



Yuk, Kenalan Dengan “Cyberbullying”: Membangun Kesadaran Remaja Terhadap Cyberbullying Melalui Psikoedukasi

Dwi Kencana Wulan^{1*}, Rahmadiany Gazadinda¹, Fellianti Muzdalifah¹

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta; Jalan Halimun Raya No. 2, Kecamatan Setiabudi, Jakarta Selatan, DKI Jakarta, 021-8297829
e-mail: *kencana.wulan@unj.ac.id

Abstrak

Di masa pandemi, sebagian besar pola interaksi berubah dari tatap muka menjadi tatap maya dan penggunaan gawai serta media sosial pada anak dan remaja juga meningkat. SMP Brighton Kota Wisata adalah salah satu sekolah yang memperhatikan isu perundungan pada siswa. Situasi pandemi memberikan tantangan bagi pihak sekolah dalam mengontrol perilaku siswanya saat berinteraksi melalui media sosial. Pihak sekolah juga menemukan bahwa siswa yang melakukan cyberbullying tidak menyadari jika perilakunya tergolong cyberbullying. Hal ini mendasari timbulnya kebutuhan memberikan pemahaman dasar tentang cyberbullying. Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat “Yuk, lebih kenal dengan cyberbullying!” untuk memberikan psikoedukasi tentang cyberbullying. Kegiatan ini melibatkan 46 siswa baru di sekolah tersebut dalam bentuk seminar daring. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam hal pemahaman cyberbullying setelah pelaksanaan kegiatan ($Z=-2.00$, sig, 0.046). Peserta juga diketahui lebih memahami bahaya dampak cyberbullying setelah pemberian psikoedukasi. Menariknya, ada lebih banyak peserta yang sadar perlu melapor jika melihat orang terdekatnya terlibat cyberbullying. Temuan ini mengindikasikan kegiatan cukup efektif dalam memberikan pemahaman dasar mengenai perilaku cyberbullying.

Kata kunci: cyberbullying, media sosial, pengabdian masyarakat, psikoedukasi, remaja

Abstract

Since pandemic Covid-19 hits Indonesia, interaction is mostly converted into online conversation. Due to the severe gadget and internet exposure, children and adolescents are also affected. Brighton Junior High School Kota Wisata is one of high school which concerns on cyberbullying issue. The pandemic situation has become specific challenge for them, especially for school that cannot observe their student's interaction. Most of students are connected to each other through social media, then teacher and parents are struggled to control their interaction. Due to this situation, the awareness of cyberbullying among students are needed. Faculty of Psychology of Education collaborate with Junior High School Brighton Kota Wisata on conducting psychoeducation about cyberbullying as part of community engagement and services. “Yuk, lebih kenal dengan cyberbullying” is chosen as the theme of the activity. Basic knowledges related to cyberbullying and how to face it are delivered on online seminar to the first grader student. 46 students are included as the participant under teacher's surveillance. The evaluation of the program shows significant changes on the participant's understanding component ($Z=-2.00$; sig. 0.046). Students also acknowledge the impact of cyberbullying, yet several of them are still troubled on helping the victims, including their ownself. However, the evaluation shows that the awareness of cyberbullying is raise.

Keywords—cyberbullying, social media, community services, psychoeducation, adolescent



1. PENDAHULUAN

Sejak terjadinya pandemi Covid-19 di Indonesia, banyak pola aktivitas dan perilaku yang berubah. Berbagai interaksi yang biasanya dilakukan secara langsung dan tatap muka beralih menjadi tatap maya. Hal ini pula yang berdampak pada tingginya pengguna internet aktif di Indonesia. Hasil survey APJII pada tahun 2019 menemukan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia tumbuh 10.12% dari tahun 2018 dan setidaknya saat ini 65% penduduk Indonesia teridentifikasi sebagai pengguna internet aktif (Kemp, 2020)

Pandemi Covid-19 juga berdampak pada meningkatnya pengguna media sosial di Indonesia. Survey yang dilakukan oleh Facebook menunjukkan bahwa lebih dari 140 juta orang di Indonesia menjadi pengguna aktif media sosial, dimana jumlah ini lebih dari 50% penduduk Indonesia (Media Indonesia, 2021). Menariknya, setidaknya 15% dari seluruh pengguna internet aktif yang ada Indonesia adalah kelompok yang berusia 12-17 tahun (Kemp, 2020). Kondisi ini diperkirakan menunjukkan bahwa aktivitas penggunaan media sosial remaja di Indonesia mengalami peningkatan sejak masa pandemi Covid-19.

Tidak hanya aktivitas sehari-hari, pendidikan juga menjadi salah satu aspek di kehidupan masyarakat yang mengalami perubahan besar selama masa pandemi ini, terutama pada pendidikan dasar dan menengah. Proses pembelajaran yang biasa dilakukan secara tatap muka terpaksa harus berubah menjadi pembelajaran jarak jauh (Nasrulloh, 2021). Sistem pembelajaran ini telah dilakukan sejak Maret 2020 dan masih berlangsung hingga saat ini. Hal ini dilakukan sesuai arahan dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan melalui Surat Edaran yang diberikan (Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (COVID-19), 2020).

