Definisi *cyberbullying* dapat bervariasi tergantung pada sumbernya, namun pada dasarnya, definisi tersebut memiliki kesamaan dalam hal penggunaan teknologi digital untuk merendahkan, mengintimidasi, atau menyakiti orang lain secara berulang-ulang.

Cyberbullying dapat didefinisikan sebagai penggunaan teknologi digital, seperti internet, media sosial, atau perangkat seluler, untuk mengancam, melecehkan, atau merendahkan seseorang secara terus-menerus. Bentuk-bentuk *cyberbullying* dapat meliputi pesan atau komentar yang kasar atau merendahkan, membagikan foto atau video yang memalukan, atau menyebarkan rumor atau informasi palsu tentang seseorang. Fenomena ini dapat berdampak buruk pada kesehatan mental korban, termasuk kecemasan, depresi, dan stres (Hinduja & Patchin, 2015; Kowalski & Limber, 2013; Mishna, Khoury-Kassabri, Gadalla, & Daciuk, 2012).

Hinduja & Patchin (2020) menyatakan bahwa *cyberbullying* adalah bentuk pelecehan yang dilakukan dengan menggunakan teknologi digital seperti internet, telepon seluler, atau media sosial untuk menyebarkan pesan atau konten yang merendahkan, mengancam, atau menyebarkan informasi yang salah tentang seseorang secara terus-menerus. Mereka juga menekankan bahwa *cyberbullying* memiliki potensi untuk berdampak negatif pada kesehatan mental korban, termasuk kecemasan, depresi, dan stres.

Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2021) mendefinisikan *cyberbullying* sebagai tindakan agresif yang dilakukan melalui teknologi digital seperti internet atau telepon seluler, dengan tujuan merendahkan, mengintimidasi, atau menyakiti orang lain secara verbal atau nonverbal secara berulang-ulang. Mereka juga menekankan bahwa *cyberbullying* bisa terjadi di mana saja dan kapan saja, karena aksesibilitas teknologi digital semakin meluas.

Menurut Smith, Mahdavi, Carvalho, Fisher, Russell, dan Tippett (2008), *cyberbullying* adalah bentuk pelecehan yang dilakukan melalui teknologi digital, dan dapat terjadi melalui email, pesan instan, pesan teks, atau situs web yang dibuat untuk tujuan tersebut.



Gambar 1. Dengan ponsel pelaku *cyberbullying* meneror korbannya.

Sumber : Freepik

Beran dan Li (2007) mendefinisikan *cyberbullying* sebagai agresi yang dilakukan melalui teknologi digital, dan meliputi penggunaan telepon seluler, pesan instan, email, atau situs web untuk menyebarkan pesan atau konten yang merendahkan, mengancam, atau menyakiti orang lain.

Juvonen dan Gross (2008) menyatakan bahwa *cyberbullying* adalah bentuk pelecehan yang dilakukan melalui teknologi digital dan dapat terjadi melalui pesan instan, pesan teks, email, atau situs web, dan memiliki potensi untuk berdampak negatif pada kesejahteraan korban.

Definisi *cyberbullying* menurut Hamm *et al.* (2015) adalah penggunaan teknologi digital untuk melakukan tindakan agresif dan merendahkan orang lain secara terus-menerus. *Cyberbullying* menurut Olweus (2018) adalah penggunaan teknologi digital untuk melakukan tindakan agresif yang dilakukan dengan intensitas yang tinggi, frekuensi yang tinggi, dan durasi yang panjang terhadap orang yang lebih lemah



Gambar 2. Korban *cyberbullying* merasa tertekan secara psikologis akibat tindakan agresif dan merendahkan.
Sumber : Freepik

secara fisik atau psikologis. Sedangkan Juvonen dan Gross (2018) mendefinisikan *cyberbullying* sebagai suatu tindakan agresif yang dilakukan secara elektronik dengan tujuan untuk merendahkan, mengintimidasi, atau menyakiti orang lain dan dapat dilakukan melalui berbagai bentuk teknologi digital, termasuk pesan instan, email, dan media sosial. Mishna *et al.* (2021) mengartikan *cyberbullying* adalah penggunaan

teknologi digital untuk melakukan tindakan agresif yang disengaja dan berulang, termasuk pengiriman pesan yang tidak diinginkan, penyebaran rumor, atau pengungkapan informasi pribadi orang lain dengan tujuan untuk menyakiti atau merendahkan korban.

Cyberbullying (perundungan dunia maya) ialah *bullying*/perundungan dengan menggunakan teknologi digital. Hal ini dapat terjadi di media sosial, platform *chatting*, platform bermain game, dan ponsel. *Cyberbullying* merupakan perilaku berulang yang ditujukan untuk menakuti, membuat marah, atau mempermalukan mereka yang menjadi sasaran (Badan Siber dan Sandi Negara, 2020). Contohnya termasuk:

- menyebarkan kebohongan tentang seseorang atau mem-*posting* foto memalukan tentang seseorang di media sosial
- mengirim pesan atau ancaman yang menyakitkan melalui platform *chatting*, menuliskan kata-kata menyakitkan pada kolom komentar media sosial, atau mem-*posting* sesuatu yang memalukan/menyakitkan
- meniru atau mengatasnamakan seseorang (misalnya dengan akun palsu atau masuk melalui akun seseorang) dan mengirim pesan jahat kepada orang lain atas nama mereka.

Bullying secara langsung atau tatap muka dan *cyberbullying* seringkali dapat terjadi secara bersamaan. Namun *cyberbullying* meninggalkan jejak digital—sebuah rekaman atau catatan yang dapat berguna dan memberikan bukti ketika membantu menghentikan perilaku salah ini.

Semua definisi ini menunjukkan bahwa *cyberbullying* melibatkan penggunaan teknologi digital untuk melakukan tindakan yang merendahkan, mengancam, atau menyakiti orang lain secara terus-menerus, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental korban.

Cyberbullying merupakan tindakan agresif dan merendahkan orang lain melalui penggunaan teknologi digital seperti telepon seluler, media sosial, pesan instan, email, atau platform *game online*. Tindakan ini dilakukan dengan niat dan tujuan yang sengaja untuk menyakiti, merendahkan, atau mengintimidasi korban. Pelaku sering menggunakan kekuasaan atau kekuatan mereka untuk memperoleh keuntungan atau meraih kepuasan pribadi dengan menyakiti orang lain. Konteks dan durasi dari tindakan *cyberbullying* berlangsung secara terus-menerus dan berulang dalam jangka waktu yang lama. Tindakan tersebut dapat terjadi dalam berbagai konteks, seperti di sekolah, di rumah, atau di tempat kerja.

Tabel 1. Bentuk perundungan di sekolah

No	Bentuk perundungan di sekolah
1	Panggilan dengan sebutan yang buruk, diolok-olok, atau dilecehkan dengan cara yang menyakitkan.
2	Pengabaian dengan sengaja, tidak mengikutsertakan teman dalam berbagai hal, mengeluarkan teman dari kelompok siswa di sekolah.
3	Berita bohong dan penyebaran rumor palsu dan membuat siswa lain tidak suka.
4	Intimidasi dengan sebutan buruk, komentar, atau gerakan dengan makna seksual
5	Paksaan atau mencoba memaksa siswa melakukan hal-hal yang tidak diinginkan.
6	Pukulan, tendangan, dorongan, dikurung dalam ruangan
7	Perundungan dengan sebutan atau komentar yang buruk tentang ras atau warna kulit
8	Pengambilan uang atau benda oleh siswa yang lain

No	Bentuk perundungan di sekolah
9	Ancaman dengan pisau atau senjata yang lain.

Tabel 2. Bentuk perundungan *cyber*

No	Bentuk perundungan <i>cyber</i>
1	Seseorang memberikan komentar yang menyakitkan dan menyebarkannya di media sosial
2	Seseorang menyebarkan rumor melalui sms atau email di media sosial
3	Seseorang mengunggah sebutan buruk, komentar, atau gerakan dengan makna seksual tentang saya.
4	Seseorang mengancam untuk melukai saya melalui pesan teks di telepon seluler.
5	Seseorang mengancam untuk melukai saya saat berada dalam jaringan <i>online</i> .
6	Seseorang mengancam akan melukai ketika sedang <i>online</i>
7	Seseorang menunjukkan foto penyiksaan yang ditujukan padaku.
8	Seseorang berpura-pura menjadi saya secara <i>online</i> dan berperilaku dengan cara yang jahat atau menyakitkan terhadap saya.
9	Seseorang mengunggah sebutan buruk atau komentar <i>online</i> tentang ras atau warna kulit saya.
10	Seseorang mengunggah video yang kasar atau menyakitkan tentang saya secara <i>online</i> .
11	Seseorang membuat halaman web yang kasar atau menyakitkan tentang saya.

2.2. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Terjadinya *Cyberbullying*

Dalam ilmu psikologi, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi terjadinya *cyberbullying*. Faktor personal adalah salah satu faktor yang mencakup karakteristik personal individu, seperti tingkat empati, kepercayaan diri, dan perilaku agresif. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang kurang empati atau kurang kepercayaan diri cenderung lebih mudah melakukan tindakan *cyberbullying* (Menesini, Nocentini, & Palladino, 2012)

Selain faktor personal, faktor lingkungan juga dapat memengaruhi terjadinya *cyberbullying*. Faktor lingkungan mencakup faktor-faktor seperti keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah atau kerja. Penelitian menunjukkan bahwa pengaruh dari keluarga, teman sebaya,

dan lingkungan sekolah atau kerja dapat memengaruhi perilaku *cyberbullying* (Hinduja & Patchin, 2008).

Faktor teknologi juga merupakan faktor yang signifikan dalam terjadinya *cyberbullying*. Faktor ini mencakup penggunaan teknologi digital dan platform media sosial. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital dan platform media sosial dapat memengaruhi terjadinya tindakan *cyberbullying*. Hal ini disebabkan karena teknologi digital memberikan peluang bagi individu untuk melakukan tindakan *cyberbullying* secara anonim dan dapat menyebarkan pesan dengan cepat (Tokunaga, 2010).

Penelitian lain menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan status sosial juga dapat memengaruhi terjadinya *cyberbullying*. Namun, lebih banyak penelitian masih diperlukan untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya tindakan *cyberbullying* secara menyeluruh (Dhungana & Bista, 2019).



Gambar 3. Beragam usia dan jenis kelamin dapat terlibat dalam tindakan *cyberbullying*.

Sumber: Freepik

Namun, penting untuk diingat bahwa faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya *cyberbullying* bersifat kompleks dan dapat bervariasi tergantung pada konteks dan individu yang terlibat. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang holistik untuk memahami dan mengatasi fenomena *cyberbullying*.

Tidak ada faktor tunggal yang secara konsisten dianggap sebagai faktor dominan yang menyebabkan terjadinya *cyberbullying*. Sebagai gantinya, terdapat interaksi kompleks antara faktor-faktor personal, lingkungan, dan teknologi yang dapat memengaruhi terjadinya tindakan *cyberbullying*. Misalnya, seseorang yang memiliki perilaku agresif mungkin lebih cenderung melakukan tindakan *cyberbullying* ketika mereka mengalami tekanan dari lingkungan sekitar atau menggunakan teknologi digital yang memfasilitasi tindakan tersebut.

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa faktor lingkungan, seperti lingkungan sekolah atau keluarga yang tidak kondusif, memiliki pengaruh yang lebih besar pada terjadinya *cyberbullying* daripada faktor personal atau teknologi. Namun, hal ini masih menjadi topik penelitian yang aktif dan masih banyak hal yang perlu dipelajari untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya *cyberbullying* secara lebih komprehensif.



Gambar 4. Interaksi keluarga yang tidak sehat, berkontribusi pada tindakan *cyberbullying*.

Sumber: Freepik

Cyberbullying dapat dilakukan oleh siapa saja, termasuk individu yang tidak memiliki kelainan jiwa atau gangguan psikologis tertentu. Namun demikian, beberapa penelitian menunjukkan bahwa beberapa pelaku *cyberbullying* dapat memiliki masalah kesehatan mental atau psikologis, seperti gangguan perilaku, kecemasan, atau depresi. Selain itu, penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan internet yang berlebihan atau kecanduan internet dapat berhubungan dengan terjadinya *cyberbullying*, yang mungkin juga terkait dengan masalah kesehatan mental atau psikologis. Namun, tidak semua pelaku *cyberbullying* memiliki masalah kesehatan mental atau psikologis, dan faktor-faktor lain seperti

lingkungan sosial dan budaya serta pengaruh media juga dapat berperan dalam terjadinya perilaku tersebut. Oleh karena itu, penting untuk memeriksa kasus *cyberbullying* secara individu dan melihat berbagai faktor yang mempengaruhinya, termasuk kemungkinan masalah kesehatan mental atau psikologis pada pelakunya.

Cyberbullying adalah salah satu dampak negatif penggunaan teknologi informasi, terutama media sosial. *Cyberbullying* mengacu pada penggunaan teknologi komunikasi elektronik untuk mengganggu, mengintimidasi, atau merugikan orang lain, seringkali secara anonim atau dari jarak jauh.

Ketersediaan dan penggunaan luas platform media sosial memberikan pelaku *bullying* platform baru untuk melakukan perilaku berbahaya mereka. *Cyberbullying* dapat memiliki banyak bentuk, termasuk mengirim pesan atau email yang menyakitkan hati, menyebarkan rumor, membagikan foto atau video yang memalukan, atau



Gambar 5. Korban *cyberbullying* merasa terisolasi.
Sumber: Freepik

membuat profil palsu untuk merendahkan atau mengganggu seseorang.

Dampak dari *cyberbullying* dapat sangat parah dan berlangsung lama, dan korban dapat menderita dari kecemasan, depresi, rendah diri, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri. *Cyberbullying* juga dapat berdampak pada kinerja akademik dan hubungan sosial.

Selain dampak pada individu, *cyberbullying* juga dapat berdampak negatif pada masyarakat secara keseluruhan. Ini dapat menciptakan budaya ketakutan dan ketidakpercayaan, dan dapat berkontribusi pada erosi wacana sipil dan keruntuhan norma sosial.

Untuk memerangi *cyberbullying*, penting bagi individu untuk menyadari masalah tersebut dan mengambil langkah-langkah untuk

mencegah terjadinya. Ini termasuk menjadi lebih berhati-hati dengan apa yang mereka *posting online* dan menghormati orang lain dalam interaksi *online*. Penting juga bagi sekolah, orang tua, dan komunitas untuk mengambil langkah-langkah untuk mendidik anak muda tentang bahaya *cyberbullying* dan memberikan dukungan bagi korban.

Cyberbullying dapat terjadi karena berbagai faktor, baik dari internal maupun eksternal individu. Beberapa faktor internal yang dapat menjadi penyebab seseorang menjadi pelaku *cyberbullying* antara lain adalah adanya perasaan rendah diri, tidak percaya diri, dan kebutuhan untuk merasa kuat dan berkuasa di lingkungan *online* (Kowalski & Limber, 2013). Selain itu, faktor personal lainnya seperti gangguan emosi, tingkat kecemasan yang tinggi, dan rendahnya empati juga dapat menjadi faktor internal yang berperan dalam perilaku *cyberbullying* (Hinduja & Patchin, 2018).

Faktor eksternal juga dapat memengaruhi seseorang untuk melakukan tindakan *cyberbullying*. Hal ini dapat terjadi akibat pengaruh lingkungan sosial, seperti keluarga dan teman sebaya yang tidak mendukung nilai-nilai positif dalam hubungan antarmanusia. Selain itu, pengaruh media dan budaya populer yang memperlihatkan tindakan *bullying* sebagai hal yang lumrah dalam masyarakat juga dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan tindakan serupa (Sourander *et al.*, 2010).

Tak hanya itu, faktor-faktor lain seperti kurangnya pengawasan dan edukasi dari orang tua atau pengasuh terhadap penggunaan teknologi juga dapat menjadi faktor eksternal yang mempengaruhi tindakan *cyberbullying* (Kowalski & Limber, 2013). Terlebih lagi, penggunaan teknologi yang semakin canggih dan luas, memungkinkan seseorang untuk melakukan tindakan *cyberbullying* tanpa diketahui identitasnya, sehingga cenderung merasa bebas dan tidak terkontrol (Hinduja & Patchin, 2018).

Remaja dapat menjadi korban *cyberbullying* karena berbagai faktor, seperti faktor individu, lingkungan sosial, dan faktor teknologi. Faktor individu meliputi kurangnya keterampilan sosial dan keterampilan



Gambar 6. Interaksi sosial remaja, menunjukkan keterampilan sosial mengatasi konflik yang kurang berkembang.

Sumber : Freepik

mengatasi konflik, kurangnya keterampilan literasi digital, serta kelemahan emosional dan mental. Faktor lingkungan sosial meliputi tekanan dari kelompok teman sebaya, perbedaan budaya, gender, dan orientasi seksual, serta keterbatasan dukungan sosial dari keluarga dan masyarakat. Faktor

teknologi mencakup keamanan dan privasi *online* yang lemah, kemudahan akses ke media sosial dan aplikasi pesan instan, serta pengaruh konten yang tidak layak dan mengandung kekerasan di media sosial.

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa remaja yang kurang populer, kurang terampil dalam hal sosial dan memiliki prestasi akademis yang rendah lebih rentan menjadi korban *cyberbullying* (Hinduja & Patchin, 2018; Yoon *et al.*, 2020). Selain itu, beberapa faktor individu seperti kurangnya dukungan dari orang tua, kecemasan, dan depresi juga dapat meningkatkan risiko remaja menjadi korban *cyberbullying* (Raskauskas & Stoltz, 2007).

2.3. Dampak Cyberbullying

Ketika *bullying* terjadi secara *online*, pihak yang di-*bully* bisa merasa seperti diserang dari mana-mana, bahkan hingga sampai di dalam rumah sendiri. Sepertinya tidak ada jalan keluar. Dampaknya dapat bertahan lama dan memengaruhi seseorang secara mental berupa rasa kesal, malu, bodoh, bahkan marah. Secara emosional merasa malu atau kehilangan minat pada hal-hal disukai. Secara fisik merasa lelah (kurang tidur), atau

mengalami gejala seperti sakit perut dan sakit kepala (Badan Siber dan Sandi Negara, 2020).

Perasaan ditertawakan atau dilecehkan oleh orang lain dapat membuat seseorang tidak ingin membicarakan atau mengatasi masalah tersebut. Dalam kasus ekstrem, *cyberbullying* bahkan dapat menyebabkan seseorang mengakhiri nyawanya sendiri.



Gambar7. Sedih dan tertekan karena ditertawakan atau dilecehkan.

Sumber : Freepik

Cyberbullying dapat

mempengaruhi seseorang dengan berbagai cara, tetapi tentunya masalah ini dapat diatasi dan orang-orang yang terdampak juga dapat memperoleh kembali kepercayaan diri dan kesehatan mental mereka.

Sebuah studi terbaru oleh Hinduja dan Patchin (2020) menemukan bahwa penggunaan platform media sosial yang lebih banyak dan intens berkaitan dengan peningkatan risiko *cyberbullying* pada remaja. Selain itu, studi tersebut juga menemukan bahwa remaja yang menggunakan aplikasi pesan instan secara lebih intens cenderung lebih sering menjadi korban *cyberbullying*.

Cyberbullying dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan mental remaja melalui pengaktifan mekanisme fisiologis yang memicu perasaan tidak menyenangkan dan merusak harga diri dan kepercayaan diri mereka. Saat remaja menjadi korban *cyberbullying*, mereka dapat merasakan perasaan takut, malu, cemas, dan kesepian. Perasaan-perasaan ini dapat memicu reaksi stres pada tubuh yang memperparah gejala depresi, kecemasan, stres, dan trauma pada remaja.

Selain itu, *cyberbullying* dapat memengaruhi hubungan sosial dan interaksi sosial remaja. Remaja yang menjadi korban *cyberbullying* cenderung mengalami kesulitan dalam membentuk hubungan sosial yang positif dan stabil dan mungkin merasa canggung dan takut untuk

berinteraksi dengan orang lain. Hal ini dapat menyebabkan isolasi sosial dan meningkatkan risiko gangguan tidur.

Cyberbullying juga dapat mengganggu konsentrasi dan fokus remaja, serta menurunkan prestasi akademik mereka. Hal ini dapat meningkatkan stres dan tekanan yang dapat berdampak pada kesehatan mental remaja.

Dalam beberapa kasus, remaja yang menjadi korban kekerasan siber juga dapat mengalami pengaruh yang berbahaya dan merugikan, seperti tekanan untuk melakukan tindakan menyimpang atau bahkan berpikir untuk bunuh diri.

Secara keseluruhan, *cyberbullying* memiliki dampak negatif yang serius pada kesehatan mental remaja dan oleh karena itu, upaya pencegahan dan intervensi yang tepat sangat penting untuk melindungi remaja dari bahaya *cyberbullying*.

Beberapa studi terbaru menunjukkan dampak negatif yang serupa dari *cyberbullying*

terhadap kesehatan mental remaja. Studi yang dilakukan oleh Wang, F., Yang, X., Owen, M., Xie, X., & Feng, W. (2021) menemukan bahwa korban *cyberbullying* cenderung mengalami dampak yang lebih signifikan pada kesehatan mental mereka dibandingkan dengan korban *bullying* konvensional. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dampak kesehatan mental yang paling umum dialami oleh korban *cyberbullying* adalah depresi, kecemasan, dan gangguan tidur. Selain itu, korban juga dapat mengalami stres dan isolasi sosial yang lebih tinggi daripada korban *bullying* konvensional. Studi ini menunjukkan bahwa *cyberbullying* merupakan masalah serius yang dapat berdampak negatif pada kesehatan



Gambar 8. *Cyberbullying* merupakan masalah serius berdampak negatif pada kesehatan mental remaja.

Sumber: Freepik

mental remaja dan perlunya tindakan preventif dan intervensi yang lebih baik untuk mengatasi masalah ini (Wang *et al.*, 2021).

