

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi saat ini dirasakan oleh banyak orang di seluruh dunia. Teknologi memainkan peranan penting dalam kehidupan sehari-hari kita. Tanpa adanya teknologi informasi dan komunikasi, kegiatan manusia saat ini akan terasa sangat sulit dan memakan waktu yang lama (Wirasaputra et al., 2022) Perkembangan teknologi komunikasi yang amat pesat dari tahun ke tahun bisa menyebabkan perubahan dalam pemikiran remaja serta memengaruhi interaksi sosial mereka. Kemajuan teknologi komunikasi ini bisa memiliki efek positif dan negatif bagi seorang remaja, terutama ketika mereka sedang berada pada masa transisi mencari jati diri.(Zeva et al., 2023)

Seperti yang dikemukakan oleh Fredik Melkias Boiliu (2020), kecepatan seseorang mengakses media sosial telah menyebabkan fenomena arus informasi penting tidak hanya di negara maju tetapi juga di Indonesia. Era digital membawa kenyamanan, kemudahan dan kesenangan bagi orang-orang, sehingga lebih mudah untuk berkomunikasi satu sama lain. Namun, kemajuan ini juga berdampak negatif pada kepekaan moral. Dapat dilihat bahwa ada beberapa celah moral di sekitar karena kurangnya keakraban dalam moralitas, etika dan karakter. (Fajri et al., 2022)

Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pengguna internet di Indonesia mencapai 215,63 juta orang pada tahun 2022-2023. Jumlah tersebut meningkat 2,67% dibandingkan pada periode sebelumnya yang sebanyak 210,03 juta pengguna(Sadya, 2023) Media sosial merupakan salah satu bentuk hasil dari kemajuan teknologi internet. Saat ini dapat kita lihat betapa kemajuan teknologi telah mempengaruhi gaya hidup dan pola pikir masyarakat, terutama di kalangan remaja(Wahyudi & Sukmasari, 2018)

Peningkatan pemanfaatan teknologi internet pada anak dan remaja saat ini berpotensi menimbulkan risiko *cyberbullying* yang semakin tinggi.(Malihah & Alfiasari, 2018)

Cyberbullying adalah bentuk kekerasan seksual, rasial, atau diskriminasi lainnya yang terjadi melalui media elektronik seperti internet, telepon, atau pesan teks. *Cyberbullying* dapat menyebabkan rasa sakit, kecemasan, dan depresi yang serius bagi orang yang menjadi sasaran, dan dapat memiliki dampak jangka panjang pada kepercayaan diri dan kesehatan mental seseorang.(Saputra et al., 2022)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aini dan Apriana pada tahun 2019, hasil gambaran kejadian *cyberbullying* adalah 31,4% responden mengalami *cyberbullying*. Rata-rata mahasiswa yang mengalami *cyberbullying* terjadi sekitar 6 bulan hingga satu tahun terakhir. Hal ini dialami oleh 22,8% responden dan mempengaruhi tingkat keparahan depresi yang dialami responden. Dari hasil penelitian tersebut, dapat dibayangkan berapa banyak orang khususnya remaja yang terkena dampak dari fenomena *cyberbullying* ini, terutama dampak psikologis berupa depresi.

Gangguan mental emosional dan depresi pada remaja merupakan kondisi yang perlu mendapat perhatian serius karena yang dapat mempengaruhi perilaku, emosi, dan cara berpikir remaja. Tanda-tanda pada gangguan depresi yang terjadi pada remaja sering kali dianggap sebagai perubahan emosional yang normal terjadi pada tahap perkembangannya. Jika depresi tidak diatasi dengan baik pada masa remaja, hal ini akan memiliki dampak negatif pada beberapa hal dalam kehidupan remaja itu sendiri dalam bidang pendidikan, keluarga, kesulitan dalam hubungan sosial, dan kesehatan mental di masa dewasa, bahkan dapat terjadi perubahan dalam perilaku, seperti ingin mengakhiri hidup, menggunakan obat-obatan terlarang, penurunan kinerja belajar, perilaku agresif, dan perilaku merusak lainnya. Hal ini akan sangat menghambat kehidupan individu remaja tersebut, seperti halnya mengganggu dalam bidang pendidikan.(Mujahidah & Listiyandini, 2018)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh *cyberbullying* disosial media terhadap kondisi mental yang mengarah pada depresi pada remaja yang berada di lingkungan pendidikan, terutama di kalangan siswa Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah/Sekolah Menengah Kejuruan (SMA/MA/SMK), dikarenakan usia para pelajar tersebut masih tergolong remaja, seperti yang telah disebutkan diatas tadi, bahwa peningkatan pemanfaatan teknologi internet pada anak dan remaja saat ini dapat berpotensi menimbulkan risiko *cyberbullying*. Jadi pada usia tersebut cukup rentan, memiliki sifat yang labil dan juga sangat sensitif terhadap sesuatu, maka hal tersebut menjadi salah satu faktor utama dari remaja yang sangat rentan terkena dampak dari *cyberbullying*.

Berdasarkan survei awal yang saya lakukan dengan melakukan wawancara singkat kepada beberapa siswa-siswi di SMK Negeri 2 Medan sebagai informan yang didapati bahwa diantara mereka pernah mengalami satu dari bentuk-bentuk kejadian perundungan secara online tersebut baik lewat akun media sosialnya sendiri serta lewat forum grup online. Hal ini memperkuat penelitian sebelumnya dan perlu untuk mengkaji ulang tentang hubungan kejadian *cyberbullying* dengan depresi dilingkungan sekolah.

Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) mencatat kasus perundungan di satuan pendidikan sejak Januari sampai September 2023 mencapai 23 kasus, dimana 50 persen terjadi di jenjang SMP, 23 persen di jenjang SD, 13.5 persen di jenjang SMA, 13.5 persen di jenjang SMK. Kasus perundungan juga telah memakan korban jiwa. Satu siswa SDN di kabupaten Sukabumi dan satu santri MTS Blitar di Jawa Timur meninggal setelah mendapat kekerasan fisik dari teman sebaya (Ahmad, 2023)

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, mendorong peneliti untuk meneliti *cyberbullying* yang terjadi di kalangan remaja, dengan judul “Pengaruh *Cyberbullying* Terhadap Depresi pada Remaja di SMK Negeri 2 Medan”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Bagaimana pengaruh *cyberbullying* terhadap depresi pada remaja di SMK Negeri 2 Medan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *cyberbullying* terhadap depresi pada remaja di SMK Negeri 2 Medan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi angka *cyberbullying* pada siswa-siswi di SMK Negeri 2 Medan
2. Mengidentifikasi skala depresi pada siswa-siswi di SMK Negeri 2 Medan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat penelitian secara teoritis

Diharapkan dapat memberikan kontribusi guna mengembangkan ilmu kedokteran khususnya bagian kejiwaan. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan acuan perbandingan bagi pihak-pihak yang ingin melakukan penelitian sejenis.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diambil dari penelitian ini adalah :

1. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar bagi pihak sekolah, khususnya walikelas dan juga guru bimbingan konseling untuk mempunyai program-program yang mampu mengantisipasi *cyberbullying* yang terjadi pada siswa-siswi mereka.
2. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar bagi siswa-siswi guna mencegah terjadinya *cyberbullying*.

3. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar bagi orang tua siswa-siswi guna memantau putra-putrinya dalam penggunaan sosial media, dan mencegah *cyberbullying*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengertian Remaja

Remaja sebagai suatu fase perkembangan dan transisi anak menuju dewasa fase yang ditandai oleh pubertas. Masa remaja adalah masa seorang individu mencari jati dirinya. Masa yang sangat berkesan, memberikan kenangan-kenangan terindah dan terbaik yang membantu seorang remaja menuju proses menjadi dewasa. (Meita Dhamayanti&Anita Asmara,2017) (Jamil & Kurniasari, 2022)

Masa remaja atau masa adolesensi adalah suatu fase tumbuh kembang yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial. Masa transisi ini kerap kali diwarnai dengan berbagai konflik, saat konflik ini tidak diselesaikan dengan baik maka akan memberikan dampak negatif terhadap perkembangan remaja tersebut dimasa mendatang, terutama terhadap pematangan karakter. (Meita Dhamayanti&Anita asmara,2017)

Remaja menurut *World Organization Health* (WHO) adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

2.1.1 Tahapan Usia Remaja

Masa remaja awal berlangsung melalui 3 tahapan (Meita Dharmayanti & Anita Asmara, 2017) yaitu

1. Masa remaja awal (10-14 tahun)

Pada masa ini ditandai dengan peningkatan cepat pertumbuhan dan pematangan fisik.

2. Masa Menengah (15-16 tahun)

Pada masa ini ditandai dengan hampir lengkapnya pertumbuhan pubertas, timbulnya keterampilan berpikir yang baru, peningkatan pengenalan terhadap datangnya masa dewasa, dan keinginan untuk memapankan jarak emosional dan psikologis dengan orangtua

3. Masa akhir (17-19 tahun)

Pada masa ini ditandai dengan persiapan untuk peran sebagai orang dewasa, termasuk klarifikasi tujuan pekerjaan dan internalisasi suatu sistem nilai pribadi (Violetta Br Ginting et al., 2021).

2.1.2 Generasi Z Masa Kini

Saat ini generasi masa remaja dikenal dengan istilah remaja milenial yang memiliki karakteristik unik, berbeda signifikan dari generasi remaja sebelumnya. Remaja masa kini dikenal dengan sebutan generasi Z. Generasi Z ini disebut juga iGeneration, generasi net atau generasi internet yang mampu mengaplikasikan semua kegiatan dalam satu waktu seperti menggunakan ponsel, mengupdate media sosial seperti twitter, Facebook atau line, serta mendengarkan musik menggunakan headset. Apapun yang dilakukan kebanyakan berhubungan dengan dunia maya. Sejak kecil mereka sudah mengenal teknologi dan akrab dengan gadget canggih yang secara tidak langsung berpengaruh terhadap kepribadian mereka (Meita Dhamayanti & Anita Asmara, 2017)

Berbicara mengenai remaja di era internet ini, ditengah arus informasi yang begitu deras, kita akan bertemu dengan berbagai permasalahan dan tantangan yang sangat kompleks dari segi kesehatan maupun sosial. Internet memberikan pengaruh yang sangat positif namun di sisi lain juga memberikan pengaruh negatif (Meita Dhamayanti & Anita Asmara, 2017). Keingintahuan yang besar, perasaan melonjak-lonjak, serta keinginan memberontak terkadang membawa remaja pada perilaku yang tidak mereka sadari dampak yang akan terjadi dari perilakunya (Meita Dhamayanti & Anita Asmara, 2017) (Dewi et al., 2020) yaitu :

2.1.3 Pembentukan Kepribadian Remaja dan Psikososial Remaja

Permasalahan kesehatan yang dihadapi remaja Indonesia saat ini semakin kompleks. Derasnya arus informasi, mudahnya akses remaja terhadap internet dan pergaulan yang luas memberikan pengaruh signifikan bagi remaja dan kesehatannya. Masalah psikososial dan lingkungan menentukan kehidupan pribadi serta dapat menjadi masalah bagi keluarga maupun bangsa dan negara di masa yang akan datang (Meita Dhamayanti & Anita Asmara, 2017).

Karakteristik yang berhubungan dengan perubahan-perubahan aspek psikologis dan sosial pada remaja (Meita Dhamayanti & Anita Asmara, 2017) (Al Aziz, 2020) yaitu :

1. Emosionalitas tinggi
2. Keadaannya tidak stabil
3. Sangat sugestibel
4. Mencari identitas diri
5. Pergaulan dengan teman sebaya menjadi amat kuat
6. Tertarik pada lawan jenis
7. Bersifat kritis
8. Berkeinginan besar mencoba segala hal yang belum diketahuinya
9. Seringkali mengadakan pertentangan
10. Keinginan menjelajah ke alam sekitar yang lebih luas
11. Mengkhayal dan berfantasi

Memahami aspek psikososial yang menjadi karakteristik dari remaja membantu kita dalam memahami karakter remaja seutuhnya. Pertumbuhan dan perkembangan remaja dengan kondisi transisi sebenarnya sedang berada di fase perkembangan yang potensial (baik dari segi kognitif, emosi maupun fisik) membutuhkan lingkungan yang kondusif dalam membangun karakter positif dan terutama support dari kedua orang tua, pendidik untuk menjadi pribadi dewasa yang baik dan sehat dalam berbagai aspek (Meitha Damayanti & Anita Asmara, 2017)

Faktor yang berkaitan dengan pembentukan kepribadian seorang remaja (Meitha Damayanti & Anita Asmara, 2017) yaitu :

1. Faktor risiko

Dapat bersifat individual, konsektual (pengaruh lingkungan), atau yang dihasilkan melalui interaksi antara individu dengan lingkungannya. Faktor risiko yang disertai dengan kerentanan psikososial, dan *resilience* pada seorang remaja akan memicu terjadinya gangguan emosi dan perilaku yang khas pada seorang remaja

Faktor risiko dapat berupa :

a. Faktor individu

○ Faktor genetik/konstitusional

Berbagai gangguan mental mempunyai latar belakang genetik yang cukup nyata, seperti gangguan tingkah laku, gangguan kepribadian, dan gangguan psikologi lainnya. Kurangnya kemampuan keterampilan sosial seperti, menghadapi rasa takut, rendah diri, dan rasa tertekan. Adanya kepercayaan perilaku kekerasan adalah perilaku yang dapat diterima, dan disertai dengan ketidakmampuan menangani rasa marah. Kondisi ini cenderung memicu timbulnya perilaku risiko tinggi bagi remaja.

b. Faktor Psikososial

○ Keluarga

Ketidakharmonisan antara orangtua, ketidakserasian tempramen antara orang tua dan remaja,serta pola asuh orang tua yang tidak empatetik dan cenderung dominasi, semua kondisi ini sering memicu timbulnya perilaku agresif dan tempramen yang sulit pada anak dan remaja

○ Sekolah

Sekolah merupakan tempat yang sangat berpengaruh bagi remaja. Karena disekolah lah tempat pertemuan remaja dan teman sebaya nya yang memiliki sifat yang berbeda-beda.

○ Situasi dan kehidupan

Telah terbukti bahwa terdapat hubungan yang erat antara timbulnya gangguan mental dengan berbagai kondisi kehidupan dan sosial masyarakat tertentu seperti, kemiskinan, pengangguran, perceraian orang tua, dan adanya penyakit kronik pada remaja.

2. Faktor protektif

Faktor protektif merupakan faktor yang memberikan penjelasan bahwa tidak semua remaja yang mempunyai faktor risiko akan mengalami masalah perilaku atau emosi, atau mengalami gangguan jiwa tertentu. Rutter (dalam Meita Dhamayanti, 2017) menjelaskan bahwa faktor protektif merupakan faktor yang memodifikasi, merubah, atau menjadikan respons seseorang menjadi lebih kuat menghadapi berbagai macam tantangan yang datang dari lingkungannya.

2.2 Media Sosial

Jumlah populasi di Negara Indonesia sebanyak 256,4 juta orang, sebanyak 130 juta orang atau sekitar 49 % diantaranya merupakan pengguna aktif media sosial (Lutfhi Anggraeni, 2018). Pada Januari 2020 lalu, menurut data yang dipublikasikan perusahaan asal Inggris yaitu *We Are Social*, mengungkapkan bahwa 175,4 juta penduduk Indonesia telah memakai internet dan 160 juta telah memakai media sosial dari total 272,1 juta keseluruhan penduduk. Perkembangan media sosial di Indonesia ibarat nasi yang merupakan kebutuhan pokok. Jika dipersentasikan sekitar 59% penduduk Indonesia yang aktif menggunakan media sosial. Dari total pengguna media sosial, Youtube merupakan platform yang paling banyak diakses di Indonesia, disusul Whatsapp, Facebook, Instagram, Twitter, dan Line.

