



Pengaruh Interaksi Sosial di Media Sosial terhadap Kejadian Cyberbullying dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Remaja

The Influence of Social Interaction on Social Media on Cyberbullying Incidents and Its Impact on Adolescent Mental Health

**Razaky Azhar Rosadi¹, Bramantio Risky Hamzah², Ruben Rafi Delano³,
Geofakta Razali⁴**

Universitas Pembangunan Jaya

Email : Razaky.azhar@gmail.com¹, bramatoriskyhamzah@gmail.com²

Article Info

Article history :

Received : 30-05-2024

Revised : 01-06-2024

Accepted : 03-06-2024

Published : 05-06-2024

Abstract

Social media has become an integral part of everyday life for many individuals, especially among young people who are exposed to social media almost every second. However, along with this growth, there is also increasing concern about the phenomena that often occur on social media. Cyberbullying involving social media users, especially among teenagers and young adults. This research aims to analyze the influence of social interaction on social media on the incidence of cyberbullying among young users. Using regression analysis methods, this research determines the relationship between social interaction patterns on social media and the risk of cyberbullying faced by teenagers and young adults. The results of this study show that there is a positive and significant influence between the level of exposure to cyberbullying on adolescent mental health. The implications of these findings can be used to develop more effective intervention strategies to improve the psychological well-being of adolescents in this digital era.

Keywords : Social Media, Social Interaction, Cyberbullying, Adolescent Mental Health

Abstrak

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari bagi banyak individu, terutama di kalangan anak muda yang hampir di setiap detiknya berhadapan dengan media sosial. Namun, bersamaan dengan pertumbuhan ini, terdapat juga peningkatan kekhawatiran akan fenomena yang sering terjadi dalam media sosial. Cyberbullying yang melibatkan pengguna media sosial, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh interaksi sosial di media sosial terhadap kejadian cyberbullying di kalangan pengguna muda. Dengan menggunakan metode analisis regresi, penelitian ini menentukan hubungan antara pola interaksi sosial di media sosial dan risiko cyberbullying yang dihadapi oleh remaja dan dewasa muda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara tingkat paparan cyberbullying terhadap kesehatan mental remaja. Implikasi dari temuan ini dapat digunakan untuk mengembangkan strategi intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja dalam era digital ini.

Kata Kunci : Media Sosial, Interaksi Sosial, Cyberbullying, Kesehatan Mental Remaja

PENDAHULUAN

Dalam era di mana teknologi digital menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, media sosial telah menjadi platform utama bagi interaksi sosial, terutama di kalangan remaja. Fenomena ini membawa dampak yang signifikan, tidak hanya pada dinamika



sosial, tetapi juga pada kesehatan mental remaja. Salah satu isu yang muncul dari interaksi di media sosial adalah cyberbullying, yaitu perilaku agresif dan merugikan secara psikologis yang terjadi dalam ranah digital.

Pertumbuhan penggunaan media sosial di kalangan remaja telah menimbulkan keprihatinan tentang dampaknya terhadap kesehatan mental mereka. Cyberbullying, sebagai salah satu dampak negatif dari interaksi di media sosial, memiliki potensi untuk mengganggu kesejahteraan emosional dan psikologis remaja. Namun, sejumlah faktor yang memengaruhi terjadinya cyberbullying dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja masih perlu dipelajari lebih lanjut.

Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh interaksi sosial di media sosial terhadap kejadian cyberbullying dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika hubungan antara interaksi sosial di media sosial, cyberbullying, dan kesehatan mental remaja.

Penelitian ini memiliki relevansi yang penting dalam upaya untuk mengidentifikasi faktor-faktor risiko dan protektif yang terlibat dalam kejadian cyberbullying serta dampaknya terhadap kesehatan mental remaja. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berharga dalam pengembangan strategi intervensi yang efektif untuk mengurangi kejadian cyberbullying dan mengoptimalkan kesehatan mental remaja di era digital ini.

Kajian Literatur

Pengaruh Sosial (Social Influence Theory) Herbert Kelman, 1958 Teori pengaruh sosial yang dikembangkan oleh Herbert Kelman mengacu pada proses di mana individu mengubah perilaku, sikap, atau kepercayaan mereka sebagai respons terhadap tekanan atau pengaruh dari orang lain atau kelompok sosial. Kelman mengidentifikasi tiga jenis pengaruh sosial: kepatuhan, identifikasi, dan internalisasi.

Penelitian Terdahulu Studi sebelumnya menunjukkan bahwa interaksi di media sosial dapat meningkatkan risiko cyberbullying dan memiliki dampak negatif terhadap kesehatan mental remaja.