Sejak diterapkannya pembelajaran jarak jauh, pelaksanaan pembelajaran dituntut lebih inovatif. Salah satu upaya yang sering dilakukan oleh pengajar selama proses pembelajaran adalah dengan memanfaatkan media sosial (Salehudin et al., 2021). Penelitian terdahulu menemukan pembelajaran pada pendidikan tinggi dengan memanfaatkan teknologi dan media sosial

menunjukkan hasil positif, tetapi secara bersamaan juga berisiko terjadinya penyalahgunaan media yang digunakan.

Pelaksanaan pembelajaran daring dengan menggunakan berbagai sarana teknologi dan internet membutuhkan literasi digital yang baik. Sejak berbagai bentuk kegiatan dilakukan secara daring, kemampuan memanfaatkan teknologi dan media sosial berbagai kalangan juga membaik. Namun begitu, kondisi ini memberikan sisi gelap tersendiri terutama pada remaja awal yang secara ekstrem terpapar dengan internet sejak menjalani pembelajaran jarak jauh.

Pengaplikasian sistem pembelajaran jarak jauh pada anak dimaksudkan untuk tetap memberikan hak atas pendidikan kepada anak tanpa menimbulkan risiko bagi kesehatan anak tersebut. Sayangnya, sistem pembelajaran daring ini justru menimbulkan beberapa dampak buruk. Salah satu dampak buruk dari sistem pembelajaran daring ini adalah besarnya paparan anak terhadap penggunaan gawai selama proses pembelajaran daring (Nasrulloh, 2021). Belum lagi anak-anak berisiko menyalahgunakan gawai tersebut untuk hal-hal lain di luar kegiatan yang berkaitan dengan aktivitas pendidikan mereka.

Salah satu masalah perilaku yang sering ditemukan pada remaja adalah perundungan. Perundungan (*bullying*) adalah berbagai bentuk tindakan agresif yang dilakukan secara berulang oleh sekelompok individu yang menunjukkan adanya ketimpangan kekuatan (*power*) (Gladden dkk., 2014). Perundungan dapat membahayakan korbannya, baik secara fisik maupun psikologis karena seringkali perundungan menyertakan perilaku agresi fisik (memukul, menjatuhkan, dll.), agresi verbal (menggodai, mengubah nama panggilan, dll.) atau secara relasional (menyebarkan rumor, mengucilkan, dll.). Saat ini, tindakan perundungan dapat terjadi dengan memanfaatkan akses teknologi atau disebut juga *cyberbullying* (Gladden dkk., 2014).

Hasil asesmen pada siswa internasional melalui program OECD menemukan bahwa setidaknya setengah dari siswa di Indonesia pernah terlibat dalam tindakan perundungan (dalam Pratomo, 2019). KPAI juga menemukan jumlah angka korban perundungan hingga tahun 2019 mencapai 22.4% (Maradewa, 2019). Isu perundungan pada remaja masih sering terjadi di



berbagai belahan di dunia, tidak terkecuali di Indonesia.

Tingginya angka remaja pengguna internet dan media sosial di Indonesia beriringan dengan maraknya kejadian perundungan di dunia maya (*cyberbullying*). Pemerhati Kesehatan jiwa anak dari UNICEF, Ali Aulia Ramly (dalam Mashabi, 2020) juga menyebutkan risiko *cyberbullying* meningkat sejak pandemi Covid-19 menyerang Indonesia. Hal ini semakin memperkuat temuan Lazuardi (2018) yang menunjukkan adanya peningkatan kasus perundungan pada dunia maya di kalangan siswa sejak tahun 2018.

Salah satu faktor risiko yang memicu terjadinya perundungan adalah rendahnya empati individu (Farrington & Baldry, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh (Sutton et al., 1999) juga menemukan bahwa pelaku perundungan sebagian besar tidak memahami emosi korbannya. Ang & Goh (2010) bahkan menemukan bahwa empati afektif dan kognitif memprediksi perilaku perundungan pada remaja di Singapura. Temuan ini menunjukkan bahwa pemahaman atas perasaan orang lain sebenarnya dapat mencegah terjadinya perundungan, terutama pada remaja.

Beberapa upaya pencegahan *cyberbullying* melalui kegiatan psikoedukasi telah dilakukan pada sekelompok individu di tahun sebelumnya. Kegiatan psikoedukasi “Say No to Cyberbullying” telah dilakukan oleh tim pengabdian pada tahun 2019 dengan menyasar kelompok remaja akhir yang sedang berada pada tingkat pendidikan SMA dan Perguruan Tinggi. Psikoedukasi tersebut dilakukan dengan tujuan untuk membangun kesadaran (*awareness*) atas perilaku *cyberbullying* di sekitar individu. Hasil evaluasi dari kegiatan psikoedukasi yang diberikan menunjukkan adanya perubahan signifikan perilaku *cyberbullying* pada peserta kegiatan tersebut. Hal ini menunjukkan pemberian psikoedukasi tentang *cyberbullying* secara positif mampu mencegah terjadinya perilaku tersebut.

Beberapa fenomena di kelompok usia yang lebih muda, yaitu siswa SD dan SMP, menemukan ketidaktahuan individu terhadap perilaku *cyberbullying*. Isu perundungan sebenarnya sudah cukup familiar di Indonesia, namun saat ditemukan di lapangan, tidak jarang individu kesulitan untuk mengidentifikasi suatu perilaku tergolong perundungan atau bukan. Hal ini dikarenakan dampak perundungan pada korban tidak tampak

atau diketahui oleh orang lain. Perundungan juga seringkali disalahartikan sebagai lelucon padahal dampak psikologisnya cukup besar pada korban.