Seiring kepesatan zaman dan juga globalisasi yang terjadi saat ini, media sosial sudah menjadi bagian terpenting bagi setiap individu setiap harinya yang mana dahulunya orang berinteraksi secara langsung sekarang, sekarang orang bisa berinteraksi secara online. Setiap orang kini mulai mengakses berbagai macam jenis media sosial dengan berbagai kegunaan. Berbagai macam media sosial tersebut dapat digunakan untuk belanja, surat menyurat, memberikan dan mendapatkan pendidikan, berbisnis serta menerima dan memberikan informasi yang dibutuhkan.

Andreas Kaplan dan Michael Haenlein mendefinisikan media sosial sebagai “sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun di atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0 dan yang memungkinkan penciptaan dan

pertukaran user-generated content”. Jejaring sosial merupakan situs dimana setiap orang bisa membuat web page pribadi, kemudian terhubung dengan teman-teman untuk berbagi informasi dan berkomunikasi (Ni'mah, 2023).

2.2.1 Jenis-jenis Media Sosial :

Dalam buku yang berjudul Media Sosial (Nasrullah, 2015:39) ada enam kategori besar media sosial.

1. Social Networking

Social networking merupakan sarana yang dapat digunakan untuk melakukan interaksi, termasuk efek yang dihasilkan dari interaksi tersebut di dunia virtual. Karakter utama dari situs jejaring sosial yaitu penggunanya membentuk jaringan pertemanan baru. Dalam banyak kasus, terbentuknya jaringan pertemanan baru ini berdasarkan pada ketertarikan dengan hal yang sama, seperti kesamaan hobi. Contoh dari jaringan sosial adalah Facebook dan Instagram (Mutma, 2020).

2. Blog

Blog adalah media sosial yang memfasilitasi pengguna untuk mengunggah kegiatan sehari-hari, memberikan komentar dan berbagi dengan pengguna lain, seperti berbagi tautan web, informasi, dan sebagainya.

3. Microblogging

Microblogging adalah jenis media sosial yang memfasilitasi pengguna untuk menulis dan mengunggah kegiatan serta pendapatnya. Secara historis, kehadiran jenis media sosial ini merujuk pada munculnya Twitter yang hanya menyediakan ruang tertentu yaitu maksimal 140 karakter.

4. Media Sharing

Penanda sosial yaitu media sosial yang bekerja untuk mengorganisasi, menyimpan, mengelola, dan juga mencari suatu informasi atau berita secara online. Situs *social bookmarking* yang populer yaitu Delicious.com, StumbleUpon.com, Digg.com, Reddit.com, di Indonesia sendiri yaitu LintasMe.

5. Wiki

Wiki atau media konten bersama merupakan sebuah situs di mana kontennya merupakan hasil dari kolaborasi para pengguna. Setiap pengguna web dapat mengubah atau menyunting sebuah konten yang sudah dipublikasi.

2.2.2 Dampak Media Sosial

Media sosial tentunya dapat memberikan dampak positif dan negatif (Yuhandra Erga,dkk, 2021) Dampak positif media sosial :

1. Menjaga silaturahmi dengan keluarga ataupun saudara yang jauh dan sudah lama tidak bertemu, kemudian lewat media sosial hal itu bisa dilakukan.
2. Sebagai sumber belajar dan mengajar media sosial memiliki dampak yang sangat besar sekali. Kita dapat browsing dan belajar ilmu pengetahuan yang baru disana. Karena internet banyak topik dan sumber ilmu terbaru. Dengan mencari topik diinternet anda selangkah lebih maju saat memulai pembelajaran didalam kelas.
3. Media penyebaran informasi. Hanya dalam tempo beberapa menit setelah kejadian, kita telah bisa menikmati informasi tersebut.
4. Memperluas jaringan pertemanan. Dengan menggunakan media sosial kita bisa berkomunikasi dengan siapa saja, bahkan yang belum dikenal sekalipun.
5. Sebagai sarana untuk mengembangkan keterampilan. Pengguna media sosial dapat belajar bagaimana beradaptasi, bersosialisasi dengan publik.
6. Media sosial sebagai media komunikasi. Pengguna media sosial dapat berkomunikasi dengan pengguna diseluruh dunia.
7. Media sosial sebagai media promosi dalam berbisnis. Hal ini memungkinkan para pengusaha kecil dapat mempromosikan produknya tanpa mengeluarkan biaya yang besar.

Dampak negatif dari media sosial adalah :

1. Susah bersosialisasi dengan orang-orang sekitar. Disebabkan karena mereka malas belajar berkomunikasi secara nyata. Orang yang aktif dalam media

sosial, jika bertemu langsung nyatanya adalah orang yang pendiam dan tidak banyak bergaul.

2. Media sosial membuat seseorang hanya mementingkan diri sendiri. Mereka menjadi tidak sadar dengan lingkungan mereka, karena mereka banyak menghabiskan waktu di internet.
3. Berkurangnya kinerja, karyawan perusahaan, pelajar, mahasiswa yang bermain media sosial pada saat mengerjakan pekerjaannya akan mengurangi waktu kerja dan waktu belajar mereka.
4. Kejahatan dalam dunia maya. Kejahatan ini dikenal dengan nama cyber crime. Kejahatan dunia sangat banyak macamnya seperti : hacking, cracking, spamming, dan lainnya
5. Pornografi. Dengan kemampuan penyampaian informasi yang dimiliki internet, pornografi pun merajalela. Terkadang seseorang memposting foto yang seharusnya menjadi privasi sendiri di media sosial. Hal ini sangat berbahaya karena bisa jadi postingan tersebut digunakan oleh pihak yang tidak bertanggung jawab.

2.3 Cyberbullying

2.3.1 Pengertian Cyberbullying

Menurut bill belsey (Karyanti,2019), *Cyberbullying* melibatkan informasi dan komunikasi teknologi seperti email, ponsel, dan pagar pesan teks, pesan instan, situs web pribadi yang memfitnah, dan perilaku bermusuhan oleh seorang individu atau kelompok, yang dimaksudkan untuk menyakiti orang lain. *Cyberbullying* menjadi semakin populer karena hanya dengan beberapa pukulan di keyboard komputer, menyakitkan dan informasi yang merusak dapat secara hinaan dikirim ke atau diposting untuk dilihat oleh ribuan orang.

Juvonen & Gross (Karyanti, 2019) *Cyberbullying* menyakiti remaja secara emosional, dari pada kekerasan fisik, dan beroperasi dengan menggunakan pesam teks ponsel, foto diposting online, kata-kata yang menyakitkan di *blog* pribadi, dan rumor itu menyebar lebih cepat dari sebelumnya melalui e-mail, instan Mesenger, atau perangkat komunikasi lain semacam itu. Dengan semakin

populernya situs jejaring sosial, pesan instan, dan teknologi seluler dikalangan remaja, risiko dan tingkat *Cyberbullying* tidak bisa diremehkan. Konseptualisasi *Cyberbullying* diperparah oleh fakta bahwa *Cyberbullying* dapat terjadi dalam berbagai bentuk dan terjadi melalui begitu banyak tempat yang berbeda.

2.3.2 Aspek *Cyberbullying*

Menurut Konig et al (Karyanti,2019) adapun aspek *Cyberbullying* adalah :

1. Niat

Telah diperdebatkan bahwa karena sifat tidak langsung dari *Cyberbullying* itu sangat sulit untuk mengidentifikasi niat dari perilaku ini. Pertanyaanya juga muncul, apakah niat benar-benar diperlakukan untuk menyebabkan bahaya, atau apakah tindakan yang tidak disengaja yang berarti siswa tidak sadar akan bahaya yang disebabkan.

