

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Cyberbullying

1. Pengertian Cyberbullying

Perundungan di dunia maya atau biasa disebut *cyberbullying* merupakan sikap mengintimidasi yang dilakukan melalui peranti atau alat elektronik. Aktivitas *bully* ini bermaksud untuk mengakibatkan dampak yang merugikan pengguna lain serta dilakukan dengan sengaja oleh pelaku. Terlebih lagi perbuatan ini kerap kali terjadi secara konstan atau bertubi-tubi (Hellsten, 2017). Pendapat lain yang dikemukakan Hidajat et. al. (2015), *online bullying* ialah sikap yang ditunjukkan oleh individu atau suatu kelompok terhadap individu lain berupa pelecehan serta aktivitas yang merendahkan dan bisa terjadi dalam bentuk pesan, ilustrasi atau potret, bahkan gambar bergerak (video). Kebanyakan kasus *cyberbullying* berbentuk satire atau travesti via potret atau ilustrasi yang sudah dimodifikasi kemudian diunggah ke media sosial. Foto atau gambar yang telah dimodifikasi atau biasa disebut *meme* tersebut lalu mendapatkan banyak reaksi dari para remaja. Reaksi remaja dapat berbentuk komentar atau tanggapan yang mengandung unsur negatif dan cenderung mengarah pada perundungan (Marsinun & Riswanto, 2020). Pesan atau komentar yang bersifat melecehkan ini adalah ciri khas dari perilaku *cyberbullying* (Fauziah, 2016). Kecenderungan perilaku *cyberbullying* yang dimaksud pada studi ini adalah kesiapan reaktif

yang memiliki sifat berbentuk kebiasaan. Kecenderungan merupakan sifat yang disposisional sehingga memungkinkan munculnya tingkah laku dan mengarah kepada sebuah objek tertentu. Kecenderungan memiliki sifat hereditas, artinya dibawa sejak lahir. Kecenderungan dapat bersifat sementara namun terkadang juga bersifat menetap (Fitryah & Jauhar, 2014).

Cyberbullying merupakan wujud lain yang berakar tindakan *bully* dengan ciri dan dampak yang serupa. Uniknyanya lagi, individu yang melakukan *cyberbullying* mayoritas juga biasanya melancarkan aksi *bullying* (Chadwick, 2014). Persamaan lain antara *cyberbullying* dan *bullying* adalah memiliki unsur-unsur yang sama yakni disengaja, berulang, dan berbahaya (Patchin & Hinduja, 2012). Tindakan individu yang menggunakan teknologi untuk melakukan pelecehan, ancaman, mempermalukan orang lain, bahkan menetapkan sasaran pada orang atau kelompok lain disebut dengan *cyberbullying* (Chadwick, 2014). Perundungan dunia maya adalah setiap perilaku yang dilakukan oleh individu atau kelompok dengan melalui media elektronik atau digital yang bermaksud mengirimkan pesan permusuhan atau agresif berulang kali dengan tujuan menyebabkan kerugian atau ketidaknyamanan kepada orang lain (Togunaga, 2010).

Menurut uraian pengertian dari beberapa pakar tersebut maka bisa ditarik kesimpulan bahwa *cyberbullying* merupakan tindakan disengaja yang bersifat mengintimidasi dan dilakukan berulang-ulang dengan tujuan merugikan seseorang atau kelompok individu melalui

media digital atau perangkat elektronik. Hal ini berarti bahwa *cyberbullying* merupakan perbuatan yang disengaja dan berulang yang dilakukan oleh seseorang maupun suatu kelompok melalui sarana teknologi seperti telepon genggam, PC (*personal computer*) atau alat untuk berkomunikasi lain dan melibatkan perbuatan yang menyebabkan rasa sakit atau luka fisik, melecehkan, mengancam atau menghina orang lain. *Cyberbullying* dapat dilakukan menggunakan koneksi internet, media sosial, email, situs web, dengan tujuan merugikan atau menyusahkan orang lain.

2. Bentuk-bentuk *Cyberbullying*

Cyberbullying adalah kekerasan terhadap individu lain yang bisa berbentuk pengiriman pesan jahat atau bentuk perilaku yang menyakiti orang lain melalui internet maupun teknologi komunikasi lainnya. Perundungan yang dilakukan virtual memiliki perbedaan dengan perundungan di dunia nyata. Salah satu perbedaannya yaitu pengganggu tidak perlu berurusan dengan korban untuk menyakiti satu sama lain. Beberapa insiden *cyberbullying* antara lain pengiriman pesan yang sifatnya mengintimidasi, penghinaan atau ancaman jahat, penyebaran rumor tentang korban, penyebaran foto atau video dengan tujuan merusak reputasi dan membahayakan orang, pencurian *password* media sosial seseorang dan disalahgunakan untuk menghancurkan nama baik profil media sosial tersebut (Haryati, 2014).