SMP Brighton Kota Wisata adalah salah satu sekolah menengah pertama yang peduli dengan isu perundungan pada remaja. Sejak situasi pandemi Covid-19 dialami di Indonesia dan pembelajaran jarak jauh diberlakukan, pihak sekolah mengalami tantangan dalam memperhatikan dinamika interaksi antarsiswa nya. Penggunaan media sosial untuk berinteraksi antarsiswa juga semakin sulit dikontrol dikarenakan proses pembelajaran dan situasi yang memang membutuhkan adanya penggunaan media sosial.

Beberapa bulan terakhir, SMP Brighton Kota Wisata menemukan adanya tindakan *cyberbullying* yang dilakukan oleh salah seorang siswanya. Namun, siswa tersebut tidak menyadari dan bahkan tidak tahu bahwa perilakunya sudah tergolong *cyberbullying*. Sekolah juga mengalami kesulitan dalam memantau perilaku penggunaan media sosial pada siswanya.

Hasil survey awal secara kualitatif pada siswa di SMP Brighton Kota Wisata menunjukkan bahwa siswa mengetahui isu perundungan. Namun masih banyak yang tidak mampu mengidentifikasi kejadian yang tergolong perundungan. Kondisi ini menjadi dasar dilaksanakannya program psikoedukasi “Yuk, lebih kenal dengan *cyberbullying*” sebagai upaya pihak sekolah dan Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ untuk membangun kesadaran terhadap perilaku *cyberbullying*. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi fondasi awal pencegahan terjadinya perundungan di dunia maya melalui penanaman kesadaran atas perilaku tersebut.

Kegiatan psikoedukasi yang diadakan oleh Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ diwujudkan dalam bentuk seminar daring kepada siswa SMP Brighton Kota Wisata. Selain itu, upaya psikoedukasi terkait *cyberbullying* juga diberikan kepada guru dan tenaga pendidik di SMP Brighton Kota Wisata melalui media buku saku dan konten edukasi pada media sosial Instagram. Meskipun sasaran utama dari kegiatan psikoedukasi ini adalah siswa terkait, namun guru dan tenaga pendidik ikut dilibatkan dalam kegiatan ini karena keduanya akan berperan sebagai pihak yang mengamati langsung perilaku anak didiknya di masa yang akan datang.



Remaja adalah salah satu kelompok yang rentan akan menjadi korban atau pelaku perundungan. Pelaksanaan kegiatan psikoedukasi ini diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk membangun kesadaran atas *cyberbullying* yang mungkin saja ditemukan di sekitar para kelompok remaja yang lebih luas. SMP Brighton Kota Wisata akan menjadi lokasi percontohan pelaksanaan kegiatan psikoedukasi tentang *cyberbullying*, yang selanjutnya dapat menjadi dasar terlaksananya kegiatan serupa pada kelompok usia lainnya.

2. METODE

Tindakan perundungan seringkali tidak disadari oleh pelaku maupun korbannya, namun korban kemungkinan besar akan merasakan dampak dari perilaku tersebut. Hal ini tidak jauh berbeda dengan *cyberbullying*, yang mana selalu ada kemungkinan pelaku tidak menyadari bahwa tindakannya sudah tergolong perundungan. Situasi perundungan di dunia maya bahkan lebih kompleks daripada perundungan di dunia nyata karena respon dan reaksi emosi dari lawan bicara sulit diidentifikasi karena keterbatasan media komunikasi. Oleh karena itu, psikoedukasi tentang *cyberbullying* dibutuhkan agar perilaku tersebut tidak terus menerus terjadi.

Serangkaian kegiatan psikoedukasi "*Yuk, lebih kenal dengan cyberbullying*" yang dirancang untuk menyasar siswa SMP Brighton Kota Wisata. Kelompok ini menjadi target pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tim pengabdian dari Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ diawali dengan adanya peningkatan isu *cyberbullying* di sekolah. SMP Brighton Kota Wisata sebagai salah satu sekolah menengah yang peduli dengan isu *cyberbullying* pada siswa didiknya memberikan kesempatan kepada tim pengabdian untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di sekolah tersebut.

Psikoedukasi "*Yuk, lebih kenal dengan cyberbullying*" disusun dengan harapan dapat menanamkan kesadaran awal terhadap *cyberbullying* melalui upaya peningkatan pemahaman tentang bentuk dan jenis perilaku *cyberbullying*. Sebelum merancang kegiatan psikoedukasi tersebut, upaya asesmen awal (*pre-assessment*) dilakukan oleh tim pengabdian kepada pihak sekolah dan guru. Hasil asesmen awal dijadikan landasan untuk menyusun tema, konten dan bentuk psikoedukasi yang diberikan kepada

kelompok sasaran. Pada akhir kegiatan psikoedukasi, tim melakukan evaluasi kegiatan pada siswa SMP Brighton Kota Wisata untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya perubahan pemahaman terkait *cyberbullying*.

