

Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Terhadap Perilaku Pencegahan *Cyberbullying* Pada Remaja Di Kelas X Smk Dewi Laut Bitung

Saida A. Kasim

Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Manado

Helly Katuuk

Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Manado

Sri Wahyuni

Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Manado
Alamat : Jl. Raya Pandu, Kel. Pandu, Lingk. III, Kec.
Bunaken Kota Manado-Sulawesi Utara
Email: naykasim01@gmail.com

Abstract. Cyberbullying is carried out intentionally and occurs repeatedly in the form of spreading the victim's disgrace or secrets. The efforts made to prevent cyberbullying behavior can be done by providing education about the importance of maintaining mental health. The purpose of this study was to determine whether there was an affect of mental health education on cyberbullying prevention behavior in class X of SMK Dewi Laut Bitung. The research was conducted using the Quash-Experimental method, with one group pre and post test design. The sample taken based on the number of subject as many as 17 using purposive sampling. Data collection using SAP and questionnaire sheets. Furthermore, the data collected processed using SPSS computer programs version 16.0 for analysis of the Paired T-test test with a meaning level (α) of 0.05. The results of research using the Paired T Test found that the value of ρ Value was smaller than the significant value of ($0.000 < 0.05$) the results of this study showed that H_a was accepted then H_0 was rejected. The conclusion of this study is mental health education on cyberbullying prevention behavior in adolescents in class X of SMK Dewi Laut Bitung was accepted. The advice of the results of this study adolescents can avoid cyberbullying behavior.

Keywords: Cyberbullying, adolescents, mental health education

Abstrak. Cyberbullying adalah perundungan dunia maya yang dilakukan secara sengaja dan terjadi berulang-ulang dalam bentuk menyebarkan aib atau rahasia korban. Upaya yang dilakukan untuk mencegah perilaku perilaku cyberbullying dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi tentang pentingnya menjaga kesehatan mental. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap perilaku pencegahan cyberbullying di kelas X Smk Dewi Laut Bitung. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode Quasy- Eksperiment, dengan jenis rancangan penelitian one group pre and post test design. Sampel diambil berdasarkan jumlah subjek sebanyak 17 dengan menggunakan purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan SAP dan lembar kuisioner. Selanjutnya data yang terkumpul diolah dengan menggunakan komputer program SPSS versi 16.0 untuk analisa uji Paired T-test dengan tingkat kemaknaan (α) 0,05. Hasil penelitian menggunakan Uji Paired T Test didapatkan nilai ρ Value tersebut lebih kecil dari nilai signifikan sebesar ($0,000 < 0,05$) hasil penelitian ini menunjukkan bahwa didapati H_a diterima H_0 ditolak. Kesimpulan dari penelitian ini terdapat pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap perilaku pencegahan cyberbullying pada remaja di kelas X SMK Dewi Laut Bitung. Saran hasil penelitian ini agar remaja dapat menghindari perilaku cyberbullying.

Kata kunci: Cyberbullying, Remaja, Edukasi Kesehatan Mental

LATAR BELAKANG

Cyberbullying adalah *bullying*/penindasan dengan menggunakan teknologi digital. Ini sering terjadi di media sosial, *platform* obrolan, *platform* game, dan ponsel. Pelecehan ini dapat melalui pesan teks, email, pesan instan, *game online*, situs web, ruang obrolan, atau media sosial (UNICEF, 2021). Kejadian *cyberbullying* mayoritas terjadi di kalangan remaja, di mana pada usia tersebut remaja seringkali bertindak impulsif. Berbagai penelitian sejauh ini menunjukkan bahwa remaja yang berisiko tinggi terlibat *cyberbullying* adalah mereka yang berada pada usia di atas 15 tahun walaupun pada kenyataannya kemajuan era digital membuat *cyberbullying* pada anak-anak dan remaja bermunculan (Zhu et al., 2021).