2. Pengulangan

Argumen umum terhadap penggunaan kriteria pengulangan adalah kenyataan bahwa memposting konten online itu sendiri merupakan pengulangan sebagaimana adanya dilihat dan diteruskan berulang kali. Konten online seringkali masih dapat diakses bertahun-tahun setelah kejadian aslinya. Dengan cara ini, satu tindakan dapat menyebabkan tak terhitung jumlahnya insiden *viktimsasi*.

3. Ketidakseimbangan kekuatan

Ketidakmampuan *Cybervictim* untuk memaksa *Cyberbullies* untuk menghapus konten berbahaya, tingkat literasi media yang lebih tinggi atau status sosial yang lebih tinggi dari *Cyberbullies*.

2.3.3 Media *Cyberbullying*

Beane (Karyani,2019) *Cyberbullying* datang dalam berbagai bentuk, adapun bentuk dari *Cyberbullying* adalah :

1. Blog (log web). Blog menyediakan alat kepada pengguna untuk dipublikasikan konten pribadi online tentang berbagai topik, seperti hobi,

perjalanan, atau proyek kerja. Orang-orang kemudian menghubungkan bog mereka dengan orang-orang lain dan minat yang sama.

2. Ruang obrolan. Ini adalah tempat pertemuan virtual dimana pengguna dapat menemukan orang untuk berbicara dengan online. Sebagian besar ruang obrolan bisa mengakomodasi lebih dari seratus pengguna secara bersamaan.
3. Grup diskusi (*newsgroup*). Kelompok diskusi dapat diakses melalui internet. Setiap kelompok (forum) dikategorikan dan khususkan untuk satu topik. Pesan diposkan formulir buletin dan tetap berada di server, bukan menjadi e-mail.
4. E-mail (surat elektronik). E-mail adalah layanan yang memungkinkan pelanggan untuk meneruskan pesan dari satu orang ke orang lain melalui penyedia layanan Internet (ISP). Pesan instan ini adalah aktivitas online itu memungkinkan dua orang atau lebih untuk berkomunikasi secara online.
5. Papan pesan. Ini adalah tempat online tempat orang-orang dengan minat yang sama berbicara tentang minat mereka, seperti tim olahraga, acara TV, dan game online.
6. Layanan pesan singkat (SMS). Ini adalah layanan yang memungkinkan teks pesan yang akan dikirim dan diterima melalui telepon seluler.

2.3.4 Bentuk – Bentuk *Cyberbullying*

Bentuk-bentuk kekerasan *Cyberbullying* bukan hanya kekerasan yang bisa membuat orang teluka fisik, kekerasan *Cybebrullying* lebih kepada kekerasan yang menuju kepada psikis atau mental seseorang.

Menurut Ayunugtgyas,dkk (Karyanti,2019) “pembajakan akun pribadi seseorang, penyebaran berita bohong atau fitnah juga termasuk perilaku *Cyberbullying*. Bentuk-bentuk *Cyberbullying* yang banyak terjadi seperti mengganti foto *account* seseorang, menghina seseorang, dan membajak *account* seseorang.

Beberapa hal perlu ditandai mengenai bentuk apa saja yang bisa dikatakan sebagai perilaku *Cyberbullying*. Australian Federal Police (AFP) mengidentifikasi setidaknya terdapat tujuh bentuk *Cyberbullying*, yaitu:

1. *Flaming* (perselisihan yang menyebar)

Flaming atau *flame*, yang bisa berarti ‘terbakar’, adalah mengirimkan suatu pesan teks yang isinya merupakan kata-kata yang penuh amarah. *Flaming* bisa berupa pengejekkan dengan sesama pengguna internet yang nanti pada akhirnya bisa berujung penyesalan, kebencian hingga permusuhan.

2. *Harrasment* (pelecehan)

Harrasment merupakan gangguan yang dilakukan secara terus menerus melalui social media seperti e-mail, Facebook, Twitter maupun jejaring social lainnya. Tindakan ini juga memungkinkan pelaku untuk masuk ke akun korban dan mengirim pesan berupa kata-kata, gambar, maupun video tidak senonoh yang biasanya dikirimkan kepada orang terdekat korban. Tujuan pelaku melakukan tindakan tersebut adalah agar korban merasa gelisah dan cemas. Tidak mustahil jika pelaku juga membuat sebuah website yang menyebarkan editan foto seksual korban.

3. *Denigration* (fitnah)

Denigration adalah proses mengumbar keburukan korban yang bertujuan untuk merendahkan reputasi, citra, serta nama baik korban. Pelaku biasanya membuat suatu website, laman, atau diskusi yang mengajak seluruh anggotanya untuk memberikan komentar kejam yang bisa mempermalukan korbannya.

4. *Impersonation*

Impersonation bisa diartikan dengan berpura-pura menjadi orang lain dan mengirim suatu pesan teks yang memuat kata-kata negative.

5. *Outing and Trickery* (penipuan)

Outing yaitu tindakan seseorang berupa menyebarkan rahasia, atau foto-foto pribadi orang lain yang menyangkut suatu privasi. Sedangkan *trickery* adalah tipu daya atau dengan kata lain membujuk seseorang dengan tipu daya agar mendapatkan suatu foto maupun data-data privasi orang lain.

6. *Exclusion* (pengucilan)

Exclusion adalah mengeluarkan seseorang secara sengaja atau kejam dalam suatu grup diskusi. Hal ini kerap terjadi di masyarakat sekitar berupa per-grup atau kelompok pertemanan.

7. *Cyber-stalking* (penguntitan di dunia maya)

Cyber-stalking adalah tindakan mengganggu dan mencemarkan nama baik seseorang secara intens yang dapat menimbulkan ketakutan besar terhadap korbannya (Nur Cahya et al., 2023).

Beane (Karyanti, 2019) *Cyberbullying* paling sering melibatkan panggilan telepon, teks, dan pesab instan. Sifat Bullying elektronik atau bullying maya sering kali meliputi :

1. Mengirim pesan yang kasar, vulgar, atau mengancam atau gambar online atau melalui teks.
2. Memposting informasi sensitif, pribadi atau gambar tentang orang lain.
3. Secara sengaja mengucilkan seseorang dari group online
4. Berpura-pura menjadi orang lain untuk membuat *cybervictim* terlihat buruk.
5. Menyebarkan kebohongan dan rumor tentang *cybervictim*.
6. Menipu seseorang agar mengungkapkan informasi pribadi.

Marden (Karyanti, 2019) membagi jenis *Cyberbullying* menjadi *Cyberbullying* tidak langsung dan *cyberbullying* langsung.

1. *Cyberbullying* tidak langsung

- a. *Flamming* adalah bentuk tidak langsung *Cyberbullying* dan didefinisikan oleh Nancy Willard (yang merupakan otoritas yang diakui pada isu-isu terkait dengan penggunaan Internet aman dan bertanggung jawab) sebagai argumen antara dua orang yang termasuk bahasa kasar, vulgar, penghinaan, dan ancaman .
- b. *Impersonation* seperti membobol email orang lain dan menggunakannya untuk mengirim pesan ganas atau memalukan bagi orang lain.
- c. *Outing and trikery*, yaitu dengan cara melibatkan seseorang dalam pesan instan dan menipu mereka agar mengungkapkan informasi pribadi atau informasi sensitif dan meneruskan atau mendistribusikannya kepada orang lain.

2. *Cyberbullying* secara langsung

- a. *Denigration* adalah bentuk cyberbullying langsung, menurut Willard, adalah ketika seorang membuat situs web yang digunakan untuk mengejek atau merusak reputasi *cybervictim*.
- b. *Harassment and stalking*, bentuk lain dari cyberbullying langsung termasuk berulang kali mengirim pesan yang kejam, ganas, dan mengancam.
- c. *Exclusion* yaitu dengan sengaja mengucikan seseorang dari grup online, ini dapat dilakukan dengan “memblokir” individu atau “tidak berteman “ Anda menghapus “teman” yang pernah ditambahkan.