Berikut ini adalah bentuk-bentuk perundungan dunia maya menurut Willard (2007):

- a. *Flaming* adalah pertarungan online yang ditandai dengan penggunaan bahasa yang terkesan jahat dan barbar. Pendapat lain diungkapkan oleh Rifauddin (2016) mengenai *flame war* yaitu aktivitas pengiriman pesan yang dilakukan individu dimana pesan tersebut kata-kata yang tidak beradab dan terang-terangan. Sebutan "*flame*" merujuk pada sebuah pesan yang bersifat menghina.
- b. *Harassment* adalah aktivitas mengirim pesan berulang kali yang bersifat kejam dan ofensif. Sedangkan pendapat dari Rifauddin (2016) menjelaskan bahwa, *message* yang mengandung penghinaan (*harassment*) dapat dikirim melalui email, SMS atau teks pada media sosial secara terus-menerus.
- c. *Denigration* (fitnah) adalah pengiriman atau posting pesan tentang seorang individu untuk menghancurkan relasi atau citra diri mereka. Pendapat yang diungkap oleh Rifauddin (2016), fitnah termasuk menyerang kehormatan nama baik dan merupakan cara penyebaran sisi negatif korban melalui virtual dengan maksud agar orang tersebut memiliki citra diri yang negatif dan merusak ketenarannya.
- d. *Impersonation* merupakan pencurian identitas. Seseorang berlagak seperti orang lain dengan tujuan termasuk mengunggah apa pun yang bisa menyamarkan, mengganggu seseorang, atau menghancurkan citra dirinya.
- e. *Outing online* yaitu memposting berita dan ilustrasi yang bersifat vulgar dan jahat ke pengguna lain di internet. *Trickery* adalah

pengelabuan untuk mendapatkan gambar rahasia yang bersifat pribadi milik orang lain.

- f. *Deception* merupakan tipu daya seseorang untuk membuat orang lain mengungkapkan rahasia atau identitas seseorang lalu hal tersebut dipublikasikannya di Internet.
- g. *Exclusion* adalah pengeluaran yang disengaja dan brutal terhadap satu orang dari grup online.
- h. *Cyberstalking*, yaitu tindakan yang dilakukan berulang kali dengan tujuan mengarahkan fitnah dan intimidasi kepada seseorang untuk menimbulkan ketakutan yang serius.

Di sisi lain, menurut Chadwick (2014) *cyberbullying* dapat memiliki berbagai macam bentuk dan dapat dilakukan melalui virtual seperti surel, forum, *instant messaging* di *web page*, dan telepon pintar. Perundungan dunia virtual ini bisa terjadi secara terbuka atau terselubung, berikut ini yang tergolong *cyberbullying*: (1) melecehkan atau teror langsung; (2) penyebaran informasi yang beresiko negatif; (3) peretasan; (4) kecurangan pada program untuk sengaja memblokir pengguna lain; (5) menirukan seseorang yang ditujukan untuk menjelekkkan atau mencemarkan nama baik seseorang.

Berlandaskan uraian di atas maka bisa ditarik kesimpulan bahwa menurut Willard (2007), bentuk-bentuk *cyberbullying* dapat berupa *flaming, harassment, denigration, impersonation, outing, trickery, exclusion, dan cyberstalking*. Sedangkan menurut Chadwick (2014) menambahkan bahwa *bullying* virtual dapat terjadi dalam bentuk pelecehan atau intimidasi langsung, penyebaran konten berbahaya,

serangan sistem (peretasan), kecurangan pada sistem untuk sengaja memblokir seseorang, bahkan menirukan orang lain untuk menjelekkkan orang tersebut.

3. Media *Cyberbullying*

Cyberbullying umumnya dilakukan melalui SMS atau pesan lisan maupun kolom komentar di media seperti Instagram dan Twitter, serta layanan pesan instan seperti Yahoo Messenger. Beberapa medium untuk *cyberbullying* adalah (Haryati, 2014):

1) Pesan cepat atau *instant messages* (IM)

Pesan yang sifatnya instan ini mencakup surel dan data Internet tertentu yang membolehkan pengguna untuk mengirim SMS ke pengguna lain yang mempunyai identitas di situs web terkait.

2) Ruang obrolan atau *chat room*

Ruang obrolan masih terkait dengan pesan instan sebelumnya dan merupakan salah satu fitur khusus situs web yang memungkinkan pengguna dengan ID untuk bergabung dengan grup obrolan. Di sini pelaku *cyberbullying* dapat dengan mudah melakukan perundungan yang mana hal tersebut dapat dibaca oleh anggota grup chat lainnya dan biasanya perundungan dilakukan dengan cara mengirimkan kata-kata gertakan yang membuat sasaran merasa terpojok.

3) Situs *Vote* "Sampah"

Barangkali hal ini langka di Indonesia dimana orang yang melakukan *bully* membuat *polling* khusus terhadap diskusi yang bertujuan menghancurkan citra diri seseorang.

4) *Blog*

Blog adalah *website* individual yang dapat digunakan sebagai catatan pribadi atau *diary*. Penyerang atau pelaku dapat mempublikasikan apa pun yang mereka inginkan, termasuk konten yang mengancam atau merundung seseorang.

5) Penindasan melalui *Bluetooth*

Praktiknya adalah mengirim foto atau *message* yang mengganggu ke orang lain menggunakan jaringan *Bluetooth*.

6) Media sosial

Tempat pada jejaring sosial yang memuat fitur-fitur yang dapat dipergunakan secara salah oleh seseorang untuk mengintimidasi, merusak, mengancam, menghina atau memperburuk citra seseorang, seperti status, komentar, *wall post*, testimonial atau foto.

