

## EFEK PERUNDUNGAN MAYA TERHADAP HARGA DIRI DAN KECEMASAN REMAJA

*The Effect of Cyberbullying on Self Esteem and Adolescent Anxiety*

Lailatun Nimah\*, Adelia Dwi Lailyvira Ramadhania

\*) Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga

[\\*lailatunnimah@fkip.unair.ac.id](mailto:lailatunnimah@fkip.unair.ac.id) (081226492889)

### ABSTRACT

The easier use of the internet increases the use of social media and the risk of exposure to cyberbullying among adolescents. The purpose of this study was to explain the relationship of cyberbullying to self-esteem and adolescent anxiety. This research method is cross sectional. The research population is adolescents in Surabaya, East Java. The sampling used was a purposive sampling of 120 adolescents. Demographic data obtained are age, gender and number of social media. The independent variable is cyber bullying while the dependent variable is self-esteem and anxiety. Statistical test used chi-square. The result of the p-value is 0.577 indicating that there is an insignificant relationship between cyberbullying and self-esteem. The p-value of 0.022 indicates that there is a significant relationship between cyberbullying and anxiety. Adolescents need to get assistance in the use of social media to reduce the negative impact of cyberbullying.

**Keywords** : *cyberbullying, self esteem, anxiety*

### ABSTRAK

Penggunaan internet yang semakin mudah meningkatkan penggunaan media sosial dan resiko terpajan perundungan maya di kalangan remaja. Tujuan penelitian ini adalah menjelaskan hubungan perundungan maya terhadap harga diri dan kecemasan remaja. Metode penelitian ini adalah *cross sectional*. Populasi penelitian adalah remaja di Surabaya Jawa Timur. Sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* sejumlah 120 remaja. Data demografi yang didapatkan adalah usia, jenis kelamin dan jumlah media sosial. Variabel bebas adalah perundungan maya sedangkan variabel terikat adalah harga diri dan kecemasan. Uji statistik menggunakan chi-square. Hasil nilai p-value adalah 0,577 menunjukkan ada hubungan yang tidak signifikan antara perundungan maya dengan harga diri. Nilai p-value sebesar 0,022 menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara perundungan maya dengan kecemasan. Remaja perlu mendapatkan pendampingan dalam penggunaan media sosial untuk mengurangi dampak negatif yaitu perundungan maya.

Kata kunci : *perundungan maya, harga diri, kecemasan*

### PENDAHULUAN

Penggunaan internet yang semakin mudah, meningkatkan terjadinya perundungan maya yang menjadi masalah sosial dan kesehatan (Aboujaoude *et al.*, 2015). Perundungan maya merupakan tindakan perundungan yang dilakukan individu atau kelompok melalui media elektronik yang berakibat merugikan orang lain (Tokunaga, 2010). Perundungan maya merupakan kerugian yang disengaja dan berulang akibat penggunaan komputer, telepon seluler dan perangkat elektronik lain.

Data yang didapat dari 2.777 remaja Indonesia rentang usia 14-24 tahun melaporkan 45 % pernah menjadi korban perundungan maya. Remaja laki-laki melaporkan lebih tinggi daripada anak perempuan (49% dibandingkan dengan 41%). Jenis perundungan maya yang paling umum dari 1.207 responden adalah pelecehan melalui aplikasi chat (45%), penyebaran foto atau video pribadi tanpa izin (41%) dan jenis pelecehan lainnya (14%)(UNICEEF, 2020).

Dampak perundungan maya terhadap remaja

adalah remaja menghadapi kesulitan akademis, mulai atau meningkatkan konsumsi rokok, mengunyah sirih atau minum alkohol (Khine *et al.*, 2020). Perundungan maya juga menjadi faktor masalah pada remaja Korea yaitu masalah internal meliputi perasaan depresi, marah, ide bunuh diri, serta gejala pada tubuh yaitu gangguan tidur, sakit kepala, nyeri perut, penurunan nafsu makan dan kelelahan. Masalah eksternal meliputi: penyalahgunaan zat, gangguan makan, menyakiti diri sendiri, perilaku bunuh diri, perilaku seksual beresiko dan intimidasi tradisional tingkat tinggi (Lee and Chun, 2020). Dampak lain yaitu perilaku agresif, termasuk kekerasan dan intimidasi. Perilaku tersebut berhubungan dengan risiko kejiwaan sepanjang hidup, fungsi sosial dan hasil pendidikan yang buruk (UNICEEF, 2020).