2.1. Asesmen awal

Asesmen awal dilakukan untuk menganalisis gambaran situasi dan kebutuhan siswa SMP Brighton Kota Wisata, terutama terkait isu *cyberbullying*. Dengan mempertimbangkan situasi pandemi, asesmen awal secara kualitatif dilakukan oleh tim pengabdian dengan pihak sekolah dalam bentuk wawancara dan *focus group discussion* yang dilakukan secara daring. Asesmen awal dilakukan sebanyak dua kali, yang mana asesmen pertama dilakukan dengan mewawancarai kepala sekolah dan asesmen kedua dilakukan dalam bentuk *focus group discussion* dengan beberapa guru di sekolah tersebut.

Dari hasil asesmen awal, tim pengabdian mengidentifikasi bahwa SMP Brighton adalah salah satu sekolah yang cukup tegas dalam menindak perilaku perundungan. Sekolah tersebut bahkan memiliki mekanisme hukuman (*punishment*) bagi siapapun yang melakukan perundungan pada sesama temannya. Siswa juga secara proaktif memberikan bantuan kepada siswa yang terindikasi menjadi korban perundungan. Sayangnya, situasi pandemi membuat guru dan pihak sekolah mengalami kesulitan untuk mengobservasi perilaku siswa dalam berinteraksi selama masa pandemi, terutama interaksi di dunia maya. Hal ini berimplikasi pada tidak terdeteksinya perilaku perundungan yang terjadi atau dialami oleh siswa.

Beberapa orang tua siswa pernah mendiskusikan kepeduliannya terhadap isu *cyberbullying* pada anak remaja dengan guru wali kelas. Menariknya, guru di SMP Brighton Kota Wisata pernah menemukan bahwa ada interaksi antarsiswa yang mengindikasikan *cyberbullying*, namun siswa tersebut tidak tahu bahwa apa yang dilakukannya tergolong *cyberbullying*. Hal ini cukup menyita perhatian tim pengabdian karena siswa cukup terpapar dengan isu perundungan yang didapat dari berbagai informasi dari guru dan sekolah.

Hasil asesmen awal menunjukkan bahwa adanya kebutuhan untuk memberikan pengetahuan awal tentang definisi dan jenis tindakan *cyberbullying* pada siswa di SMP Brighton Kota

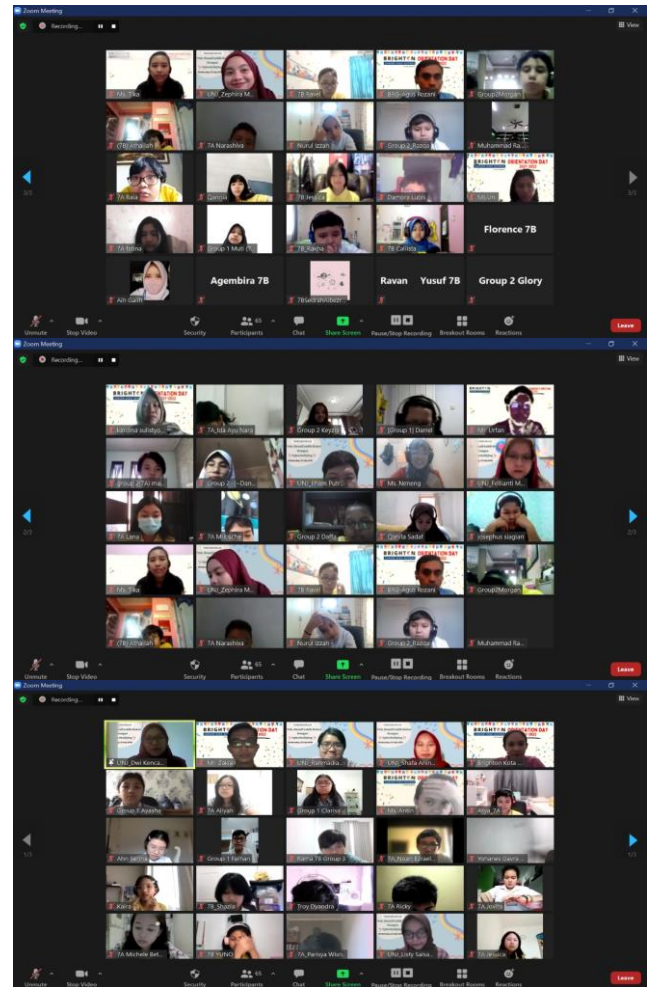
Wisata. Untuk membangun kesadaran atas *cyberbullying*, dampak dari perilaku tersebut perlu diketahui oleh siswa. Selain itu, guru sekolah secara khusus berpesan untuk memberikan pemahaman hal-hal apa saja yang bisa dilakukan oleh korban *cyberbullying* jika menjadi sasaran perilaku tersebut.

2.2. Pelaksanaan psikoedukasi “Yuk, kenal lebih dekat dengan *cyberbullying*”

Psikoedukasi merupakan salah satu strategi intervensi yang dilakukan dengan cara memberikan informasi dan dukungan untuk memberikan pemahaman atas sesuatu yang sedang dihadapi oleh seseorang dan *significant others* nya (GoodTherapy, 2016; Wikipedia, 2014). Tujuan dari pemberian psikoedukasi adalah individu mendapatkan informasi yang dibutuhkan, mendapat kesempatan untuk berdiskusi secara terbuka, mendapatkan dukungan, serta dapat mengatur dirinya sendiri (AIPC, 2014). Awalnya, intervensi dalam bentuk psikoedukasi diberikan kepada pasien dengan gangguan jiwa (*schizophrenia*) (Bäuml et al., 2006). Namun begitu, psikoedukasi dapat digunakan di berbagai konteks.