Maka dapat disimpulkan bahwa media yang dapat digunakan untuk *cyberbullying* yaitu pesan cepat (SMS), ruang obrolan, situs *vote* sampah, *blog*, *Bluetooth*, dan media sosial.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Cyberbullying*

Pendapat yang diungkapkan oleh Sticca et. al. (2013), menyebut bahwa faktor-faktor yang dapat berpengaruh pada perilaku *cyberbullying*, yaitu:

a. Lama waktu penggunaan Internet

Orang yang menggunakan internet berisiko untuk berpartisipasi pada terjadinya perilaku perundungan. Hal ini dipengaruhi oleh lama tidaknya durasi bermain media sosial dibandingkan dengan komunikasi secara langsung dengan orang lain.

b. Menurunnya nilai budi dan empati

Orang yang memiliki empati rendah, baik dari segi emosional dan psikologis, lebih condong untuk mengintimidasi individu lain yang dianggap lebih rendah darinya.

Menurut penelitian dari Fitriansyah dan Waliyanti (2018), pengamatan yang dilakukan pada platform Instagram menampakkan bahwa tipe perilaku perundungan oleh remaja yang berada di Yogyakarta adalah berkomentar kasar dan memperbarui cerita (*instastory*). Selain itu juga unggah foto dan mengomentari foto. *In-depth Interview* menerangkan bahwa perilaku ini bisa diakibatkan oleh banyak sebab, antara lain lamanya waktu dalam penggunaan media sosial, empati, dan kepribadian pelaku.

Sedangkan menurut Jalal et. al. (2021), perilaku remaja dalam kaitannya dengan *cyberbullying* disebabkan oleh faktor internal dari sisi pelaku maupun korban dan faktor eksternal dari sisi korban dan pelaku kejahatan. Berikut ini uraian faktor-faktor tersebut.

- 1) Faktor yang berasal dari dalam diri pelaku dan korban, misalnya:
 - a) Kapasitas berempati dari pelaku. Seseorang yang kurang memahami dan berempati, juga tidak memiliki adab yang baik di dunia virtual maka seringkali kesulitan untuk bisa menjaga perilakunya di dunia *online*.

- b) Karakter atau sifat. Anak muda memiliki jiwa yang rawan sehingga bisa menjadi penjahat atau korban perundungan.
- c) Perilaku pelaku dapat mempengaruhi perilaku korban. Hal ini berarti jika penyerang melakukan intimidasi secara berulang dan terus-menerus, semakin reaktif perilaku korban.
- d) Pada prinsipnya, tidak ada perbedaan antara jenis kelamin terhadap tindakan perundungan. Perempuan dan laki-laki sama-sama beresiko untuk menjadi pelaku atau korban.
- e) Aktivitas yang biasanya dilakukan saat bersosial media tentunya bisa menjadi pemantik terjadinya perundungan, misalnya: berkomentar secara vulgar, *update instastory*, dan unggahan gambar.

2) Faktor yang berasal dari luar diri individu

Faktor yang dimaksud pada penelitian ini yakni penyebab yang berasal dari luar diri pelaku dan korban.

- a) Kedalaman seseorang dalam bermedia sosial. Apabila individu intensif dalam bermain media sosial, maka kemungkinan perundungan terjadi akan semakin besar. Hal ini berlaku untuk kedua belah pihak yaitu pelaku dan korban.
- b) Pesatnya kemajuan media, membuat remaja terbawa oleh tren baru. Apalagi didukung oleh mudahnya platform ini untuk diakses dan digunakan. Perubahan ini tentunya membawa kecenderungan yang semakin besar untuk terjadinya perundungan di dunia virtual.

- c) Dampak perubahan teknologi komunikasi pada anak muda saat ini sering membuat mereka berkata dan menjalankan tindakan yang berbau kekerasan. Kemungkinan ini akan semakin kecil bila dibandingkan dengan ketika melakukan tatap muka secara langsung.

Faktor-faktor yang menyebabkan perilaku *cyberbullying* antara lain frekuensi penggunaan internet, penurunan moral dan empati, penggunaan media sosial, dan kepribadian. Sedangkan faktor lainnya terbagi menjadi dua. Pertama internal, yaitu kemampuan empati, karakter atau sifat korban, hubungan antara perilaku pelaku dan korban, dan aktivitas seseorang di media sosial. Sedangkan faktor yang berasal dari luar maupun korban antara lain kedalaman seseorang dalam bermedia sosial, tren untuk *cyberbullying*, dan dampak perangkat teknologi.

5. Aspek-aspek *Cyberbullying*

Aspek-aspek *cyberbullying* menurut Chadwick (2014) antara lain:

- a. *Harassment* atau pelecehan adalah pengiriman pesan terus-menerus di media sosial berbentuk kalimat kasar, yang dikirim untuk orang lain melalui surel, pesan teks, bahkan *direct message*. Hal ini termasuk gangguan yang dimaksudkan untuk korban.
- b. *Denigration* atau fitnah adalah perilaku buruk berupa penyebaran konten untuk menghancurkan citra diri individu melalui Internet. Contoh fitnah ini adalah pengiriman foto orang yang sudah dimanipulasi menjadi

lebih sensual. Tindakan ini berakibat buruk kepada korban. Korban akan mendapat ejekan dan diremehkan orang lain. Terutama ketika korban tersebut tidak memiliki citra yang demikian di dunia nyata.