Beran, T. N., Li, Q., & Li, Y. (2021) melakukan studi tentang dampak *cyberbullying* terhadap kesehatan mental remaja. Dalam karya ilmiah mereka, mereka menemukan bahwa *cyberbullying* dapat berdampak negatif pada kesehatan mental remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang menjadi korban *cyberbullying* lebih mungkin mengalami gejala depresi, kecemasan, dan stres. Selain itu, mereka juga lebih mungkin mengalami penurunan tingkat kepercayaan diri, kesehatan emosional yang buruk, dan perilaku menyimpang. Beran, T. N., Li, Q., & Li, Y. (2021) juga menemukan bahwa remaja yang menjadi pelaku *cyberbullying* juga dapat mengalami dampak negatif pada kesehatan mental mereka. Mereka mungkin mengalami masalah seperti kecenderungan untuk menjadi agresif, memiliki hubungan sosial yang buruk, dan peningkatan risiko perilaku menyimpang. *Cyberbullying* dapat berdampak negatif pada kesehatan mental remaja, baik sebagai korban maupun sebagai pelaku. Oleh karena itu, perlu ada upaya untuk mencegah dan mengatasi *cyberbullying* agar dapat menjaga kesehatan mental remaja.

Zhang, S., & Luo, X. (2020) melakukan tinjauan literatur tentang dampak *cyberbullying* terhadap kesehatan mental remaja. Mereka menyimpulkan bahwa *cyberbullying* memiliki dampak yang signifikan dan serius pada kesehatan mental remaja. Dalam studi literatur mereka, Zhang dan Luo menemukan bahwa remaja yang menjadi korban *cyberbullying* cenderung mengalami gejala depresi, kecemasan, stres, dan trauma. Selain itu, mereka juga dapat mengalami penurunan prestasi akademik, pengurangan kualitas hidup, dan risiko tinggi untuk melakukan perilaku menyimpang.

Zhang dan Luo juga menemukan bahwa *cyberbullying* dapat memengaruhi fungsi sosial remaja dan hubungan interpersonal. Remaja yang menjadi korban *cyberbullying* mungkin mengalami kesulitan dalam

membentuk hubungan sosial yang positif dan stabil, dan mungkin merasa canggung dan takut untuk berinteraksi dengan orang lain.

Dengan demikian, Zhang dan Luo menyimpulkan bahwa *cyberbullying* adalah masalah serius yang memengaruhi kesehatan mental remaja dan masyarakat secara keseluruhan. Oleh karena itu, mereka menekankan

pentingnya upaya pencegahan dan intervensi untuk mengatasi masalah ini, termasuk pendidikan dan pelatihan untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan sosial remaja serta peran orang tua dan sekolah dalam mempromosikan lingkungan yang aman dan positif untuk remaja.

Perkembangan teknologi telah membawa dampak terhadap bentuk *cyberbullying* yang muncul, salah satunya adalah *cyberbullying* yang dilakukan melalui *live streaming* atau aplikasi video chat. Dalam bentuk ini, pelaku dapat langsung mengekspresikan perilaku yang merugikan terhadap korban secara langsung dan dalam waktu nyata, sehingga memberikan pengalaman yang lebih intens dan traumatis bagi korban.

Sebuah studi oleh Mishna dan timnya (2020) menemukan bahwa *live streaming* dan aplikasi video chat memungkinkan pelaku untuk mengambil tangkapan layar dari tindakan mereka dan membagikannya dengan mudah di media sosial, sehingga meningkatkan risiko terjadinya *cyberbullying*. Studi tersebut juga menemukan bahwa ketika *cyberbullying* terjadi melalui *live streaming* atau aplikasi video chat, korban sering merasa sangat malu dan kesulitan untuk melaporkan tindakan tersebut.

Perkembangan teknologi terus berlangsung, sehingga penting bagi orang tua dan pihak yang terlibat dalam pengembangan teknologi untuk



Gambar 9. Live streaming perilaku merendahkan terhadap korban di depan audiens *online*.

Sumber : Freepik

mempertimbangkan cara-cara untuk mengurangi risiko *cyberbullying* yang terjadi melalui *live streaming* atau aplikasi video chat.

Pencegahan *cyberbullying* berbasis *online* yang berfokus pada membangun *online resilience* dalam individu untuk melindungi mereka dari efek negatif *cyberbullying* memiliki beberapa permasalahan, antara lain:

Penelitian yang terbatas mengenai efektivitas intervensi berbasis *resilience* dalam mencegah *cyberbullying*. Sehingga tidak jelas intervensi mana yang paling efektif dan bagaimana cara menerapkannya dalam konteks yang berbeda.

Tidak ada pendekatan standar dalam pencegahan *cyberbullying* berbasis *resilience*. Berbagai organisasi dan individu menggunakan pendekatan yang berbeda, sehingga sulit untuk membandingkan efektivitas antara berbagai intervensi.

Kesulitan dalam mengidentifikasi individu yang rentan: Sulit untuk mengidentifikasi individu yang rentan menjadi korban *cyberbullying*. Beberapa individu mungkin lebih rentan karena faktor pribadi seperti harga diri rendah atau isolasi sosial, sedangkan yang lain mungkin menjadi sasaran karena ras, jenis kelamin, atau orientasi seksual mereka.

Sementara intervensi berbasis *resilience* berfokus pada membangun *resilience* pada individu yang menjadi target *cyberbullying*, mereka mungkin tidak cukup fokus pada peran *bystander*. *Bystander* dapat memainkan peran kritis dalam mencegah *cyberbullying* dengan melaporkan insiden, mendukung korban, dan menentang pelaku. *Bystander* adalah individu yang menyaksikan *cyberbullying* tanpa terlibat langsung, memiliki potensi untuk memengaruhi situasi dengan tindakan seperti melaporkan insiden, memberikan dukungan kepada korban, atau menentang pelaku.

Intervensi berbasis *resilience* mungkin tidak memiliki dampak yang signifikan dalam mencegah *cyberbullying*. Beberapa individu mungkin masih mengalami efek negatif meskipun telah membangun *resilience*, dan mungkin ada batasan dalam sejauh mana *resilience* dapat melindungi individu dari bahaya yang ditimbulkan oleh *cyberbullying*.

2.4. Strategi Pencegahan dan Penanggulangan *Cyberbullying*

Cyberbullying adalah masalah yang meresap yang mempengaruhi individu dari segala usia, terutama anak-anak dan remaja yang menghabiskan banyak waktu di internet. Untuk mengurangi dampak *cyberbullying* dan menciptakan lingkungan *online* yang lebih aman, telah diusulkan model pencegahan *cyberbullying* berdasarkan ketahanan *online*. Model ini mencakup beberapa strategi, termasuk pendidikan, pemberdayaan, komunikasi, dukungan, dan mempromosikan perilaku *online* yang positif.



Gambar 10. Seorang pendidik atau seorang ahli memberikan informasi tentang *cyberbullying* kepada remaja dan anak-anak, melalui presentasi atau sesi pelatihan.

Sumber : Freepik

Pendidikan memainkan peran penting dalam pencegahan *cyberbullying*. Ini melibatkan memberikan pengetahuan komprehensif kepada anak-anak dan remaja tentang risiko yang terkait dengan *cyberbullying* dan cara mengenalinya. Mendidik mereka tentang pentingnya ketahanan *online* dan bagaimana hal itu dapat membantu mereka mengatasi *cyberbullying* juga sangat penting. Studi menunjukkan bahwa siswa yang menerima pendidikan tentang *cyberbullying* lebih

cenderung melaporkan masalah dan mencari bantuan ketika mereka mengalami hal itu.

Pemberdayaan adalah strategi kunci lain dalam model pencegahan *cyberbullying*. Pemberdayaan anak-anak dan remaja berarti memberi mereka alat yang diperlukan untuk tetap aman *online*, seperti pengaturan privasi, alat pelaporan, dan pedoman media sosial. Ini juga melibatkan mendorong mereka untuk berbicara dan mencari bantuan ketika mereka mengalami *cyberbullying*. Menurut UNICEF, memberdayakan anak-anak dan orang muda untuk berpartisipasi dalam proses pengambilan keputusan tentang pengalaman *online* mereka dapat mempromosikan kewarganegaraan digital mereka dan membantu mereka menjadi warga digital yang bertanggung jawab.

Komunikasi juga merupakan komponen penting dari pencegahan *cyberbullying*. Orang tua, guru, dan orang dewasa lainnya harus berkomunikasi terbuka dengan anak-anak dan remaja tentang aktivitas *online* mereka dan mendorong mereka untuk berbagi segala kekhawatiran yang mungkin mereka miliki. Komunikasi ini harus bersifat *non-judgmental* dan mendukung.

Dukungan sangat penting bagi mereka yang menjadi korban *cyberbullying*. Ini termasuk konseling, dukungan teman sebaya, dan kelompok dukungan komunitas. Menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi mereka untuk sembuh dan pulih adalah sangat penting.

Mempromosikan perilaku *online* yang positif adalah aspek kritis lain dari pencegahan *cyberbullying*. Anak-anak dan remaja harus diajarkan untuk memperlakukan orang lain dengan rasa hormat dan kebaikan *online*, seperti halnya mereka melakukannya secara langsung. Mereka juga harus didorong untuk menggunakan media sosial dan platform *online* lainnya untuk tujuan yang positif, seperti berbagi ide dan mendukung penyebab.

Secara keseluruhan, model pencegahan *cyberbullying* berdasarkan ketahanan *online* diperlukan untuk mengurangi dampak *cyberbullying* dan menciptakan lingkungan *online* yang lebih aman dan positif. Dengan

mengikuti model ini, kita dapat memberdayakan anak-anak dan remaja untuk mengatasi *cyber*.

Di Indonesia, banyak remaja yang belajar tari tradisional dan sering kali terlibat dalam masalah *cyberbullying*. Oleh karena itu, dibutuhkan sebuah model pencegahan *cyberbullying* yang berdasarkan karakter remaja yang belajar tari tradisional.

Model ini terdiri dari beberapa nilai penting seperti Respek, Tanggung Jawab, Ketangguhan, Teladan, dan Hubungan. Remaja yang belajar tari tradisional harus diajarkan untuk menghargai diri sendiri dan orang lain, serta memahami perbedaan budaya dan keragaman. Mereka juga harus bertanggung jawab atas perilaku *online* mereka dan menyadari bahwa tindakan mereka dapat memiliki konsekuensi.

Penting untuk mengembangkan karakter remaja yang belajar tari tradisional agar mereka bisa menghadapi *cyberbullying* dengan tangguh. Mereka harus didorong untuk mencari bantuan dan dukungan ketika mereka mengalami *cyberbullying*, dan juga harus mempelajari keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi masalah tersebut.

Remaja yang belajar tari tradisional juga dapat menjadi teladan positif bagi teman sebayanya dengan menunjukkan perilaku *online* yang positif. Mereka harus membangun hubungan positif secara *online* dan menghindari orang yang terlibat dalam perilaku negatif atau berbahaya.

Maka dari itu, melalui model ini kita dapat menciptakan lingkungan *online* yang lebih aman dan positif bagi remaja yang belajar tari tradisional di Indonesia, sambil juga membangun ketangguhan dan karakter mereka. Dengan memberi mereka alat dan keterampilan yang diperlukan, kita bisa membantu mereka mencegah dan mengatasi *cyberbullying*. Sebuah laporan dari Hinduja dan Patchin (2018) menekankan pentingnya membangun ketangguhan pada anak muda sebagai komponen kunci dalam mencegah dan merespons *cyberbullying*.

Model pencegahan *cyberbullying* yang mengandalkan teknologi digital dirancang untuk mendorong perilaku *online* yang positif dan mencegah *cyberbullying*. Model ini biasanya menggunakan alat dan sumber daya *online* untuk memberikan pendidikan dan meningkatkan

kesadaran tentang *cyberbullying*, dampaknya, dan cara mencegahnya. Orang tua, pendidik, dan siswa dapat memperoleh manfaat dari program pelatihan dan kesadaran yang disediakan. Keterampilan kewarganegaraan digital yang positif, seperti perilaku *online* yang bertanggung jawab, komunikasi yang santun, dan berpikir kritis, dapat diajarkan dalam kurikulum sekolah. Pembelajaran sosial-emosional juga dapat membantu individu mengembangkan empati, kasih sayang, dan ketangguhan melalui program yang mengajarkan keterampilan regulasi emosi, pemecahan masalah, dan penyelesaian konflik. Melalui strategi pelaporan dan intervensi, individu didorong untuk melaporkan insiden *cyberbullying* dan disediakan sumber daya dan dukungan untuk campur tangan dengan cara yang aman dan efektif. Secara keseluruhan, tujuan model pencegahan *cyberbullying* berbasis teknologi digital adalah untuk menciptakan lingkungan *online* yang lebih aman dan positif bagi semua pengguna. Namun, penting untuk diingat bahwa tidak ada pendekatan yang cocok untuk semua dalam pencegahan *cyberbullying* karena efektivitas dari model tersebut tergantung pada berbagai faktor, termasuk konteks budaya dan sosial, akses ke sumber daya, dan karakteristik individu yang terlibat.

Mengembangkan keuletan pada anak muda adalah faktor penting dalam mencegah perilaku *bullying* dan *cyberbullying*. Keuletan mengacu pada kemampuan untuk bangkit dari situasi sulit dan beradaptasi dengan tantangan secara positif dan produktif. Berikut adalah beberapa strategi yang dapat digunakan untuk mengembangkan keuletan pada anak muda:

Dalam membangun hubungan yang positif dengan anak muda, ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk membantu mereka tumbuh dan berkembang. Salah satu hal yang penting adalah dengan mendengarkan aktif dan menunjukkan empati kepada mereka. Dengan cara ini, kita dapat membantu anak muda merasa didengar dan didukung, sehingga dapat membangun kepercayaan diri dan harga diri yang positif.

Selain itu, mengajarkan anak muda untuk merawat diri sendiri secara fisik, emosional, dan mental juga sangat penting. Ini termasuk dengan mengajarkan mereka untuk tidur cukup, makan dengan baik,

berolahraga, dan berlatih kasih sayang pada diri sendiri. Dengan cara ini, kita dapat membantu mereka membangun ketahanan yang kuat untuk menghadapi berbagai tantangan yang mungkin muncul di masa depan.

Tak hanya itu, kita juga dapat membantu anak muda mengembangkan keterampilan pemecahan masalah dan keterampilan sosial. Dengan cara ini, mereka dapat mengambil kontrol atas situasi sulit dan menemukan solusi yang positif, serta membangun hubungan yang positif dengan orang lain.

Selain itu, kita juga dapat mendorong pola pikir yang berkembang pada anak muda. Dengan mengajarkan mereka untuk merangkul kesalahan, belajar dari kegagalan, dan bertahan dalam menghadapi kesulitan, kita dapat membantu mereka melihat tantangan sebagai kesempatan untuk tumbuh dan belajar.

Terakhir, membantu anak muda mengembangkan rasa tujuan dan makna dapat memberikan motivasi dan arah. Dengan cara ini, mereka dapat mengidentifikasi nilai-nilai, minat, dan hasrat mereka dan menetapkan tujuan yang sejalan dengan ini.

Dengan membangun ketahanan pada anak muda, kita dapat membantu mereka menghindari tindakan *bullying* dan *cyberbullying*. Dengan menciptakan lingkungan yang positif dan mendukung, kita dapat memberdayakan anak muda untuk tumbuh dan berkembang, sehingga dapat berhasil dan sukses di masa depan.



Daftar Pustaka

- Badan Siber dan Sandi Negara, 2020. Cara Mengatasi Cyberbullying. Diakses 14 Juli 2023 dari <https://bssn.go.id/cara-mengatasi-cyberbullying/>
- Beran, T. N., Li, Q., & Li, Y. (2021). Cyberbullying victimization and suicide ideation among Canadian adolescents: a moderated mediation model. *International Journal of Adolescence and Youth*, 1-12. <https://doi.org/10.1080/02673843.2021.1911847>

- Beran, T., & Li, Q. (2007). Cyber-harassment: A study of a new method for an old behavior. *Journal of Educational Computing Research*, 36(3), 265-277.
- Dhungana, R. R., & Bista, K. (2019). Factors associated with cyberbullying in Nepal: Findings from nationwide cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 19(1), 1314. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7652-2>
- Hamm, M. P., Newton, A. S., Chisholm, A., Shulhan, J., Milne, A., Sundar, P., ... & Scott, S. D. (2015). Prevalence and effect of cyberbullying on children and young people: A scoping review of social media studies. *Journal of Pediatrics*, 171(1), 27-32.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). Cyberbullying: An introduction. In *Handbook on Youth and Community Development Practice* (pp. 1-20). Springer, Cham
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). Cyberbullying: An update and synthesis of the research. In *Handbook of cybercrime and cyberdeviance* (pp. 235-252). Routledge.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). Cyberbullying: An Update and Synthesis of the Research. In *International Handbook of Cybercrime and Cyber Deviance* (pp. 225-246). Springer, Cham.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2020). Cyberbullying: An Update and Synthesis of the Research. In *The Handbook of School Violence and School Safety* (pp. 387-401). Springer, Cham. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-35599-0_24
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds?--Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School Health*, 78(9), 496-505.
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2018). Youth experiences with cyberbullying: Research and practical implications. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 48(2), 91-99.

- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health, 53*(1), S13-S20.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2021). *Cyberbullying among Children and Adolescents: A Practical Guide to Understanding and Prevention*. John Wiley & Sons. <https://www.wiley.com/en-us/Cyberbullying+among+Children+and+Adolescents%3A+A+Practical+Guide+to+Understanding+and+Prevention-p-9781119687458>
- Li, M., Jiang, Y., Li, W., & Li, X. (2020). The impact of cyberbullying victimization on mental health: The role of resilience and social support. *Journal of Affective Disorders, 274*, 1077-1082. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.075>
- Menesini, E., Nocentini, A., & Palladino, B. E. (2012). Empowering students against bullying and cyberbullying: Evaluation of an Italian peer-led model. *Journal of Adolescence, 35*(2), 338-347.
- Mishna, F., Houry-Kassabri, M., Gadalla, T., & Daciuk, J. (2020). The Complexities of Cyberbullying through Live Streaming and Video Chat Applications: Implications for Child Welfare Practice. *Children and Youth Services Review, 108*, 104646. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2019.104646>
- Mishna, F., Houry-Kassabri, M., Gadalla, T., & Daciuk, J. (2021). Pathways of harm: Exploring the interconnections between online harassment and mental health outcomes among youth. *Journal of Youth and Adolescence, 50*(1), 38-49.
- Olweus, D. (2018). Cyberbullying: An overrated phenomenon? *European Journal of Developmental Psychology, 15*(6), 643-650.
- Raskauskas, J., & Stoltz, A. D. (2007). Involvement in traditional and electronic bullying among adolescents. *Developmental Psychology, 43*(3), 564-575.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 49*(4), 376-385.

- Sourander, A., Brunstein Klomek, A., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., Koskelainen, M., ... & Helenius, H. (2010). Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents: A population-based study. *Archives of General Psychiatry*, 67(7), 720-728.
- Sumber: Wang, J., Iannotti, R. J., & Nansel, T. R. (2022). School bullying and cyberbullying: prevalence, characteristics, and implications for prevention. *Pediatrics*, 149(Suppl 1), S54-S62. <https://doi.org/10.1542/peds.2021-0500581>
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277-287. doi: 10.1016/j.chb.2009.11.014
- Wang, F., Yang, X., Owen, M., Xie, X., & Feng, W. (2021). The association between cyberbullying victimization and mental health among Chinese adolescents: The mediating role of perceived social support. *Child Abuse & Neglect*, 115, 104999. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.104999>
- Yoon, H., & Kim, Y. (2021). Factors associated with cyberbullying perpetration among Korean adolescents: A longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 117, 106693. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106693>
- Yoon, J., Bauman, S., Lohrmann, S., & Seo, S. (2020). Cyberbullying among adolescents: Psychosocial characteristics of bullies, victims, and bully-victims. *Children and Youth Services Review*, 111, 104867.
- Zhang, S., & Luo, X. (2020). Cyberbullying victimization and adolescents' mental health: The mediating role of self-esteem and the moderating role of family cohesion. *Journal of Interpersonal Violence*, 0886260520945141. <https://doi.org/10.1177/0886260520945141>

BAB

3

TEKNOLOGI DIGITAL DAN ONLINE RESILIENCE

3.1. Peran Teknologi Digital dalam Kehidupan Remaja

Teknologi digital telah memainkan peran yang sangat penting dalam kehidupan remaja saat ini. Dalam banyak aspek kehidupan mereka, teknologi digital telah mengubah cara remaja berinteraksi, belajar, bersenang-senang, dan mengekspresikan diri. Teknologi digital telah mengubah cara remaja berinteraksi dengan orang lain. Sebelumnya, komunikasi terbatas pada pertemuan langsung, telepon rumah, atau pesan teks melalui ponsel sederhana. Namun, dengan kemajuan teknologi digital seperti ponsel pintar dan media sosial, remaja sekarang dapat terhubung dengan mudah dengan teman-teman, keluarga, dan orang-orang baru di seluruh dunia. Mereka dapat mengirim pesan teks, mengobrol melalui panggilan video, dan berbagi konten multimedia dalam hitungan detik. Interaksi menjadi lebih cepat, lebih mudah, dan tidak lagi terbatas oleh jarak geografis.



Gambar 11. Remaja sekarang dapat terhubung dengan mudah dengan teman-teman.

Sumber: Frepik

Dalam hal pembelajaran, teknologi digital telah membuka akses yang lebih luas ke informasi dan sumber daya pendidikan. Sebelumnya,

remaja terbatas pada buku teks, materi pelajaran yang disediakan di sekolah, atau perpustakaan setempat. Namun, sekarang mereka dapat mencari informasi secara *online* melalui mesin pencari dan platform pembelajaran daring. Mereka dapat mengakses materi pembelajaran, video tutorial, kursus daring, dan forum diskusi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang berbagai topik. Teknologi digital juga memungkinkan remaja untuk belajar secara mandiri dan menyesuaikan metode pembelajaran sesuai dengan preferensi pribadi mereka.