Rosenberg tahun 1965 dalam (Orth and Robins, 2014), menyatakan harga diri merupakan proses evaluasi untuk menilai diri sendiri oleh individu itu sendiri. Penilaian harga diri oleh individu dipengaruhi oleh faktor psikologis, jenis kelamin,

dukungan keluarga dan lingkungan sosial (Garvin, 2018). Penggunaan media sosial di kalangan remaja dapat meningkatkan resiko perundungan maya di kalangan remaja.

Perundungan maya akibat penggunaan media sosial yaitu whatsapp, instagram, facebook dan media di kalangan remaja dapat memengaruhi psikologis remaja yaitu marah, malu, dan takut. Korban perundungan maya merasa dampak psikologis lebih berat dibandingkan dengan dunia nyata (Sartana and Afriyeni, 2017).

Tujuan penelitian ini adalah menjelaskan efek perundungan maya terhadap harga diri remaja dan kecemasan remaja di Kota Surabaya Jawa Timur.

#### METODE

Penelitian dilakukan dengan desain *cross sectional*, tempat penelitian adalah kota Surabaya dengan jangka waktu pengambilan data adalah 1 Juni-23 September 2020.

Populasi pada penelitian ini adalah remaja berusia 10-18 tahun yang tinggal di Kota Surabaya Jawa Timur Indonesia. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sebanyak 120 remaja.

Instrumen pada penelitian ini adalah kuesioner yang diberikan kepada responden melalui handphone dengan media google *form*. Kuesioner penelitian terdiri dari data demografi (usia, jenis kelamin, jumlah media sosial), perundungan maya menggunakan kuesioner *cybervictim*, harga diri (*self esteem*) dan kecemasan remaja *Zung Self Rating Anxiety Scale*.

Kuesioner *cybervictim* terdiri dari 19 pertanyaan dengan pilihan jawaban tidak pernah skor 0, jarang skor 1, sering skor 2, dan selalu skor 3. Kriteria penilaian menggunakan skala Likert yaitu ringan dengan total nilai 0-14, sedang dengan nilai 15-28, berat dengan nilai total 29-42 dan sangat berat dengan nilai 43-57.

Kuesioner harga diri terdiri dari 28 pertanyaan terdiri dari 24 pertanyaan positif dan 4 pertanyaan negatif. Pilihan jawaban yaitu sangat tidak setuju 0, tidak setuju 1, setuju 2, sangat setuju 3. Penilaian pertanyaan negatif sebaliknya. Kriteria total penilaian yaitu baik jika skor 41-60, cukup jika skor total 21-40 dan kurang jika skor total 1-20.

Kuesioner kecemasan terdiri dari 20 pertanyaan negatif. Pilihan jawaban yaitu tidak pernah dengan skor 1, kadang-kadang 2, sering 3, selalu 4. Skor total dengan kategori tidak cemas dengan nilai 20-49, kecemasan ringan dengan nilai 50-59, kecemasan sedang dengan nilai 60-69 dan kecemasan berat dengan nilai lebih dari 70.

Hasil penilaian diuji dengan statistik uji bivariate chi-square untuk mengetahui hubungan

perundungan maya dengan harga diri dan kecemasan remaja.

#### HASIL

Jenis kelamin

Jenis kelamin responden diperoleh gambaran bahwa mayoritas adalah perempuan sebanyak 86 remaja (71,7%), dan laki-laki sebanyak 34 orang (28,3%), sebagaimana dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden Remaja di Kota Surabaya Jawa Timur

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	34	28,3
Perempuan	86	71,7
Total	120	100

Usia

Usia responden diperoleh gambaran mayoritas usia remaja adalah 16 tahun dengan jumlah 28 orang (13,3%) dan paling sedikit adalah 12 tahun dengan jumlah 8 (6%)

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Usia Responden Remaja di Kota Surabaya Jawa Timur

Usia (tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
12	8	6
13	12	10
14	16	13
15	22	18,3
16	28	23,3
17	22	18,3
18	12	10
Total	120	100

Jumlah Media Sosial

Jumlah media sosial yang dimiliki responden mayoritas adalah satu dengan jumlah 32 orang (26,7 %) dan paling sedikit adalah dua dengan jumlah 18 orang (15%).