- c. *Flaming* adalah pengiriman kalimat-kalimat yang menggunakan diksi negatif dan disampaikan secara terbuka. Tindakan ini terjadi seringkali pada grup obrolan yang ada di media sosial. Perilaku *flaming* juga dapat dilakukan dengan cara mengirimkan ilustrasi yang bertujuan untuk menyinggung orang yang bersangkutan.
- d. Peniruan atau dalam bahasa Inggris disebut *Impersonate* adalah ketika seorang individu berpura-pura menjadi individu lain. Untuk meyakinkan pengguna lain, orang yang sedang *impersonate* ini akan menyampaikan *message* atau postingan yang mengarah pada tindakan mencemarkan nama baik pemilik sebenarnya pada akun tersebut.
- e. *Masquerading* atau penyamaran adalah tindakan menyamar sebagai orang lain dengan membuat alamat surel palsu atau bahkan menggunakan *gadget* orang lain untuk memberi kesan bahwa ancaman itu dikirim oleh orang lain dan bukan dirinya sendiri.
- f. *Pseudonyms* adalah penggunaan alias atau nama lain untuk menyembunyikan identitas. Orang yang menggunakan nama samaran ini biasanya hanya dikenal

di dunia maya oleh orang lain. Tindakan ini dapat berbahaya dan bisa saja dimaksudkan untuk melakukan perundungan.

- g. *Outing online* dan *cyber trickery*. *Outing online* adalah aktivitas yang dilakukan seseorang untuk mempublikasikan sesuatu yang bersifat rahasia bagi orang lain. Contoh rahasia itu seperti gambar pribadi. *Cyber trickery* trik untuk mengelabui orang agar mau mengirimkan gambar pribadinya.
- h. *Cyberstalking* adalah perilaku yang bersifat meresahkan. Contoh tindakan ini berupa pencemaran nama baik. Hal ini dilakukan berulang kali hingga membuat korban merasa sangat takut.

Bisa disimpulkan aspek-aspek *cyberbullying* berdasarkan teori Chadwick (2014) antara lain *harassment*, *denigration*, *flaming*, *impersonate*, *masquerading*, *pseudonyms*, *outing online* dan *cyber trickery*, dan *cyberstalking*.

6. Dampak-dampak *Cyberbullying*

1) Dampak Psikologis

Sebuah penelitian yang dilakukan di Amerika oleh Shultz et. al. (2014), mengungkap definisi *cyberbullying*. Perundungan di dunia virtual yang dimaksud adalah salah satu bentuk perilaku agresif yang memiliki ciri pengiriman pesan dengan tujuan agar diketahui orang banyak dan pesan ini dikirim melalui media sosial. Penelitian ini juga mengungkap fakta yakni sebanyak 90%

ketika terjadi perundungan, maka akan ada respon timbal balik antar pelaku dan korban. Data lainnya yaitu sebesar 48% dari kasus yang ada, umumnya pelaku yang terlebih dulu memulai percakapan. Dengan meningkatnya akses ke dunia virtual ini memiliki resiko yang lebih tinggi pada terjadinya perundungan dunia maya. Kondisi ini tentunya sangat mengkhawatirkan terutama untuk anak muda yang masih rawan secara psikologis. Pada umumnya, terjadinya perundungan ini ketika suatu hubungan sosial memburuk. Hal ini bisa terjadi pada hubungan teman atau pasangan. Kehancuran pada hubungan inilah yang kerap kali menjadi dalih untuk melakukan serangan melalui dunia maya. Bentuk serangan ini bisa berupa kalimat yang sifatnya frontal maupun dalam bentuk satire. Tidak bisa diremehkan, perundungan melalui dunia virtual bisa menyebabkan masalah kesehatan mental yang serius. Efek jangka panjang pada korban perundungan ini lebih tinggi daripada ketika melakukan *bully* secara langsung. Hal ini karena perasaan mereka yang lebih rapuh dan adanya perasaan kesendirianlah yang menjadi alasannya (Notar et al., 2013). Riset yang dilakukan oleh Parkington et. al. (2012) menunjukkan bahwa sebesar 32% remaja yang menjadi korban perundungan dunia maya menderita gangguan *mood*. Lebih spesifik lagi data menunjukkan bahwa sebesar 15% dari mereka mengalami gejala depresi dan bahkan 37% remaja tersebut berperilaku abnormal sebelum melakukan bunuh diri. Penelitian lain menyebut bahwa sebesar 68,5%

korban mengalami emosi negatif seperti marah, kesal, kecemasan, stress, takut dan depresi (Bottino et al., 2015). Sebuah studi oleh Fahy et. al. (2016) membuktikan keterkaitan antara perundungan dunia maya dengan *mental health*. Karena tingginya prevalensi kejadian ini, korban berpotensi untuk menderita gejala depresi, gejala kecemasan, dan kesejahteraan remaja yang berada di bawah rata-rata. Peningkatan jumlah pengguna *gadget* dan internet dikalangan anak muda juga berkontribusi terhadap hal ini. Selain itu, penelitian oleh Desmet et. al. (2014) mendapatkan fakta bahwa ada hubungan antara viktimisasi oleh *cyberbullying* dan *mental health*, contohnya adanya *suicide desire* (*suicide thoughts*).

2) Dampak Psikososial

Sebuah studi oleh Safaria (2016) membuktikan bahwa *cyberbullying* berdampak negatif dari sisi psikososial. Dampak ini dipengaruhi oleh frekuensi, durasi dan tingkat keparahannya. Seseorang yang mengalami hujatan pada dunia maya dapat menyebabkan orang tersebut kehilangan kepercayaan diri (Beran & Li, 2007). Selain itu, ketika korban mengalami pengalaman buruk itu, maka tentunya korban merasa sedih, malu, bisa kehilangan teman, tertekan, bahkan sulit untuk tidur.