2.3.5 Faktor *Cyberbullying*

Motivasi seseorang untuk melakukan *Cyberbullying* hampir sama dengan bullying. Menurut Syam (Karyanti,2019) ada dua faktor seseorang melakukan tindakan *Cyberbullying* :

1. Faktor yang bersumber dari dalam diri *Cyberbullies* (faktor intern). Tidak adanya rasa bersalah dari *Cyberbullies* kriminalitas, *Cybebrullies* memang tidak mengetahui bahwa perbuatannya itu adalah perbuatan yang dilarang undang –undang. Faktor lainnya yang menjadi penyebab

terjadinya perilaku *Cyberbullying* yaitu karena perasaan emosi akibat kecemburuan, dendam, sakit hati, dan kekecewaan.

2. Faktor yang bersumber dari luar diri *Cyberbullies* (Faktor ekstern). Faktor perkembangan teknologi faktor adanya kemajuan teknologi komunikasi dan informasi yang mempermudah individu untuk berinteraksi dengan individu lainnya.

Menurut (Humaniora, 2021) Adapun faktor-faktornya sebagai berikut :

1. Faktor internal pelaku dan korban adalah faktor yang berasal dari dalam diri pelaku ataupun korban
 - a. Kemampuan pelaku empati.

Remaja yang tidak empati serta tidak mengerti tentang etika yang baik secara online biasanya sulit untuk mengontrol perilaku mereka di dunia online.
 - b. Karakter korban.

Remaja dengan jiwa yang rentan dapat menjadi pelaku atau korban dari *Cyberbullying*.
 - c. Konektivitas perilaku pelaku dan korban.

Semakin tinggi intensitas perilaku bullying yang dilakukan oleh pelaku *Cyberbullying*, maka korban akan semakin berperilaku reaktif (Riau & Restama, 2014).
2. Faktor eksternal pelaku dan korban

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri pelaku atau korban

 - a. Intensitas penggunaan media sosial.

Semakin tinggi intensitas pemakaian media sosial, maka semakin besar peluang remaja melakukan *Cyberbullying* ataupun menjadi korbannya.
 - b. Faktor perkembangan media sosial

Faktor perkembangan media sosial yang semakin pesat dikalangan remaja sebagai alat komunikasi yang mudah digunakan dan diakses,

membawa tren baru dalam masyarakat sebagai media untuk melakukan penindasan secara online atau yang dikenal dengan *Cyberbullying*.

c. Pengaruh perangkat teknologi

Pengaruh perangkat teknologi terhadap pemuda hari ini sering menyebabkan mereka untuk mengatakan dan melakukan hal-hal kejam dibandingkan dengan apa yang didapati dalam tatap muka pelaku bullying.

2.3.6 Dampak *Cyberbullying*

Tidak ada orang yang mengalami *Cyberbullying* akan lolos tanpa mengalami bekas – bekas bullying tersebut pada dirinya, baik secara emosional maupun secara psikologis. Adapun dampak yang dapat terjadi adalah (Fita Agustina, 2019) :

1. Dipermalukan

Tujuan dari para pelaku memang ingin membuat malu korbannya demi kesenangannya sendiri. Korban mungkin tidak hanya merasa malu saat itu, namun kehidupan seterusnya korban akan merasa terusik.

2. Stress dan depresi

Sudah bukan hal yang wajar jika korban perundungan di dunia maya akan merasakan kesehatan psikologis nya terganggu. Penghinaan dan tekanan secara terus menerus akan menyebabkan korban sedih, putus asa, merasa bahwa dirinya rendah. Perasaan bahagia akan sulit tercipta karena perasaan menderita yang dialaminya (Aini & Apriana, 2019).

3. Kehilangan rasa percaya diri

Pandangan bahwa dirinya orang yang tidak bisa diandalkan mulai timbul. Muncul stigma-stigma negatif dan terkikisnya kesan positif tentang diri sendiri hingga merasa bahwa dirinya tidak berharga dan tidak pantas ditolong.

4. Menjadi pelaku

Karena merasa tertekan dan ingin melindungi dirinya sendiri, korban mungkin saja yang membuat dirinya tertindas. Korban juga mengetahui

sasaran yang dituju dalam mencari korban perundungan di dunia maya. Korban yang menjadi pelaku mungkin juga ingin merasa orang lain menganggapnya kuat sehingga terbebas dari perundungan lebih lanjut.

5. Prestasi menurun

Hilangnya minat dan konsentrasi dalam belajar juga bisa menjadi dampak korban *Cyberbullying*. Hal tersebut karena korban lebih terfokus dengan apa yang dikatakan pada orang-orang di dunia maya, terfokus dengan bagaimana menghentikan perundungan di media sosial yang penyebarannya relatif cepat.

6. Melakukan tindakan kriminal

Salah satu bentuk pelampiasan seorang korban perundungan di dunia maya adalah menjadi pelaku kejahatan. Seperti terlibat dalam perkelahian, mencuri, atau perbuatan yang lain.

7. Menjadi agresif

Salah satu dampak lainnya adalah perubahan karakter. Lingkungan yang dipenuhi oleh orang – orang yang bertemperamen agresif secara tidak langsung akan turut berpengaruh ke alam bawah sadar seseorang hingga ia juga menjadi orang yang agresif perilakunya. Semua itu biasa terjadi sebagai hasil dari mekanisme pertahanan diri dan usaha membela diri sendiri.

8. Kehilangan minat hidup

Karena merasa dirinya tak berdaya, korban *Cyberbullying* cenderung tidak menikmati lagi kehidupannya. Hal-hal yang dulu dianggap menyenangkan seketika terasa menakutkan karena dipenuhi pikiran-pikiran negative.

9. Merasa terisolasi

Umumnya, korban akan merasa terasingkan karena kurangnya interaksi antara korban dengan teman atau keluarganya. Korban akan merasa kesepian.

10. Bunuh diri

Hal ekstrem lain yang bisa menimpa korban adalah merasa ingin mengakhiri hidupnya. Seseorang yang disiksa terus-menerus oleh teman sebaya, penistaan, media sosial dan lainnya sering kali akan mulai merasa putus asa. Bisa saja mulai berkembang pemikiran bahwa satu – satunya jalan

untuk melepaskan diri adalah dengan bunuhdiri. Beberapa hal diatas mungkin harus kita waspadai karena sosial media akan semakin mewabah. Jika tidakdiimbangi dengan penggunaan yang bijak, maka Indonesia akan krisis dalam kesehatan mental pengguna social medianya. Kasus *Cyberbullying*, bahkan ada pihak-pihak yang tidak menganggapnya sebagai hal yang serius (RahmatSyah;IstianaHermawati, 2018).

Menurut Psikolog anak Vera Itabiliana Hadiwidojo. (Karyanti, 2019) tindakan *Cyberbullying* sering dialami oleh anak yang secara mental terlihattr berbeda. Mereka akan cenderung terlihat pendiam, pemalu, dan akan tertutup. Menurut suminar (Karyanti, 2019) *Cybervictim* merasa tidak senang pergi sekolah meskipun mereka senang belajar di sekolah namun mereka merasa tidak aman dan merasa terisolasi

Kekerasan yang dialami anak atau remaja yang dilakukan oleh *Cyberbullies* melalui media cyber atau internet, sering kali merasa depresi, merasa terisolasi, diperlakukan tidak manusiawi, dan tidak berdaya ketika diserang. Menurut rahayu (Karyanti,2019) dampak dari *Cyberbullying* untuk para *Cybervictim* tidak berhenti sampai pada tahap depresi saja, melainkan sudah sampai pada tindakan yang lebih ekstrim yaitu bunuh diri. Thorbes (Karyanti,2019) mengemukakan bahwa *Cybervictim* dan *Cyberbullies* lebih mungkin untuk menampilkan beberapa pemikiran untuk masalah-masalah diri, depresi, kecemasan, kesehatan fisik umum yang buruk, penggunaan narkoba, citra tubuh yang buruk, gangguan makan dan presentasi akademik rendah. *Cybervictim* juga melaporkan hubungan yang tidak didukung oleh orang tua mereka, memiliki sangat sedikit teman dekat dan tidak dapat bersikap positif terhadap guru dan sekolah mereka (Kumala & Sukmawati, 2020).

