

**Upaya Preventif Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meminimalisir Perilaku
Cyberbullying pada Peserta Didik**

Nabella Salsabila Muti¹, Devinta Maharani²

¹Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang, salsabilanabella@gmail.com

²Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang, devintama21@gmail.com

Email Korespondensi: salsabilanabella@gmail.com

ABSTRAK

Seiring dengan perkembangan IPTEK (Ilmu Pengetahuan dan Teknologi) tidak ada lagi batasan dalam ruang dan waktu. Kemudahan akses informasi dan komunikasi yang ditawarkan sangat memudahkan produktivitas remaja sehari-harinya, termasuk peserta didik. Salah satu teknologi digital yang amat digandrungi remaja saat ini adalah media sosial. Hal iniditidaklah menjadi masalah bila dapat dimanfaatkan sebagaimana mestinya. Namun sayangnya masih banyak dijumpai oknum-oknum yang tidak bertanggung jawab yang justru menyalahgunakan media tersebut untuk melakukan *cyberbullying*. Dalam mencari jati dirinya, remaja sangat antusias untuk mencoba hal baru dan membangun relasi, salah satunya melalui media sosial tersebut. Karena remaja dalam emosi yang masih labil, mereka rentan terpengaruh dengan adanya *cyberbullying* atau bahkan dapat berpotensi menjadi pelakunya. Oleh karena itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana guru Bimbingan dan Konseling dapat melakukan upaya preventif agar peserta didik dapat terhindar dari perilaku *cyberbullying*. Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan bisa melaksanakan upaya tersebut agar perilaku *cyberbullying* di kalangan remaja dapat dicegah sehingga korban *cyberbullying* dapat dikurangi. Adapun untuk teknik pengumpulan data menggunakan studi literatur dengan mengumpulkan data melalui jurnal, artikel, buku, dan sumber lain yang relevan dengan kasus tersebut.

Kata kunci: Bimbingan dan Konseling; Cyberbullying; Peserta Didik

ABSTRACT

Along with the development of science and technology (Science and Technology) there are no more restrictions in time and space. The ease of access to information and communication offered greatly facilitates the productivity of teenagers every day, including students. One of the digital technologies that are loved by teenagers today is social media. This is not a problem if it can be used properly. But unfortunately there are still many irresponsible individuals who actually abuse the media to cyberbully. In finding their identity, teenagers are very enthusiastic to try new things and build relationships, one of which is through social media. Because adolescents are still emotionally unstable, they are vulnerable to being affected by cyberbullying or can even potentially be the perpetrator. Therefore, the purpose of this study is to find out how Guidance and Counseling teachers can make preventive efforts so that students can avoid cyberbullying behavior. Guidance and Counseling teachers are

expected to carry out these efforts so that cyberbullying behavior among adolescents can be prevented so that victims of cyberbullying can be reduced. As for data collection techniques using literature studies by collecting data through journals, articles, books, and other sources relevant to the case.

Keywords: Guidance and Counseling; Cyberbullying; Students

PENDAHULUAN

Manusia dan gadget bagaikan satu kesatuan yang tidak terpisahkan di dalam kehidupan masyarakat digital ini. Kemudahan akses informasi dan komunikasi sangat mempermudah mobilitas manusia. Sehingga gadget menjadi salah satu atau bahkan satu-satunya alternatif pilihan mengingat sisi kepraktisannya. Tak terkecuali pada remaja yang gemar berinteraksi dalam dunia maya menggunakan gadgetnya. Diperkuat dengan data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) bahwa penggunaan internet di Indonesia setiap tahunnya selalu meningkat, dari 262 juta penduduk Indonesia 143,26 juta jiwa aktif sebagai pengguna Internet. Mayoritas pengguna juga merupakan mereka yang berusia antara 13 -18 tahun sebesar 75. 5% (APJII, 2017). Kemudian dalam survei APJII pada 2018 sebanyak 49,0% pengguna internet di Indonesia pernah mengalami *bully* baik dalam bentuk ejekan atau pelecehan di media sosial. Hasil riset Digital Civility Index pada Mei 2020 oleh Microsoft, di Indonesia bentuk *cyberbullying* yang paling sering dilakukan adalah penyebaran hoax dan penipuan sebesar 47%, *hate speech* (ujaran kebencian) 27%, dan diskriminasi 13%, tindakan *cyberbullying* oleh orang asing sebesar 48% (profesi-unm.com, 2021).