Menurut data survei *British Anti-Bullying Organization Ditch The Label*, dari 10.020 subjek berusia antara 12 sampai 20 tahun, terungkap bahwa Instagram merupakan media sosial dengan kekerasan verbal tertinggi pertama pada tahun 2017 dan *Facebook* menjadi media sosial dengan kekerasan verbal kedua (*Ditch The Label, 2017*). *Cyberbullying Research Center* (2019) melakukan survei terhadap 4.972 remaja di Amerika Serikat dan menemukan bahwa 37% subjek menjadi korban *cyberbullying* dan 11,5%-nya merupakan pelaku *cyberbullying*. *The Pew Research Center* mengungkapkan bahwa sekitar empat dari sepuluh orang Amerika pernah mengalami hal serupa, dan 62% di antaranya merupakan permasalahan yang serius. Tidak hanya itu, 58% dari orang dewasa di Amerika Serikat yang merupakan penggunaan internet juga mengalami hal tersebut (Duggan, 2017).

Di Indonesia, berdasarkan hasil penelitian *Center For Digital Society (CFDS, 2021)*. Penelitian ini dilakukan kepada remaja dengan umur 13-18 tahun, sebanyak 38,4% mengaku sebagai pelaku *cyberbullying* dan 45,35% adalah korban *cyberbullying*. Selain itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyatakan bahwa para pelajar di sekolah rentan menjadi korban *cyberbullying*. KPAI melaporkan bahwa kasus yang berhubungan dengan dunia maya telah melibatkan 3.096 remaja. dari jumlah tersebut, terungkap data korban kasus *bullying* di media sosial sebanyak 83 remaja, dengan jumlah remaja laki-laki 32 dan perempuan sebanyak 51 (KPAI dalam Sukmawati & Kumala, 2020).

Efek dari *cyberbullying* dapat menyerang psikologis remaja. Remaja yang mendapat perlakuan *cyberbullying* memiliki kemungkinan mengalami depresi dengan dipengaruhi oleh tingkat keparahan memungkinkan mengalami depresi *cyberbullying* yang dialami. Kesehatan mental berhubungan kuat dengan *cyberbullying* karena pelaku *cyberbullying* sering mengakses media sosial korban sehingga korban kesulitan dalam mencari jalan keluar, munculnya tingkat kecemasan yang tinggi karena takut dengan postingan yang menghina dan merendahkan korban, mengalami ketakutan, mengalami stres pascatrauma dan terganggunya kesehatan fisik karena penindasan media sosial (Kota, 2018).

Pencegahan *cyberbullying* dapat di cegah dengan memberikan edukasi kesehatan mental yang terbukti dapat meningkatkan pengetahuan remaja terkait pengertian, penyebab, bentuk, dampak, pencegahan dan penanganan perilaku *cyberbullying* (Junalia and Malkis, 2022).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan metode *Quasy-Ekperiment*, dengan rancangan *one group pre and post test design* yaitu Pengukuran di lakukan sebelum dan setelah perlakuan. Tujuannya untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap perilaku pencegahan *cyberbullying* pada remaja, populasi pada penelitian ini yaitu 60 subjek siswa kelas X Smk Dewi Laut Bitung. Sampel yang digunakan dalam penelitian 17 subjek dengan Kriteria sampel remaja yang bersedia menjadi subjek, remaja kelas X yang berada ditempat penelitian, Adapun Teknik sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah Teknik *purposive sampling*. Instrument penelitian yang digunakan adalah Kuisisioner perilaku pencegahan *cyberbullying* dengan 10 pertanyaan. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji T *paired test*. Serta penelitian terdapat etika penelitian dimulai dari meminta persetujuan subjek dengan diminta untuk mengisi lembar persetujuan hanya menuliskan inisial tanpa nama, setelah subjek selesai mengisi lembar persetujuan Peneliti menyimpan data ditempat yang aman untuk menjaga kerahasiaan data dan yang terakhir Peneliti membagikan kuisisioner yang akan di isi oleh subjek, pengisian kuisisioner dilakukan sebelum dan setelah diberikan edukasi kesehatan mental.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penulis membahas dan menganalisis hasil penelitian tentang pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap perilaku pencegahan *cyberbullying* pada remaja di kelas X Smk Dewi Laut Bitung dan dilaksanakan pada tanggal 14 sampai 15 Juni 2023.