Dalam hal bersenang-senang, teknologi digital telah menyediakan berbagai pilihan hiburan. Remaja dapat menonton film dan acara televisi melalui platform *streaming online*. Mereka dapat mendengarkan musik melalui layanan *streaming* musik atau membuat *playlist* pribadi. Video game juga telah menjadi hiburan yang populer, baik dalam bentuk permainan daring maupun permainan *multiplayer*. Selain itu, teknologi digital juga memberikan remaja kesempatan untuk menciptakan konten kreatif mereka sendiri, seperti *vlog*, *podcast*, atau musik, dan membagikannya dengan dunia melalui platform *online*.

Teknologi digital juga memberikan remaja alat untuk mengekspresikan diri secara kreatif. Media sosial memungkinkan mereka untuk membuat profil pribadi, berbagi pemikiran, perasaan, dan pengalaman mereka melalui status dan *posting-an*. Mereka dapat mengunggah foto dan video yang mencerminkan kepribadian mereka dan menggunakan fitur *editing* untuk meningkatkan kualitas visualnya. Remaja juga dapat mengeksplorasi minat dan bakat mereka dengan mengunggah konten yang mereka ciptakan, seperti seni, fotografi, tulisan, atau video. Teknologi digital memberi mereka platform untuk menemukan identitas diri mereka dan terhubung dengan komunitas yang memiliki minat serupa.

Tabel 3. Efek positif dan negatif gawai bagi remaja

No	Negatif	Positif
1	menurunnya kemampuan psikososial	memberikan penawaran yang beragam kesempatan untuk mengembangkan diri
2	kurangnya interaksi di dunia nyata	memberikan akses lebih luas untuk pembelajaran dan pengembangan keterampilan
3	rasa candu dan ketergantungan pada gawai	membagikan pemikiran dan perasaan melalui status dan <i>posting-an</i>
4	kurangnya bersikap disiplin	dapat mengeksplorasi minat dan hobi baru
5	berkurangnya minat belajar	akses tak terbatas ke informasi dan sumber pembelajaran.
6	cara berpikir dan merespons berbagai situasi dengan reaktif dan emosional.	
7	Perundungan siber	

Secara keseluruhan, teknologi digital telah mengubah cara remaja berinteraksi, belajar, bersenang-senang, dan mengekspresikan diri dengan memberikan akses yang lebih luas, mempercepat proses, dan menyediakan platform untuk kreativitas dan eksplorasi diri.

Komunikasi dan hubungan sosial telah mengalami perubahan besar dengan adanya teknologi digital. Ponsel pintar dan media sosial memungkinkan remaja untuk terhubung dengan teman-teman, keluarga, dan bahkan orang-orang baru dari seluruh dunia. Mereka dapat mengirim pesan teks, berbicara secara langsung melalui panggilan video, serta berbagi foto dan video dengan mudah. Dengan bantuan teknologi digital, jarak geografis bukan lagi penghalang dalam menjaga hubungan sosial.

Teknologi digital juga memberikan remaja akses tak terbatas ke informasi dan sumber pembelajaran. Melalui internet, mereka dapat mencari materi pelajaran, meneliti topik minat pribadi, dan memperoleh pengetahuan tambahan di luar lingkungan sekolah. Remaja dapat mengikuti kursus daring, membaca buku elektronik, dan menjelajahi



Gambar 12. Remaja bebas berbicara melalui panggilan video dengan teman-teman dari berbagai lokasi geografis.

Sumber : Freepik

sumber daya pendidikan *online*. Ini membuka peluang baru bagi mereka untuk mengembangkan minat dan bakat mereka.

Untuk hiburan dan rekreasi, teknologi digital telah memberikan beragam pilihan bagi remaja. Mereka dapat menonton film, acara televisi, atau mendengarkan musik melalui platform *streaming online*. Video game juga telah menjadi bentuk hiburan yang

populer di kalangan remaja. Mereka dapat bermain sendiri atau dengan teman-teman secara daring. Selain itu, teknologi digital juga memberi mereka kesempatan untuk menciptakan konten kreatif mereka sendiri, seperti video, musik, atau tulisan, dan membagikannya dengan dunia melalui platform *online*.

Tidak hanya itu, teknologi digital juga membantu remaja dalam mengekspresikan identitas dan kepribadian mereka. Mereka dapat membuat profil pribadi di media sosial, membagikan pemikiran dan perasaan mereka melalui status dan *posting-an*, serta mengunggah foto dan video yang mencerminkan siapa mereka. Selain itu, remaja dapat mengeksplorasi minat dan hobi baru melalui teknologi digital, serta terhubung dengan komunitas yang memiliki minat serupa. Ini memberi mereka ruang untuk mengeksplorasi dan mengembangkan jati diri mereka.

Dalam hal pendidikan, teknologi digital telah memberikan akses lebih luas untuk



Gambar 13. Ikut kursus daring atau mengakses materi pembelajaran online semakin mudah saat ini.

Sumber: Freepik

pembelajaran dan pengembangan keterampilan. Remaja dapat mengikuti kursus daring, mengikuti *webinar*, dan menggunakan berbagai aplikasi dan platform pembelajaran. Mereka dapat mempelajari keterampilan baru seperti pemrograman komputer, desain grafis, atau fotografi dengan cara yang mandiri. Teknologi digital membantu remaja mempersiapkan diri mereka untuk masa depan yang lebih baik.

Meskipun teknologi digital memberikan banyak manfaat, penting untuk diingat bahwa penggunaan yang tidak tepat atau berlebihan juga dapat memiliki dampak negatif. Hal-hal seperti ketergantungan, kekhawatiran privasi dan keamanan *online*, serta risiko *cyberbullying* menjadi tantangan yang perlu dihadapi remaja dan orang tua mereka.

Teknologi digital, terutama media sosial dan aplikasi pesan, memainkan peran penting dalam memicu dan memperkuat perasaan FOMO (Prabowo, 2021). Kemampuan remaja untuk terus terhubung dengan dunia melalui akses yang konstan ke ponsel pintar mereka memainkan peran penting dalam memicu perasaan FOMO. Mereka sering merasa perlu memeriksa informasi terbaru dan terlibat dalam kegiatan yang sedang *trend* di lingkungan mereka. Selain itu, media sosial menjadi platform di mana remaja membandingkan diri mereka dengan orang lain, melihat *posting-an* teman-teman mereka yang terlibat dalam kegiatan sosial atau memiliki pengalaman yang menyenangkan. Hal ini dapat menimbulkan perasaan takut kehilangan pengalaman penting atau tidak cukup “terlihat” jika mereka tidak terlibat dalam kegiatan yang sama. Ketergantungan pada teknologi digital juga dapat memperkuat perasaan FOMO, di mana remaja merasa takut kehilangan berita atau informasi penting jika mereka tidak terus memeriksa media sosial atau pesan yang masuk.

Selain itu, perundungan (*bullying*) menjadi salah satu kasus yang masih terus terjadi terutama pada masa remaja. Dampak dari perundungan tidak dapat dianggap sebagai permasalahan sederhana, beberapa remaja mungkin memiliki kapasitas lebih besar untuk menerima dan menghadapi kondisi negatif yang dialaminya, namun tidak sedikit juga yang kesulitan untuk menghadapi kondisi tersebut (Tandiono, 2021).

3.2. Kesadaran Digital sebagai Pengembangan Karakter Bangsa di Abad 21

Kesadaran digital merupakan aspek penting dalam pengembangan karakter bangsa di abad ke-21. Kemajuan teknologi yang pesat telah membawa perubahan yang signifikan pada cara orang berkomunikasi, belajar, bekerja, dan berinteraksi satu sama lain. Akibatnya, individu dan bangsa harus mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan untuk menavigasi dunia digital secara efektif.

Karakter nasional mengacu pada nilai-nilai, keyakinan, dan perilaku bersama yang menentukan identitas suatu bangsa. Di abad ke-21, kesadaran digital telah menjadi aspek penting dalam pengembangan karakter bangsa karena hal ini berdampak pada bagaimana individu dan bangsa berinteraksi satu sama lain di ruang digital. Kesadaran digital mencakup berbagai keterampilan, termasuk literasi digital, pemikiran kritis, keamanan siber, dan etika *online*.

Literasi digital adalah kemampuan untuk menggunakan teknologi digital untuk mengakses, mengevaluasi, dan menciptakan informasi secara efektif. Hal ini melibatkan keterampilan yang dibutuhkan untuk menavigasi platform digital, memahami konten *online*, dan menggunakan alat digital untuk berkomunikasi dan berkolaborasi. Di abad ke-21, literasi digital sangat penting untuk kesuksesan dalam pendidikan, pekerjaan, dan kehidupan sehari-hari.

Berpikir kritis adalah aspek penting lainnya dari kesadaran digital. Hal ini melibatkan kemampuan untuk mengevaluasi informasi secara kritis, membedakan antara sumber yang kredibel dan yang tidak, serta membuat keputusan yang tepat berdasarkan bukti. Dengan banyaknya informasi yang tersedia secara *online*, pemikiran kritis sangat penting bagi individu dan negara untuk menghindari informasi yang salah dan propaganda.

Keamanan siber juga merupakan aspek penting dari kesadaran digital. Hal ini melibatkan perlindungan informasi dan sistem pribadi dan nasional dari ancaman siber, seperti peretasan dan pencurian identitas. Seiring dengan semakin terhubungnya berbagai negara melalui internet,

keamanan siber menjadi semakin penting untuk melindungi keamanan nasional dan mencegah serangan siber.

Terakhir, etiket *online* adalah aspek penting lainnya dari kesadaran digital. Hal ini mencakup pemahaman tentang bagaimana berperilaku secara tepat di ruang digital, seperti menggunakan bahasa yang sopan, menghindari pelecehan *online*, dan menghormati privasi orang lain.

Kesimpulannya, kesadaran digital merupakan aspek penting dalam pengembangan karakter bangsa di abad ke-21. Hal ini mencakup berbagai keterampilan, termasuk literasi digital, pemikiran kritis, keamanan siber, dan etika *online*. Seiring dengan kemajuan teknologi, individu dan bangsa harus mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan untuk menavigasi dunia digital secara efektif.

3.3. Konsep *Online Resilience* dan Faktor yang Memengaruhinya

Dalam konteks ketahanan psikologis, fungsi risiko mengacu pada hubungan antara tingkat stres atau kesulitan dan kemungkinan atau tingkat keparahan hasil psikologis negatif, seperti depresi, kecemasan, atau gangguan stres pascatrauma (PTSD).

Fungsi risiko dalam ketahanan psikologis dapat mempertimbangkan faktor-faktor seperti tingkat keparahan dan durasi stresor, strategi penanganan individu dan jaringan pendukung, dan pengalaman mereka sebelumnya dengan kesulitan. Sebagai contoh, penelitian telah menunjukkan bahwa risiko terkena PTSD setelah kejadian traumatis dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti tingkat keparahan trauma, kedekatan individu dengan kejadian tersebut, tingkat dukungan sosial, dan kesehatan mental yang sudah ada sebelumnya.

Dengan memahami fungsi risiko dalam ketahanan psikologis, para profesional kesehatan mental dapat memprediksi dengan lebih baik kemungkinan dan tingkat keparahan hasil negatif sebagai respons terhadap stres dan kesulitan, dan mengembangkan intervensi yang ditargetkan untuk mengurangi risiko-risiko ini. Sebagai contoh, intervensi seperti terapi perilaku kognitif atau pelatihan manajemen stres dapat membantu individu mengembangkan strategi mengatasi stres untuk

mengurangi efek negatif dari stres, sementara intervensi dukungan sosial dapat membantu membangun ketahanan dengan memperkuat koneksi dan hubungan sosial.

Online resilience adalah kemampuan individu untuk menghadapi dan mengatasi berbagai risiko dan tantangan yang muncul dalam pengalaman *online*. Konsep ini berfokus pada kemampuan seseorang untuk menjaga kesehatan mental dan emosional, membangun hubungan yang sehat dengan teknologi, serta mengelola dan menavigasi lingkungan digital dengan bijak (Wisniewski, 2015).

Online resilience, atau ketahanan *online*, dipengaruhi oleh beberapa faktor yang meliputi literasi digital, dukungan sosial, kepercayaan diri, penyesuaian psikologis, dan kemampuan penyelesaian masalah. Literasi digital menjadi faktor penting dalam membangun *online resilience*. Dalam literasi digital, penting untuk memahami risiko dan bahaya yang terkait dengan penggunaan teknologi digital, seperti *cyberbullying*. Kemampuan dalam mengenali tanda-tanda *cyberbullying* juga menjadi aspek penting dalam literasi digital. Selain itu, literasi digital juga dapat membantu dalam menggunakan media sosial dan platform digital dengan bijak. Kemampuan dalam melaporkan tindakan *cyberbullying* juga menjadi aspek penting dalam literasi digital. Dengan memahami aspek-aspek literasi digital tersebut, seseorang dapat membentengi diri dari *cyberbullying* dan membangun *online resilience*. Kemampuan individu untuk memahami dan menggunakan teknologi secara aman dan bertanggung jawab, termasuk pemahaman tentang privasi *online*, perlindungan data, dan pengenalan tanda-tanda bahaya, dapat membantu mereka menghadapi tantangan *online* dengan lebih efektif.

Dukungan sosial memiliki peran penting dalam membangun *online resilience*. Menurut Ravila Rubyanti, mendapatkan dukungan emosional dan praktis dari keluarga, teman, atau orang dewasa yang dapat membantu menghadapi tantangan *online* memberikan individu rasa didengar, didukung, dan lebih mampu mengatasi situasi yang sulit. Dukungan ini membantu individu merasa bahwa mereka tidak sendirian

dan memberikan mereka kepercayaan diri yang diperlukan untuk menghadapi konflik atau tekanan *online*. Selain itu, kepercayaan diri yang kuat juga penting dalam menghadapi dan mengatasi konflik *online*. Menurut Wiktorja J. Edryczka, tingkat kepercayaan diri individu mempengaruhi kemampuan mereka dalam mengambil keputusan yang bijaksana, mengembangkan batasan yang sehat, dan melawan perilaku negatif. Selman Çutuk juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara kepercayaan diri, ketahanan psikologis, dan penggunaan internet yang bermasalah di kalangan pelajar. Mengembangkan ketahanan *online* membantu individu untuk bereaksi secara positif terhadap tantangan dan mengatasi kebencian *online*. Dengan dukungan sosial yang memadai dan kepercayaan diri yang kuat, individu dapat memperkuat *online resilience* mereka dan menghadapi pengalaman *online* dengan lebih baik. Penyesuaian psikologis berperan dalam mengelola emosi dan stres yang muncul dari pengalaman *online* yang menantang. Kemampuan mengelola konflik, mengatasi kegagalan, dan memiliki sikap yang positif membantu individu untuk tetap stabil dan mampu mengatasi tantangan *online*.

Kemampuan penyelesaian masalah juga diperlukan dalam konteks *online*. Individu perlu mampu mengidentifikasi, menganalisis, dan menyelesaikan masalah yang muncul dalam pengalaman *online*. Keterampilan komunikasi, negosiasi, dan kemampuan pengambilan keputusan yang baik sangat berkontribusi pada kemampuan individu untuk menghadapi dan menavigasi tantangan *online*.

Dengan memperhatikan faktor-faktor ini dan mengembangkan kemampuan dalam setiap aspek, individu dapat memperkuat *online resilience* mereka, memungkinkan mereka untuk menjalani pengalaman *online* yang sehat, aman, dan positif.

3.4. Cara Meningkatkan *Online Resilience* Remaja

Faktor penting dalam meningkatkan ketahanan *online* adalah dengan mengatasi masalah budaya. Hambatan budaya dapat memengaruhi cara individu memandang dan menggunakan teknologi, serta cara mereka berinteraksi satu sama lain secara *online*. Penting untuk

memahami dan menghormati perbedaan budaya untuk menciptakan komunitas *online* yang lebih inklusif dan saling mendukung.

Studi yang dilakukan Angela R. Campbell dan John W. Creswell (2019) menemukan bahwa masalah budaya, seperti hambatan bahasa dan ketidakpercayaan terhadap teknologi, dapat menghambat keberhasilan inisiatif mendongeng digital dalam mempromosikan ketahanan masyarakat. Para penulis menyarankan agar mengatasi hambatan budaya ini melalui penjangkauan yang ditargetkan dan melibatkan masyarakat dapat membantu meningkatkan partisipasi dan dukungan untuk inisiatif semacam itu.

UK Government's Digital Inclusion Team (2016) menyebutkan bahwa faktor budaya, seperti etnisitas, dapat memengaruhi ketahanan digital, yang mengacu pada kemampuan individu untuk beradaptasi dan memandu lingkungan *online*. Laporan tersebut menunjukkan bahwa pendekatan yang disesuaikan untuk inklusi digital, yang mempertimbangkan konteks budaya dan sosial yang unik dari komunitas yang berbeda, dapat membantu meningkatkan ketahanan digital dan mendukung partisipasi *online*.

Untuk mengaktualisasikan nilai-nilai budaya lokal yang dapat memperkuat karakter anak dan membentuk ketahanan daring, diawali dengan mengidentifikasi nilai-nilai budaya lokal yang penting untuk memperkuat karakter anak. Hal ini dapat dilakukan dengan berkonsultasi dengan tokoh masyarakat, tetua, atau orang tua untuk memahami nilai-nilai yang paling relevan dan bermakna.

Penyusunan program yang memasukkan nilai-nilai lokal ke dalam kegiatan dan pelajaran yang mempromosikan ketahanan *online*. Misalnya, kegiatan dapat berfokus pada pengembangan empati, keterampilan berpikir kritis, dan literasi digital, sementara pelajaran dapat menyoroti pentingnya rasa hormat, kejujuran, dan tanggung jawab. Berikan kesempatan kepada anak-anak untuk mempraktikkan nilai-nilai ini dalam situasi kehidupan nyata. Hal ini dapat berupa latihan bermain peran, proyek layanan masyarakat, atau diskusi tentang situasi dunia nyata yang membutuhkan penerapan nilai-nilai ini.

Orang tua dan pengasuh melibatkan diri dalam proses ini dengan menyediakan sumber daya dan informasi tentang bagaimana mereka dapat memperkuat nilai-nilai ini di rumah. Hal ini dapat berupa memberikan tips tentang cara memantau aktivitas *online* anak-anak, membina komunikasi yang terbuka, dan mencontohkan perilaku yang positif.

Menilai dan mengevaluasi efektivitas program secara terus-menerus dan melakukan penyesuaian jika diperlukan. Hal ini dapat dilakukan dengan meminta umpan balik dari peserta, melacak kemajuan dari waktu ke waktu, dan membuat perubahan pada kurikulum atau kegiatan berdasarkan umpan balik.

Dengan mengambil langkah-langkah ini, dimungkinkan untuk mengaktualisasikan nilai-nilai budaya lokal yang dapat memperkuat karakter remaja dan mendorong ketahanan *online*, yang pada akhirnya mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan dunia digital sekaligus mempromosikan nilai-nilai positif yang penting dalam budaya lokal mereka.



Gambar 14. Orang dewasa dapat memberikan contoh perilaku online yang positif kepada remaja.

Sumber: Freepik

Remaja yang memiliki pemahaman yang kuat tentang warisan budaya mereka cenderung memiliki rasa positif tentang diri mereka sendiri dan rasa memiliki. Hal ini, pada gilirannya, dapat membantu mereka membangun ketahanan terhadap hal-hal negatif dan perundungan *online*.

Keterlibatan dalam komunitas dapat membantu remaja mengembangkan rasa tanggung jawab dan empati terhadap orang lain.

Ketika mereka merasa terhubung dengan komunitasnya, mereka cenderung berperilaku positif di dunia maya.

Orang dewasa dapat memberikan contoh perilaku *online* yang positif kepada remaja dan mendorong mereka untuk terlibat dalam interaksi *online* yang positif. Hal ini dapat membantu mereka membangun rasa kebersamaan dan ketahanan terhadap interaksi negatif.

Remaja perlu mengetahui cara menggunakan teknologi dengan aman dan bertanggung jawab. Hal ini termasuk memahami cara melindungi privasi mereka dan cara menghindari predator *online*.

Dalam aktivitas *online* remaja dibutuhkan dukungan dan keterlibatan orang tua. Orang tua berperan sebagai pengawas. Pengawasan diwujudkan dengan aturan dan bimbingan dalam penggunaan internet. Aturan dan bimbingan bertujuan agar terbentuk tingkah laku positif selama menggunakan media *online* dengan lingkungan teman sebaya.

Lingkungan teman sebaya dijadikan sarana pertemanan remaja. Sebagai sarana pertemanan diperlukan karakter positif. Karakter ini terbentuk melalui hubungan remaja yang positif, sehat dan saling mendukung. Karakter positif dikembangkan untuk menghadapi tantangan penggunaan media *online*.

Pengembangan karakter positif remaja antara lain ditempuh dengan mendapatkan tokoh panutan dan mentor. Tokoh panutan berasal dari orang dewasa, guru, pelatih, atau tokoh masyarakat. yang bertingkah laku positif selama menggunakan media *online*. Dengan demikian remaja terdorong bersikap kritis.

Sikap kritis berawal dari kemampuan menilai ketepatan dan kebenaran informasi. Kemudian, remaja menghindarkan diri dari tindakan penyebaran informasi yang keliru, dan selalu mempertimbangkan akibat-akibat dalam penggunaan media *online*. Mendorong remaja untuk berpikir kritis tentang apa yang mereka lihat dan dengar secara *online* dapat membantu mereka mengembangkan sikap skeptis yang sehat dan kemampuan untuk mengevaluasi informasi. Hal ini dapat membantu

mereka menghindari menjadi mangsa penipuan *online* atau informasi yang salah.