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Jumlah Media Sosial yang dimiliki Responden Remaja di Kota Surabaya Jawa Timur

Jumlah Media sosial	Frekuensi	Persentase (%)
1	32	26,7
2	18	15
3	22	18,3
4	23	19,2
5	25	20,8
Total	120	100

Perundungan maya

Jenis perundungan maya yang dialami oleh remaja di Kota Surabaya Jawa Timur adalah

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Kategori Perundungan Maya yang Dialami oleh Responden Remaja di Kota Surabaya

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sedang	108	90
Berat	12	10
Total	120	100

Mayoritas remaja mengalami perundungan sedang dengan jumlah 108 remaja (90%).

Harga diri

Harga diri pada remaja yang dimiliki oleh remaja di Kota Surabaya adalah mayoritas kategori sangat baik dengan total 114 remaja (95%).

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Kategori Harga Diri yang Dimiliki oleh Responden Remaja di Kota Surabaya Jawa Timur

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	6	90
Sangat baik	114	10
Total	120	100

Kecemasan

Tingkat kecemasan yang dialami remaja di Kota Surabaya adalah mayoritas tidak cemas sebanyak 115 remaja (95,8%) dan kecemasan ringan sebanyak 5 remaja (4,2%).

Tabel 6

Distribusi Frekuensi Kategori Kecemasan yang Dialami oleh Responden Remaja di Kota Surabaya Jawa Timur

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak cemas	115	95,8
Kecemasan ringan	5	4,2
Total	120	100

Hubungan *cyberbullying* dengan harga diri

Tabel 7

Distribusi Frekuensi Kategori Kecemasan yang Dialami oleh Responden Remaja di Kota Surabaya Jawa Timur

Kategori Perundungan maya	Harga diri		Total	p-value
	Baik	Sangat baik		
Sedang	5	103	108	0,577
Berat	1	11	12	
Total	6	114	120	

Kecemasan

	Tidak cemas	Kecemasan ringan		
	Sedang	105		3
Berat	10	2	12	0,022
Total	115	5	120	

Hasil uji bivariat diketahui bahwa dari 108 orang responden yang mendapatkan perundungan maya sedang, terdapat 5 orang yang memiliki harga diri baik, dan 103 orang yang memiliki harga diri sangat baik. Dari 12 orang responden yang mendapatkan perundungan maya berat, terdapat 1 orang yang memiliki harga diri baik, dan 11 orang yang memiliki harga diri sangat baik. Nilai p-value pada pengujian chi-square statistik sebesar 0,577 atau lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh atau hubungan yang tidak signifikan antara perundungan maya dengan harga diri.

Hasil tabel uji bivariat diketahui bahwa dari 108 orang responden yang mendapatkan perundungan maya sedang, terdapat 105 orang yang tidak cemas, dan 3 orang dengan kecemasan ringan. Dari 12 orang responden yang mendapatkan perundungan maya berat, terdapat 10 orang yang tidak cemas, dan 2 orang dengan kecemasan ringan. Nilai p-value pada pengujian chi-square statistik sebesar 0,022 atau lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh atau hubungan yang signifikan antara perundungan maya dengan kecemasan.

PEMBAHASAN

Data demografi responden remaja menunjukkan mayoritas pengguna media sosial pada remaja adalah perempuan. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian (Eka Yan Fitri and Chairuel, 2019) dan (Asiati and Septadiyanto, 2019) yang mendapatkan hasil bahwa mayoritas pengguna media sosial adalah dengan jenis kelamin perempuan.