1. Hasil

a. Distribusi Karakteristik Subjek

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin di kelas X Smk Dewi Laut Bitung (n=17)

Karakteristik Subjek	Banyaknya Subjek	
	<i>Frequencyi (f)</i>	<i>Percent (%)</i>
Umur		
12-15 Remaja awal	5	29,4
16-18 Remaja Tengah	12	70,6
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	6	35,3
Perempuan	11	64,7
Total	17	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan hasil di atas, diperoleh hasil tertinggi yaitu pada umur 16 sampai 18 tahun sebanyak 12 subjek dengan presentase (70,6%) dan paling sedikit berumur 12 sampai 15 tahun sebanyak 5 subjek dengan presentase (29,4%), dari 17 subjek. Pada Tingkat jenis kelamin yang tertinggi pada perempuan sebanyak 11 subjek dengan presentase (64,7%), sedangkan pada laki-laki 6 subjek dengan presentase (35,3%), dari 17 subjek.

b. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari subjek yang sedang diteliti, untuk menggambarkan setiap variabel yang digunakan dalam penelitian.

Tabel 2. Berdasarkan Distribusi Perilaku Pencegahan *Cyberbullying* Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Kesehatan Mental Di Kelas X SMK Dewi Laut Bitung (n=17)

Perilaku Pencegahan Sebelum diberikan edukasi Kesehatan	Banyaknya Subjek	
	<i>Frequency (f)</i>	<i>Percent (%)</i>
Baik	4	23,5
Kurang Baik	13	76,5
Total	17	100,0
Perilaku Pencegahan Sesudah diberikan edukasi Kesehatan	Banyaknya Subjek	
	<i>Frequency (f)</i>	<i>Percent (%)</i>
Baik	14	82,4%
Kurang Baik	3	17,6%
Total	17	100

Sumber: Data Frekuensi Statistik 2023

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi kesehatan mental subjek dengan perilaku pencegahan *cyberbullying* sebanyak 4 subjek dengan presentase (23,5%), dan perilaku pencegahan *cyberbullying* kurang baik sebanyak 13 subjek dengan presentase (76,5%). Dan setelah diberikan edukasi kesehatan mental subjek dengan perilaku pencegahan *cyberbullying* sebanyak 14 subjek dengan presentase (82,4%), dan perilaku pencegahan *cyberbullying* kurang baik yaitu sebanyak 3 subjek dengan presentase (14,6%).

c. Analisa Bivariat

Tabel 3 Hasil Analisa Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Terhadap Perilaku Pencegahan *Cyberbullying* Pada Remaja Di Kelas X SMK Dewi Laut Bitung (n=17)

Kategori	Mean	Selisih Mean	t	Df	ρ Value
Perilaku Pencegahan Pre Test	12.00	-4.824	-8.868	16	0,000
Perilaku Pencegahan Post Test	16.82				

Sumber: Hasil Uji *Paired T-test*

Berdasarkan tabel di atas, dan setelah melewati uji normalitas data menunjukkan bahwa terdapat perbandingan pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap perilaku pencegahan *cyberbullying* pada remaja di kelas X SMK Dewi Laut Bitung. Dari hasil uji *Paired T-test* menunjukkan nilai $\rho=0,000 < \alpha (0,05)$ dimana artinya hasil analisa di atas

STRATEGI PEMASARAN YANG DILAKUKAN DI PLAZA TUNJUNGAN III SURABAYA DALAM MEMASARKAN SEMUA PRODUKNYA

dapat dikatakan bahwa H₀ ditolak dan H_a diterima atau ada pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap perilaku pencegahan *cyberbullying* pada remaja di kelas X SMK Dewi Laut Bitung.

2. Pembahasan

Pada penelitian ini dari hasil observasi dan wawancara. Didapatkan salah satu siswi SMK Dewi Laut Bitung mengalami *cyberbullying* dengan motif menyindir atau menyerang personal, berupa komentar negatif, status sindirian hingga memposting foto korban di media sosial *Facebook*. Penelitian ini sejalan dengan peneliti *Rahmiwati Marsinun & Dody Riswanto (2020)* yang berdasarkan hasil observasi dan pengamatan Peneliti, perilaku *cyberbullying* pada remaja dilakukan dengan motif ejekan, hinaan, cacimaki, ketidaksetujuan, diskriminasi, persekusi yang pada maksudnya menyalahkan personal di media sosial.