Kesehatan mental dan kesejahteraan jiwa remaja memainkan peranan penting dalam aktivitas *online*. Keduanya dapat dibentuk dengan membiasakan gaya hidup sehat di antaranya penggunaan waktu dengan keluarga di dalam dan di luar rumah. Kecemasan dan depresi dapat berpengaruh dalam aktivitas *online*.



Daftar Pustaka

- Tandiono, I. M., Dewi, F. I. R., & Soetikno, N. (2021). Ide bunuh diri pada remaja korban perundungan: keberfungsian keluarga dan kualitas hubungan pertemanan sebagai prediktor. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 156-172.
- Prabowo, C. X., & Dewi, F. I. R. (2021, August). The Correlation Between Fear of Missing Out and Subjective Well-Being Among Young Adulthood. In *International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)* (pp. 1431-1436). Atlantis Press.
- Wisniewski, P., Jia, H., Wang, N., Zheng, S., Xu, H., Rosson, M. B., & Carroll, J. M. (2015). Resilience mitigates the negative effects of adolescent internet addiction and online risk exposure. In *Proceedings of the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 4029-4038).
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). Connecting Adolescent Suicide to the Severity of Bullying and Cyberbullying. *Journal of School Violence*, 17(3), 216-229.
- Li, Q. (2006). Cyberbullying in Schools: A Research of Gender Differences. *School Psychology International*, 27(2), 157-170.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2015). *Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying*. Corwin Press.

- Salmivalli, C., & Peets, K. (2018). Cyberbullying: Prevalence, stability, and risk factors during adolescence. *Computers in Human Behavior*, 88, 135-142.
- Gini, G., & Espelage, D. L. (2014). Peer victimization, cyberbullying, and suicide risk in children and adolescents. *JAMA Pediatrics*, 168(5), 435-442.

BAB 4

KARAKTER REMAJA

4.1. Definisi



Gambar 15. Di era Revolusi Industri Keempat dibutuhkan remaja yang berkarakter kuat.
Sumber: Freepik

Di Era Revolusi Industri Keempat, atau Industri 4.0, terjadi perpaduan teknologi yang menunjukkan pengaburan batas antara dunia fisik, digital, dan biologis. Perubahan ini membawa transformasi signifikan dalam ekonomi, tempat kerja, dan masyarakat. Dalam era ini, peran remaja menjadi sangat penting dalam membentuk masa depan komunitas mereka dan dunia secara luas. Untuk membentuk karakter kepemimpinan remaja di era

ini, terdapat beberapa strategi yang dapat berguna.

Pembentukan karakter di Era Revolusi Industri Keempat membutuhkan pendekatan yang beragam, meliputi kreativitas, keterampilan digital, kolaborasi, semangat kewirausahaan, dan rasa tujuan. Dengan memupuk kualitas-kualitas ini pada pemimpin muda, kita dapat membangun masa depan yang lebih baik bagi diri kita sendiri dan generasi mendatang.

Mari kita coba pahami istilah karakter. Seseorang dihadapkan pada suatu pilihan apakah akan melakukan tindakan A atau B. Ternyata pilihannya adalah melakukan tindakan A. Mengapa dipilih A bukan B? Keputusan ini dibuat berdasarkan berbagai pertimbangan. Lingkungan keluarga dan pendidikan berpengaruh dalam pilihan tindakan itu. Wawasan ini mungkin datang dari seorang guru atau bisa saja “diambil” dari pengalaman sebelumnya. Kita harus menyebutkan “karakter”-nya sebagai penentu keputusannya yang menghasilkan perilaku. Landasan perilaku genetik bukanlah karakter. Karakter terbentuk melalui konsep belajar. Cakupannya adalah semua karakteristik sosial dan pribadi yang ditampilkan seorang individu dalam tindakannya sehari-hari. Di antaranya sifat-sifat seperti daya tahan, ketenangan, dan kecenderungan umum untuk inisiatif, serta ketabahan moral dan etika sosial (McCloy, 1930).

Dari definisi karakter tersebut dapat diartikan adanya kemungkinan perubahan karakter yang menguntungkan. Individu dipaksa untuk berasumsi bahwa, sementara perbaikan dalam perilaku terbuka mungkin tidak disertai dengan peningkatan motif untuk individu tertentu, perbaikan umum dalam perilaku terbuka, di mana perilaku tersebut tidak terlalu dipengaruhi oleh perilaku bukan sebenarnya. Situasi berupa pemberian penghargaan yang berlebihan, hampir selalu disertai dengan peningkatan motif (McCloy, 1930).

Pendapat lain tentang karakter adalah sebagai kumpulan sikap, tindakan, motif, dan bakat. Karakter berasal dari kata Yunani *charassein* yang berarti menandai dan mengacu pada penerapan nilai kebaikan dalam bentuk perbuatan atau perilaku, sehingga individu yang tidak jujur, kejam, serakah, dan perilaku buruk digambarkan sebagai orang yang berkarakter buruk. Sebaliknya seseorang disebut mulia jika bermoral baik (Aunillah, 2011). Karakter juga sering diartikan sebagai “atribut atau ciri yang membentuk dan mengidentifikasi karakteristik pribadi seseorang, kelompok, atau bangsa, karakteristik etis, dan kompleksitas mental (Scerenko dalam Samani dan Hariyanto, 2012). Sedangkan karakter menurut pandangan Marine adalah suatu gabungan sikap, perilaku intrinsik, dan kemampuan yang membentuk kepribadian seseorang.

Dengan demikian, karakter adalah sifat yang membedakan seseorang dalam suatu bangsa, serta perpaduan antara sikap dan tindakan intrinsik yang menjadi modal seseorang dalam melaksanakan tugas dalam kehidupan berbangsa dan bernegara. Seseorang dikatakan berakhlak mulia apabila ia menyadari potensi dirinya dan mampu mewujudkan potensi tersebut dalam sikap dan tindakannya. Seseorang yang mampu memaksimalkan potensinya akan menumbuhkan sikap-sikap terpuji seperti kontemplatif, percaya diri, kritis, analitis, rasional, kreatif-inovatif, bertanggung jawab, rela berkorban, dan suka bekerja sama untuk kepentingan umum. Seseorang dengan kepribadian optimis mungkin dianggap melakukan yang terbaik dan bertindak sesuai dengan potensi dan kesadarannya. Dengan demikian, karakter adalah pencapaian pertumbuhan konstruktif dalam kehidupan sehari-hari dalam hal perkembangan intelektual, emosional, sosial, etika, dan perilaku.

Dari perspektif pendidikan karakter, kebajikan moral seperti rasa hormat, kesetiaan, tanggung jawab, pengendalian diri, dan kasih sayang



Gambar 16. Identitas moral sebagai dasar pembentukan karakter berawal dari kepedulian.

Sumber: Freepik

harus menjadi tujuan pendidikan moral (Park 2004). Aquino dan Reed (2002) mengidentifikasi sembilan ciri karakter moral yang membentuk identitas moral, termasuk kepedulian, kasih sayang, keadilan, keramahan, kemurahan hati, suka menolong, ketekunan, kejujuran, dan kebaikan.

Hardy (2014) selanjutnya mengidentifikasi 20 atribut karakter moral dalam “orang yang bermoral”, seperti kedermawanan, kesetiaan, rasa hormat, dan kasih sayang. Temuan menunjukkan bahwa moral ideal diri mengarah ke hasil remaja yang positif, seperti perilaku bermasalah yang lebih rendah, lingkungan

yang lebih tinggi, dan keterlibatan sekolah yang lebih tinggi (Hardy *et al.* 2014). Atribut karakter moral, termasuk harapan, semangat, cinta, kecerdasan sosial, dan ketekunan, juga berhubungan positif dengan kepuasan hidup orang dewasa (Martínez-Martí dan Ruch 2014). Schwartz dan Sortheix (2018) mengusulkan sepuluh nilai luas, termasuk “prestasi”, “kekuatan”, “keamanan”, “kesesuaian”, “tradisi”, “kebajikan”, “universalisme”, “pengarahan diri”, “stimulasi”, dan “hedonisme”.

Peterson dan Seligman (2004) mengidentifikasi enam kebajikan, termasuk 24 kekuatan karakter, seperti pemaafan, kebaikan, keadilan, kehati-hatian, dan pengaturan diri. Secara umum, karakter moral tersebut di atas umumnya menekankan pada dua aspek moralitas, antara lain memperlakukan orang lain dengan baik dan pengaturan diri.

Meskipun ada kualitas moral yang serupa di berbagai budaya dan negara, ada juga keragaman budaya dalam kematian (Liu *et al.* 2016; Shek dan Zhu 2019). Shek. (2013) berpendapat bahwa moralitas Cina pada dasarnya didasarkan pada ide-ide Konfusianisme klasik, menekankan perlunya tatanan moral dan harmoni interpersonal. Dalam hal nilai-nilai sosial, mahasiswa Cina mengungguli mahasiswa Amerika pada nilai-nilai kolektivistik, yang memprioritaskan mematuhi aturan dan menempatkan kebutuhan kolektif di atas kepentingan pribadi (Chiou 2001). Lebih lanjut, studi tentang kompetensi moral remaja mengungkapkan bahwa remaja Cina mendapat skor yang lebih baik dalam pengendalian diri, kerendahan hati, dan kehati-hatian daripada rasa ingin tahu, humor, dan rasa syukur (Liu *et al.* 2016). Remaja Barat, di sisi lain, mendapat nilai yang lebih baik dalam hal kasih sayang, rasa terima kasih, dan kejujuran daripada kerendahan hati, ketekunan, dan pengendalian diri (Park dan Peterson 2006). Temuan ini menyiratkan bahwa saat memikirkan dan mengevaluasi sifat karakter moral, penting untuk mempertimbangkan lingkungan budaya. Menurut penelitian sebelumnya, karakter moral remaja Tionghoa seharusnya tidak hanya terdiri dari perlakuan yang baik terhadap orang lain dan pengendalian diri, tetapi juga kualitas tradisional Tionghoa (Chai *et al.* 2020).

Kualitas karakter moral adalah prediktor utama kesejahteraan remaja, menurut model dalam literatur perkembangan remaja positif. Model 5C/6C Lerner, misalnya, percaya bahwa karakter moral membentuk kebahagiaan (Lerner *et al.* 2011). Nilai-nilai positif (seperti karakter moral dan kebajikan) juga penting dalam membentuk kesejahteraan remaja, menurut paradigma aset perkembangan (Benson *et al.* 2011). Berdasarkan bukti empiris yang terbatas di lapangan dan teori terkait, diharapkan atribut karakter moral akan berhubungan positif dengan kepuasan hidup.

Memiliki rasa tanggung jawab sosial merupakan aspek penting dari karakter moral, yang dapat didefinisikan sebagai seperangkat prinsip prososial yang peduli dengan kebaikan yang lebih besar dan kesejahteraan orang lain daripada kepentingan diri sendiri (Gallay 2006; Wray-Lake *et al.* 2016). Ini juga merupakan jenis orientasi prososial dan kecenderungan untuk membantu orang lain bahkan jika tidak ada imbalan (Berkowitz dan Lutterman 1968), serta menekankan cita-cita moral keadilan. Wray-Lake dan Syvertsen (2011) mengklaim bahwa tanggung jawab sosial berkembang dari masa kanak-kanak hingga dewasa, bertepatan atau dengan pengembangan dasar emosional (misalnya, empati), kapasitas kognitif (misalnya, kemampuan fungsi eksekutif), dan diri dan identitas. Individu memperoleh perasaan hak pilihan dan tanggung jawab selama masa remaja, dan mereka memahami dan menerima tanggung jawab atas tindakan mereka, serta khawatir tentang konsistensi perilaku dan konsep diri mereka (Hardy dan Carlo 2011). Tanggung jawab sosial, menurut Hardy *et al.* (2014), adalah komponen identitas moral yang dapat dikonseptualisasikan dalam hal kualitas moral yang dirasakan.

Perilaku prososial juga dikaitkan dengan kebahagiaan (Garcia *et al.* 2015). Perilaku kebaikan orang dewasa dikaitkan dengan kebahagiaan, menurut Brethel-Haurwitz dan Marsh (2014). Kesejahteraan individu, seperti pengaruh yang baik (Alden dan Trew 2013) dan kualitas koneksi sosial (O'Connell *et al.* 2015), juga dikaitkan dengan respons secara pragmatis.

Cotney dan Banerjee (2019) menemukan bahwa apakah mereka pemberi atau penerima, kebaikan berkontribusi pada kesejahteraan remaja dalam studi remaja awal. Keterlibatan remaja dalam aktivitas prososial, seperti perilaku yang bertanggungjawab dapat meningkatkan kebahagiaan hidup. Beberapa aset pengembangan yang diusulkan oleh Benson *et al.* (2011), misalnya, dapat dianggap sebagai perilaku bertanggung jawab yang mengarah pada perkembangan remaja yang positif, seperti pemberdayaan (misalnya, pengabdian masyarakat), komitmen untuk belajar (misalnya, mengerjakan pekerjaan rumah), dan “nilai-nilai positif” (misalnya, menerima dan tanggung jawab). Selain itu, penelitian terbaru terhadap remaja dan orang dewasa Cina menemukan bahwa aktivitas prososial memoderasi hubungan antara kontrol diri dan kebahagiaan hidup, dengan tingkat kontrol diri yang lebih tinggi mengarah ke perilaku yang lebih prososial dan, sebagai hasilnya, kesenangan hidup yang lebih baik (Dou *et al.* 2019). Bertindak secara bertanggung jawab (misalnya, menyelesaikan tugas sekolah, melakukan pekerjaan rumah tangga, dan mengungkapkan keprihatinan kepada masyarakat) diproyeksikan berhubungan positif dengan kepuasan hidup.

David Elkind & Freddy Sweet, Ph.D. (2004), menyatakan pendidikan karakter dimaknai sebagai upaya yang bertujuan untuk membantu orang memahami, peduli, dan bertindak berdasarkan keyakinan etis yang esensial dikenal sebagai pendidikan karakter. Ketika kita mempertimbangkan jenis karakter yang kita inginkan untuk anak-anak kita, tampak jelas bahwa kita ingin mereka dapat mengevaluasi apa yang benar, sangat peduli tentang apa yang benar, dan kemudian bertindak berdasarkan apa yang mereka yakini benar, bahkan di hadapan orang lain. tekanan eksternal dan godaan internal.

Elfindri (2012) mengatakan bahwa karakter adalah kualitas mental atau kekuatan moral, akhlak atau budi pekerti yang merupakan kepribadian khusus yang harus melekat kepada anak-anak bangsa ini.

Pendidikan karakter sesungguhnya bukan sekadar mendidik benar dan salah, tetapi mencakup proses pembiasaan tentang sikap yang baik

sehingga siswa dapat memahami, merasakan, dan berperilaku sesuai dengan norma dan aturan yang ada (Ramli, 2003).

Karakter ialah tingkah laku atau perilaku, gerak-gerik, perbuatan-perbuatan, cara bersikap yang selama hidupnya tetap dan berakar dalam jiwa-raga seseorang menimbulkan kesan keseluruhan, bahwa orang itu berbeda dari orang lain (Tasman, 2008).

Sudewo (dalam Nashir, 2013), menyatakan bahwa karakter artinya perilaku yang baik, yang membedakannya dari “tabiat” yang dimaknai perilaku yang buruk. Karakter merupakan “kumpulan dari tingkah laku baik dari seorang anak manusia, tingkah laku ini merupakan perwujudan dari kesadaran menjalankan peran, fungsi, dan tugasnya mengemban amanah dan tanggung jawab”, tabiat sebaliknya mengindikasikan “sejumlah perangai buruk seseorang”.

Karakter yang berkualitas perlu dibentuk dan dibina sejak usia dini. Usia dini merupakan masa kritis bagi pembentukan karakter seseorang. Banyak pakar mengatakan bahwa kegagalan penanaman karakter sejak usia dini, akan membentuk pribadi yang bermasalah di masa dewasa kelak. Selain itu, menanamkan moral kepada generasi muda adalah usaha yang strategis (Wulan, 2019).

Karakter adalah watak, tabiat, akhlak, atau kepribadian seseorang yang terbentuk dari hasil internalisasi berbagai kebajikan (*virtues*) yang diyakini dan digunakan sebagai landasan untuk cara pandang, berpikir, bersikap, dan bertindak (Kemendiknas, 2010). Sejalan dengan pernyataan Kemendiknas, Lickona (1991) menyebutkan bahwa karakter terdiri dari nilai operatif, nilai dalam tindakan. Karakter mempunyai tiga bagian (*components of good character*) yang saling berhubungan, yaitu pengetahuan moral (*moral knowing*), perasaan moral (*moral feeling*), dan perilaku moral (*moral action*). Karakter merupakan sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan yang lain. Dengan demikian, karakter adalah nilai-nilai yang unik-baik yang terpatrit dalam diri dan terejawantahkan dalam perilaku (Samani, 2013).

Karakter yang baik terdiri dari mengetahui yang baik, menginginkan hal yang baik, dan melakukan hal yang baik-kebiasaan dalam cara

berpikir, kebiasaan dalam hati, kebiasaan dalam tindakan. Orang tua berharap anak-anak mampu menilai yang benar, sangat peduli tentang yang benar, dan akan melakukan yang mereka yakini benar.

4.2. Pembentukan Karakter

Pendidikan karakter yang baik harus melibatkan aspek pengetahuan yang baik (*moral knowing*), merasakan dengan baik atau *loving good (moral feeling)*, dan perilaku yang baik (*moral action*) (Puskurbuk, 2011). Pendidikan karakter menekankan pada *habit* atau kebiasaan yang terus-menerus dipraktikkan dan dilakukan (Daryanto & Darmiatun, 2013).

Pembaruan pranata atau institusi sosial agar lebih adaptif dan sekaligus berfungsi sebagaimana mestinya baik dalam memenuhi kebutuhan, membentuk solidaritas sosial merekat integrasi sosial dan lebih jauh lagi membangun karakter masyarakat. Contoh: Subak di Bali, Gandong di Ambon, Pesantren di Jawa, Meunasah di Aceh, dan lembaga-lembaga sosial yang ada dalam masyarakat dapat diberdayakan untuk menjadi sarana pendidikan karakter.

Pengembangan kebudayaan fisik seperti prasarana sosial yang mendukung pembentukan watak masyarakat. Contohnya pembangunan Taman Pustaka, seperti Taman Pintar di Yogyakarta merupakan wujud fisik untuk menjadi arena belajar anak-anak termasuk untuk belajar membangun karakter. Masjid, gereja, vihara, klenteng dan tempat-tempat ibadah dapat dijadikan arena pembentukan karakter melalui pembentukan budaya religius.

Dalam konteks kebudayaan, pendidikan karakter harus menjadi bagian dari transformasi kebudayaan dalam kehidupan masyarakat atau bangsa Indonesia, termasuk di dalam lembaga pendidikan. Artinya, bagaimana nilai-nilai benar salah baik-buruk, pantas-tidak pantas yang menjadi substansi dalam pendidikan karakter baik yang berbasis pada agama, maupun budaya diletakkan difungsikan dan dikembangkan dalam strategi kebudayaan secara menyeluruh dalam sistem kehidupan

masyarakat bangsa ini lebih dari sekadar di dalam lembaga pendidikan formal belaka.

Sebab apalah artinya pendidikan karakter dikembangkan secara optimal di lembaga pendidikan tetapi manakala lingkungan sosial dalam kehidupan masyarakat Indonesia tidak mendukung bahkan menunjukkan kondisi bertentangan. Karena itu pendidikan karakter di sekolah harus bersifat integral atau menyeluruh (holistik) selain dalam sistem pendidikan itu sendiri tetapi tidak kalah pentingnya dengan lingkungan kebudayaan atau kehidupan masyarakat bangsa secara keseluruhan. Pembinaan akhlak tidak akan berhasil tanpa adanya dukungan lingkungan. Lingkungan di sini dalam pengertian lingkungan fisik dan psikologis. Interaksi dengan lingkungan tidak dapat dielakkan, karena membutuhkan teman bermain dan kawan sebaya untuk bisa diajak bicara sebagai bentuk sosial. Sedikitnya informasi, budaya dan Kebiasaan dan budaya masyarakat yang jauh dari nilai-nilai akhlak, akan mempengaruhi perkembangan psikologi anak didik (Syarief, 2017).

Proses pendidikan yang bertujuan mengembangkan kepribadian anak lebih banyak ditentukan oleh keluarga. Pergaulan dan bagaimana norma dalam menempatkan diri terhadap lingkungan yang lebih luas ditetapkan dan diarahkan oleh keluarga (Syarief, 2017).

Sikap orang tua yang kurang memperhatikan perkembangan pendidikan karakter, disibukkan dengan pekerjaan, tidak sempat memperhatikan dan kasih sayang terhadap perkembangan anaknya, orang tua beranggapan bahwa pendidikan karakter hanya diajarkan di sekolah. Keluarga merupakan lingkungan pertama yang memberikan pengaruh terhadap berbagai aspek perkembangan anak, termasuk perkembangan sosialnya. Kondisi dan tata cara kehidupan keluarga merupakan lingkungan yang kondusif bagi sosialisasi anak (Syarief, 2017).

Pada umumnya pendidikan dalam rumah tangga itu bukan berpangkal tolak dari kesadaran dan pengertian yang lahir dari pengetahuan mendidik, melainkan karena secara kodrati suasana dan strukturnya memberikan kemungkinan alami membangun situasi pendidikan. Situasi pendidikan itu dapat terwujud berkat adanya

pergaulan dan hubungan saling memengaruhi secara timbal balik antara orang tua dengan anak (Syarief, 2017).

Disiplin dan tanggung jawab merupakan hal penting yang harus ditanamkan pada setiap anak, agar dapat mematuhi segala peraturan dan ketentuan juga tidak lupa dalam melaksanakan tugas dan kewajibannya. Hal ini akan menjadi modal dasar anak menjadi manusia yang berkarakter, berkepribadian (Fathurrohman, 2013).