3) Dampak Akademik

Riset yang dilakukan Ningrum dan Zaujatul (2020), menunjukkan data bahwa terdapat 15,3% remaja merasa tidak aman berada di

sekolah, tidak fokus dalam belajar, dan merasa terluka. Hasil ini didukung oleh penelitian Smokowski et. al. (2014), bahwa dampak negatif korban *cyberbullying* berpengaruh pada kemampuan individu dari sisi akademik. Terlebih lagi korban akan susah berkonsentrasi (Beran & Li, 2007). Semakin sering korban mengalami perundungan, maka akan semakin berdampak negatif terhadap kehidupan korban. *Cyberbullying* juga berdampak pada perasaan tidak nyaman dan tertekan yang dialami korban. Kondisi ini mengurangi semangat korban untuk mengikuti kelas dan beraktivitas di sekolah. Hal terburuk yang bisa disebabkan oleh tindakan ini adalah korban mengalami kegagalan akademik sehingga memutuskan untuk berhenti sekolah. Hal ini bisa merembet pada peningkatan angka pengangguran, lebih jauh lagi akan ada banyak kasus kenakalan remaja (Omoniyi, 2013). Hasil penelitian lainnya menunjukkan dampak perundungan dunia maya terhadap perasaan terancam, konsentrasi yang sulit, prestasi akademik menurun, dan kesepian (Laeheem, 2013). Sejalan dengan penelitian Aisiyai dan Ifeoma (2015), korban tidak memiliki keberanian untuk pergi ke sekolah sehingga nilai akademik tentunya menurun. Perundungan yang terjadi terus-menerus juga berpengaruh pada kepercayaan diri yang rendah.

4) Dampak Fisik

Dampak fisik yang dirasakan korban *cyberbullying* yaitu sakit kepala, insomnia akibatnya mengantuk di pagi hari, mata merah,

kantung mata menggelap, dan mata yang nyeri (Triyono, 2019). Selain itu ada juga dampak lain yakni hilangnya nafsu makan, mual, dan perasaan tidak nyaman. Penelitian yang selaras oleh Navarro et. al. (2016) menyebutkan sakit kepala, nyeri pada perut, gangguan tidur, *fatigue*, nyeri punggung, hilangnya nafsu makan sehingga timbul masalah pencernaan. Riset lain menunjukkan hasil bahwa anoreksia, bulimia, gangguan tidur, sakit kepala, dan nyeri punggung (Towsend, 2009). Pendapat lain oleh Laeheem (2013) bahwa *cyberbullying* mempengaruhi masalah kesehatan fisik yaitu insomnia dan kurangnya nafsu makan.

Berdasarkan uraian di atas menunjukkan bahwa dampak dari aktivitas *cyberbullying* terbagi menjadi beberapa bagian yaitu dampak psikologis, dampak psikososial, dampak akademik, dan dampak fisik.

B. Empati

1. Pengertian Empati

Salah satu tokoh ahli berpendapat mengenai definisi empati, disebutkan bahwa empati adalah tindakan yang bertujuan untuk bisa mengerti apa yang ada dipikiran orang lain dan bagaimana perasaan orang lain dalam hal ini (*observer, perceiver*) mengenai kondisi tanpa kehilangan kendali atas diri sendiri (Taufik, 2012). Pendapat lain menyebut bahwa empati adalah keterampilan seorang “pengamat” untuk mengerti apa yang “objek” pikir dan rasa pada suatu kondisi

(Zoll & Enz, 2012). Ciri utama empati yakni menjadi penghubung antara satu orang ke orang lain. Karena kemajuan kapasitas otak sedikit demi sedikit, maka kemungkinan besar akan muncul empati afektif atau pembagian emosi di antara anggota “suku” yang sama. Orang cenderung lebih berempati dengan orang lain berpenampilan atau berperilaku seperti mereka, mereka yang telah mengalami peristiwa yang sama, atau mereka yang memiliki tujuan yang sama. Bias ini terjadi berulang kali terjadi di gereja, sekolah, tim olahraga, dan komunitas agama. Faktanya, empati tidak selalu memberikan kesempatan yang sama (Kale et al., 2011).

Pada intinya empati merupakan suatu bentuk kapasitas individu dari segi sosial dan emosional. Empati dapat membantu seseorang untuk merasakan emosi orang lain, memahami kebutuhan orang lain, memahami keinginan orang lain, paham dengan niat serta pikiran orang lain. Empati didasarkan pada keterampilan seseorang untuk berinteraksi dengan segala sesuatu. Kebanyakan orang berpikir bahwa empati hanya terbatas pada mendengarkan. Akan tetapi empati lebih dari itu. Empati ialah sebuah keterampilan seseorang untuk mengenali emosi, serta perasaan tersembunyi, dan hubungan yang ada pada ruang sosial. Empati juga berlaku untuk banyak hal yang tidak diucapkan, termasuk mendengarkan nada bicara, membaca situasi, bahkan ketika seseorang sedang tersenyum. Empati berkaitan dengan proses seseorang untuk mengerti pikiran dan perasaan orang lain, bisa memposisikan diri dalam situasi yang dihadapi individu lain dan mengusahakan untuk memecahkan

masalah yang menimpa orang lain. Empati tidak saja berarti “paham”, tetapi juga keinginan untuk menawarkan sokongan kepada individu lain (McLaren, 2013).

Menurut paparan tersebut dapat disimpulkan bahwa empati adalah aktivitas yang dilakukan seseorang kepada orang lain untuk memahami apa yang orang lain rasakan. Empati ialah keterampilan sosial dan emosional untuk bisa memposisikan diri pada situasi orang lain dan berusaha menawarkan bantuan maupun memberikan dukungan kepada orang tersebut.