Hasil penelitian yang diperoleh berdasarkan umur menunjukkan bahwa dari 17 subjek yang paling banyak subjek berumur 16-18 tahun dengan jumlah 12 orang (70,6%), subjek dengan umur 12-15 tahun dengan jumlah 5 orang (29,4%). Dalam penelitian ini sebagian besar subjek berada pada usia 16-18 tahun. Menurut (*Fatih et al, 2019*) Usia adalah prediktor terlemah dalam *cyberbullying*, tidak terdapat perbedaan usia untuk masing-masing peran dalam perilaku *cyberbullying*. Namun, hal ini berbeda diungkapkan oleh *Merrill & Hanson (2016)*, yang menyatakan bahwa usia lebih muda dibandingkan usia umum dalam setiap kelas memiliki tingkat viktimisasi yang jauh lebih tinggi dari usia lebih tua. Sejalan dengan penelitian *Athanasiou et al., (2018)* yang mengungkapkan bahwa remaja berusia diatas 16 tahun memiliki peluang 80% mengalami perilaku *cyberbullying* baik menjadi pelaku maupun korban.

Karakteristik subjek yang didapati pada penelitian ini berdasarkan jenis kelamin adalah paling banyak pada kategori perempuan sebanyak 64,7%. penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh *Sartana dan Afriyeni (2020)* pada 353 remaja menunjukkan bahwa remaja Perempuan lebih banyak menjadi korban *cyberbullying* dibandingkan dengan laki-laki. Dikarenakan, kaum remaja Perempuan yang masih dalam proses pencarian jati diri, seringkali merasa kurang dengan kondisi fisiknya. Kecemasan yang berlebihan mendorong perempuan berperilaku mudah panik, bingung, merasa tidak berguna, hingga menurunkan prestasi belajar, yang pada akhirnya memposisikan

perempuan ke tempat yang rentan untuk mendapat pelecehan hingga sulit menghindar dari berbagai bentuk ejekan hingga perilaku kekerasan yang lebih besar.

Kesehatan mental berhubungan erat dengan perilaku *cyberbullying* sebuah penelitian menunjukkan bahwa remaja yang menjadi korban *cyberbullying* lebih cenderung mengalami depresi, kecemasan dan kesulitan tidur. Mereka juga lebih cenderung memiliki perilaku, seperti kecanduan internet dan konsumsi obat-obatan terlarang. Kesehatan mental yang buruk pada remaja dapat berdampak pada kemampuan mereka untuk belajar, mengambil keputusan, dan membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya dan keluarga. Berdasarkan penelitian Peneliti menemukan 64,7% perilaku *cyberbullying* sebelum diberikan edukasi kesehatan mental.

Penelitian tentang *cyberbullying* pada remaja telah menjadi topik yang semakin banyak di teliti dalam beberapa tahun terakhir. Penelitian lain oleh *Hinduja dan Patchin (2020)* menunjukkan bahwa remaja menjadi korban *cyberbullying* lebih cenderung mengalami kecemasan, stres, dan depresi. Penelitian yang dilakukan oleh *Guo et al. (2020)* menunjukkan bahwa *cyberbullying* dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja dan meningkatkan resiko perilaku agresif. Selain itu, penelitian oleh *Kowalski et al. (2018)* menemukan bahwa *cyberbullying* dapat meningkatkan risiko bunuh diri pada remaja.

Berdasarkan hasil dari tabel Analisa Bivariat didapati bahwa terdapat perbandingan antara *pre and post* perilaku pencegahan *cyberbullying* dengan hasil yang signifikan $p \text{ value} = 0,000$. Berdasarkan pandangan dari perspektif sistem *cyberbullying*, remaja, media sosial sebagai suatu keterkaitan yang kompleks. Usia remaja yang rentan masih membutuhkan kontrol dari orang tua, dan lingkungan di sekitarnya. Untuk menanggapi hal ini dikaitkan dengan teori Chaos diperlukan untuk mengambil tindakan korektif seperti komunikasi orang tua-anak, lingkungan sekitar yang mendukung untuk mencegah *cyberbullying*.

Menurut *Sabri 2021* poster merupakan gambaran yang di tunjukkan sebagai pemberitahuan, peringatan, maupun pengunggah selera yang biasanya berisi gambar-gambar. Poster merupakan suatu gambar yang mengkombinasikan unsur-unsur visual seperti garis, gambar, dan kata-kata dengan maksud menarik perhatian serta mengkomunikasikan pesan secara singkat.