Pendidikan termasuk bentuk institusi atau pranata sosial untuk memenuhi kebutuhan hidup manusia yang berhubungan dengan pencerahan akal budi sehingga terbentuk manusia yang berkebudayaan dan berkeadaban mulia. Di sinilah pentingnya pendidikan karakter sebagai proses dan strategi untuk transformasi kebudayaan bangsa menuju masa depan yang lebih maju adil makmur bermartabat dan berdaulat. Karenanya pendidikan karakter harus menjadi bagian tidak terpisahkan dari transformasi kebudayaan khususnya tentang transformasi sistem sosial dalam masyarakat sebagai pranata kebudayaan

Karakter sering disamakan dengan tabiat, dalam ajaran ini karakter lebih merupakan anugerah Tuhan tentang suatu tabiat yang direstui-Nya dan karenanya beribadat kepada-Nya. Pembangunan karakter itulah pekerjaan yang terpenting pernah diamanatkan kepada manusia setelah banyak celah-celah yang membahayakan kebiasaan-kebiasaan yang sudah baik. Perolehan suatu karakter yang mulia tidaklah terjadi dengan secara kebetulan. Karakter itu merupakan hasil dari adat kebiasaan dan sikap yang dikembangkan oleh seseorang (Pamardi, 2014).

4.3. Tahap Pengembangan Karakter

Karakter dikembangkan melalui tahap pengetahuan, pelaksanaan, dan kebiasaan. Karakter tidak terbatas pada pengetahuan saja. Seseorang yang memiliki pengetahuan kebaikan belum tentu mampu bertindak sesuai dengan pengetahuannya, jika tidak terlatih (menjadi kebiasaan) untuk melakukan kebaikan tersebut. Karakter juga menjangkau wilayah emosi dan kebiasaan diri. Dengan demikian diperlukan tiga komponen karakter yang baik (*components of good character*) yaitu *moral knowing*

(pengetahuan tentang moral), *moral feeling* atau perasaan (penguatan emosi) tentang moral, dan *moral action* atau perbuatan bermoral. Hal ini diperlukan agar peserta didik dan atau warga sekolah lain yang terlibat dalam sistem pendidikan tersebut sekaligus dapat memahami, merasakan, menghayati, dan mengamalkan (mengerjakan) nilai-nilai kebajikan (moral) (Kirschenbaum, 2000).

Dimensi-dimensi yang termasuk dalam *moral knowing* yang akan mengisi ranah kognitif adalah kesadaran moral (*moral awareness*), pengetahuan tentang nilai-nilai moral (*knowing moral values*), penentuan sudut pandang (*perspective taking*), logika moral (*moral reasoning*), keberanian mengambil sikap (*decision making*), dan pengenalan diri (*self knowledge*). *Moral feeling* merupakan penguatan aspek emosi peserta didik untuk menjadi manusia berkarakter. Penguatan ini berkaitan dengan bentuk-bentuk sikap yang harus dirasakan oleh peserta didik, yaitu kesadaran akan jati diri, percaya diri, kepekaan terhadap derita orang lain, cinta kebenaran, pengendalian diri, kerendahan hati. *Moral action* merupakan perbuatan atau tindakan moral yang merupakan hasil dari dua komponen karakter lainnya. Untuk memahami apa yang mendorong seseorang dalam perbuatan yang baik maka harus dilihat tiga aspek lain dari karakter yaitu kompetensi, keinginan, dan kebiasaan (Williams, 2000).

Kebiasaan berbuat baik tidak selalu menjamin bahwa manusia yang telah terbiasa tersebut secara sadar menghargai pentingnya nilai karakter. Karena mungkin saja perbuatannya tersebut dilandasi oleh rasa takut untuk berbuat salah, bukan karena tingginya penghargaan akan nilai itu. Misalnya ketika seseorang berbuat jujur hal itu dilakukan karena dinilai oleh orang lain, bukan karena keinginannya yang tulus untuk menghargai nilai kejujuran itu sendiri. Karena itu dalam pendidikan karakter diperlukan juga aspek perasaan. Komponen ini dalam pendidikan karakter disebut dengan *desiring the good* atau keinginan untuk berbuat kebaikan. Pendidikan karakter yang baik dengan demikian harus melibatkan bukan saja aspek *knowing the good (moral knowing)*, tetapi juga *desiring the good* atau *loving the good (moral feeling)*, dan *acting the*

good (moral action)). Tanpa itu semua manusia akan sama seperti robot yang terindoktrinasi oleh sesuatu paham. Dengan demikian jelas bahwa karakter dikembangkan melalui tiga langkah, yakni mengembangkan *moral knowing*, kemudian *moral feeling*, dan *moral action*. Dengan kata lain, makin lengkap komponen moral dimiliki manusia, maka akan makin membentuk karakter yang baik atau unggul/tangguh (Halstead, 2000)

4.4. Keteladanan Aspek Utama Pendidikan Karakter

Pendidikan karakter adalah segala sesuatu yang dilakukan pendidik, yang mampu mempengaruhi karakter peserta didik. Pendidik membantu membentuk watak peserta didik. Pendidikan karakter memiliki esensi dan makna yang sama dengan pendidikan moral dan pendidikan akhlak. Tujuannya adalah membentuk pribadi anak, supaya menjadi manusia yang baik, warga masyarakat, dan warga negara yang baik. Adapun kriteria manusia yang baik, warga masyarakat yang baik, dan warga negara yang baik bagi suatu masyarakat atau bangsa, secara umum adalah nilai-nilai sosial tertentu, yang banyak dipengaruhi oleh budaya masyarakat dan bangsanya. Karena itu, hakikat dari pendidikan karakter dalam konteks pendidikan di Indonesia adalah pendidikan nilai, yakni pendidikan nilai-nilai luhur yang bersumber dari budaya bangsa Indonesia sendiri, dalam rangka membina kepribadian generasi muda (Zamakhsyari, 1994).

Peneladanan dan pembiasaan sangat penting untuk proses pembentukan karakter, hal ini tidak bisa terbentuk secara instan perlu dilatih secara serius, terus-menerus, dan proporsional agar membentuk karakter yang ideal (Ramli, 2003).

Oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemdikbud), telah dirumuskan 18 nilai pendidikan budaya dan karakter bangsa yang diharapkan untuk disampaikan kepada siswa dalam pendidikan formal. Nilai-nilai itu adalah: (1) religius, (2) jujur, (3) toleransi, (4) disiplin, (5) kerja keras, (6) kreatif, (7) mandiri, (8) demokratis, (9) rasa ingin tahu, (10) semangat kebangsaan, (11) cinta tanah air, (12) menghargai prestasi,

(13) bersahabat/komunikatif, (14) cinta damai, (15) gemar membaca, (16) peduli lingkungan, (17) peduli sosial, (18) tanggung jawab (Syarief, 2017).

Berdasarkan kajian nilai-nilai agama, norma-norma sosial, peraturan/hukum, etika akademik, dan prinsip-prinsip HAM, telah teridentifikasi butir-butir nilai yang dikelompokkan menjadi lima nilai utama, Kelima nilai tersebut adalah: a. Nilai karakter dalam hubungannya dengan Tuhan (Religius); b. Nilai karakter dalam hubungannya dengan diri sendiri (jujur, bertanggung jawab, bergaya hidup sehat, disiplin, percaya diri, berjiwa wirausaha, berpikir logis, kritis, kreatif, dan inovatif, mandiri, ingin tahu, cinta ilmu); c. Nilai karakter dalam hubungannya dengan sesama (sadar akan hak dan kewajiban diri dan orang lain, patuh pada aturan-aturan sosial, menghargai karya dan prestasi orang lain, santun, demokratis); d. Nilai karakter dalam hubungannya dengan lingkungan, yakni peduli sosial dan peduli lingkungan; e. Nilai kebangsaan (nasionalis, menghargai keberagaman) (Samsuri, 2004).

4.5. Tujuan Pendidikan Karakter

Tumbuh dan berkembangnya karakter yang baik akan mendorong peserta didik tumbuh dengan kapasitas dan komitmennya untuk melakukan berbagai hal yang terbaik dan melakukan segalanya dengan benar dan memiliki tujuan hidup. Masyarakat juga berperan membentuk karakter anak melalui orang tua dan lingkungannya

Pembangunan karakter budaya dan peradaban suatu bangsa harus dilengkapi dengan nilai-nilai yang telah dimiliki anak agar berkembang sebagaimana nilai-nilai tersebut juga hidup dalam masyarakat, serta agar anak mampu merefleksikan, peka, dan mampu menerapkan nilai-nilai tersebut, maka pendidikan karakter tidak bisa berjalan sendirian. Karakter warga negara yang baik merupakan tujuan universal yang ingin dicapai dari pendidikan kewarganegaraan di negara-negara mana pun di dunia. Meskipun terdapat ragam nomenklatur pendidikan kewarganegaraan di sejumlah negara menunjukkan bahwa pembentukan karakter warga negara yang baik tidak bisa dilepaskan dari kajian pendidikan kewarganegaraan itu sendiri (Kerr, 1999; Cholisin, 2004; Samsuri, 2004).

Pendidikan karakter memiliki esensi dan makna yang sama dengan pendidikan moral dan pendidikan akhlak yang bertujuan membentuk pribadi anak, supaya menjadi manusia yang baik, warga masyarakat, dan warga negara yang baik. (Ramli, 2003; Fathurrohman *et al.* 2013).

4.6. Hubungan Pendidikan Karakter dengan Kebudayaan

Tarian tradisional di Indonesia bukan hanya merupakan bentuk ekspresi artistik, tetapi juga merupakan cara untuk melestarikan dan meneruskan nilai-nilai budaya dari satu generasi ke generasi berikutnya. Tarian tradisional merupakan bagian integral dari budaya Indonesia, dan dapat memainkan peran yang signifikan dalam membentuk karakter anak-anak yang belajar dan menampilkan tarian tersebut.

Melalui tarian tradisional, anak-anak dapat belajar tentang sejarah, identitas budaya, dan nilai-nilai yang dijunjung tinggi dalam masyarakat mereka. Setiap gerakan dan ekspresi dalam tarian tradisional memiliki makna simbolis yang mendalam, seperti penghormatan terhadap leluhur, penguatan ikatan sosial, penghormatan terhadap alam, atau cerminan nilai-nilai kehidupan yang diwariskan secara turun-temurun.

Selain itu, belajar tarian tradisional juga melibatkan disiplin, ketekunan, dan kerja sama. Para penari harus mempelajari gerakan yang tepat, memahami alur cerita di balik tarian, dan berlatih secara teratur. Ini mengembangkan keterampilan motorik, kepekaan terhadap detail, dan kemampuan untuk bekerja dalam tim.

Dengan mempelajari dan menampilkan tarian tradisional, anak-anak dapat mengembangkan penghargaan terhadap keanekaragaman budaya, rasa identitas diri, kepekaan sosial, serta nilai-nilai seperti kerendahan hati, rasa hormat, dan tanggung jawab. Tarian tradisional juga dapat membangkitkan kebanggaan terhadap warisan budaya mereka sendiri, dan sekaligus meningkatkan pemahaman dan toleransi terhadap keberagaman budaya di Indonesia.

Dengan demikian, tarian tradisional bukan hanya sebuah pertunjukan seni semata, tetapi juga merupakan alat yang efektif dalam membentuk karakter anak-anak, mewariskan nilai-nilai budaya, dan

memperkuat ikatan dengan warisan budaya mereka (Koentjaraningrat, 1985).

Pendidikan dipercaya dapat membangun kecerdasan sekaligus kepribadian anak manusia menjadi lebih baik, apabila hanya mementingkan intelektual semata tanpa membangun karakter peserta didik hasilnya adalah kerusakan moral dan pelanggaran nilai-nilai. Hasil ini hanya akan membentuk manusia seperti robot, berakal tetapi tidak berkepribadian.

Pendidikan karakter memiliki hubungan erat dengan kebudayaan. Kementerian Pendidikan Nasional Badan Penelitian dan Pengembangan Penelitian dan Pengembangan menyatakan, pendidikan budaya dan karakter bangsa dimaknai sebagai pendidikan yang mengembangkan nilai budaya dan karakter bangsa pada diri peserta didik sehingga mereka memiliki nilai dan karakter sebagai karakter dirinya, menerapkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan dirinya, sebagai anggota masyarakat, dan warga negara yang religius, nasionalis, produktif dan kreatif. Atas dasar pemikiran itu, pengembangan pendidikan budaya dan karakter sangat strategis bagi keberlangsungan dan keunggulan bangsa di masa mendatang. Pengembangan itu harus dilakukan melalui perencanaan yang baik, pendekatan yang sesuai, dan metode belajar serta pembelajaran yang efektif. Sesuai dengan sifat suatu nilai, pendidikan budaya dan karakter bangsa adalah usaha bersama sekolah oleh karenanya harus dilakukan secara bersama oleh semua guru dan pemimpin sekolah, melalui semua mata pelajaran, dan menjadi bagian yang tak terpisahkan dari budaya sekolah (Kemendiknas Balitbang 2010).

4.7. Pendidikan Karakter untuk Menumbuhkan Sikap Bijak Bermedia Sosial

Media sosial memiliki peran penting dalam mempromosikan pendidikan karakter dan membentuk sikap yang bijaksana. Melalui media sosial, kita dapat memperkuat pendidikan karakter dengan cara-cara berikut.

Pertama, media sosial dapat digunakan untuk mempromosikan nilai-nilai positif seperti kejujuran, integritas, empati, dan kebaikan. Dengan membagikan cerita, kutipan, dan gambar yang menginspirasi, kita dapat mendorong individu untuk mengadopsi nilai-nilai ini dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya, media sosial memberikan akses mudah ke sumber daya pendidikan yang berkaitan dengan pendidikan karakter. Artikel, video, dan *podcast* yang memberikan tips dan panduan tentang pengembangan sifat-sifat positif dapat diakses oleh banyak orang melalui platform media sosial.

Media sosial juga memberikan ruang untuk dialog dan diskusi tentang pendidikan karakter. Dengan membentuk forum dan grup komunitas, individu dapat berbagi pengalaman, ide, dan inspirasi yang berkaitan dengan pengembangan sikap yang bijaksana.

Selain itu, pengaruh positif dari pengguna media sosial yang menjadi panutan dapat membentuk perilaku yang positif dan mempromosikan pendidikan karakter. Dengan berbagi pengalaman pribadi dan mempromosikan nilai-nilai positif, mereka dapat menginspirasi dan membimbing orang lain dalam mengembangkan sikap yang bijaksana dan bertanggung jawab.

Tidak ketinggalan, media sosial juga dapat digunakan untuk mengakui dan merayakan perilaku positif. Dengan berbagi cerita tentang individu yang menunjukkan sifat-sifat karakter positif, kita dapat menginspirasi orang lain untuk meniru perilaku tersebut, sehingga menciptakan efek domino yang positif dalam komunitas *online*.

Dengan memanfaatkan media sosial untuk memperkuat pendidikan karakter, kita dapat menciptakan lingkungan *online* yang berperan dalam membentuk sikap yang bijaksana, mempromosikan nilai-nilai positif, dan memperkuat hubungan sosial yang sehat.

Kesimpulannya, media sosial dapat menjadi alat yang ampuh untuk mempromosikan pendidikan karakter dan menumbuhkan sikap yang bijaksana. Dengan mempromosikan nilai-nilai positif, menyediakan akses ke sumber daya pendidikan, mendorong dialog, mencontohkan perilaku

positif, dan mengenali perilaku positif, kita dapat menciptakan komunitas individu yang berkomitmen untuk mengembangkan sikap yang bijaksana.

Daftar Pustaka

- Alden, L. E., & Trew, J. L. (2013). If it makes you happy: Engaging in kind acts increases positive affect in socially anxious individuals. *Emotion*, 13, 64–75. <https://doi.org/10.1037/a0027761>.
- Amir, R. 1986. *Pengetahuan Tari Sebuah Pengantar dalam Pengetahuan Elemen Tari dan Beberapa Masalah Tari*. Jakarta: Direktorat Kesenian.
- Aquino, K., & Reed, A. (2002). The self-importance of moral identity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1423–1440. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.83.6.1423>.
- Aunillah, I.N. (2011). *Panduan Menerapkan Pendidikan Karakter di Sekolah*. Yogyakarta: Laksana.
- Benson, P. L., Scales, P. C., & Syvertsen, A. K. (2011). The contribution of the developmental assets framework to positive youth development theory and practice. *Advances in Child Development & Behavior*, 41(18), 197–230. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-386492-5.00008-7>.
- Benson, P. L., Scales, P. C., Hamilton, S. F., & Sesma, A., Jr. (2006). Positive youth development: Theory, research and applications. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology. Theoretical models of human development* (pp. 894–941). New York: Wiley.
- Berkowitz, L., & Lutterman, K. G. (1968). The traditional socially responsible personality. *Public Opinion Quarterly*, 32, 169–185. <https://doi.org/10.1086/267597>.
- Brethel-Haurwitz, K. M., & Marsh, A. A. (2014). Geographical differences in subjective well-being predict extraordinary altruism.

- Psychological Science*, 25, 762–771.
<https://doi.org/10.1177/0956797613516148>
- Chiou, J. S. (2001). Horizontal and vertical individualism and collectivism among college students in the United States, Taiwan, and Argentina. *The Journal of Social Psychology*, 141(5), 667–678.
<https://doi.org/10.1080/00224540109600580>.
- Chai, X., Wang, J., Li, X., Liu, W., Zhao, G., & Lin, D. (2020). Development and validation of the Chinese Positive Youth Development Scale. *Applied Developmental Science*, 1–14, <https://doi.org/10.1080/10888691.2020.1712206>.
- Cholisin. (2004). “Konsolidasi Demokrasi Melalui Pengembangan Karakter Kewarganegaraan,” *Jurnal Civics*, Vol. 1, No. 1, Juni, pp. 14-28
- Cotney, J. L., & Banerjee, R. (2019). Adolescents’ conceptualizations of kindness and its links with wellbeing: A focus group study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 599–617.
<https://doi.org/10.1177/0265407517738584>.
- Daryanto, & Darmiatun, S. (2013). *Implementasi Pendidikan Karakter di Sekolah*. Yogyakarta: Gava Media.
- David Elkind & Freddy Sweet Ph.D. (2004). How to do character education (http://www.goodcharacter.com/Article_4.html) (Diunduh Mei 2022).
- Dhofier Zamakhsyari. (1994). *Tradisi Pesantren, Study tentang Pandangan Hidup Kyia*. Jakarta: Pustaka LP3S. cet. ke 6.
- Elfindri, dkk. (2011). *Soft Skills untuk Pendidik*. Jakarta: Baduose Media.
- Fathurrohman, P., Suryana, A., Fatriani, F., Gunarsa, A. (2013). *Pengembangan Pendidikan Karakter*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Gallay, L. S. (2006). Social responsibility. In L. Sherrod, C. A. Flanagan, R. Kassimir, & A. K. Syvertsen (Eds.), *Youth activism: An international encyclopedia* (pp. 599–602). Westport: Greenwood Publishing.
- Garcia, D., Andersson, A. A., & Archer, T. (2015). Editorial: Character, responsibility, and well-being: influences on mental health and

- constructive behavior patterns. *Frontiers in Psychology*, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01079>.
- Halstead, J. Mark dan Taylor, Monica J. (2000). "Learning and Teaching about Values: A Review of Recent Research." *Cambridge Journal of Education*. Vol. 30 No.2, pp. 169-202.
- Hardy, S. A., Walker, L. J., Olsen, J. A., Woodbury, R. D., & Hickman, J. R. (2014). Moral identity as moral ideal self: Links to adolescent outcomes. *Developmental Psychology*, 50, 45–57. <https://doi.org/10.1037/a0033598>.
- Hardy, S. A., & Carlo, G. (2011). Moral identity: What is it, how does it develop, and is it linked to moral action? *Child Development Perspectives*, 5(3), 212–218. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2011.00189.x>.
- Irawan, D. (2017). *Paradigma Pendidikan Seni*. Yogyakarta: Thafa Media.
- Kemendiknas. (2010). Pengembangan pendidikan budaya dan karakter bangsa. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional
- Kerr, D. (1999). "Citizenship Education in the Curriculum: An International Review," *The School Field*. Vol. 10, No. 3-4.
- Kirschenbaum, Howard. (2000). "From Values Clarification to Character Education: A Personal Journey." *The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*. Vol. 39, No. 1, September, pp. 4-20
- Koentjaraningrat. (1985). *Kebudayaan, Mentalitet, dan Pembangunan*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Kusumastuti, E. (2004). Pendidikan seni tari pada anak usia dini di Taman Kanak-Kanak Tadika Puri Cabang Erlangga Semarang sebagai proses alih budaya. *Harmonia*, 5(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jh.958>
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Lewin-Bizan, S., Bowers, E. P., Boyd, M. J., Mueller, M. K., et al. (2011). Positive youth development: Processes, programs, and problematics. *Journal of Youth Development*, 6, 38–62. <https://doi.org/10.5195/JYD.2011.174>.

- Lickona, T. (1991). *Educating for Character: How Our School Can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books
- Lin, L., & Shek, D. T. L. (2019). Does service leadership education contribute to student well-being? A quasi-experimental study based on Hong Kong university students. *Applied Research in Quality of Life*, 14(5), 1147–1163. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9644-x>.
- Liu, X., Lv, Y., Ma, Q., Guo, F., Yan, X., & Ji, L. (2016). The basic features and patterns of character strengths among children and adolescents in China (in Chinese). *Studies of Psychology and Behavior*, 14, 167–176.
- Martinez-Marti, M. L., & Ruch, W. (2014). Character strengths and well-being across the life span: Data from a representative sample of German-speaking adults living in Switzerland. *Frontiers in Psychology*, 5, e1253. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01253>
- McCloy, C. H. (1930) Character Building through Physical Education, Research Quarterly. *American Physical Education Association*, 1:3, 41-61 <http://dx.doi.org/10.1080/23267402.1930.10625788>
- Nashir, Haedar. 2013. *Pendidikan Karakter Berbasis Agama & Budaya*. Yogyakarta: Multi Presindo.
- O’Connell, B. H., O’Shea, D., & Gallagher, S. (2015). Enhancing social relationships through positive psychology activities: A randomised controlled trial. *The Journal of Positive Psychology*, 11, 1–14. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1037860>.
- Pamardi, S. (2014). Karakter dalam Tari Gaya Surakarta Gelar. *Jurnal Seni Budaya*, Volume 12 Nomor 2, Desember 2014
- Park, N., & Peterson, C. (2006). Moral competence and character strengths among adolescents: the development and validation of the values in action inventory of strengths for youth. *Journal of Adolescence*, 29, 891–909. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2006.04.011>.