2.3.7 Karakteristik Cyberbullies dan Cybervictim

1. Cyberbullies

Terlepas dari sejumlah bentuk yang tumpang tindih dengan bullying tradisional, ada aspek-aspek unik untuk *Cyberbullying*. Misalnya, *Cyberbullies* sering menyembunyikan identitas mereka dan tetap tanpa nama. Juga, perilaku

jahil di dunia maya melampaui batas ruang dan waktu itu bisa terjadi 24 jam sehari setiap saat, siang atau malam, dan itu tidak terjadi terbatas pada tempat-tempat seperti sekolah, tetapi dapat terjadi dimana saja (Karyanti, 2019).

Khususnya, mereka yang memiliki tingkat empati rendah terlibat dalam bullying yang lebih sering atau parah. Berbeda dengan bullying tradisional di mana para bully terlihat oleh *Cybervictim*, secara *Cyberbullying* ditandai dengan tanpa nama, dan kurangnya umpan balik langsung dari *Cybervictim*, yang menjauhkan *Cyberbullies* dari *Cybervictim*. Dengan demikian mungkin kurang penting para *Cyberbullies* mampu menjauhkan diri dari *Cybervictim* nya. Terlepas dari perbedaan ini, temuan awal menunjukkan bahwa empati juga merupakan prediktor yang valid dari perbuatan *Cyberbullying* (Ang & Goh, 2010; Casas, De Rey & Ortega-Ruiz, 2013; Brower & Kerslake, 2015).

2. *Cybervictim*

Aquino, Tripp, dan Bies (Karyanti,2019) menemukan bahwa *Cybervictim* cenderung mencari cara untuk balas dendam terhadap status agresor yang lebih tinggi, dengan alasan bahwa *cybervictim* takut akan pembalasan balik. Mempertimbangan sifat *Cyberbullying*, mungkin memang sangat menarik bentuk balas dendam.

2.3.8 Tindakan pencegahan *Cyberbullying*

Menurut Rahayu (Karyanti,2019) untuk mencegah terjadinya *Cyberbullying*, orang tua, pihak sekolah dan pemerintah harus memberikan edukasi kepada anak-anak mereka tentang perilaku online yang benar dan aman, sehingga tidak menjadi *Cybervictim* atau *Cyberbullies*.

Menurut (Fitri Agustina,2019) tindakan yang dapat dilakukan adalah :

1. Pastikan social media yang digunakan memilikifitur “BlockUser” yang digunakan untuk memblokir pengguna yang dianggap mengganggu dan “Report User” untuk melaporkan orang-orang serupa kepada pengelola jejaring social.

2. Hindari kata-kata penghinaan, ejekan, diskriminatif SARA, atau hal-hal yang bias menimbulkan orang lain terganggu
3. Hindari mengunggah foto dan video yang berbau seronok atau data pribadi yang terlalu bersifat privasi karena bisa menjadi sasaran para pelaku *Cyberbullying*.
4. Bagi orang tua jaga anak-anak kalian untuk menggunakan social media dengan positif dan beritahu bahaya atau dampak-dampak yang dapat mengintai di dunia maya.
5. Jangan segan atau takut untuk melaporkan tindakan yang terindikasi sebagai tindakan *Cyberbullying* meskipun itu tidak terjadi pada diri sendiri melainkan terjadi pada orang terdekat seperti teman atau keluarga.
6. Gunakan segala macam bentuk sosial media untuk sarana komunikasi yang positif dan damai.

Beane (Karyanti, 2019) alasan mengapa kita harus menghentikan *Cyberbullying* adalah :

1. *Cyberbullying* dari semua jenis dapat mempengaruhi kesehatan mental, pekerjaan akademis, dan fisik kesehatan anak-anak yang menjadi sasaran.
2. Kita harus mencoba mengakhiri semua bentuk bullying khususnya masalah baru yang muncul *Cyberbullying* karena :
 - a. *Cyberbullying* terjadi kapan saja di siang hari atau malam hari .
 - b. Pesan *Cyberbullying* dan gambar dapat didistribusikan dengan cepat.
 - c. Anak –anak dan remaja dapat menjadi tanpa nama ketika *Cyberbullying*, yang membuatnya sulit dan terkadang tidak mungkin untuk melacaknya.
3. Penelitian memeriksa kerusakan yang disebabkan oleh media *Cyberbullying* dibandingkan dengan bullying tradisional menemukan bahwa meskipun sebagian besar bentuk *Cyberbullying* dinilai memiliki kesamaan dampak, gambar, dan klip video dianggap menyebabkan kerusakan yang jauh lebih besar daripada bullying tradisional.

2.3.9 Alat Ukur Cyberbullying

Indikator Skinning pengukuran perilaku *Cyberbullying* yaitu dengan hasil dari mengadaptasi *Student Assesment Survey (SAS)* oleh Willard dengan format dan skinning alat ukur *The Second Revision Of The Revised Cyberbullying Inventory (RCBI)* oleh cigdem topcu dan ErdurBaker, yang disebut dengan Kuisisioner Interaksi Sosial di Internet. Skala yang digunakan Skala likert dimulai dari 1 (Tidak Pernah) hingga 4 (lebih dari 3 kali).

2.4 Depresi

2.4.1 Pengertian Depresi

Depresi menurut *World Health Organization (WHO)* secara khusus mendefinisikan depresi sebagai gangguan serius pada suasana hati yang ditandai dengan munculnya gejala penurunan suasana hati (mood), seperti: kehilangan minat terhadap sesuatu, memiliki perasaan bersalah berlebih, gangguan tidur, gangguan nafsu makan (bisa menjadi hilang nafsu makan atau justru semakin meningkat), kehilangan energi, dan penurunan konsentrasi (Riswanto & Marsinun, 2020).

Depresi menurut Kondisi tersebut dapat menjadi kronis dan berulang, dan secara substansial dapat mengganggu kemampuan individu dalam menjalankan tanggung jawab sehari-hari. Ditingkat yang paling parah depresi dapat menyebabkan bunuh diri.

Berdasarkan *Diagnostic and Statiscial Manual of Mental Disorder.Fifth Edition (DSM-V)*, seseorang dikatakan deprsi jika setidaknya selama dua minggu mengalami minimal lima dari sembilan kriteria berikut yaitu :

1. Adanya perasaan depresi yang muncul di sebagian besarwaktu,bahkan hampir setiap hari.
2. Adanya penurunan minat dan kesenangan di hampir sebagian besar kegiatan dan hampir setiap hari
3. Adanya perubahan berat badan atau nafsu makan yang signifikan
4. Adanya perubahan tidur menjadi insomnia atau hipersomnia
5. Adanya perubahan aktivitas
6. Merasa kelelahan dan kehilangan energi

2.4.2 Gejala Depresi

Gejala depresi adalah kumpulan dari perilaku dan perasaan yang secara spesifik dapat dikelompokkan sebagai depresi. Gejala-gejaladepresi ini bisa kita lihat dari segi fisik,Psikis,dan sosial.(Dr.Namora LumanggaLubis,Msc.,2016)

1. Gejala fisik

Secara garis besar ada beberapa gejala fisik umum yang relatif mudah dideteksi gejala itu seperti :

- a. Gangguan pola tidur. Misalnya,Sulit tidur,terlalu banyak atau terlalu sedikit tidur
- b. Menurunnya tingkat aktivitas. Pada umumnya,orang yang mengalami depresi menunjukkan perilaku yang pasif,menyukai kegiatan yang tidak melibatkan orang lain seperti menonton TV, makan,dan tidur.
- c. Menurunnya efisiensi kerja. Orang yang terkena depresi akan sulit memfokuskan energi pada hal-hal prioritas.Kebanyakan yang dilakukan justru hal-hal yang tidak efisien dan tidak berguna,seperti ngemil,melamun,merokok terus-menerus.
- d. Menurunnya produktifitas kerja. Orang terkena depresi akan kehilangan sebagian atau sluruh motivasi kerjanya. Sebabnya,ia tidak lagi bisa menikmati dan merasakan kepuasan atas apa yang dilakukannya. Ia sudah kehilangan minat dan motivasi untuk melakukan kegiatannya seperti semula.
- e. Mudah merasa letih dan sakit.Jika seseorang menyimpan depresi,maka akan membuat letih karena membebani pikiran dan perasaan dan ia harus memikulnya dimana saja dan kapan saja,suka tidak suka (Waqiati, 2016).