2. Aspek-aspek Empati

McLaren (2013) telah menunjukkan hasil penelitiannya bahwa empati terdiri dari enam aspek. Aspek-aspek empati adalah:

- a. Penularan emosi atau disebut dengan *emotion contagion* merupakan inti dari empati. Aspek ini melibatkan transfer emosi dari seseorang ke orang yang lainnya. Intinya, empati itu bagaimana orang bisa merasakan emosi dan membagikannya.
- b. Akurasi empatik atau dalam bahasa Inggris disebut *empathic accuracy*. Akurasi empati adalah kapabilitas secara akurat mengenali dan mendalami keadaan emosi, apa yang dipikirkan, dan tujuan dalam diri sendiri dan juga orang lain.
- c. *Emotion Regulation* merupakan kesadaran diri untuk mengelola emosi dan memahaminya.
- d. *Perspective taking* adalah kemampuan imajinasi untuk meletakkan diri pada posisi individu lain, melihat suatu kondisi

dari kaca mata orang lain, dan memahami dengan tepat bagaimana perasaan dan pemikiran orang lain untuk memahami apa diinginkan atau dibutuhkan mereka.

- e. *Concern for other* (perhatian pada hal lain) berarti memberikan perhatian dan kepedulian pada orang lain.
- f. *Perceptive Engagement* (keterlibatan yang cerdas). Keterlibatan yang cerdas adalah bantuan yang ditargetkan untuk membantu mencapai tujuan atau kenyamanan (penghiburan). Dengan interaksi yang penuh perhatian, seseorang mendengarkan dan melihat dengan tepat apa yang diinginkan dan dibutuhkan individu lain.

Aspek-aspek empati yang dimaksud dalam penelitian ini adalah berdasarkan teori McLaren (2013) yaitu *emotion contagion*, *perceptive engagement*, *perspective taking*, *emotion regulation*, *empathic accuracy*, dan *concern for other*.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati

Goleman (2007) mengemukakan beberapa faktor-faktor yang dapat berpengaruh pada empati yaitu sebagai berikut.

- 1) Sosialisasi adalah tentang bagaimana seseorang bisa mempelajari dan menjalin hubungan dengan lingkungan dan bisa mengambil nilai yang ada di dalamnya. Dalam bersosialisasi maka bisa membuat seseorang dapat mengalami emosi dari lingkungan sekitar. Hal ini kemudian berpengaruh pada empati, karena seseorang akhirnya bisa melihat keadaan orang lain dan dapat berpikir berdasarkan sudut pandang sosial orang tersebut.

- 2) Perkembangan kognitif seseorang untuk mengasosiasikan, mengevaluasi dan menjelaskan satu ataupun lebih peristiwa. Selama ini dipercaya bahwa setiap orang memiliki rasa empati sejak lahir. Rasa empati akan bertumbuh seiring dengan matangnya kognitif. Kematangan kognitif membantu seseorang untuk bisa memahami suatu hal dari perspektif orang lain, yang mana merupakan satu ciri dimana seorang individu mampu berempati.
- 3) Suasana hati dan perasaan. Suasana hati adalah keadaan pikiran sadar dan emosi yang menonjol, sementara itu perasaan adalah wujud dari suasana di dalam hati, yang berkaitan dengan wajah perseorangan. Kondisi suasana hati dan perasaan ketika berinteraksi dengan sekitar bisa berpengaruh pada reaksi terhadap tindakan dan emosi orang lain.
- 4) Situasi adalah keadaan yang berhubungan dengan orang, waktu, dan tempat. Situasi bisa berpengaruh pada empati. Dalam suatu kondisi khusus, individu bisa berempati lebih baik serta sebaliknya.
- 5) Komunikasi bisa mempengaruhi proses individu untuk berempati. Ketika terdapat bahasa yang berbeda atau kesalahpahaman dalam komunikasi bisa menjadi penghambat proses empati. Komunikasi yang dimaksud bisa secara langsung atau melalui perantara (media komunikasi).

Bisa disimpulkan dari deskripsi tersebut, faktor yang berpengaruh pada empati antara lain kemampuan sosialisasi, kognitif, suasana hati dan perasaan, suasana lingkungan, dan komunikasi.

4. Manfaat Empati

Menurut Davis dalam Howe (2015), empati memiliki beberapa manfaat yaitu sebagai berikut.

- a. Seseorang yang dapat melihat dan memahami perasaan orang lain dari perspektif yang tepat mungkin memiliki konflik sosial yang lebih sedikit daripada orang yang kurang berempati.
- b. Empati dapat menghasilkan komunikasi yang lebih baik, lebih akurat, dan lebih sehat.
- c. Empati dapat membuat individu menjadi lebih baik budinya, perhatian dan peduli, serta memiliki kecenderungan untuk lebih bijaksana.
- d. Individu yang memiliki empati yang baik maka cenderung mengevaluasi hubungan-hubungan mereka dengan lebih positif.

Manfaat empati antara lain yaitu konflik sosial lebih sedikit terjadi, komunikasi akan lebih efektif, menjadikan seseorang lebih bijaksana dan peduli pada sesama, serta memiliki hubungan yang lebih positif dengan orang lain.