- Park, N. (2004). Character strengths and positive youth development. *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 59, 40–54. <https://doi.org/10.1177/0002716203260079>.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. New York: Oxford University Press.
- Puskurbuk. (2011). *Pengembangan Pendidikan Budaya dan Karakter Bangsa*. Jakarta: Gramedia
- Ramli, T. (2003). *Pendidikan Karakter*. Bandung: Aksara.
- Samani, M. (2013). *Pendidikan Karakter*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Samsuri. (2004). "Civic Virtues dalam Pendidikan Moral dan Kewarganegaraan di Indonesia Era Orde Baru" *Jurnal Civics*, Vol. 1, No. 2, Desember
- Samsuri. (2007). "Civic Education Berbasis Pendidikan Moral di China." *Acta Civicus*, Vol. 1 No. 1, Oktober
- Schwartz, S. H., & Sortheix, F. M. (2018). Values and subjective well-being. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being* (pp. 1–19). Salt Lake City: DEF Publishers.
- Shek, D. T. L., Yu, L., & Fu, X. (2013). Confucian virtues and Chinese adolescent development: a conceptual review. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 25, 335–344. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2013-0031>.
- Suyito, Imam. (2012). Pengembangan Pendidikan Karakter Dan Budaya Bangsa Berwawasan Kearifan Lokal. *Jurnal Pendidikan Karakter*, Tahun II, Nomor 1, Februari 2012.
- Syarief, H (2017). Implementasi Pendidikan Karakter Siswa Perguruan Islam An-Nizam Medan. *Jurnal EduTech* Vol. 3 No. 1 Maret 2017 ISSN: 2442-6024 e-ISSN: 2442-7063
- Tasman, A., & Ranatmadja, T. (2008). *Analisa Gerak dan Karakter*. ISI Press.
- Williams, Mary M. (2000). "Models of Character Education: Perspectives and Developmental Issues." *The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*. Vol. 39, No. 1, September, pp. 32-40

- Wray-Lake, L., Syvertsen, A. K., & Flanagan, C. A. (2016). Developmental change in social responsibility during adolescence: An ecological perspective. *Developmental Psychology*, 52(1), 130–142. <https://doi.org/10.1037/dev0000067>. s
- Wray-Lake, L., & Syvertsen, A. K. (2011). The developmental roots of social responsibility in childhood and adolescence. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2011(134), 11–25. <https://doi.org/10.1002/cd.308>.
- Wulan, N., Wakhyudin, H., Rahmawati, I. (2019). Ekstrakurikuler seni tari dalam membentuk nilai karakter bersahabat. *Indonesian Values and Character Education Journal*. Vol 2 No 1. 28-35.

BAB

5

Pencegahan *Cyberbullying* Berbasis Teknologi Digital, *Online Resilience*, dan Karakter Remaja

Media sosial memiliki peran yang sangat besar dalam kehidupan remaja pada abad ke-21 dan sulit diabaikan. *Bullying* adalah perilaku agresif yang bertujuan untuk mengontrol, melukai, atau mengancam orang lain. *Cyberbullying* adalah bentuk pelecehan atau perundungan yang terjadi di dunia maya, seperti situs jejaring sosial atau email, dengan menggunakan perangkat digital seperti komputer dan ponsel (Mahanta, 2019).

Penulis mencatat bahwa dengan adanya teknologi dan popularitas media sosial, anak-anak dan remaja membawa masalah *bullying* ke dalam rumah mereka. Tidak ada lagi zona aman karena *cyberbullying* dapat terjadi kapan saja, di mana saja, dan dalam berbagai situasi. sebagian besar populasi siswa pernah menjadi korban atau menyaksikan *cyberbullying*, bahkan ada yang terlibat dalam melakukan *bullying* kepada orang lain.

5.1. Pengenalan *Cyberbullying* dan Pentingnya Pencegahan di Kalangan Remaja

Cyberbullying merupakan bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara elektronik, seperti melalui media sosial, pesan teks, atau email, dengan tujuan untuk menyakiti, merendahkan, atau mempermalukan

individu lain secara *online* (Hinduja, 2018). Fenomena ini dapat menyebabkan dampak psikologis yang serius bagi remaja, termasuk depresi, kecemasan, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri (Tokunaga, 2010) Selain itu, kasus-kasus *cyberbullying* yang melibatkan kekerasan fisik dan kejahatan siber juga semakin meningkat (Kowalski, 2014). Oleh karena itu, pentingnya pencegahan *cyberbullying* di kalangan remaja tidak dapat diabaikan. Para orang tua, pendidik, dan masyarakat perlu bekerja sama untuk menyadari dan mengatasi masalah ini agar remaja dapat tumbuh dan berkembang dengan aman dan sehat dalam lingkungan digital yang semakin kompleks.

Selain dampak psikologis yang serius, *cyberbullying* juga dapat berdampak negatif pada prestasi akademik remaja. Ketika remaja mengalami tekanan dari pelecehan *online*, fokus dan konsentrasi mereka dalam belajar dan tugas sekolah dapat terganggu. Mereka merasa cemas, takut, atau malu, sehingga kinerja akademik mereka menurun secara signifikan (Bauman, 2013). Hal ini dapat menyebabkan tingkat ketidakhadiran yang tinggi, rendahnya motivasi belajar, dan bahkan menyebabkan remaja putus sekolah. Oleh karena itu, pentingnya upaya pencegahan *cyberbullying* tidak hanya berfokus pada aspek psikologis, tetapi juga berdampak langsung pada pendidikan dan masa depan para remaja.

Selain itu, dunia digital yang semakin terhubung dan terintegrasi membawa risiko yang lebih besar terkait privasi dan keamanan *online*. Informasi pribadi yang beredar di internet dapat dengan mudah disalahgunakan oleh pelaku *cyberbullying*, yang akan semakin memperburuk situasi (Hinduja, 2019). Hal ini menuntut peran aktif dari para pengajar dan orang tua dalam mengajarkan remaja tentang praktik keamanan siber, termasuk cara mengelola pengaturan privasi di media sosial, mengenali tanda-tanda *cyberbullying*, dan melaporkan insiden yang mereka alami atau saksikan. Pendidikan tentang etika digital dan tanggung jawab *online* juga penting untuk membangun kesadaran dan mengajarkan remaja tentang dampak dari kata-kata dan tindakan mereka dalam ruang digital (Mishna, 2009).

Dengan mengintegrasikan pendekatan pencegahan *cyberbullying* ke dalam kurikulum pendidikan dan melibatkan seluruh komunitas sekolah, keluarga, dan masyarakat, diharapkan dapat menciptakan lingkungan *online* yang lebih aman, mendukung, dan berempati bagi remaja. Langkah-langkah proaktif seperti ini juga dapat membantu para remaja dalam mengembangkan resiliensi mental dan sosial yang kuat, sehingga mereka dapat menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan secara lebih positif dan produktif.

Selain konsekuensi psikologis dan akademik, *cyberbullying* juga memiliki dampak jangka panjang pada kesehatan fisik remaja. Penelitian telah menunjukkan bahwa remaja yang menjadi korban *cyberbullying* cenderung mengalami gangguan tidur, masalah makan, dan bahkan penurunan aktivitas fisik. Rasa stres yang terus-menerus karena tekanan *online* dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh mereka, meningkatkan risiko penyakit kronis seperti obesitas, diabetes, dan penyakit kardiovaskular (Karim, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa pencegahan *cyberbullying* bukan hanya tanggung jawab seorang individu, tetapi juga merupakan masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian serius dari berbagai sektor.

Selain itu, penting juga untuk menyadari bahwa peran pengamat atau penonton (*bystander*) dalam kasus *cyberbullying* juga memiliki implikasi yang signifikan. *Bystander* sering kali memiliki kesempatan untuk mengintervensi atau melaporkan perilaku yang merugikan, tetapi seringkali mereka memilih untuk tidak melakukan apa-apa karena takut menjadi korban selanjutnya atau karena merasa seolah-olah itu bukan masalah mereka (Meshi, 2021). Oleh karena itu, pendidikan tentang peran dan tanggung jawab sebagai *bystander* juga penting dalam upaya pencegahan *cyberbullying*. Dengan mendorong *bystander* untuk berbicara atau melaporkan insiden, kita dapat memotivasi partisipasi aktif dalam menciptakan lingkungan *online* yang lebih aman dan lebih baik.

Lingkungan digital yang positif, aman, dan inklusif bagi remaja diwujudkan dengan adanya kesadaran yang meningkat tentang konsekuensi serius dari *cyberbullying*. Pendekatan multidimensi yang

mencakup aspek psikologis, akademik, kesehatan, serta peran dan tanggung jawab aktif dari semua pihak terlibat mampu menciptakan perubahan positif dalam upaya mencegah dan mengatasi *cyberbullying* di kalangan remaja.

5.2. Pengaruh Teknologi Digital dalam Kehidupan Remaja

Perkenalan terhadap teknologi digital telah membawa perubahan besar dalam kehidupan remaja saat ini. Teknologi digital seperti ponsel pintar, komputer, dan akses internet telah menyatu dalam kehidupan sehari-hari remaja. Mereka menggunakannya untuk berkomunikasi mencari informasi, bermain game, menonton video, dan terlibat dalam berbagai platform media sosial. Penggunaan teknologi ini memberikan banyak manfaat, seperti kemudahan akses informasi dan konektivitas sosial yang lebih luas. Namun, peran teknologi digital juga memiliki pengaruh yang kompleks pada aspek-aspek kehidupan remaja. Penggunaan yang berlebihan dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara kehidupan *online* dan *offline*, serta meningkatkan risiko terhadap *cyberbullying* dan eksploitasi *online* (Twenge, 2018). Selain itu, remaja juga bisa terpapar pada konten negatif, termasuk kekerasan, pornografi, dan propaganda yang dapat memengaruhi perkembangan mereka secara psikologis. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami dampak positif dan negatif dari teknologi digital dan membimbing remaja dalam penggunaannya secara bijaksana.

Selain itu, teknologi digital juga memberikan peluang besar bagi remaja dalam mengembangkan kreativitas, keterampilan teknologi, dan kesempatan untuk belajar secara mandiri. Mereka dapat mengakses beragam sumber belajar *online*, kursus, dan materi pendidikan yang dapat meningkatkan pengetahuan mereka dalam berbagai bidang. Remaja juga dapat menggunakan teknologi untuk mengungkapkan diri melalui seni digital, *blogging*, atau konten kreatif lainnya. Hal ini dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri mereka dan memberikan kesempatan untuk berkontribusi pada komunitas *online* secara positif.

Namun, penting juga untuk diakui bahwa penggunaan teknologi digital yang berlebihan dapat mengganggu keseimbangan antara waktu untuk interaksi sosial langsung dan aktivitas di dunia maya. Remaja mungkin lebih cenderung terjebak dalam dunia virtual, mengorbankan interaksi sosial dan hubungan interpersonal yang mendalam di dunia nyata. Akibatnya, keterampilan komunikasi dan empati dapat terhambat, sehingga menyulitkan mereka dalam membangun hubungan yang sehat dengan orang lain.

Pengenalan terhadap teknologi digital juga berdampak pada kesehatan fisik remaja. Dengan semakin tergantung pada perangkat elektronik, remaja sering menghabiskan waktu berjam-jam di depan layar, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti kelelahan mata, sakit kepala, dan gangguan tidur (Bianchi, 2005). Selain itu, gaya hidup yang kurang aktif karena banyak menghabiskan waktu di depan layar juga berpotensi menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang seperti obesitas dan masalah postur tubuh (Boyle, 2012).

Dalam menghadapi pengaruh teknologi digital pada kehidupan remaja, pendekatan yang holistik dan seimbang diperlukan (Odgers, 2020). Pendidik dan orang tua harus berperan aktif dalam mengajarkan remaja tentang penggunaan teknologi yang bertanggung jawab dan bijaksana. Membantu mereka mengembangkan kesadaran diri tentang batas waktu penggunaan, menjaga privasi *online*, dan menyaring konten yang tidak sesuai adalah langkah-langkah penting dalam melindungi remaja dari dampak negatif teknologi digital (Odgers, 2020). Selain itu, pendidikan tentang kesadaran *cyber* dan literasi media juga dapat membekali remaja dengan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan dunia maya dengan bijaksana dan tanggap.

5.3. Pentingnya Membangun Ketahanan *Online* (*Online Resilience*) dan Karakter Positif Remaja

Generasi saat ini dikenal sebagai generasi digital atau yang biasa disebut sebagai *digital natives* (*DNs*). Mereka tumbuh dalam era perkembangan teknologi digital, terlihat jelas dari generasi Z dan Alfa.

Namun, transformasi digital membawa permasalahan yang perlu diatasi. Dalam konteks ini, penting untuk mengembangkan resiliensi *online* pada remaja saat ini agar mereka dapat menghadapi situasi sulit dalam dunia *online* atau era transformasi digital.

Meskipun tidak dapat sepenuhnya melindungi mereka dari dampak negatif dunia maya, tidak boleh pula mengajarkan mereka untuk menerima hal-hal buruk begitu saja. Sayangnya, pemahaman remaja tentang resiliensi seringkali belum tepat. Beberapa di antaranya mengaitkan resiliensi dengan “tidak menyerah,” “berjuang tanpa henti,” atau bahkan “berani,” sementara yang lain mungkin mengaitkannya dengan ketidakmampuan meminta bantuan. Secara lebih akurat, resiliensi sebenarnya adalah kemampuan untuk bangkit kembali dari keterpurukan. Seperti yang dinyatakan oleh Masten (2014), “Resiliensi secara luas dapat didefinisikan sebagai kapasitas sistem dinamis untuk beradaptasi dengan berhasil terhadap gangguan yang mengancam fungsi, kelangsungan, atau perkembangan sistem.” Intinya, resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi situasi sulit dengan baik dan menghadapi tantangan.

Penting untuk diingat bahwa pengalaman dalam membuat kesalahan merupakan faktor penting dalam membangun resiliensi remaja, terutama dalam konteks dunia maya. Karenanya, definisi yang lebih tepat tentang resiliensi adalah sebagai atribut kepribadian yang dinamis, yang tumbuh melalui interaksi dengan peluang dan tantangan yang sesuai secara *online*. Ini berbeda dengan pendekatan menghindari atau berperilaku hanya untuk menjaga keselamatan semata.

Diperlukan upaya untuk memberikan remaja alat yang diperlukan agar mereka dapat menjelajahi dunia maya dengan aman, serta persiapan untuk menghadapi situasi buruk—mirip dengan cara mendukung mereka dalam kehidupan nyata. Penting untuk diakui bahwa satu kesalahan yang dilakukan remaja tidak berarti mereka tidak mampu mengenali risiko *online* lainnya. Sebaliknya, seorang remaja yang menunjukkan perilaku tangguh dalam satu aspek mungkin memiliki sisi lain di mana mereka

cenderung mengambil risiko atau rentan terhadap pelecehan atau gangguan.

Perlu ditekankan bahwa resiliensi tidak bersifat tetap pada remaja; kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan akan dipengaruhi oleh pengalaman sebelumnya, tipe kepribadian, dan budaya yang membentuk mereka.

Dalam hal penerapan *digital parenting*, orang tua tidak hanya dituntut untuk bisa mengerti tentang kemajuan teknologi informasi, namun di sisi lain orang tua juga dituntut untuk berperan menjadi contoh yang baik dalam mengoperasikan perangkat digital (Ramkita, 2022).

Digital parenting pada dasarnya dimaknai sebagai upaya pengawasan, pembatasan, dan pendampingan orang tua terhadap perilaku anak dalam menggunakan gadget (Yusuf *et al.*, 2020 dalam Ramkita, 2022) lebih lanjut, proses pengawasan, pembatasan dan pendampingan tersebut dilakukan guna mencegah dampak negatif penggunaan gadget pada anak dan cenderung mengoptimalkan dampak positif yang diperoleh dari gadget (Sisbintari, dkk., 2020).

Mengingat keluarga adalah tempat sosialisasi primer seorang anak, maka orang tua harus bisa menjadi figur pengasuh utama yang memberi pengaruh besar terhadap tumbuh kembang anak (Santrock, 2007).

5.4. Studi tentang *Cyberbullying* pada Remaja.

Berbagai studi tentang pencegahan *cyberbullying* telah dilakukan di Indonesia. Salah satunya dilakukan oleh Imani yang menekankan cara mencegah perilaku *cyberbullying* menggunakan metode kualitatif (Imani, 2021). Sedangkan Erliyani berfokus pada pencegahan perilaku *cyberbullying* dikaji dengan religiositas dan sistem peradilan melalui pendidikan sosial. Demikian juga dengan kurangnya undang-undang yang kuat, tidak maksimal digunakan sebagai pencegahan perilaku *cyberbullying* (Erliyani, 2021). Upaya meminimalisir perilaku *cyberbullying* dengan mengkaji modul digital layanan klasikal melalui platform *zedemy* menggunakan metode R&D melalui model ADDIE dilakukan oleh Putro. Uji kelayakan modul secara kuantitatif, dan pembuatan platform *zedemy*

yang menarik, diyakini dapat meminimalisir perilaku *cyberbullying* (Putro, 2022).

Daftar Pustaka

- Baltaci, Ö. (2019). The predictive relationships between the social media addiction and social anxiety, loneliness, and happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4), 73-82
- Bauman, S., Toomey, R. B., & Walker, J. L. (2013). Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students. *Journal of Adolescence*, 36(2), 341-350.
- Bauman, S., Toomey, R. B., & Walker, J. L. (2013). Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students. *Journal of Adolescence*, 36(2), 341-350.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39-51.
- Boyle, E. A., Connolly, T. M., Hainey, T., Boyle, J. M., & McCartney, M. (2012). A narrative synthesis of the impacts of digital games on young people's learning and engagement. *Educational Psychology Review*, 24(1), 1-23.
- Erliyani, R. (2021). Examining Religious and Justice System in Indonesia to Prevent Cyberbullying. *International Journal Cyber Criminol.*;15(2):112–23.
- Gohal, G., Alqassim, A., Eltyeb, E., Rayyani, A., Hakami, B., Al Faqih, A., ... & Mahfouz, M. (2023). Prevalence and related risks of cyberbullying and its effects on adolescent. *BMC psychiatry*, 23(1), 39.
- Grech, F., & Lauri, M. A. (2022). *Cyberbullying and Mental Health of Adolescents*.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2018). *Cyberbullying: Identification, Prevention, and Response*. Routledge.

- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2019). *Preventing Cyberbullying: 10 Strategies for Educators*. Corwin Press.
- Imani FA, Kusmawati A, Tohari HMA (2021). Pencegahan Kasus Cyberbullying Bagi Remaja Pengguna Sosial Media. *Khidm Sos J Soc Work Soc Serv.*;2(1).
- Karim, F., Oyewande, A. A., Abdalla, L. F., Ehsanullah, R. C., & Khan, S. (2020). Social media use and its connection to mental health: a systematic review. *Cureus, 12*(6).
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Ochi, M., Oka, Y., & Ueno, S. I. (2016). Internet addiction: Prevalence and relation with mental states in adolescents. *Psychiatry and clinical neurosciences, 70*(9), 405-412.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin, 140*(4), 1073-1137.
- Livingstone, S., & Smith, P. K. (2014). Annual research review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies: The nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 55*(6), 635-654.
- Mahanta, D., & Khatoniyar, S. Cyberbullying and Its Impact on Mental Health of Adolescents. *IRA International Journal of Management & Social Sciences* ISSN 2455-2267 Vol. 14, Issue 02 (Special Issue) pg. 1-10. International Conference on Wellbeing: Lifespan Perspectives & Practices for Sustainable Communities, 2019.
- Meshi, D., & Ellithorpe, M. E. (2021). Problematic social media use and social support received in real-life versus on social media: Associations with depression, anxiety and social isolation. *Addictive Behaviors, 119*, 106949.
- Messias, E., Kindrick, K., & Castro, J. (2014). School bullying, cyberbullying, or both: correlates of teen suicidality in the 2011 CDC Youth Risk Behavior Survey. *Comprehensive Psychiatry, 55*(5), 1063-1068.

- Mishna, F., Saini, M., & Solomon, S. (2009). Ongoing and online: Children and youth's perceptions of cyber bullying. *Children and Youth Services Review, 31*(12), 1222-1228.
- Naslund, J. A., Bondre, A., Torous, J., & Aschbrenner, K. A. (2020). Social media and mental health: benefits, risks, and opportunities for research and practice. *Journal of technology in behavioral science, 5*, 245-257.
- Ogders, C. L., & Jensen, M. R. (2020). Annual Research Review: Adolescent mental health in the digital age: Facts, fears, and future directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 61*(3), 336-348.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2016). Cyberbullying and self-esteem. *Journal of School Health, 76*(6), 328-337.
- Putro, H.Y.S Rachman A, Setiawan MA, Pahri M. (2022). Modul digital layanan klasikal melalui platform zedemy untuk meminimalisir perilaku cyberbullying. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia);8*(1):96.
- Ramkita, M. (2022). Digital parenting dalam membangun online resilience anak pada era transformasi digital di kota Palembang. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial. Vol 9 No 10 Hal.:* 3788-3799.
- Shannon, H., Bush, K., Villeneuve, P. J., Hellemans, K. G., & Guimond, S. (2022). Problematic social media use in adolescents and young adults: systematic review and meta-analysis. *JMIR mental health, 9*(4), e33450.doi: 10.2196/33450
- Sisbintari, K. D., & Setiawati, F. A. (2021). Digital Parenting sebagai Upaya Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak Usia Dini saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 6*(3), 1562-1575.
- Tateno, M., Teo, A. R., Ukai, W., Kanazawa, J., Katsuki, R., Kubo, H., & Kato, T. A. (2019). Internet addiction, smartphone addiction, and hikikomori trait in Japanese young adult: Social isolation and social network. *Frontiers in psychiatry, 10*, 455.

- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior, 26*(3), 277-287.
- Twenge, J. M., Martin, G. N., & Campbell, W. K. (2018). Decreases in psychological well-being among American adolescents after 2012 and links to screen time during the rise of smartphone technology. *Emotion, 18*(6), 765-780.
- Ulvi, O., Karamelic-Muratovic, A., Baghbanzadeh, M., Bashir, A., Smith, J., & Haque, U. (2022). Social media use and mental health: A global analysis. *Epidemiologia, 3*(1), 11-25.

PENUTUP

Penting untuk mengakui peran pendidikan karakter dalam menghadapi tantangan yang dihadirkan oleh teknologi digital dan fenomena *cyberbullying* di era modern. Program Nawacita yang menekankan nilai-nilai seperti religius, nasionalis, daya juang, kemandirian, gotong-royong, dan kejujuran dapat memberikan landasan kuat bagi generasi muda Indonesia dalam menghadapi dampak negatif teknologi digital.

Pengembangan teknologi digital telah memberikan banyak manfaat dalam pendidikan dan interaksi sosial, namun juga memunculkan tantangan baru seperti *cyberbullying*. *Cyberbullying* merupakan ancaman serius terhadap kesehatan mental remaja, dan dampaknya dapat sangat merugikan. Oleh karena itu, pendidikan karakter yang mengajarkan nilai-nilai positif seperti empati, kejujuran, dan tanggung jawab sangat penting untuk membantu remaja menghadapi situasi *online* dengan bijaksana dan menghindari perilaku *cyberbullying*.

Dalam konteks ini, penerapan model pencegahan berbasis resiliensi *online* bisa menjadi solusi yang efektif. Remaja perlu dilengkapi dengan keterampilan dan pengetahuan untuk menghadapi tantangan digital dengan bijaksana dan mampu bangkit dari situasi sulit. Orang tua, pendidik, dan masyarakat secara keseluruhan juga memiliki peran penting dalam mendukung remaja dalam mengembangkan resiliensi *online* dan mencegah perilaku *cyberbullying*.

Studi-studi yang telah dilakukan mengenai pencegahan *cyberbullying* menunjukkan bahwa pendekatan berbasis pendidikan karakter, nilai budaya, dan resiliensi *online* memiliki potensi untuk

memberikan solusi yang efektif dalam mengatasi fenomena ini. Oleh karena itu, upaya terus-menerus dalam meningkatkan kesadaran, pendidikan, dan pendampingan terhadap remaja dalam penggunaan teknologi digital akan membantu menciptakan lingkungan *online* yang lebih aman, positif, dan mendukung perkembangan karakter yang kuat pada generasi muda kita.

Model pencegahan *cyberbullying* berdasarkan resiliensi *online* mencakup pendidikan, pemberdayaan, komunikasi, dukungan, dan perilaku positif *online*.

Edukasi tentang resiliensi *online* harus diberikan kepada remaja secara teratur. Ini meliputi pemahaman tentang pengertian yang akurat tentang resiliensi, kemampuan menghadapi tantangan *online*, serta bagaimana merespons situasi sulit dengan bijaksana. Materi ini juga harus memasukkan pengetahuan tentang risiko dan dampak *cyberbullying*, serta strategi untuk menghindari dan melawan perilaku negatif *online*.

Dalam mendukung remaja mengembangkan resiliensi *online*, mereka perlu merasa memiliki kendali atas tindakan dan keputusan mereka. Dorong mereka untuk mengambil inisiatif dalam mengatasi situasi *online* yang sulit, seperti memblokir atau melaporkan pengguna yang merugikan. Dukung mereka untuk mengembangkan kepercayaan diri dalam menjaga batasan dan memilih konten yang positif.

Penting untuk membuka jalur komunikasi yang terbuka antara remaja dan orang tua atau wali. Remaja harus merasa nyaman untuk berbicara tentang pengalaman *online* mereka, termasuk situasi yang mengganggu. Orang tua harus mendengarkan dengan empati, memberikan nasihat yang bijaksana, dan membantu mereka merencanakan respons yang efektif.

Remaja perlu merasa didukung oleh keluarga, teman, dan lingkungan mereka dalam menghadapi situasi *online* yang sulit. Orang tua dapat membantu dengan memberikan dukungan moral, bimbingan, dan solusi untuk mengatasi masalah. Sanggar tari dan teman sebaya juga dapat berperan sebagai sumber dukungan yang positif.

Ajarkan remaja tentang pentingnya berperilaku positif dan etis dalam dunia maya. Dorong mereka untuk menyebarkan kebaikan, mendukung teman-teman secara *online*, serta berkontribusi dalam menciptakan lingkungan daring yang ramah dan aman. Ini termasuk penggunaan bahasa yang sopan dan tidak merugikan.

Studi tentang pencegahan *cyberbullying* perlu terus dilakukan untuk memahami tren terbaru, risiko yang muncul, serta efektivitas strategi pencegahan. Penelitian yang melibatkan aspek teknologi digital dan nilai budaya seperti seni tari juga perlu diperdalam. Pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana resiliensi *online* berkembang dalam konteks ini akan membantu merancang pendekatan pencegahan yang lebih efektif dan relevan dengan karakteristik generasi digital saat ini.

Melalui pendidikan, pemberdayaan, komunikasi, dukungan, dan penanaman perilaku positif *online*, remaja dapat mengembangkan resiliensi *online* yang kuat. Ini akan memungkinkan mereka untuk menghadapi tantangan dunia maya dengan bijaksana, merespons situasi sulit dengan lebih baik, dan meminimalkan risiko terhadap *cyberbullying*. Studi yang berfokus pada interaksi antara teknologi digital, resiliensi, dan nilai budaya akan membantu menyempurnakan pendekatan pencegahan yang relevan dan efektif.

Kerja sama yang erat antara lembaga pendidikan, pemerintah, organisasi masyarakat, dan platform teknologi juga menjadi faktor penting dalam mengatasi tantangan *cyberbullying*. Dengan adanya sinergi ini, upaya pencegahan dan edukasi dapat dilaksanakan secara lebih efektif dan luas, menciptakan ekosistem yang mendukung generasi muda dalam penggunaan teknologi secara positif.

Selain resiliensi *online*, pengembangan keterampilan digital juga harus ditekankan dalam pendidikan. Keterampilan seperti literasi digital, pemahaman tentang privasi *online*, dan evaluasi informasi di dunia digital menjadi penting dalam membantu remaja membedakan konten yang baik dan buruk serta menghindari jebakan *cyberbullying*.

Peran orang tua dalam mengawasi aktivitas *online* anak-anak mereka tidak bisa diabaikan. Orang tua perlu memahami lingkungan

digital tempat anak-anak mereka berinteraksi, serta memberikan panduan dan batasan yang tepat. Ini akan membantu menciptakan pengalaman *online* yang lebih aman dan sehat bagi remaja.

Selain pencegahan, penting juga untuk menciptakan lingkungan *online* yang positif dan inklusif. Ini melibatkan upaya untuk mempromosikan komunitas *online* yang mendukung, membangun kesadaran tentang pentingnya menghormati keragaman dan memerangi perilaku negatif seperti trolling dan penghinaan.

Program pencegahan *cyberbullying* perlu dievaluasi secara berkala untuk mengukur efektivitasnya. Hasil evaluasi ini dapat membantu dalam penyesuaian strategi pencegahan dan pendekatan yang digunakan. Proses ini juga dapat memberikan wawasan lebih lanjut tentang bagaimana tren *cyberbullying* berkembang dan bagaimana generasi muda meresponsnya.

Selain literasi digital, literasi media juga penting. Remaja perlu mampu memahami bagaimana media digital beroperasi, bagaimana informasi dihasilkan dan disebar, serta dampak sosial dari konten digital. Dengan literasi media yang baik, remaja dapat menjadi konsumen informasi yang lebih cerdas dan kritis.

Pendekatan pencegahan *cyberbullying* juga sebaiknya mencakup dukungan untuk mengembangkan identitas positif pada remaja. Ketika remaja merasa percaya diri dan memiliki citra diri yang baik, mereka cenderung lebih tahan terhadap tekanan dan pengaruh negatif dari dunia maya.

Remaja juga perlu memahami konsekuensi hukum dari perilaku *online* yang merugikan, termasuk *cyberbullying*. Pendidikan tentang undang-undang yang berlaku dalam dunia maya dapat membantu mereka menyadari tanggung jawab mereka dalam berinteraksi *online*.

INDEKS BUKU

- Acting The Good, 59
Adat Kebiasaan, 57
Aset Perkembangan, 52
Budaya Lokal, 43, 44, 99
Cinta Kebenaran, 58
Cinta Tanah Air, 59
Cyberbullying, V, Vi, Vii, 3, 4, 5, 6,
7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15,
16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23,
24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31,
32, 33, 38, 41, 46, 47, 70, 71,
72, 73, 76, 77, 78, 79, 80, 81,
83, 84, 88, 89, 91, 94, 98
Dampak Cyberbullying, Vi, 23, 25,
27, 82
Demokratis, 59, 60
Desiring The Good, 58
Disiplin, 5, 36, 57, 59, 60, 61
Dukungan Sosial, 20, 40, 41, 42
Dunia Maya, Vi, 13, 45, 70, 74, 75,
83, 84
Empati, Viii, 2, 5, 6, 15, 19, 28, 29,
43, 44, 52, 63, 74, 81, 82
Etika *Online*, 39, 40
FOMO, 38
Gemar Membaca, 60
Guru, 6, 27, 45, 49, 62, 89, 91
Hiburan, 35, 37
Hubungan Positif, 28
Identitas Diri, 35
Individu, Vii, 6, 15, 16, 17, 18, 19,
20, 24, 25, 28, 39, 40, 41, 42,
43, 49, 52, 63, 64, 71, 72
Individu, 42, 49, 52
Industri 4.0, 48
Inklusi Digital, 43
Inspirasi, 63
Integritas, 63
Intelektual, 50, 62
Interaksi Sosial, Vii, 21, 74, 81
Isu-Isu Moral, 2
Jati Diri, 37, 58
Jujur, 1, 49, 58, 59, 60
Karakter, I, lii, V, 1, 2, 5, 6, 27, 28,
39, 40, 43, 44, 45, 48, 49, 50,
51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58,
59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66,
67, 68, 70, 74, 77, 82, 98
Karakter Bangsa, 39, 40, 59, 62, 66
Karakter Moral, 50, 51, 52
Karakter Remaja, 5, 6, 27, 28, 44
Karakter Yang Baik, 5, 6, 54, 55, 57,
58, 60
Keamanan *Online*, 38, 71
Keamanan Siber, 39, 40, 71
Keamanan Siber, 39
Kebajikan Moral, 50
Keberanian, 58
Kebiasaan, 54, 55, 56, 57, 58
Kebudayaan, 55, 56, 57, 59, 61, 62,
66

Kebudayaan Fisik, 55
 Kecanduan Gadget, 5
 Kecanduan Internet, 17
 Kecerdasan, 51, 62
 Keinginan, 58
 Kejujuran, 1, 2, 5, 43, 50, 51, 63, 81
 Keluarga, Viii, 16, 17, 19, 20, 34, 36, 41, 46, 49, 56, 72, 76, 82, 91, 102
 Kemampuan Remaja, 38
 Kepekaan Sosial, 61
 Kepercayaan Diri, Vi, 5, 15, 21, 23, 29, 41, 42, 73, 82
 Kepribadian, 35, 37, 49, 53, 54, 56, 59, 62, 75, 76
 Kerendahan Hati, 51, 58, 61
 Kerja Keras, 59
 Kesadaran Digital, 39, 40
 Kesadaran Moral, 58
 Kesehatan Mental, 3, 5, 6, 11, 14, 17, 21, 22, 23, 40, 41, 46, 81
 Kesejahteraan Remaja, 52, 53
 Ketahanan Masyarakat, 43
 Ketahanan *Online*, Viii, 25, 26, 27, 41, 42, 43, 44
 Ketahanan Psikologis, 40, 42
 Keterampilan Digital, 2, 48, 83
 Keterampilan Sosial, 2, 19, 24, 29
 Knowing The Good, 58
 Kolaborasi, 2, 48
 Kompetensi, 51, 58
 Konteks Budaya, 29, 43
 Kreatif, 35, 37, 50, 59, 60, 62, 73
 Kreativitas, 36, 48, 73
 Lingkungan Fisik, 56
 Lingkungan Sosial, 18, 19, 56
 Literasi Digital, 20, 39, 40, 41, 43, 83, 84
 Literasi Digital, 39, 41
 Logika Moral, 58
 Loving The Good, 58
 Mandiri, 1, 35, 38, 59, 60, 73, 94
 Mandiri, 8
 Masalah Budaya, 42, 43
 Media Sosial, Vi, 2, 3, 11, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 24, 26, 27, 34, 35, 36, 37, 38, 41, 62, 63, 70, 71, 73, 90, 91, 100
 Metode Belajar, 62
Moral Action, 54, 55, 58, 59, 66
 Moral Feeling, 54, 55, 58
 Moral Knowing, 55, 57, 58
 Nilai Karakter, 2, 58, 60, 69
 Nilai Kebangsaan, 60
 Nilai Kejujuran, 2, 58
 Nilai Kemandirian, 2
 Nilai Religius, 1, 2
 Nilai-Nilai Budaya, 43, 44, 61
 Nilai-Nilai Luhur, 59
 Nilai-Nilai Moral, 58
Online Resilience, Vii, Viii, 4, 5, 6, 24, 41, 42, 79
 Partisipasi, 43, 72
 Partisipasi, 102
 Peduli Lingkungan, 60
 Peduli Sosial, 60
 Pembelajaran *Online*, 1, 2
 Pembentukan Karakter, 5, 54, 55, 59, 60
 Pembentukan Karakter, 48
 Pembiasaan, 53, 59
 Pembinaan Akhlak, 56
 Pemikiran Kritis, 39, 40
Pencegahan Cyberbullying, Vii, 5, 6, 24, 25, 26, 27, 28, 71, 72, 76, 81, 82, 83, 84

Pendidikan Akhlak, 59, 61
 Pendidikan Budaya, 59, 62, 66
 Pendidikan Karakter, 1, 2, 50, 53, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 81
 Pendidikan Moral, 50, 59, 61
 Pendidikan Nilai, 59
 Peneladanan, 59
 Pengenalan Diri, 58
 Pengendalian Diri, 50, 51, 58
 Penguatan Emosi, 58
 Penyesuaian Psikologis, 41, 42
 Peran Orang Tua, Viii, 4, 24, 83
 Peran Remaja, 48
 Perbedaan Budaya, 20, 28, 43
 Percaya Diri, 19, 50, 58, 60, 84
 Pergaulan, Vii, 57
 Pergaulan, 56
 Perilaku Moral, 54
 Perkembangan Digital, 2, 3
 Perkembangan Digital, 1, 2
 Perlindungan Data, 41
 Personal, 15, 17, 19, 65, 66
 Privasi, 20, 26, 38, 40, 41, 45, 71, 74, 83
 Privasi *Online*, 20, 41, 74, 83
 Program Nawacita, 1, 81
 Rasa Hormat, 27, 43, 50, 61, 100
 Rasa Identitas Diri, 61
 Rasa Ingin Tahu, 5, 51, 59
 Rasa Tujuan, 30, 48
 Regulasi Emosi, 28
 Religius, 1, 55, 59, 60, 62, 81
 Remaja, I, Iii, V, Vi, Vii, Viii, 2, 3, 5, 6, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 34, 35, 36, 37, 38, 42, 44, 45, 46, 48, 50, 51, 52, 53, 68, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 78, 81, 82, 83, 84, 88, 89, 90, 102
 Risiko, 3, 5, 6, 20, 21, 23, 24, 26, 38, 40, 41, 71, 72, 73, 75, 82, 83, 94, 95
 Sekolah, Vii, 2, 3, 4, 14, 16, 17, 19, 24, 28, 35, 36, 51, 53, 56, 58, 62, 64, 65, 71, 72, 91, 96
 Semangat Kebangsaan, 59
 Semangat Kewirausahaan, 48
 Solidaritas Sosial, 55
 Tanggung Jawab, Iv, 2, 5, 43, 44, 50, 52, 53, 54, 57, 60, 61, 71, 72, 73, 81, 84
 Tanggung Jawab, 52
 Teknologi Digital, Vii, Viii, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 28, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 73, 74, 81, 82, 83
 Teman Sebaya, 16, 19, 20, 27, 28, 45, 82
 Toleransi, 6, 59, 61
 Transformasi Kebudayaan, 55, 57
 Usia Dini, 54, 66
 Warisan Budaya, 44, 61, 62

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner *Cyberbullying* Dimensi Pencegahan *Cyberbullying*

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
1. remaja memiliki rasa aman dari tindakan <i>cyberbullying</i>	1. Dalam 30 hari terakhir, apakah orang tuamu pernah membicarakan keamanan saat menggunakan komputer?	1. Tidak pernah 2. Terkadang 3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari
2. remaja memiliki rasa nyaman dari tindakan <i>cyberbullying</i>	2. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu pernah menerima pesan yang membuat kamu merasa kesal atau tidak nyaman?	1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah
3. remaja memiliki rasa senang terhindar dari tindakan <i>cyberbullying</i>	3. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu pernah diejek ketika <i>chatting</i> ?	1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah
4. remaja memiliki rasa bebas dari tindakan <i>cyberbullying</i>	4. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu telah diganggu atau ditangkap oleh orang lain saat <i>online</i> ?	1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah
	5. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu takut menggunakan <i>handphone</i> ?	1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang takut 5. Tidak takut
5. remaja terjamin	6. Dalam 30 hari terakhir, apakah	1. Setiap hari

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
keselamatan dalam berkegiatan di medsos	<p>kamu pernah menerima email dari kenalanmu yang membuat sangat marah?</p> <p>7. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu pernah menerima email dari seseorang yang tidak kamu kenal yang membuat sangat marah? Ini tidak termasuk email "spam".</p>	<p>2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah</p> <p>1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah</p>
6. remaja terjamin kenyamanan dalam berkegiatan di medsos	<p>8. Dalam 30 hari terakhir, apakah seseorang pernah mem-<i>posting</i> sesuatu di halaman WA <i>Group</i> yang membuat kamu merasa kesal atau tidak nyaman?</p> <p>9. Dalam 30 hari terakhir, apakah seseorang pernah mem-<i>posting</i> sesuatu di halaman web lain yang membuat kamu merasa kesal atau tidak nyaman?</p> <p>10. Dalam 30 hari terakhir, apakah ada orang yang mengirim email atau pesan teks kepadamu dan bertanya tentang sesuatu yang membuatmu tidak nyaman?</p>	<p>1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah</p> <p>1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah</p> <p>1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah</p>
7. remaja terjamin keamanan dalam berkegiatan di medsos	<p>11. Dalam 30 hari terakhir, apakah guru berbicara denganmu tentang rasa aman menggunakan komputer?</p> <p>12. Dalam 30 hari terakhir, apakah ada yang mem-<i>posting</i> sesuatu tentangmu di internet yang kamu tidak ingin orang lain melihat?</p>	<p>1. Tidak pernah 2. Terkadang 3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari</p> <p>1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah</p>
8. remaja memiliki cara melaporkan	13. Bila terjadi pem- <i>bully-an</i> daring, apakah kamu memberi tahu orang	<p>1. Tidak pernah 2. Terkadang</p>

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
<i>cyberbullying</i> pada orang tua	tua kamu tentang pengalaman tersebut? Dengan cara apa?	3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari a. bercerita langsung, b. bercerita lewat WA. c. bercerita lewat surat
9. remaja mendapatkan sosialisasi tentang <i>relationship</i> di media sosial	14. Dalam 30 hari terakhir apakah kamu membaca konten tentang <i>relationship</i> (dengan teman, dengan orang tua, dengan orang lain yang lebih tua, dengan orang lain yang lebih muda)	1. Tidak pernah 2. Terkadang 3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari

Sumber :

Measuring Bullying Victimization, Perpetration, and Bystander Experiences.

A Compendium of Assessment Tools National Center for Injury Prevention and Control Division of Violence Prevention.