Terlebih lagi, dikutip dari Hudaya (2018) peningkatan pengguna gadget di Indonesia diperkirakan mencapai 100 juta pengguna. Hal ini mendudukkan Indonesia di posisi kelima negara dengan pengguna *smartphone* terbanyak dalam tiga tahun. Penggunaan gadget oleh peserta didik sebenarnya tidaklah menjadi suatu masalah asalkan digunakan sebagaimana mestinya. Seperti yang dikemukakan oleh Mardhi (2015) bahwa *smartphone* dapat dijadikan sarana menambah pengetahuan siswa terkait kemajuan teknologi sehingga tidak dikatakan menutup mata terhadap kemajuan di era globalisasi. Beragam informasi edukasi dan informasi mengenai materi yang dianggap sulit pun dapat diakses dengan mudah. Namun hal yang patut diwaspadai adalah adanya oknum-oknum yang tidak bertanggung jawab yang dengan mudahnya melakukan perundungan dunia maya atau yang dikenal dengan istilah *cyberbullying*.

Retno Listyarti (Komisioner KPAI) menyatakan bahwa cyber bullying sepanjang 2018 meningkat seiring dengan penggunaan internet dan media sosial, khususnya body shaming (Tribunews, 2018). Salah satu contoh kasus yaitu adanya dua kelompok remaja di Kabupaten

Deli Serdang, Sumatera Utara yang awalnya saling mengejek di media sosial lalu berujung pada tawuran bahkan sampai mengakibatkan nyawa seseorang melayang (Viva, 2023). Bahkan aksi bullying juga ditujukan pada anak balita yang belum tahu apa-apa, salah satunya adalah anak salah satu artis dan youtuber tanah air. Putrinya dihina di media sosial dan ternyata pelakunya adalah seorang guru sekaligus istri abdi negara. Ia mengatakan bahwa anak tersebut menderita *down syndrome* dan disebut dengan istilah idiot (Kompas, 2023). Jikasebagai seorang guru saja perbuatannya seperti itu, bagaimana ia bisa membimbing siswanya

Oleh karena itu, upaya pencegahan dapat dimulai dari orang-orang terdekat peserta didik, baik di rumah maupun di sekolah. Saat di sekolah, guru Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting untuk mencegah terjadinya *cyberbullying* itu sendiri dengan mengerahkan segenap pengetahuan dan kemampuan yang dimilikinya, termasuk lebih peka dalam perkembangan IPTEK (Ilmu Pengetahuan dan Teknologi) sehingga konsep keilmuannya disesuaikan dengan perkembangan zaman dengan adanya unsur kebaruan di dalamnya. Sebagai pihak yang dekat dengan peserta didik di sekolah, guru Bimbingan dan Konseling perlu mencari berbagai strategi pendekatan dalam upaya preventif tersebut karena mencegah lebih baik daripada mengobati. Jika sudah terlanjur sakit maka mungkin akan sulit atau membutuhkan waktu lebih lama untuk penyembuhannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur, Creswell (dalam Hasby, 2017) menjelaskan bahwa kajian literatur merupakan rangkuman tertulis mengenai artikel dari jurnal, buku, dan dokumen lainnya yang mendeskripsikan teori juga informasi dari masa kini maupun masa lampau yang diorganisasikan ke dalam topik dan dokumen yang dibutuhkan. Jenis data yang dikumpulkan diperoleh dari studi literatur yang dikumpulkan melalui artikel jurnal (hasil penelitian sebelumnya), *ebook*, buku, dan dokumen survei. dengan cara menghimpun data-data relevan yang berkaitan dengan penelitian.

Dari pengumpulan data tersebut akan diperoleh beberapa hal berikut: 1) apa itu *cyberbullying*; 2) jenis-jenis *cyberbullying*; 3) apa dampak yang akan timbul akibat dari *cyberbullying*; dan 4) seperti apa upaya preventif yang dapat dilakukan guru BK.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Definisi *Cyberbullying*

Cyberbullying adalah kejadian ketika seorang anak atau remaja diejek, dihina, diintimidasi, atau dipermalukan oleh anak atau remaja lain melalui media internet, teknologi

digital atau telepon seluler (Utami, 2014). Menurut Think Before Text (di dalam Apa itu *cyberbullying* dan bagaimana menghentikannya? - UNICEF Indonesia), *cyberbullying* adalah perilaku agresif dan bertujuan yang dilakukan suatu kelompok atau individu, menggunakan media elektronik, secara berulang-ulang dari waktu ke waktu, terhadap seseorang yang dianggap tidak mudah melakukan perlawanan atas tindakan tersebut. *Cyberbullying* adalah tindakan negatif yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok tertentu dengan cara mengirimkan pesan teks, foto, gambar meme, dan video ke akun media sosial seseorang dengan tujuan untuk menyindir, menghina, melecehkan, mendiskriminasi bahkan mempersekusi individu (Marsinun dan Riswanto).