2. Gejala Psikis

- a. Kehilangan rasa percaya diri. Orang yang mengalami depresi cenderung memandang segala sesuatu dari sisi negatif,termasuk menilai diri sendiri. Pasti mereka senang sekali membandingkan antara dirinya dengan orang lain. Orang lain dinilai lebih sukses,pandai,beruntung,kaya dan lainnya.
- b. Sensitif. Orang yang mengalami depresi senang sekali mengaitkan segala sesuatu denga dirinya.Perasaannya sensitif sekali,sehingga sering

peristiwa yang netral jadi dipandang dari sudut pandang yang berbeda oleh mereka, bahkan disalahartikan. Akibatnya, mereka mudah tersinggung, mudah marah, perasa, curiga akan maksud orang lain.

- c. Merasa diri tidak berguna. Perasaan tidak berguna ini muncul karena mereka merasa menjadu orang yang gagal terutama dibidang atau lingkungan yang seharusnya mereka kuasai.
- d. Perasaan bersalah. Perasaan bersalah terkadang timbul dalam pemikiran orang yang mengalami depresi. Mereka memandang suatu kejadian yang menimpa dirinya sebagai suatu hukuman atau akibat dari kegagalan mereka melaksanakan tanggung jawab yang seharusnya dikerjakan.
- e. Perasaan terbebani. Banyak orang yang menyalahkan orang lain atas kesusahan yang dialaminya. Mereka merasa terbebani tanggung jawab yang berat.

3. Gejala Sosial

Masalah depresi yang berawal dari diri sendiri pada akhirnya mempengaruhi lingkungan dan pekerjaan (aktivitas rutin lainnya). Masalah lain yang timbul seperti perasaan minder, malu, cemas jika berada diantara kelompok dan merasa tidak nyaman untuk berkomunikasi secara normal.

2.4.3 Jenis-Jenis Depresi

Menurut *World Health Organization* (WHO) di dalam buku *Depresi tinjauan psikologis* (Dr. Namora Lumanggo Lubis, M.SC., 2016) berdasarkan tingkat penyakitnya depresi dibagi menjadi :

- a. *Mild depression /minor depression dan dysthymic disorder*

Pada depresi ringan ,mood yang rendah datang dan pergi dan penyakit datang setelah kejadian stress yang spesifik. Individu akan merasa cemas dan juga tidak bersemangat. Perubahan gaya hidup biasanya dibutuhkan untuk mengurangi depresi jenis ini. Minor depression ditandai dengan adanya dua gejala pada DSM yang muncul selama dua minggu berturut-turut.

b. *Moderate depression*

Pada depresi sedang mood yang rendah berlangsung terus dan individu mengalami simtom fisik juga walaupun berbeda-beda tiap individu. Perubahan gaya hidup saja tidak cukup dan bantuan diperlukan untuk mengatasinya.

c. *Severe depression/Major depression*

Depresi berat adalah penyakit yang tingkat depresinya parah. Individu akan mengalami gangguan dalam kemampuan untuk bekerja, tidur, makan, dan menikmati hal yang menyenangkan dan penting untuk mendapatkan bantuan medis secepat mungkin. Depresi ini dapat muncul sekali atau dua kali atau beberapa kali selama hidup. Depresi ini ditandai dengan adanya lima atau lebih gejala DSM dan berlangsung selama 2 minggu berturut-turut (Pramita & Hidayat, 2022).

2.4.4 Alat Ukur Depresi

Indikator Skrinning wal depresi dengan data *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) yang sudah diterjemahkan dan dilakukan uji coba alat ukur dengan melihat nilai validitas dan reabilitasnya. Skala yang digunakan adalah skala likert di mulai dari 0-9 Tidak Depresi, 10-13 Depresi Ringan, 14-20 Depresi Sedang, 21-27 Depresi Berat dan 28+ Depresi Sangat berat.

2.4.5 Depresi Pada Remaja

Menurut *World Health Organization* (WHO), depresi menjadi salah satu penyebab utama penyakit dan kecacatan dikalangan remaja. Depresi merupakan kondisi emosional yang biasanya dapat ditandai dengan adanya kesedihan atau perasaan yang tidak berarti dan memiliki rasa bersalah, menjauhkan diri dari lingkungan, kehilangan selera makan, tidak dapat tidur dengan tenang ataupun gelisah (Division, 2018). Depresi pada remaja bukan sekedar perasaan stres ataupun sedih sebagaimana hal yang datang dan pergi begitu saja, melainkan merupakan sebuah kondisi yang serius yang dapat memengaruhi perilaku, emosi, dan cara berpikir para remaja tersebut, serta sifatnya yang permanen yang membutuhkan penanganan serius dari berbagai pihak untuk mengatasinya.

Berawal dari kondisi stres itulah yang jika tidak segera teratasi dapat masuk ke fase depresi.

Perilaku remaja umumnya ditandai dengan mood yang naik turun. Mood ini juga berubah tiap hari. Depresi bisa menjadi respons sementara terhadap situasi maupun stress. Pada remaja, mood sedih adalah hal yang umum karena proses kedewasaan, stress yang berhubungan dengan kedewasaan, pengaruh hormon seksual, dan konflik kebebasan dengan orang tua. Walaupun normal bagi remaja untuk mengalami perubahan suasana perasaan, tetapi hal tersebut menjadi tidak normal jika berlarut-larut dengan kekacauan emosi yang luar biasa. (Dr. Namora Lumanggo Lubis, Msc., 2016)

Depresi bisa timbul akibat kejadian yang tidak menyenangkan misalnya bullying yang dilakukan oleh orang lain, putus cinta, atau kegagalan di sekolah. Remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, selalu tidak puas dengan diri sendiri, atau merasa tidak berdaya ketika suatu kejadian buruk terjadi lebih beresiko terkena depresi ketika mengalami kejadian yang tidak menyenangkan. (Dr. Namora Lumanggo Lubis, Msc., 2016)

Remaja perempuan dua kali lebih banyak mengalami depresi dari pada remaja laki-laki. Sebelum remaja, hanya ada sedikit perbedaan tingkat depresi antara anak laki-laki dan perempuan. Namun antara usia 11 hingga 13 tahun pada peningkatan kecenderungan depresi pada perempuan. Pada usia 15 tahun perempuan memiliki kecenderungan 2 kali lebih besar daripada laki-laki terkena depresi. Saat terjadinya depresi ketika peran dan harapan – harapan berubah secara dramatis. Stress terhadap remaja meliputi mencari identitas, kematangan secara seksual, perpisahan dengan orang tua, dan pembuatan keputusan juga perubahan fisik, intelektual, dan hormonal. (Dr. Namora Lumanggo Lubis, Msc., 2016)

Adapun faktor-faktor depresi pada anak usia remaja menurut (Iga Ayu Saputri, dkk., 2020) adalah

1. Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga meliputi struktur keluarga, pola asuh, maupun konflik keluarga. Anak dengan depresi memiliki proporsi lebih tinggi mengalami

tekanan di iklim keluarga yang tidak harmonis, anak dengan keluarga yang penuh konflik cenderung diabaikan (Lin, Tung, Hsieh, & Lin, 2012; Tannous, 2012). Orang tua yang mengabaikan anak cenderung tidak memperdulikan kebutuhan emosional anak mereka, sehingga menimbulkan dampak negatif pada perkembangan anak. Konflik keluarga membuat hubungan keluarga dan anak tidak dekat, hal ini menyebabkan anak sulit untuk mengekspresikan dirinya saat di rumah. Sedangkan pola asuh yang buruk membuat anak merasa tertekan ketika berada di rumah, sehingga anak cenderung berperilaku negatif seperti melanggar aturan, murung, dan kurang ekspresif yang mana hal tersebut dikaitkan dengan gejala depresi.