Usia pengguna media sosial mayoritas adalah 16 tahun. Hasil tersebut berbeda dengan hasil penelitian (Asiati and Septadiyanto, 2019) yang menjelaskan bahwa pengguna media sosial mayoritas adalah rentang usia 20-35 tahun. Hal tersebut dapat terjadi karena penelitian yang dilakukan adalah khusus populasi dengan usia remaja.

Jumlah media sosial yang dimiliki remaja mayoritas berjumlah satu yaitu whatsapp. Selain whatsapp, media sosial yang dimiliki remaja adalah instagram dan tik-tok. Hasil tersebut sesuai dengan hasil penelitian (Saputra, 2019) bahwa media sosial yang terbanyak digunakan di Indonesia adalah whatsapp. Aplikasi whatsapp banyak digunakan karena mudah dalam penggunaan dan lebih sederhana dibandingkan media sosial atau aplikasi lain.

Mayoritas perundungan maya yang dialami oleh remaja di Surabaya Jawa Timur adalah jenis perundungan maya sedang. Jenis perundungan maya yang dialami remaja terdiri dari tulisan teks online, gambar dan video. Tulisan teks online berisi ucapan penghinaan, olok-olok, berita tentang korban yang tidak benar, ancaman dan intimidasi. Perundungan maya dengan gambar yaitu gambar jenis porno dan gambar yang diedit. Video berupa video memalukan atau lucu yang disebar di media sosial. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sartana and Afriyeni, 2017) bahwa perundungan maya yang banyak dialami remaja adalah dengan media tulisan, gambar dan video. Tulisan, gambar dan video merupakan media pesan yang banyak digunakan oleh pengguna media sosial. Pengiriman tulisan, gambar dan video sering digunakan dalam media sosial untuk menyampaikan komunikasi. Berbagai media tersebut juga dapat disalahgunakan oleh pelaku untuk melakukan perundungan maya.

Harga diri pada responden remaja di Surabaya Jawa Timur mayoritas adalah baik. Rosenberg tahun 1965 dalam (Orth and Robins, 2014), menyatakan harga diri merupakan proses evaluasi untuk menilai diri sendiri oleh individu itu sendiri. Harga diri remaja meliputi: merasa menjadi diri sendiri sesuai keinginan, merasa dihargai dalam keluarga, puas dengan penampilan, mengerjakan tugas sekolah dengan baik, memiliki banyak teman, dan dapat melakukan aktifitas yang diinginkan. Harga diri remaja merupakan proses evaluasi yang dilakukan oleh remaja dalam menilai diri sendiri. Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri menurut (Garvin, 2018) adalah faktor psikologis, jenis kelamin, dukungan keluarga dan lingkungan sosial.

Hasil analisis statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara perundungan maya yang dialami dengan harga diri pada remaja di Surabaya Jawa Timur. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Malik, 2019) yang menyatakan bahwa faktor terbesar yang mempengaruhi harga diri adalah lingkungan keluarga, sedangkan faktor terendah adalah lingkungan sosial. Penggunaan media sosial merupakan lingkungan sosial yang ada di sekitar remaja. Peningkatan penggunaan gawai, laptop, dan perangkat online lain meningkatkan penggunaan media sosial. Dampak positif dan negatif dari media sosial dapat mempengaruhi remaja. Remaja yang memiliki dukungan keluarga yang baik dapat mengungkapkan permasalahan yang dialami dari media sosial ke lingkungan keluarga. Keluarga remaja yang baik, dapat memberikan solusi dari permasalahan akibat penggunaan media sosial.

Tingkat kecemasan pada remaja di Surabaya

Jawa timur mayoritas adalah tidak cemas. Walaupun mayoritas tidak cemas, tetapi ada sebagian kecil remaja yang mengalami kecemasan ringan. Kecemasan ringan meliputi: merasa lebih gelisah atau gugup dan cemas dari biasanya, mudah marah, mudah lelah, sering mengalami pusing dan sulit tidur serta tidak dapat istirahat malam.

Kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, yang ditandai perasaan tegang, khawatir, yang disertai respon fisik misalnya jantung berdetak kencang, tekanan darah yang meningkat dan lain-lain (Saputra, 2019). Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada remaja adalah lingkungan, emosi yang ditekan dan sebab fisik (sakit, cacat dan lain-lain).

Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara perundungan maya dan tingkat kecemasan. Hal tersebut dapat terjadi karena salah satu faktor kecemasan adalah lingkungan. Penggunaan media sosial merupakan lingkungan sosial yang ada pada remaja. Remaja yang tidak memiliki konsep diri yang baik, stimulus-stimulus negatif dari media sosial dapat menimbulkan kecemasan. Remaja perlu mendapatkan pendampingan dalam penggunaan media sosial untuk mengurangi dampak negatif yaitu perundungan maya.

## KESIMPULAN

Perundungan maya tidak berhubungan dengan harga diri remaja. Dampak negatif yang berasal dari media sosial tidak berhubungan dengan harga diri remaja yang memiliki dukungan keluarga yang baik. Perundungan maya berhubungan dengan tingkat kecemasan remaja. Remaja yang tidak memiliki konsep diri yang baik, stimulus-stimulus negatif dari media sosial dapat menimbulkan kecemasan pada remaja.

## SARAN

Remaja diharapkan lebih bijak dalam penggunaan media sosial dan mampu menyaring informasi yang tidak tepat yang dapat berakibat negatif terhadap diri remaja. Dukungan dari berbagai pihak dapat mengurangi dampak negatif dari media sosial yaitu perundungan maya. Dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh remaja yang mengalami perundungan maya dari media sosial.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti ucapkan kepada Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dalam melakukan penelitian, seluruh responden remaja di Surabaya Jawa Timur.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aboujaoude, E. *et al.* (2015) 'Cyberbullying: Review of an old problem gone viral', *Journal of Adolescent Health*. Elsevier Inc., 57(1), pp. 10–18. doi: 10.1016/j.jadohealth.2015.04.011.
- Asiati, D. I. and Septadiyanto, S. (2019) 'Karakteristik Pengguna Media Sosial', *Mbia*, 17(3), pp. 25–36. doi: 10.33557/10.33557/mbia.v17i3.158.
- Eka Yan Fitri, M. and Chairael, L. (2019) 'Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Gender Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa', *Jurnal Benefita*, 1(1), p. 162. doi: 10.22216/jbe.v1i1.3849.
- Garvin (2018) 'Harga Diri , Konformitas , dan Perilaku Seksual Remaja yang', 2, pp. 54–60.
- Khine, A. T. *et al.* (2020) 'Assessing risk factors and impact of cyberbullying victimization among university students in Myanmar: A cross-sectional study', *PLoS ONE*, 15(1), pp. 1–16. doi: 10.1371/journal.pone.0227051.
- Lee, S. and Chun, J. S. (2020) 'Conceptualizing the impacts of cyberbullying victimization among Korean male adolescents', *Children and Youth Services Review*. Elsevier, 117(July), p. 105275. doi: 10.1016/j.chiloyouth.2020.105275.
- Malik, F. U. (2019) 'SKRIPSI Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Guna Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Meraih Gelar Sarjana Psikologi Oleh : Faradilla Umaira Malik FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA MEDAN'.
- Orth, U. and Robins, R. W. (2014) 'The Development of Self-Esteem'. doi: 10.1177/0963721414547414.
- Saputra, A. (2019) 'Survei Penggunaan Media Sosial Di Kalangan Mahasiswa Kota Padang Menggunakan Teori Uses and Gratifications', *Baca: Jurnal Dokumentasi Dan Informasi*, 40(2), p. 207. doi: 10.14203/j.baca.v40i2.476.
- Sartana and Afriyeni, N. (2017) 'Perilaku Perundung Maya(Cyberbulling) Pada Remaja Awal', *Journal Psikologis Insight*, 1(1), pp. 25–39.
- Tokunaga, R. S. (2010) 'Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization', *Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd, 26(3), pp. 277–287. doi: 10.1016/j.chb.2009.11.014.
- UNICEEF (2020) 'BULLYING IN INDONESIA: Key Facts, Solutions, and Recommendations', <https://www.unicef.org/indonesia/media/5606/file/Bullying%20in%20Indonesia.pdf>.