Menurut Fahmi Gunawan (dalam Fenomena Cyberbullying Pada Peserta Didik | IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education (lp2msasbabel.ac.id)) Cyberbullying merupakan perilaku seseorang atau kelompok secara sengaja dan berulang kali melakukan tindakan yang menyakiti orang lain melalui komputer, telepon seluler, dan alat elektronik lainnya. Menurut Olweus (dalam Betts, 2016) menjelaskan bahwa *cyberbullying* ini sama halnya dengan perundungan tatap muka, akan tetapi *cyberbullying* terjadi melalui perangkat elektronik, maka dalam mendefinisikan apapun mengenai *cyberbullying* harus didasarkan pada definisi penindasan tatap muka. Giumetti, dkk (dalam Betts, 2016) mengemukakan empat komponen dari *cyberbullying* yaitu: 1) perilaku agresif yang disengaja; 2) dilakukan berulang kali; 3) terjadi antara pelaku dan korban yang memiliki kekuasaan yang tidak sama; dan 4) muncul melalui teknologi elektronik.

B. Jenis-jenis Cyberbullying

Chadwick (2014) menjelaskan bahwa *cyberbullying* terbagi menjadi delapan tipe berikut:

1. *Harassment*, berulang kali mengirimkan pesan-pesan yang menyinggung perasaan, kasar, dan menghina sering kali dikirimkan pada siang dan malam. Ada yang bahkan menempelkan pesan mereka ke forum publik, chat room atau papan pengumuman yang bisa dilihat orang lain.
2. *Denigration*, mendistribusikan informasi tentang orang lain yang melecehkan dan tidak benar melalui postingan di halaman Web, mengirimkannya kepada orang lain melalui surel atau pesan instan, atau mengirim foto-foto yang diubah secara digital dari seseorang.
3. *Flaming*, "berkelahi" di internet atau argumen intens menggunakan pesan elektronik di chat room, pesan instan atau via email dengan bahasa pemarkah dan vulgar. Penggunaan

huruf besar, gambar dan simbol menambah emosi pada argumen.

4. *Impersonation*, menyusup ke akun posnel atau jejaring sosial dan menggunakan identitas daring orang itu untuk mengirim atau memposting hal-hal yang keji atau memalukan kepada atau mengenai orang lain.
5. *Masquerading*, berpura-pura menjadi orang lain dengan menciptakan alamat emai palsu atau nama pengirim pesan instan. Mereka juga mungkin menggunakan e-mail atau ponsel orang lain sehingga akan tampak seolah-olah ancaman telah dikirim oleh orang lain.
6. *Pseudonyms*, menggunakan nama samaran atau nama panggilan online untuk menjaga identitas rahasia mereka. Orang lain secara online hanya mengenal mereka dengan nama samaran ini yang mungkin berpikir bahwa mereka tidak berbahaya atau merugikan.
7. *Outing and Trickery*, tampilan publik atau penerusan komunikasi pribadi seperti pesan teks, email atau pesan instan. Berbagi rahasia atau informasi yang memalukan, atau menipu seseorang untuk mengungkapkan rahasia atau informasi yang memalukan dan mengirimkannya kepada orang lain.
8. *Cyber Stalking*, ini adalah bentuk pelecehan. Berulang kali mengirim pesan yang berisi ancaman bahaya atau sangat mengintimidasi, atau terlibat dalam aktivitas onlinelainnya yang membuat seseorang takut akan keselamatannya. Biasanya pesan dikirim melalui komunikasi pribadi seperti email atau pesan teks. Tergantung pada isi pesannya, itu mungkin juga ilegal. (Mia 2022)

C. Dampak Cyberbullying

Cyberbullying pada remaja di media sosial memiliki dampak yang begitu besar yang mempengaruhi segala aspek kehidupan mulai dari aspek psikologis, fisik, dan juga sosial. Dampak cyberbullying yang dirasakan bukan hanya pada korban saja, melainkan pelaku, pelaku dan korban juga akan berdampak (sukmawati & kumala 2020).