Berdasarkan hasil asesmen awal, tim pengabdian merancang psikoedukasi dalam bentuk seminar daring yang mengusung tema “Yuk, lebih kenal dengan *cyberbullying*”. Dalam seminar tersebut, tim memaparkan tentang definisi, ragam dan bentuk perilaku *cyberbullying*, serta dampak dari perilaku *cyberbullying*. Dalam materi tersebut, faktor yang memicu seseorang dapat terlibat sebagai korban ataupun pelaku *cyberbullying* juga diberikan. Sesuai kebutuhan sekolah, informasi mengenai strategi yang dapat dilakukan saat mengalami tindakan *cyberbullying* juga diberikan.

Target peserta dari seminar psikoedukasi yang dirancang tersebut adalah siswa SMP Brighton Kota Wisata kelas 7. Pemilihan target seminar tersebut didasari kebutuhan bahwa siswa baru di sekolah memiliki kebutuhan yang lebih *urgent* atas pengetahuan mengenai *cyberbullying*. Seminar tersebut diadakan dengan menggunakan platform *zoom* untuk memudahkan akses seluruh peserta. Beberapa selingan aktivitas juga diberikan kepada peserta agar seminar berlangsung secara interaktif dan menarik bagi siswa.



Gambar 1. Peserta seminar

2.3. Suplemen pendukung

Tim pengabdian menyadari kedepannya pihak sekolah yang akan terus berinteraksi dengan siswanya hingga berhadapan langsung dengan isu *cyberbullying*. Oleh karena itu, tim pengabdian menyusun buku saku yang berisikan tentang informasi tentang *cyberbullying* dalam format yang menarik dan mudah dipahami. Buku saku tersebut kemudian dicetak dalam format A-4 sehingga tampilannya seperti majalah, *full color*, dan menyertakan beberapa ilustrasi serta studi kasus tentang *cyberbullying*. Selain dalam format tercetak, tim pengabdian juga memberikan buku saku tersebut dalam format E-Book agar bisa disebarluaskan oleh pihak sekolah ke siswa dan orangtuanya.

2.4. Evaluasi Kegiatan

Untuk mengevaluasi efektivitas pelaksanaan kegiatan psikoedukasi, peserta mendapatkan serangkaian pertanyaan refleksi tentang *cyberbullying* sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi. Peserta ditanyakan terkait pengetahuan dan pendapatnya mengenai *cyberbullying*. Respon tindakan yang akan dan bisa peserta lakukan juga akan ditanyakan. Selanjutnya, evaluasi sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi akan dibandingkan dan dianalisis untuk mengidentifikasi keefektifan kegiatan psikoedukasi.

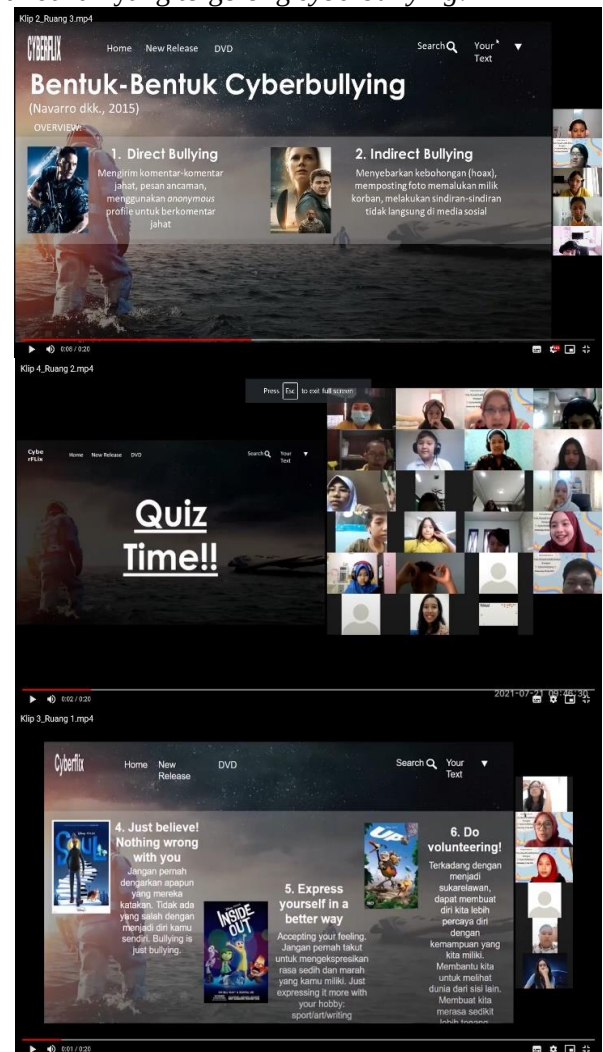
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Seminar daring dengan tema “*Yuk, lebih kenal dengan cyberbullying*” diadakan pada tanggal 21 Juli 2021 pukul 8.00-10.00 WIB. Sebanyak 46 siswa kelas 7 SMP Brighton Kota Wisata hadir dalam seminar daring disertai 5 orang guru dari sekolah tersebut. Selama kegiatan tersebut, peserta dilibatkan dalam berbagai aktivitas, tanya jawab, diskusi serta *game* untuk menghidupkan situasi seminar. Seminar dibuka oleh pihak sekolah yang diwakili oleh Kepala SMP Brighton Kota Wisata.