C. Dinamika Perkembangan Remaja

1. Pengertian Remaja

Menurut Santrock (2007) remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup

perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Dalam bahasa Inggris remaja disebut dengan *adolescence*, berasal dari kata *adolescere* yang artinya tumbuh ke arah kematangan. Menurut Hurlock (2003) istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin (*adolescere*) (kata bendanya, *adolescantia* yang berarti remaja) yang berarti tumbuh, atau bertumbuh menjadi dewasa. Dikutip dari pusdatin.kemendes.go.id, rentang usia remaja menurut BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana) yaitu 10-24 tahun. Menurut Santrock (2003), usia remaja yaitu 12-24 tahun. Oleh karenanya peneliti memutuskan untuk mengambil rentang usia remaja mulai dari 12 hingga 24 tahun sesuai dengan teori Santrock dan BKKBN karena dinilai lebih luas dan dalam untuk pengambilan data.

Anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi. Menurut Piaget (dalam Hurlock, 2013) secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Dari definisi di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa baik dari segi perilaku, fisik, kognitif yang mana pada masa remaja anak sudah mampu berinteraksi dengan orang dewasa.

2. Ciri-ciri masa remaja

Menurut Hurlock (2013) ciri-ciri perkembangan masa remaja yaitu:

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Kendatipun semua masa periode dalam rentang kehidupan adalah penting, namun kadar kepentingan berbeda-beda. Ada beberapa periode yang lebih penting dari beberapa periode lainnya, karna akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi akibat jangka panjangnya. Pada perkembangan remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada periode yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis, pada periode remaja kedua-duanya sangat penting. Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Bila anak-anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, anak-anak harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan dan juga harus mempelajari pola perilaku sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan. Namun perilaku disadari bahwa apa yang telah terjadi akan meninggalkan bekasnya dan akan mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru. Perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja mempengaruhi tingkat perilaku

individu dan mengakibatkan penilaian kembali terhadap nilai-nilai yang telah bergeser.

c. Masa remaja sebagai masa yang mencari identitas.

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan, lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam berbagai hal. Menurut Erikson (dalam Hurlock, 2013) pencarian identitas diri remaja dapat mempengaruhi perubahan perilaku remaja dalam usaha mencari perasaan kesinambungan dan kesamaan yang baru, para remaja harus memperjuangkan kembali perjuangan tahun-tahun lalu, meskipun untuk melakukannya mereka harus menunjukkan secara artifisial orang-orang yang baik hati untuk peran sebagai musuh dan mereka selalu siap untuk menempatkan idola dan ideal mereka sebagai pembimbing dalam mencapai identitas akhir, krisis identitas yang terjadi dalam bentuk krisis ego adalah lebih dari sekedar penjumlahan identifikasi masa kanak-kanak.

d. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah dewasa. Oleh karena itu remaja memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

3. Tugas Perkembangan Masa Remaja

Tugas perkembangan menurut Hurlock (2013) adalah pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak. Akibatnya, hanya sedikit anak yang laki-laki dan anak perempuan yang dapat diharapkan untuk menguasai tugas-tugas tersebut selama awal masa remaja. Tugas perkembangan masa remaja yang pertama adalah menerima peran seks dewasa yang diakui masyarakat tidaklah mempunyai banyak kesulitan bagi anak laki-laki, mereka telah didorong dan diarahkan sejak masa kanak-kanak.

Berbeda dengan perempuan, sebagai anak-anak mereka diperbolehkan bahkan didorong untuk memainkan peran sederajat, sehingga usaha untuk mempelajari peran feminim dewasa yang diakui masyarakat dan menerima peran tersebut, seringkali merupakan tugas pokok yang memerlukan penyesuaian diri selama bertahun-tahun.

Tugas perkembangan remaja yang kedua adalah mandiri secara emosional. Mandiri secara emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lain merupakan tugas perkembangan yang mudah. Namun, kemandirian emosional tidaklah sama dengan kemandirian perilaku. Banyak remaja yang ingin mandiri, juga ingin dan membutuhkan rasa aman yang diperoleh dari ketergantungan emosi pada orang tua atau orang-orang dewasa.

4. Perilaku Cyberbullying Remaja di Media Sosial

Remaja merupakan periode kritis masa peralihan dari anak menjadi dewasa. Pada remaja terjadi perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial yang berlangsung secara sekuensial. Pada anak perempuan, pubertas terjadi pada usia delapan tahun sedangkan anak laki-laki terjadi pada usia sembilan tahun. Faktor genetik, nutrisi, dan faktor lingkungan lainnya dianggap berperan pada tahap pubertas. Perubahan fisik yang terjadi pada periode pubertas ini juga diikuti oleh maturasi emosi dan psikis. Secara psikososial, pertumbuhan pada masa remaja (*adolescent*) dibagi dalam tiga tahap yaitu *early*, *middle*, dan *late adolescent*. Masing-masing tahapan memiliki karakteristik tersendiri (Marsinun & Riswanto, 2020).

Segala sesuatu yang mengganggu proses maturasi fisik dan hormonal pada masa remaja ini dapat mempengaruhi perkembangan psikis dan emosi sehingga diperlukan pemahaman yang baik tentang proses perubahan yang terjadi pada remaja dari segala aspek (Batubara, 2016). Perkembangan remaja apabila ditinjau dari sisi psikologis atau kematangan mental, maka dapat dilihat dari berbagai macam faktor, salah satu diantaranya adalah kemampuan remaja untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial atau kelompok teman sebaya. Kemampuan berinteraksi inilah yang pada tahap berikutnya berkembang menjadi keterampilan berkomunikasi sosial (Marsinun & Riswanto, 2020).