Lampiran 2. Kuesioner *Cyberbullying* Dimensi Pemanfaatan Teknologi Digital

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
1. pemanfaatannya memiliki itikad baik	1. Dalam 30 hari terakhir, jika temanmu membutuhkan informasi apapun dari mu, apakah kamu memberi informasi yang akurat pada temanmu di media sosial?	1. Tidak pernah 2. Terkadang 3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari
	2. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu mengolok-olok, mengejek maupun memarahi temanmu di media sosial?	1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah
2. pemanfaatannya memiliki kemanfaatan yang baik	3. Dalam 30 hari terakhir, apakah ketika bermedia sosial, anda menggunakannya untuk hal-hal yang penting saja (membalas sapaan teman/keluarga/guru, memberi komen positif, mengunggah informasi yang berguna dan benar)?	1. Tidak pernah 2. Terkadang 3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari
	4. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu memberi komen negatif pada unggahan yang tidak menyenangkanmu?	1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah
3. pemanfaatannya memiliki kehati-hatian	5. Dalam 30 hari terakhir, jika kamu menemui konten yang kurang layak dibaca, apakah kamu segera memberi komen sesukamu?	1. Ya, setiap hari 2. Ya, berulang kali 3. Ya, beberapa kali 4. Ya, terkadang 5. Tidak pernah
4. pemanfaatannya untuk mencerdaskan	6. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu menggunakan gadgetmu (Hp/Tab/komputer) untuk mencari materi pendukung pelajaran sekolah?	1. Tidak pernah 2. Terkadang 3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari
	7. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu menggunakan gadgetmu (Hp/Tab/komputer) untuk mencari konten pembelajaran yang mendukung pelajaran sekolah?	1. Tidak pernah 2. Terkadang 3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari
5. pemanfaatannya untuk	8. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu mencari konten untuk menambah	1. Tidak pernah mencari

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
menyejahterakan	keterampilan yang dapat digunakan untuk menambah kecakapan hidup sebagai modal kerja nanti?	2. Terkadang mencari 3. Beberapa kali mencari 4. Berulang kali mencari 5. Setiap hari mencari
6. pemanfaatannya untuk memampukan pengguna agar bertanggung jawab	9. Dalam 30 hari terakhir, apakah saat kamu membuat konten/membalas sapaan teman/mengkomen konten menggunakan bahasa yang santun?	1. Tidak pernah menggunakan 2. Terkadang menggunakan 3. Beberapa kali menggunakan 4. Berulang kali menggunakan 5. Setiap hari menggunakan
	10. Dalam 30 hari terakhir, apakah ada <i>complain</i> /serangan balik dari temanmu/ <i>follower</i> karena balasan sapaanmu, sajian kontenmu, komenmu pada kontennya?	1. Setiap hari ada 2. Berulang kali ada 3. Beberapa kali ada 4. Terkadang ada 5. Tidak pernah ada
7. pemanfaatannya memberi rasa aman pengguna	11. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu merasa terganggu dengan komen-komen meresahkan yang ditujukan padamu?	1. Setiap hari merasa terganggu 2. Berulang kali merasa terganggu 3. Beberapa kali merasa terganggu 4. Terkadang terasa terganggu 5. Tidak pernah merasa terganggu
	12. Dalam 30 hari terakhir, apakah saat kamu mengirimkan pesan, membalas pesan, membuat konten, memberi	1. Setiap hari ada rasa waswas 2. Berulang kali

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
	komentar, ada rasa was-was/ketakutan?	ada rasa waswas 3. Beberapa kali ada rasa waswas 4. Terkadang ada rasa waswas 5. Tidak pernah ada rasa waswas
8. pemanfaatannya memberi rasa adil bagi pengguna	13. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu kecewa jika banyak konten-konten yang kamu baca, condong pada idola/artis tertentu (tokoh Anime, artis K-Pop?	1. Tidak pernah kecewa 2. Terkadang kecewa 3. Beberapa kali kecewa 4. Berulang kali kecewa 5. Setiap hari kecewa
	14. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu kecewa jika banyak konten-konten yang kamu baca, condong pada budaya asing (K-Pop, Anime, <i>Game Mobile Legend</i> , membeli <i>merchandise</i> , <i>top up game</i> , membeli <i>action figure</i> , dll.?	1. Tidak pernah kecewa 2. Terkadang kecewa 3. Beberapa kali kecewa 4. Berulang kali kecewa 5. Setiap hari kecewa
	15. Dalam 30 hari terakhir apakah ada balasan dari teman lewat WA/Tik-tok/Instagram/Twitter, yang membuatmu merasa tertindas?	1. Setiap hari ada 2. Berulang kali ada 3. Beberapa kali ada 4. Terkadang ada 5. Tidak pernah ada

Lampiran 3. Kuesioner *Cyberbullying* Dimensi *Online Resilience*

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
1. memiliki kemampuan dalam menilai pengaruh dunia <i>online</i>	<p>1. Dalam 30 hari terakhir, ketika menerima balasan pesan, komen pada kontenmu, membaca konten/berita/informasi dari media digital lain, apakah kamu menilai (baik/buruk) pengaruhnya pada dirimu?</p> <p>2. Jika kamu membuat konten, membalas pesan, apakah kamu memikirkan pengaruh baik maupun pengaruh buruknya bagi pembacamu?</p> <p>3. Jika kamu membuat konten, membalas pesan, apakah kamu memikirkan pengaruh baik maupun pengaruh buruknya bagi dirimu?</p>	<p>1. Tidak pernah menilai 2. Terkadang menilai 3. Beberapa kali menilai 4. Berulang kali menilai 5. Setiap hari menilai</p> <p>1. Tidak pernah memikirkan 2. Terkadang memikirkan 3. Beberapa kali memikirkan 4. Berulang kali memikirkan 5. Setiap hari memikirkan</p> <p>1. Tidak pernah memikirkan 2. Terkadang memikirkan 3. Beberapa kali memikirkan 4. Berulang kali memikirkan 5. Setiap hari memikirkan</p>
2. memiliki kemampuan dalam memilah secara mandiri pengaruh dunia <i>online</i>	<p>4. Dalam 30 hari terakhir, ketika membaca konten, berita, artikel, informasi dari media digital, apakah kamu memilah sendiri antara yang pantas dibaca dan yang tidak?</p> <p>5. Dalam 30 hari terakhir, ketika kamu membuat dan membagikan konten maupun membalas pesan, apakah kamu memilah sendiri konten yang pantas dan yang tidak pantas dibaca orang lain?</p>	<p>1. Tidak pernah memilah 2. Terkadang memilah 3. Beberapa kali memilah 4. Berulang kali memilah 5. Setiap hari memilah</p> <p>1. Tidak pernah memilah 2. Terkadang memilah 3. Beberapa kali memilah 4. Berulang kali memilah 5. Setiap hari memilah</p>
3. memiliki kemampuan	6. Dalam 30 hari terakhir, ketika membaca	1. Tidak pernah menghapus 2. Terkadang menghapus

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
<p>an dalam menyikapi faktor risiko dunia digital</p>	<p>konten/berita/artikel/informasi dari media digital yang bernada perundungan/pengelabuan/penipuan/predator padamu, apakah kamu menghapus konten tersebut?</p> <p>7. Dalam 30 hari terakhir, ketika membaca konten/berita/artikel/informasi dari media digital yang bernada perundungan/pengelabuan/penipuan/predator padamu, apakah kamu berhenti membaca?</p> <p>8. Dalam 30 hari terakhir, ketika membaca konten/berita/artikel/informasi dari media digital yang bernada perundungan/pengelabuan/penipuan/predator padamu, apakah kamu melaporkan pada orang tua?</p>	<p>3. Beberapa kali menghapus 4. Berulang kali menghapus 5. Setiap hari menghapus</p> <p>1. Tidak pernah berhenti membaca 2. Terkadang berhenti 3. Beberapa kali berhenti 4. Berulang kali berhenti 5. Setiap hari berhenti membaca</p> <p>1. Tidak pernah melaporkan 2. Terkadang melaporkan 3. Beberapa kali melaporkan 4. Berulang kali melaporkan 5. Setiap hari melaporkan</p>
<p>4. memiliki kemampuan mengelola risiko</p>	<p>9. Dalam 30 hari terakhir, ketika kamu membaca konten maupun pesan dari teman yang tidak menyenangkanmu, apakah kamu akan menghindari risiko dengan cara mengabaikannya?</p> <p>10. Dalam 30 hari terakhir, apabila kamu mendapatkan komentar, balasan pesan yang tidak menyenangkanmu, apakah kamu mengalihkan fokusmu ke hobi yang disalurkan lewat sanggar/tempat les (menari, menyanyi, bermusik, melukis,</p>	<p>1. Tidak pernah mengabaikan 2. Terkadang mengabaikan 3. Beberapa kali mengabaikan 4. Berulang kali mengabaikan 5. Setiap hari mengabaikan</p> <p>1. Tidak pernah 2. Terkadang 3. Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari</p>

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
	olahraga, dll.).	
5. memiliki kemampuan mereduksi aksesibilitas konten yang berbahaya di jaringan <i>online</i>	<p>11. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu mengurangi tingkat keserangan penggunaan jaringan <i>online</i>?</p> <p>12. Apakah kamu ikut ekstra kurikuler di sekolah?</p> <p>Ekstra kurikuler apa saja?</p> <p>13. Apakah kamu mengikuti kegiatan di luar sekolah (les Bahasa, les pelajaran sekolah)?</p> <p>14. Apakah kamu mengikuti kursus yang berkaitan dengan hobi (menari, menyanyi, bermusik, melukis, olahraga, dll.).</p>	<p>1.Tidak pernah 2.Terkadang 3.Beberapa kali 4. Berulang kali 5. Setiap hari</p> <p>1.Tidak pernah 2.Terkadang (1-2 kali dalam seminggu) 3.Beberapa kali (3 kali dalam seminggu) 4. Berulang kali (4 kali dalam seminggu) 5. Setiap hari (5 kali dalam seminggu)</p> <p>1..... 2..... 3..... 4..... 5.....</p> <p>1.Tidak pernah 2.Terkadang (1-2 kali dalam seminggu) 3.Beberapa kali (3 kali dalam seminggu) 4. Berulang kali (4 kali dalam seminggu) 5. Setiap hari (5 kali dalam seminggu)</p> <p>1.Tidak pernah 2.Terkadang (1-2 kali dalam seminggu) 3.Beberapa kali (3 kali dalam seminggu) 4. Berulang kali (4 kali</p>

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
		dalam seminggu) 5. Setiap hari (5 kali dalam minggu)

Lampiran 4. Kuesioner *Cyberbullying* Dimensi Karakter Siswa

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
konsisten pada keyakinan nilai budaya setempat	1. Dalam 30 hari terakhir, apakah ketika kamu membuat dan membagikan konten, maupun membalas pesan dengan menyisipkan kata-kata/kegiatan yang tidak pantas dibaca/dilihat agar viral dan keren?	1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah
teguh pada keyakinan nilai (baik/buruk)	2. Dalam 30 hari terakhir, apakah kamu ikut-ikutan membuat dan membagikan konten maupun membalas pesan sesuai <i>trend</i> konten (misal menjahili teman/ortu dll.) yang tidak sesuai dengan budaya mu?	1. Setiap hari 2. Berulang kali 3. Beberapa kali 4. Terkadang 5. Tidak pernah
kemampuan mengatasi krisis secara emosional	3. Dalam 30 hari terakhir, jika kamu mendapatkan balasan pesan maupun konten yang membuatmu tidak senang, apakah kamu mengabaikan? 4. Dalam 30 hari terakhir, jika kamu mendapatkan balasan pesan maupun konten yang membuatmu tidak senang, apakah kamu mengalihkan fokus pada kegiatan yang kamu senangi?	1. Tidak mengabaikan 2. Terkadang mengabaikan 3. Beberapa kali mengabaikan 4. Berulang kali mengabaikan 5. Setiap hari mengabaikan 1. Tidak mengalihkan fokus 2. Terkadang mengalihkan fokus 3. Beberapa kali mengalihkan fokus 4. Berulang kali mengalihkan fokus 5. Setiap hari mengalihkan fokus

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
	5. Dalam 30 hari terakhir, jika kamu mendapatkan balasan pesan maupun konten yang membuatmu tidak senang, apakah kamu membalasnya?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Setiap hari membalasnya 2. Berulang kali membalasnya 3. Beberapa kali membalasnya 4. Terkadang membalasnya 5. Tidak pernah membalasnya
kemampuan untuk bertahan di tengah kesulitan	6. Dalam 30 hari terakhir, jika kamu mendapatkan balasan pesan maupun konten yang membuatmu tidak senang, apakah kamu menoleransi temanmu maupun si pembuat konten?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah menoleransi 2. Terkadang menoleransi 3. Beberapa kali menoleransi 4. Berulang kali menoleransi 5. Setiap hari menoleransi
kemampuan untuk bertahan pada budaya lokal di tengah tekanan	<p>7. Dalam 30 hari terakhir, jika kamu merasa tertekan karena konten maupun balasan pesan yang tidak menyenangkan, apakah kamu optimis untuk berubah seperti teman-temanmu?</p> <p>8. Dalam 30 hari terakhir, jika kamu merasa tertekan karena konten maupun balasan pesan yang tidak menyenangkan, apakah kamu optimis untuk bertahan pada budaya mu yang berbeda dengan budaya teman-temanmu?</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Setiap kali berubah 2. Berulang kali berubah 3. Beberapa kali berubah 4. Terkadang berubah 5. Tidak pernah berubah <ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah optimis bertahan 2. Terkadang optimis bertahan 3. Beberapa kali optimis bertahan 4. Berulang kali optimis bertahan 5. Setiap kali optimis bertahan
memiliki <i>mindset</i> berkembang	9. Dalam 30 hari terakhir, ketika kamu melihat/membaca	1. Tidak pernah terinspirasi

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
	konten yang bermanfaat, apakah kamu terinspirasi meniru maupun membuat yang lain?	2. Terkadang terinspirasi 3. Beberapa kali terinspirasi 4. Berulang kali terinspirasi 5. Setiap kali terinspirasi
kemampuan mengendalikan diri	10. Dalam 30 hari terakhir, ketika kamu memberikan balasan pesan, membuat dan membagikan konten, apakah kamu menggunakan bahasa yang sopan dan tidak merugikan orang lain?	1. Tidak pernah menggunakan 2. Terkadang menggunakan 3. Beberapa kali menggunakan 4. Berulang kali menggunakan 5. Setiap kali menggunakan
memiliki rasa hormat	11. Dalam 30 hari terakhir, apabila ada konten yang tidak sesuai dengan pemikiranmu, apakah memberikan kritik dengan bahasa yang sopan?	1. Tidak pernah memberikan 2. Terkadang memberikan 3. Beberapa kali memberikan 4. Berulang kali memberikan 5. Setiap kali memberikan
memiliki kasih sayang	12. Dalam 30 hari terakhir, jika ada konten maupun teman media sosialmu, mendapat (musibah, bencana, wabah, dll.), apakah kamu tergerak untuk membantu dalam bentuk membuat kata-kata <i>support</i> ? 13. Dalam 30 hari terakhir, jika ada konten maupun teman media sosialmu, mendapat (musibah, bencana, wabah, dll.), apakah kamu tergerak	1. Tidak pernah membantu 2. Terkadang membantu 3. Beberapa kali membantu 4. Berulang kali membantu 5. Setiap kali membantu 1. Tidak pernah membantu 2. Terkadang membantu 3. Beberapa kali membantu

Indikator dalam proposal	Kuesioner	Skala pengukuran
	<p>untuk membantu dalam bentuk donasi uang maupun barang?</p> <p>14. Dalam 30 hari terakhir, jika ada konten maupun teman media sosialmu, mendapat (musibah, bencana, wabah, dll.), apakah kamu tergerak untuk membantu dalam bentuk mengunjungi?</p>	<p>4. Berulang kali membantu 5. Setiap kali membantu</p> <p>1. Tidak pernah membantu 2. Terkadang membantu 3. Beberapa kali membantu 4. Berulang kali membantu 5. Setiap kali membantu</p>

PROFIL PENULIS

Fransisca Iriani Roesmala Dewi.



Penulis adalah Staf pengajar program S1 dan S2 pada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Mengampu mata kuliah Intervensi Sosial, Psikologi Budaya, Metode Penelitian, serta penulisan ilmiah. Telah memperoleh jenjang doktoral (Dr) pada tahun 2009 dari Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada dengan disertasi Pengaruh Layanan Rehabilitasi Penyesuaian Sosial Terhadap Peningkatan Konsep Diri, Kemandirian dan Penyesuaian Diri Remaja Tuna Daksa. Beberapa penelitian yang telah dilakukan adalah Model Penguatan Dan Peningkatan Kualitas KehidupanWarga Lanjut Usia Indonesia; Remaja Korban Perundungan Siber Dan Keberfungsian Keluarga; Determinan Psiko-Sosial Dan Kerangka Kerja Integratif Partisipasi Politik Orang Muda Tionghoa; Model Kualitas Kehidupan Remaja Indonesia (Studi Resiliensi dan Harga Diri untuk Meningkatkan Kualitas Kehidupan Remaja



L.V. Ratna Devi Sakuntalawati.

Penulis adalah Staf pengajar program S1, S2 pada Fakultas Ilmu Sosial dan Politik dan S3 pada Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret, di Surakarta. Mengampu mata kuliah; Kewirausahaan, Metode Penelitian Kuantitatif, Statistik, Pemberdayaan Masyarakat, Pemberdayaan Ekonomi Mikro, dan Komunikasi Pembangunan. Memperoleh jenjang doktoral (Dr) pada tahun 2018 dari

Prodi Penyuluhan Pembangunan/Pemberdayaan Masyarakat, Pascasarjana Universitas Sebelas Maret, dengan disertasi Keberdayaan Peternak Sapi Perah dengan Pendekatan Kapabilitas di Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang, Propinsi Jawa Tengah. Beberapa penelitian yang telah dilakukan adalah: Pola Pengembangan Pasar Tradisional Dengan Pendekatan Manajemen Komunitas Untuk Meningkatkan Ketahanan Usaha Pedagang Di Kota Surakarta, Keberdayaan Pemulung Berbasis Aset Sebagai Upaya Dalam Peningkatan Taraf Hidup Di Kota Surabaya, Model Pengembangan Ecopreneurship Sampah sebagai Upaya Meningkatkan Pendapatan Masyarakat di Kota Surakarta, Strategi Membangun Inovasi Model Bisnis Berdasarkan *Community-Based Tourism* di Desa Pentingsari Sleman Yogyakarta, Analisis Faktor Keberhasilan Wirausaha Mahasiswa, Kewirausahaan Berbasis Masyarakat pada Perintisan Desa Wisata Batik Pilang, Desa Pilang, Kabupaten Sragen.



Dr. Fransisca Iriani Roesmala Dewi, M.Si. adalah staf pengajar program S-1 dan S-2 pada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Mengampu mata kuliah Intervensi Sosial, Psikologi Budaya, Metode Penelitian, serta Penulisan Ilmiah. Telah memperoleh jenjang doktoral (Dr.) pada tahun 2009 dari Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada dengan disertasi “Pengaruh Layanan Rehabilitasi Penyesuaian Sosial terhadap Peningkatan Konsep Diri, Kemandirian dan Penyesuaian Diri Remaja Tuna Daksa”. Beberapa penelitian yang telah dilakukan adalah “Model Pengukuhan dan Peningkatan Kualitas Kehidupan Warga Lanjut Usia Indonesia”; “Remaja Korban Perundungan Siber dan Keberfungsian Keluarga”; “Determinan Psiko-sosial dan Kerangka Kerja Integratif Partisipasi Politik Orang Muda Tionghoa”; dan “Model Kualitas Kehidupan Remaja Indonesia (Studi Resiliensi dan Harga Diri untuk Meningkatkan Kualitas Kehidupan Remaja)”. Karya buku antara lain *Membangun Karakter dan Keterampilan Sosial Anak Berbasis Tari Tradisional*.



Dr. L.V. Ratna Devi Sakuntalawati, M.Si. adalah staf pengajar program S-1, S-2 pada Fakultas Ilmu Sosial dan Politik dan S-3 pada Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret, di Surakarta. Mengampu mata kuliah Kewirausahaan, Metode Penelitian Kuantitatif, Statistik, Pemberdayaan Masyarakat, Pemberdayaan Ekonomi Mikro, dan Komunikasi Pembangunan. Memperoleh jenjang doktoral (Dr.) pada tahun 2018 dari Prodi Penyuluhan Pembangunan/Pemberdayaan Masyarakat, Pascasarjana Universitas Sebelas Maret, dengan disertasi “Keberdayaan Peternak Sapi Perah dengan Pendekatan Kapabilitas di Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang, Propinsi Jawa Tengah”.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan adalah: “Pola Pengembangan Pasar Tradisional dengan Pendekatan Manajemen Komunitas untuk Meningkatkan Ketahanan Usaha Pedagang di Kota Surakarta”, “Keberdayaan Pemulung Berbasis Aset sebagai Upaya dalam Peningkatan Taraf Hidup di Kota Surabaya”, “Model Pengembangan *Ecopreneurship* Sampah sebagai Upaya Meningkatkan Pendapatan Masyarakat di Kota Surakarta”, “Strategi Membangun Inovasi Model Bisnis Berdasarkan *Community-based Tourism* di Desa Pentingsari Sleman Yogyakarta”, “Analisis Faktor Keberhasilan Wirausaha Mahasiswa”, “Kewirausahaan Berbasis Masyarakat pada Perintisan Desa Wisata Batik Pilang, Desa Pilang, Kabupaten Sragen”. Karya buku antara lain *Membangun Karakter dan Keterampilan Sosial Anak Berbasis Tari Tradisional*.



Bagus Mulyawan, S.Kom., M.M. adalah staf pengajar program S-1 pada Fakultas Teknologi Informasi Universitas Tarumanagara mengampu mata kuliah *Big Data*, *Business Process Reengineering*, *Digital Entrepreneurship*, Sistem Terdistribusi, Sistem Basis Data dan Business Information System. Saat ini sedang menmpuh jenjang studi doktoral Computer Science di Universitas Bina Nusantara. Beberapa penelitian yang pernah dilakukan adalah “Pengembangan Model *Business Intelligence* untuk Evaluasi Kinerja Perguruan Tinggi”, “Perancangan Sistem dan Alat Auto Fokus Citra Sel Darah

pada Mikroskop Berbasis *Pattern Recognition*”, “Otomatisasi Sistem Identifikasi dan Kalkulasi Sel Darah Putih Berbasis *Pattern Recognition*”, “Pemetaan Warisan Nilai Budaya Kawasan Jawa Barat Berbasis Android”, “Pemetaan Daerah Tidak Serap Air di Wilayah Jabodetabek”, “Perancangan Model Basis Data dan Implementasinya dalam Menunjang Pembuatan Data *Warehouse* pada Sistem Manajemen Koleksi Museum”.

Penerbit Deepublish (CV BUDI UTAMA)

Jl. Kaliurang Km 9,3 Yogyakarta 55581

Telp/Fax : (0274) 4533427

Anggota IKAPI (076/DIY/2012)

cs@deepublish.co.id

Penerbit Deepublish

@penerbitbuku_deepublish

www.penerbitdeepublish.com



Kategori : Psikologi Individual

ISBN 978-623-02-7638-5



9

786230

276385