Peserta dibagi ke dalam tiga ruang berbeda agar kegiatan berlangsung lebih interaktif dan efektif. Masing-masing ruangan (*breakout room*) berisi 15-16 peserta. Setelah masuk ke ruangan masing-masing, tim pengabdian memulai dengan evaluasi pemahaman awal peserta terkait *cyberbullying* (*pre-test*). Peserta mendapatkan sejumlah pertanyaan dalam bentuk kuesioner daring (menggunakan *google form*). Pertanyaan yang diberikan berbentuk *yes/no question* untuk memfasilitasi pemahaman peserta atas pertanyaan yang diberikan. Pada *pre-test* tersebut, peserta mendapatkan pertanyaan mengenai pengetahuannya tentang *cyberbullying*, pendapatnya tentang bahaya dan dampak *cyberbullying*, serta respon yang dilakukan saat menghadapi *cyberbullying*.

Setelah *pre-test* selesai diisi oleh seluruh peserta, tim pengabdian membuka kegiatan dengan melakukan sesi diskusi (*brainstorming*). Sebelum materi dipaparkan oleh tim pengabdian, peserta diminta berbagi pengalamannya tentang perundungan yang pernah dialami, baik yang terjadi secara langsung ataupun yang terjadi di dunia maya. Tim pengabdian berperan sebagai fasilitator

selama sesi *brainstorming*. Peserta diminta mengemukakan pandangannya terkait *cyberbullying* dan hal-hal seperti apa yang menurut mereka adalah tindakan yang tergolong *cyberbullying*.



Gambar 2. Cuplikan materi dan aktivitas seminar

Dari hasil *brainstorming*, tim pengabdian menemukan bahwa peserta sebagian besar tahu bahwa dampak perundungan tidak baik bagi korbannya. Namun begitu, ada beberapa peserta yang menganggap terkadang apa yang dilakukannya hanyalah lelucon kepada temannya tanpa bermaksud melakukan perundungan. Ada peserta yang juga mengidentifikasi suatu tindakan tergolong *cyberbullying* jika berkaitan dengan isu rasisme.



Setelah diskusi dilakukan, tim pengabdian mulai memaparkan materi. Sesi pertama materi ditujukan untuk memaparkan definisi, ragam dan bentuk *cyberbullying*, serta faktor apa saja yang memicu terjadinya *cyberbullying*. Setelah itu, peserta diajak mengikuti *ice-breaking games* selama 10 menit untuk mengembalikan antusiasme dan konsentrasi peserta. Sesi kedua adalah sesi terakhir yang ditujukan untuk menyampaikan informasi dampak *cyberbullying* dan hal-hal yang dapat dilakukan jika terlibat dalam *cyberbullying*. Tim pengabdian juga memberikan informasi tentang akses bantuan yang dapat diraih oleh peserta jika menjadi korban *cyberbullying*.

Di akhir sesi, tim pengabdian memberikan suplemen pendukung buku saku “Yuk, Kenali Lebih dekat tentang *Cyberbullying*”. Buku tersebut diberikan dalam dua bentuk, yaitu buku tercetak berukuran A-4 dan E-Book. Buku tersebut berisikan panduan mengidentifikasi perilaku *cyberbullying*, apa saja bentuk perilaku *cyberbullying* dan bagaimana strategi menghadapi *cyberbullying*.

Secara keseluruhan, sesi pemaparan materi dan aktivitas pada seminar daring tersebut berlangsung selama 100 menit. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan *sharing insight* yang didapat. Beberapa peserta dari masing-masing ruangan membagikan pengalamannya yang baru disadari bahwa tindakan yang dialaminya tergolong *cyberbullying*.

Setelah pemaparan materi dan sesi tanya jawab selesai, peserta mendapatkan lembar evaluasi pemahaman setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi (*post test*). Pada lembar *post-test* tersebut, peserta mendapatkan sejumlah pertanyaan yang serupa dengan pertanyaan *pre-test* diikuti dengan pertanyaan evaluasi dan tanggapannya mengenai kegiatan psikoedukasi yang dijalaninya. Peserta diminta memberikan penilaian atas konten materi yang diberikan, cara penyampaian konten, aktivitas dan *platform* yang digunakan, serta penilaian subjektifnya mengenai kegiatan tersebut.

Ada lima pertanyaan yang diberikan kepada peserta pada *pre-test* dan *post-test* nya, yaitu: 1) Apakah kamu mengetahui tentang *cyberbullying*?; 2) Menurutmu, apakah *cyberbullying* sama buruknya dengan *bullying* secara langsung?; 3) Menurutmu, apakah boleh kita menggoda orang lain di media sosial?; 4) Apakah kamu bersedia

membantu jika melihat orang lain sedang menjadi korban *cyberbullying*?; 5) Apakah kamu akan memberitahukan orang tua atau gurumu jika kamu menjadi korban *cyberbullying*?. Jawaban peserta dianalisis sebagai bahan evaluasi pelaksanaan kegiatan psikoedukasi. Informasi selengkapnya mengenai deskripsi perbandingan respon peserta sebelum dan sesudah kegiatan psikoedukasi dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Perbandingan Respon Peserta pada *Pre-Post Test*