Berdasarkan penelitian diatas, Peneliti berasumsi bahwa dengan memberikan edukasi kesehatan mental pada remaja tentang perilaku pencegahan *cyberbullying* di

kelas X SMK Dewi Laut Bitung dapat meningkatkan pengetahuan tentang *cyberbullying* serta dampak apa saja yang disebabkan oleh pelaku *cyberbullying*. Karena edukasi kesehatan dapat menambah wawasan seseorang untuk melakukan pencegahan perilaku *cyberbullying* yang marak terjadi di media sosial, edukasi kesehatan dapat dikatakan berhasil jika di bantu oleh media-media (poster, gambar dan video). Pada penelitian kali ini peneliti menggunakan media ppt yang menyampaikan sebagai penyampaian pesan kepada subjek, peneliti juga menggunakan poster untuk penyampaian pesan malelui gambar, warna dan tulisan.

KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh edukasi kesehatan mental terhadap perilaku pencegahan *cyberbullying* pada remaja di kelas x Smk Dewi Laut Bitung.

b. Saran

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pihak sekolah untuk mempunyai program-program yang dapat mencegah perilaku *cyberbullying* serta dapat memberikan informasi dasar bagi siswa-siswi untuk mencegah terjadinya *cyberbullying* dan dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk peneliti selanjutnya.

DAFTAR REFERENSI

- Athanasidou, K., Melegkovicus, E., Andrie, E. K., Magoulas, C., Tzavara, C. K., Richardson, C., ... Tsitsika, K. (2018). Cross-national aspect of *cyberbullying victimization among 14-17-year-old adolescents across seven European contries.*
- Duggan, M. (2017). Online Harassment 2017. *Pew Research Center.* <https://www.pewresearchcenter.org/internet/2017/07/11/online-harassment-2017/> Diakses pada 20-11-21.
- Fatih Bayraktar, Hana Machackova, Lenka Dedkova, A. C. (2019). *Cyberbullying: The Discriminant Factors Among cyberbullies, cybervictim, and cyberbully-victims in a Czech Adolescent Sample*
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2020). Cyberbullying: An update and synthesis of the research. In *Handbook of of bullying in schools: An international perspective* (pp. 249-260). Routledge.
- Junalia, E. and Malkis, Y. (2022) 'Edukasi Upaya Pencegahan Bullying Pada Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Tirtayasa Jakarta', *Journal community Service and Health Science*, 1(3), pp. 15-20.

- Kota, R. and Selkie, E. (2018) 'Cyberbullying and mental health', *Technology and Adolescent Mental Health*, pp.89-99. doi: 10.1007/978-3-319-69638-6_7.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., Lattanner, M. R. (2018). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth.
- Merrill, R. M., & Hanson, C. L. (2016). Risk and protective factors associated with being bullied on school property compared with cyberbullied. *BMC Public Health*, 1-10.
- Rahmiwati, Marsinun & Dody, Riswanto (2020). Perilaku *cyberbullying* remaja di media social.
- Sabri, (2021). *Media Pembelajaran*, Yogyakarta: Gava Medika, 2021
- Sartana, & Afriyeni, N (2020), Perilaku Perundungan Maya (*cyber bullying*) Pada Remaja Awal. *Journal Psikologis Insight*, 1(1), 25-39.
- Sukmawati, A., & Kumala A.P.B. (2020). Dampak *Cyberbullying* pada remaja. *alauddin Scienfitic Jounsal Of Nursing*, 1(1), 55-65. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/asjn/article/download/17648/9946>.
- Suroyo Azfa Ni'mah :Dalam Guo et al. (2020). Pengaruh *cyberbullying* pada kesehatan mental remaja.
- UNICEF.(2021).Apa itu *Cyberbullying*. <https://www.unicef.org/indonesia/id.child-protection/apa-itu-cyberbullying>
- Zhu, C., Huang, S., Evans, R. & Zhang, W. (2021). Cyberbullying Among Adolescents And Children: A Comprehensive Review Of The Global Situation Risk Factors, And Preventive Measures. *Frontiers In Public Health*,9,1-12.