2. Lingkungan Sekolah

Anak melakukan interaksi dengan guru maupun teman sebayanya di sekolah. Guru dapat menjadi salah satu faktor timbulnya depresi pada anak. Sikap guru yang dapat menyebabkan depresi anak berupa melakukan diskriminasi, membuat komentar pedas, mempermalukan anak di depan teman sekelasnya, dan mencegah anak bermain dengan temannya. Anak yang memiliki hubungan yang buruk di sekolah baik dengan guru ataupun teman memiliki hubungan dengan kinerja sekolah yang buruk dan gejala depresi pada anak. Ketika anak mendapatkan perlakuan yang buruk oleh guru atau mengalami hubungan yang tidak baik dengan temannya, anak akan merasa sedih, suka menyendiri, tidak memiliki teman, tidak bersemangat, mengalami tekanan hingga membenci sekolah, yang mana hal tersebut dikaitkan dengan timbulnya gejala depresi pada anak.

3. Tekanan yang Dialami Setiap Hari

Kedua lingkungan yang membuat anak tertekan salah satunya perilaku bullying. Penelitian membuktikan bullying viktimisasi mempunyai hubungan dengan depresi (Zhang, Chi, Long, & Ren, 2019). Hal ini dibuktikan bahwa anak yang mengalami bullying viktimisasi dan ditinggalkan orang tuanya melaporkan kejadian depresi lebih banyak karena anak tidak mendapatkan perlindungan dari orang tua mereka. Faktor ini juga didukung dengan welas

asih dan harapan anak, anak yang mempunyai welas asih dan harapan lebih kecil mengalami depresi (Zhang et al.,2019).

4. Ekonomi Keluarga

Anak yang tinggal dalam lingkungan depresif akan menimbulkan perilaku depresif. Keluarga dengan penghasilan rendah memungkinkan anak mengalami masalah kesehatan mental (Lin et al., 2013). Penelitian menunjukkan anak-anak dengan keluarga miskin lebih berisiko mengalami depresi (LaGrant et al., 2019).Ekonomi keluarga yang buruk membuat keluarga sering mengalami konflik yang membuat suasana keluarga menjadi negatif. Keadaan ekonomi keluarga yang buruk menyebabkan orang tua mencari pekerjaan tambahan bahkan sampai meninggalkan keluarga untuk merantau. Anak yang mengalami perpisahan dengan orang tua karena pekerjaan membuat anak jauh dari orang tua dan menimbulkan perasaan sedih pada anak.

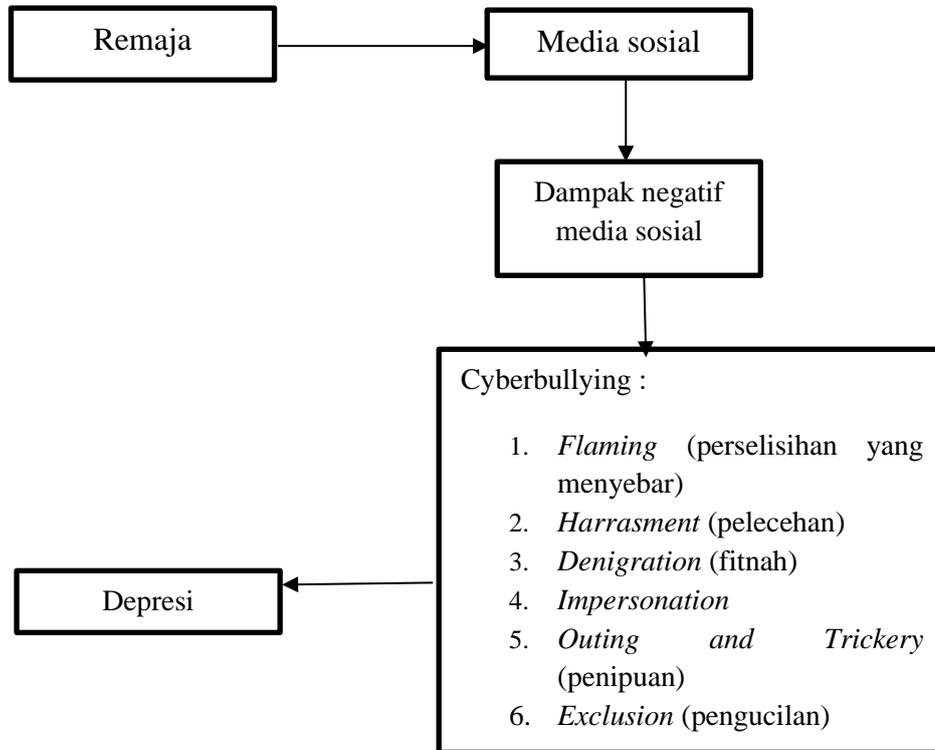
5. Waktu tidur

waktu tidur memiliki pengaruh terhadap pengembangan depresi pada anak.Emosi anak akan dipengaruhi oleh hubungan antara orang tua dan anak yang menyebabkan tidur larut malam, anak yang memiliki kebiasaan tidur yang buruk mempengaruhi kinerja akademik anak ang dihubungkan sebagai salahmo satu penyebab depresi anak. Oleh karena itu, tersirat bahwa waktu tidur yang tertunda memediasi lama tidur anak-anak sekolah dan kemudian mempengaruhi status depresi pada anak.

6. Kecerdasan Emosional

Individu dengan kecerdasan emosional yang baik juga menunjukkan keterampilan pemecahan masalah, mampu mengaturemosi, dapat mengendalikan impuls dengan terampil. Berdasarkan perkembangan kognitif anak usia sekolah, anak akan mulai mulai dapat berpikir logis dan mulai bisa menyimpulkan informasi-informasi yang diterima, dengan kecerdasan emosional anak yang baik, anak akan mampu melewati tugas perkembangan kognitifnya. Selain itu, anak dengan kecerdasan emosional yang baik membuat anak mampu mentoleransi stress. Individu yang mampu mengatasi stresnya dengan coping yang baik dapat mengurangi kemungkinan terjadinya depresi.

2.5 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

2.6 Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Pada penelitian ini didapati variabel bebas ataupun independent adalah *Cyberbullying* dengan variabel terikat ialah Skala Deperesi.

2.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian merupakan dugaan/pendapat dalam penelitian yang sifatnya masih lemah dan perlu diuji dengan tujuan untuk membuktikan kebenaran hipotesis namun menentukan apakah menolak atau menerima hipotesis. Adapun hipotesis pada penelitian ini yaitu :

a. HA (Hipotesa Alternatif)

Terdapat pengaruh yang signifikan Antara *Cyberbullying* dengan kejadian depresi pada siswa/siswi SMKN-2 Kota Medan.

b. H₀ (Hipotesa *Null*)

Tidak terdapat pengaruh yang signifikan Antara *Cyberbullying* dengan kejadian depresi pada siswa/siswi SMKN-2 Kota Medan.