Tim pengabdian juga melakukan pengujian

Deskripsi	Persentase	
	Pre-Test	Post-Test
a) Apakah kamu mengetahui tentang <i>cyberbullying</i> ?		
Ya	91,3	100
Tidak	8,7	0
b) Menurutmu, apakah <i>cyberbullying</i> sama buruknya dengan <i>bullying</i> secara langsung?		
Ya	100	100
Tidak	0	0
c) Menurutmu, apakah boleh kita menggoda orang lain di media sosial?		
Ya	0	0
Tidak	100	100
d) Apakah kamu bersedia membantu jika melihat orang lain sedang menjadi korban <i>cyberbullying</i> ?		
Ya	67,4	76,1
Tidak	32,6	23,9
e) Apakah kamu akan memberitahukan orang tua atau guru jika kamu menjadi korban <i>cyberbullying</i> ?		
Ya	97,8	100
Tidak	2,2	0

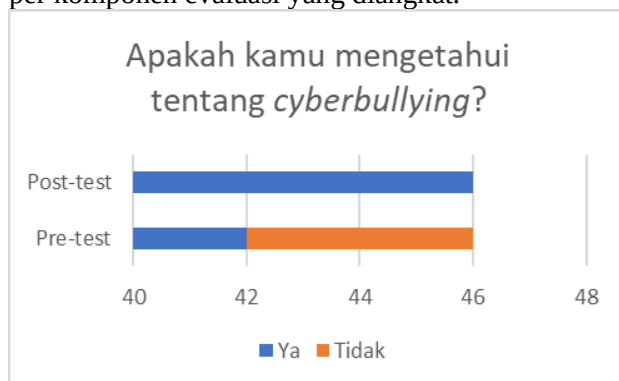
statistika untuk mengidentifikasi adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi. Hasil analisis pengujian statistika terhadap data tersebut dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Analisis Perbandingan *Pre-test* dan *Post-test* dengan *Wilcoxon Signed Rank*

Deskripsi	Skor		Sig
	Pre-	Post-	

		Test	Test	
1. Pengetahuan tentang cyberbullying		0.00	2.50	0.046
2. Pemahaman dampak cyberbullying		4.50	4.50	0.480
3. Pengetahuan tindakan yang berkaitan cyberbullying		1.50	1.50	1.000
4. Kesiediaan membantu korban cyberbullying		0.00	0.00	0.206
5. Kesiediaan melapor jika menjadi korban cyberbullying		5.50	5.50	0.206

Berikut adalah perbandingan temuan di *pre-test* dan *post-test* untuk masing-masing pertanyaan. Secara umum, peserta kegiatan cukup familiar terhadap isu *cyberbullying*, yang mana ini terbukti sebagian besar peserta tahu tentang *cyberbullying*, dampaknya, apa yang baik dan tidak baik dilakukan saat menggunakan media sosial dan bagaimana bersikap jika melihat adanya *cyberbullying*. Hal ini berarti peserta memiliki dasar pengetahuan tentang *cyberbullying*. Namun begitu, pada beberapa komponen diketahui belum semua peserta memiliki perspektif yang sama terkait *cyberbullying*. Ada yang belum memahaminya, ada yang masih memiliki resistensi untuk menolong korban *cyberbullying* serta ada yang enggan melaporkan jika menjadi korban. Tim pengabdian menganalisis per komponen evaluasi yang diangkat.



Gambar 3. Grafik *pre-post* test pertanyaan 1

Dari gambar 3 dapat dilihat pada pertanyaan 1, terdapat perubahan jumlah peserta yang menjawab “Ya” antara *pre-test* dan *post-test*. Pada *pre-test*, untuk pertanyaan “Apakah kamu mengetahui tentang *cyberbullying*?”, masih terdapat 4 peserta yang tidak mengetahuinya. Setelah mengikuti

psikoedukasi, seluruh peserta sudah mengetahui tentang *cyberbullying*. Temuan ini mengindikasikan bahwa informasi mengenai *cyberbullying* dapat tersampaikan dengan baik karena yang semua tidak mengetahui menjadi mengetahui tentang *cyberbullying* setelah mengikuti kegiatan ini.

Sejalan dengan pertanyaan 1, jumlah peserta yang menjawab “Ya” di *post-test* untuk pertanyaan 4 (“Apakah kamu bersedia membantu jika melihat orang lain sedang menjadi korban *cyberbullying*?”) juga mengalami peningkatan jika dibandingkan *pre-test* (lihat gambar 5). Awalnya terdapat 15 orang yang tidak bersedia membantu jika menyaksikan langsung seseorang menjadi korban *cyberbullying*. Namun setelah mendapatkan materi psikoedukasi, setidaknya hanya tersisa 11 peserta yang merasa keberatan untuk membantu jika menyaksikan seseorang menjadi korban *cyberbullying*. Masih adanya peserta yang enggan membantu saat menyaksikan tindakan *cyberbullying* adalah sesuatu hal yang wajar karena membutuhkan keberanian untuk menginterupsi tindakan perundungan yang sedang dilakukan oleh orang lain. Namun, adanya 4 peserta tambahan yang bersedia membantu korban *cyberbullying* setelah mendapatkan materi psikoedukasi mengindikasikan bahwa materi yang diberikan cukup meningkatkan kesadaran atas isu tersebut (selengkapnya lihat gambar 4).