Dampak dari *cyberbullying* menurut Navarro, Yubero & Larranaga (2016: 9) yaitu:

- 1) Fisik: remaja mengalami sakit kepala, sakit perut, gangguan tidur, kelelahan, sakit punggung, kehilangan nafsu makan dan masalah pencernaan.
- 2) Psikologis dan Emosional: remaja merasakan takut, perasaan teror, kecemasan, penderitaan, kesedihan, stres dan gejala depresi.
- 3) Sekolah terkait: remaja kurang termotivasi untuk ke sekolah dan penurunannya tingkat konsentrasi atau nilai akademik.
- 4) Psikososial: remaja memiliki perasaan isolasi dan kesendirian, pengucilan dan bahkan penolakan sosial.

Dampak *cyberbullying* pada korban antara lain mereka akan mengalami depresi,

kecemasan, ketidaknyamanan, prestasi di sekolah menurun, tidak mau bergaul dengan teman-teman sebaya, menghindari dari lingkungan sosial, dan adanya upaya bunuh diri. (rifaudin 2016). Dampak dari *cyberbullying* mengakibatkan perubahan sikap dan timbulnya pengucilan terhadap korban. (utami 2014) dampak yang dirasakan pelaku *cyberbullying* adalah perasaan bersalah yang berkepanjangan 41.57% dengan kategori rendah, dampak yang paling sering dialami korban adalah perasaan sakit hati dan kecewa 31,13% dengan kategori sangat rendah. (permatasari 2020).

D. Upaya Preventif Guru BK dalam Mencegah *Cyberbullying*

Dalam menerapkan upaya preventif terhadap perilaku *cyberbullying*, guru BK dapat menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* ini terbukti dalam meningkatkan sikap empati siswa sehingga perilaku *cyberbullying* dapat dicegah. (nadhira 2022). Guru Bimbingan Konseling dapat mengadakan monitoring dan *self-assessment* terhadap siswa mengenai tindakan kekerasan/*cyberbullying* yang pernah mereka alami. (syah &hermawati 2018).

Upaya guru bimbingan dan konseling dalam menangani perilaku *cyberbullying* dilakukan dengan upaya preventif dan *preservative* dengan memberikan layananbimbingan kelompok dan bimbingan klasikal kepada siswa di SMKN 1 Martapura denganbeberapa bentuk perilaku *cyber bullying* yaitu *Harrasment*, *Cyber stalking*, dan *Impersonation* atau berpura-pura menjadi orang lain, dan dapat dikatakan dampak dari pemberian layanan tersebut kepada siswa berdampak positif, siswa mampu memahami pemberian layanan yang diberikan dan dengan tujuan yang ingin dicapai yaitu korban merasakan rasa aman, lega, percaya diri dan pelaku tidak melakukan perilaku ini secara terus-menerus dan siswa dapat memiliki tanggung jawab atas dirinya sendiri dan lingkungannya serta dapat menyelesaikan masalah dengan keputusan yang benar dan tepat. (susanti 2023)

Mencegah fenomena *cyberbullying* terjadi pada siswa bisa dilakukan dengan banyak strategi, ada empat strategi yang dilakukan melalui penguatan *agent of change* di sekolah untuk etika bermedia sosial, penguatan peran tim teman tifa (teman aktif dan mulia)sebagai mitra difabel, kampanye anti perundungan melalui poster, penguatan kerja sama orang tua, sekolah, dan teman sebaya untuk gerakan literasi digital anti *cyberbullying* (ananda & oksiana 2022).

Guru BK dalam menanggulangi tindakan *cyberbullying* melalui layanan informasi, konseling individu, konseling keluarga, konferensi kasus, dan juga bimbingan kelompok, Adapun pada Impelementasi layanan informasi *cyberbullying* dilakukan dengan beberapa

upaya seperti guru BK memberikan layanan informasi cyberbullying di setiap kelas, memberikan kesempatan kepada peserta didik menanggapi informasi cyberbullying yang telah disampaikan dan juga guru BK melakukan kolaborasi antara guru kelas setelah diberikan layanan informasi kepada para siswa/i. (almadani 2023). Pemahaman perilaku *cyberbullying* sebelum dan setelah diberi perlakuan layanan bimbingan berkelompok menggunakan teknik self management, ketika meningkatnya pemahamannya perilaku *cyberbullying* sesudah diberi pelayanan bimbingan kelompok di siklus I melalui 2 pertemuan dan langsung menunjukkan peningkatan 100% kedalam kategori baik. (yusni 2021).