Keterampilan komunikasi sosial remaja dengan kelompok pertemanan sebaya dilakukan atas dasar perwujudan terhadap identitas diri remaja yang ingin mendapatkan pengakuan dari kelompok pertemanan atau lingkungan sosial. Komunikasi yang berhasil adalah apabila komunikan (penerima pesan) merespon dengan baik pesan dari komunikator (pengirim pesan). Berdasarkan landasan tersebut, remaja yang memiliki kemampuan komunikasi baik cenderung diakui dalam suatu komunitas pergaulan serta eksis dalam kelompok pertemanan sebaya (Marsinun & Riswanto, 2020).

Diantara bentuk wujud komunikasi sosial para remaja adalah berkomunikasi melalui layanan internet, yang dikenal dengan media sosial atau *social media*. Data statistik menyimpulkan bahwa persentase pengguna internet di Indonesia sebagian besar didominasi oleh remaja, dengan memanfaatkan layanan internet hanya sebagai media percakapan atau *chatting* di media sosial, dan kurang memanfaatkan layanan internet sebagai sarana pembelajaran dengan mengakses informasi yang edukatif. Dampak dari perilaku remaja yang hanya memanfaatkan layanan internet untuk *chatting* di media sosial, memiliki kecenderungan terhadap penyalahgunaan layanan media sosial tersebut, diantara bentuk penyimpangan penyalahgunaan layanan tersebut adalah *cyberbullying* (Marsinun & Riswanto, 2020).

D. Pengaruh Empati Terhadap Cyberbullying

Riset yang dilaksanakan oleh Zhong et. al. (2021) menunjukkan bahwa ada banyak faktor yang berpengaruh ke

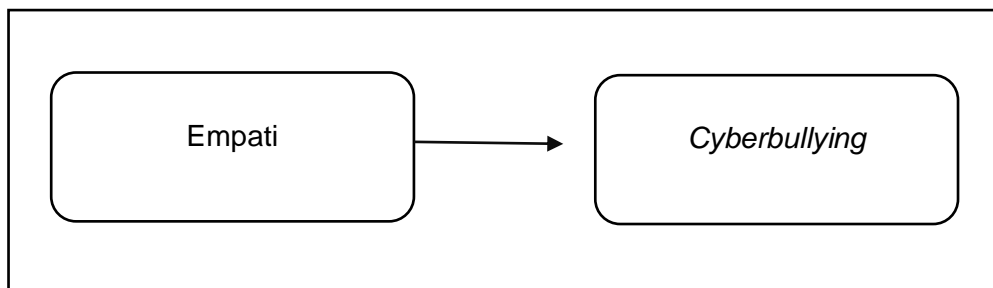
perilaku *cyberbullying* salah satunya yaitu empati. Tinjauan dan analisis literatur tersebut mengkategorikan faktor-faktor yang mempengaruhi *cyberbullying* menjadi empat tingkatan. Pada tingkat pertama yaitu tingkat pribadi tertulis bahwa termasuk usia, ciri-ciri kepribadian, kesejahteraan, empati, lama atau frekuensi penggunaan Internet, jenis perilaku sosial, dan kewarganegaraan digital memberikan pengaruh pada perilaku *cyberbullying*.

Menurut penelitian dari Baldry et. al. (2015) menunjukkan bahwa *cyberbullying* berkorelasi negatif dengan empati. Pengguna media sosial dengan empati rendah lebih cenderung berpartisipasi dalam *cyberbullying* (Bukowski et al., 2013). Penindas atau perundung di dunia maya mungkin merasakan lebih sedikit penyesalan terhadap korbannya dibandingkan dengan penindas secara langsung di dunia nyata dan menganggap tindakan mereka tidak berbahaya (Raskauskas & Stoltz, 2007). Pengguna media sosial dengan empati yang rendah, tidak mampu melihat reaksi korban mereka. Hal ini semakin membuat mereka memiliki penyesalan yang rendah (Campbell, 2013).

Salah satu sebab orang melakukan perundungan adalah karena kepribadian (Koeswara, 1998). Selain itu, empati juga memberikan andil dari fenomena perundungan (Mawarni et al., 2011). Korelasi antara empati dan *cyberbullying* telah banyak dibuktikan pada berbagai penelitian. Bahkan terdapat penelitian yang secara spesifik menunjukkan bahwa adanya perubahan perilaku

perundungan setelah dilakukan pelatihan untuk meningkatkan empati. Hasil studi oleh Steffgen et. al. (2011); Pecukonis (1990); Izzah et. al. (2019) yang menunjukkan hasil bahwa ada perbedaan antara sebelum mengikuti pelatihan empati dengan sesudah mengikuti pelatihan. Sesudah mengikuti pelatihan, perilaku perundungan lebih rendah dibandingkan dengan sebelum pelatihan. Maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan empati bisa menurunkan perilaku perundungan dan juga bisa meningkatkan empati seseorang.

E. Kerangka Koseptual



Gambar 1. Bagan kerangka berpikir pengaruh empati terhadap kecenderungan *cyberbullying*.

F. Hipotesis Penelitian

Sugiyono (2015) menyampaikan definisi hipotesis sebagai sebuah jawaban yang bersifat temporer dengan tujuan untuk menjawab rumusan masalah. Hipotesis adalah jawaban awal atau dugaan yang dapat bersifat benar atau salah. Dengan berlandaskan deskripsi fenomena, tujuan dilakukan penelitian, serta pustaka yang telah dijelaskan sebelumnya, maka hipotesisnya ialah terdapat pengaruh empati terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial Instagram di Kota Malang.