Selanjutnya ini adalah ringkasan dari dua penelitian terkait dampak penggunaan media sosial pada remaja. Penelitian pertama, yang dilakukan oleh Utami dan Baiti pada tahun 2018, mengeksplorasi hubungan antara media sosial dan perilaku cyberbullying pada remaja. Mereka menemukan bahwa semakin tinggi frekuensi penggunaan media sosial, semakin tinggi pula tingkat perilaku cyberbullying. Faktor seperti jenis platform media sosial dan penggunaan positif atau negatif media sosial juga memengaruhi perilaku tersebut. Penelitian ini menyoroti perlunya intervensi untuk mengatasi masalah cyberbullying di kalangan remaja. Penelitian kedua, yang dilakukan oleh Cahya, Ningsih, dan Lestari pada tahun 2023, memfokuskan pada dampak psikologis penggunaan media sosial pada remaja, khususnya kecemasan dan depresi. Mereka menemukan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan dapat meningkatkan tingkat kecemasan dan depresi pada remaja, terutama karena eksposur terhadap cyberbullying dan perbandingan sosial yang sering terjadi di media sosial. Meskipun kedua penelitian meneliti



dampak media sosial pada remaja, fokusnya berbeda: penelitian pertama menekankan perilaku cyberbullying di media sosial, sementara penelitian kedua lebih menyoroti dampak psikologis seperti kecemasan dan depresi yang diakibatkan oleh penggunaan media sosial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Sampel penelitian terdiri dari remaja berusia 12-21 tahun di daerah Cisaup. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur pola interaksi sosial di media sosial dan tingkat cyberbullying yang dialami, serta kesehatan mental remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data menyimpulkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara paparan cyberbullying dan kesehatan mental remaja. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat paparan cyberbullying yang dialami oleh remaja, semakin berisiko kesehatan mental mereka terpengaruh secara negatif. Hal ini memberikan peringatan yang serius tentang dampak merugikan dari perilaku cyberbullying terhadap kesejahteraan psikologis generasi muda. Implikasinya menyoroti perlunya langkah-langkah pencegahan yang efektif dan tindakan penanganan yang tepat terhadap cyberbullying, baik di lingkungan pendidikan maupun di dunia digital. Dengan mengatasi masalah ini secara proaktif, kita dapat membentuk lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi perkembangan psikologis serta kesejahteraan emosional para remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara tingkat paparan cyberbullying terhadap kesehatan mental remaja. Hasil ini menekankan bahwa pentingnya perlindungan terhadap remaja dari pengalaman cyberbullying yang merugikan. Karena tidak sedikit dari jumlah yang telah kami teliti, orang – orang yang terkena dampak dari cyberbullying.

SARAN

Penelitian ini menunjukkan pentingnya kesadaran dan tindakan pencegahan terhadap cyberbullying di media sosial. Untuk mengurangi insiden cyberbullying dan dampak negatifnya terhadap kesehatan mental remaja, penting untuk meningkatkan edukasi dan kesadaran di kalangan orang tua, guru, dan remaja tentang etika penggunaan media sosial dan dampak buruk cyberbullying. Platform media sosial harus memperketat kebijakan anti-cyberbullying dan mempermudah pelaporan insiden tersebut. Sekolah perlu menyediakan layanan konseling yang mudah diakses, sementara dukungan online juga harus diperkuat. Pemerintah perlu menerapkan regulasi yang lebih ketat dan menyediakan dukungan hukum bagi korban. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami dampak jangka panjang dan metode intervensi yang efektif. Kampanye sosial anti-cyberbullying dan promosi kesehatan mental harus dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran dan mendorong remaja mencari bantuan. Keluarga juga perlu membangun komunikasi yang terbuka dan memantau penggunaan media sosial anak-anak mereka secara bijaksana.



DAFTAR PUSTAKA

- Utami, A. S. F., & Baiti, N. (2018). Pengaruh media sosial terhadap perilaku cyberbullying pada kalangan remaja. *Cakrawala: Jurnal Humaniora Bina Sarana Informatika*, 18(2), 257-262.
- Yulieta, F. T., Syafira, H. N. A., Alkautsar, M. H., Maharani, S., & Audrey, V. (2021). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental. *De Cive: Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 1(8), 257-263.
- Cahya, M. N., Ningsih, W., & Lestari, A. (2023). Dampak media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja: tinjauan pengaruh penggunaan media sosial pada kecemasan dan depresi remaja. *Jurnal Sosial Teknologi*, 3(8), 704-706.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.