Dapat pula dengan Membentuk *team cyber safe* untuk memberikan tameng pada lingkungan peserta didik agar terhindar dari *cyberbullying*. *Team cyber safe* berisi 2 siswa tiap kelas namun tetap dipantau dan dibimbing oleh wali kelas. Guru-guru juga mengikuti pelatihan-pelatihan dasar seperti edukasi mengenai UU Transformasi Transaksi Elektronik, *cyberbullying*, dan sebagainya (Prastowo dan Setyowati, 2023).

KESIMPULAN

Cyberbullying merupakan sebuah fenomena dimana perundungan terjadi secara daring (dalam jaringan) yang umumnya terjadi di media sosial. Cyberbullying sangat berkaitandengan remaja dalam hal ini peserta didik. Maraknya penggunaan media sosial oleh remaja membuat remaja menjadi sekelompok individu yang rentan terkena cyberbullying ataupun menjadi pelaku cyberbullying. Tindakan cyberbullying tidaklah dibenarkan karena mempunyai dampak negatif yang akan sangat besar baik bagi pelaku maupun korban. Selain itu, cyberbullying bisa dilakukan secara terus menerus karena tidak terbatas waktu dan tempat. Padahal dampak yang ditimbulkan oleh cyberbullying sangat serius. Cyberbullying juga bisa menyebabkan tindakan kriminal di dunia nyata

Oleh karena itu dalam menekan perilaku cyberbullying utamanya dikalangan remaja, guru bimbingan dan konseling memiliki peranan yang penting dalam mencegahnya. Guru BK/Konselor dapat memberikan layanan secara efektif, baik secara individu, kelompok, atau klasikal mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku cyberbullying. Sehingga peserta didik yang awalnya tidak mengetahui tentang cyberbullying menjadi tahu dan dapat menghindari dari perilaku tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Betts, R. L. (2016). *Cyberbullying: Approaches, Consequences and Interventions*. Retrieved From <http://www.springer.com/series/14636>.
- Hudaya, A. (2018). Pengaruh gadget terhadap sikap disiplin dan minat belajar peserta didik. *Research and Development Journal of Education*, 4(2). <http://dx.doi.org/10.30998/rdje.v4i2.3380>
- Kompas. (15 Juni 2023). *Anaknya Dibully, Atta Halilintar dan Aurel Ingin Beri Efek Jera ke Pelaku, Akan Laporkan Polisi?.* <https://www.kompas.tv/entertainment/416536/anaknya-dibully-atta-halilintar-dan-aurel-ingin-beri-efek-jera-ke-pelaku-akan-lapor-polisi>
- Kumala, A. P. B., & Sukmawati, A. (2020). Dampak Cyberbullying Pada Remaja. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 1(1), 55-65. <https://doi.org/10.24252/asjn.v1i1.17648>
- Navarro, Raul., Yubero, Santiago., & Larranaga, Elisa (eds). 2016. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Permatasari, Dini Dwi. 2012. “Fenomena Cyberbullying Pada Siswa SMA: Lima SMA Di Kota Yogyakarta.” Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Prastowo, D. S., & Setyowati, R. N. (2023). Strategi Guru Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn) dalam Mencegah Cyberbullying di SMA Negeri 1 Sidoarjo. *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, 206-221. <https://doi.org/10.26740/kmkn.v11n1.p206-221>
- Prastowo, D. S., & Setyowati, R. N. (2023). Strategi Guru Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn) dalam Mencegah Cyberbullying di SMA Negeri 1 Sidoarjo. *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, 206-221.
- Rifauddin, M. (2016). Fenomena Cyberbullying pada Remaja (Studi Analisis Media Sosial Facebook). *Khizanah Al-Hikmah: Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, Dan Kearsipan*, 4 (1), 35–44.
- Riswanto, D., & Marsinun, R. (2020). Perilaku cyberbullying remaja di media sosial. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 12(2), 98-111.
- Unicef. (2020). *Cyberbullying: Apa itu dan bagaimana menghentikannya.* <https://www.unicef.org/indonesia/id/child-protection/apa-itu-cyberbullying>
- Utami, Y. C. (2014). *Cyberbullying Di Kalangan Remaja, Studi Tentang Korban Cyberbullying Di Kalangan Remaja Di Surabaya*. Universitas Airlangga.
- Viva. (16 Februari 2023). *Saling Ejek di Medsos, Dua Kelompok Remaja Tawuran hingga Berujung Maut.* <https://www.viva.co.id/trending/1575519-saling-ejek-di-medsos-dua-kelompok-remaja-tawuran-hingga-berujung-maut>

Yunika, R., & Alizamar, A. (2013). Upaya guru bimbingan dan konseling dalam mencegah perilaku bullying di sma negeri se kota padang. *Konselor*, 2(3).