Gambar 4. Grafik *pre-post* test pertanyaan 4

Hasil evaluasi juga menemukan satu temuan menarik. Ada 1 peserta yang tetap enggan memberitahukan orang tua atau gurunya ketika dirinya menjadi korban *cyberbullying* setelah mendapatkan psikoedukasi (lihat gambar 5). Hal ini menyita perhatian karena peserta tersebut merasa kesulitan untuk melaporkan jika dirinya terlibat dalam *cyberbullying*, sekalipun terlibat sebagai korban. Temuan ini menunjukkan adanya

kebutuhan pembahasan lebih lanjut untuk meningkatkan kesadaran bahwa korban *cyberbullying* perlu dibantu.



Gambar 5. Grafik pre-post test pertanyaan 5

Untuk mengetahui apakah kegiatan psikoedukasi ini memberikan dampak perubahan, tim pengabdian menguji perbandingan antara respon *pre-test* dengan respon *post-test* peserta. Analisis statistika yang digunakan adalah uji Wilcoxon Signed Rank. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2.

Hasil pengujian Wilcoxon Signed Rank menemukan bahwa ada perbedaan signifikan tentang pengetahuan peserta terhadap *cyberbullying* sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi. ($Z = -2.00$; sig. < 0.05). Namun begitu, pemahaman cara berinteraksi di media sosial yang baik ($Z = 0.000$; sig. > 0.05) serta dampak *cyberbullying* ($Z = -0.707$; sig. > 0.05) pada peserta antara sebelum dan sesudah psikoedukasi tidak berbeda secara signifikan.

Menariknya, meskipun jumlah peserta yang bersedia membantu korban *cyberbullying* meningkat setelah pelaksanaan psikoedukasi, namun perbedaannya tidak cukup signifikan ($Z = 0.000$; sig. > 0.05). Artinya, masih ada beberapa peserta yang enggan terlibat dalam situasi *cyberbullying* yang dialami orang lain. Salah satu temuan penting dari hasil evaluasi juga menunjukkan bahwa sebagian besar peserta bersedia melaporkan kepada orang dewasa jika menjadi korban *cyberbullying* sejak awal sebelum pelaksanaan psikoedukasi. Hal ini berdampak pada tidak ditemukannya ada perbedaan signifikan terkait keberanian melaporkan diri jika menjadi korban *cyberbullying* pada peserta baik sebelum maupun setelah psikoedukasi ($Z = 0.000$; sig. > 0.05). Sayangnya, masih ada 1 peserta yang

ditemukan tidak bersedia melaporkan pada orang dewasa jika menjadi korban *cyberbullying*.

Tabel 3. Hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan

Deskripsi	Mean
1. Konten materi relevan	3.57
2. Penyampaian materi menarik	3.61
3. Konten materi inspiratif	3.57
4. Konten materi memotivasi	3.04
5. Platform kegiatan yang digunakan memuaskan	3.67

$N = 46$

Tim pengabdian juga memberikan lembar evaluasi pelaksanaan kegiatan psikoedukasi kepada peserta kegiatan. Pada lembar ini, peserta ditanyakan penilaiannya terhadap konten materi, cara penyampaian materi, respon yang dirasakan setelah mendapat materi serta terkait teknis pendukung pelaksanaan kegiatan. Lembar evaluasi menggunakan skala penilaian 1-4, dimana semakin tinggi skor menunjukkan semakin positif penilaian peserta terhadap aspek kegiatan.

Seluruh aspek pelaksanaan kegiatan dievaluasi secara positif oleh peserta kegiatan. Hal ini terlihat pada tabel 3, rata-rata skor yang diberikan oleh peserta pada seluruh komponen evaluasi berada pada skala lebih dari 3. Artinya, pelaksanaan kegiatan psikoedukasi ini memberikan respon positif pada peserta, terutama berkaitan relevansi konten materi, kemenarikan konten dan platform yang digunakan. Sayangnya, beberapa peserta merasa materi yang dibutuhkan masih kurang memotivasi. Temuan ini mungkin bisa dikaitkan pada temuan sebelumnya bahwa masih ada resistensi bagi peserta untuk membantu korban *cyberbullying*, bahkan membantu dirinya sendiri ketika menjadi korban *cyberbullying*.

4. SIMPULAN

Meskipun secara umum peserta kegiatan psikoedukasi sudah memiliki pemahaman awal mengenai *cyberbullying*, namun pelaksanaan kegiatan ini tetap berdampak positif terlihat dari adanya peningkatan jumlah peserta yang memahami *cyberbullying* setelah pelaksanaan



kegiatan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa saat ini seluruh peserta paham tentang *cyberbullying*, mampu mengidentifikasi perilaku yang sebaiknya dilakukan dan tidak dilakukan untuk menghindari keterlibatan dalam *cyberbullying*. Selain itu, sebagian besar peserta bersedia membantu korban *cyberbullying* termasuk dirinya sendiri, meskipun pada beberapa individu masih ada resistensi tertentu.

Seluruh peserta juga merespon positif berlangsung kegiatan psikoedukasi ini, yang mana terlihat dari rata-rata penilaian yang diberikan atas beberapa komponen penilaian evaluasi pelaksanaan berada pada rentang “Puas” dan “Sangat Puas”. Namun begitu, kegiatan psikoedukasi ini masih memiliki kekurangan dalam menginspirasi peserta untuk berani membantu korban *cyberbullying*. Temuan ini menjadi masukan bagi kegiatan psikoedukasi yang akan dirancang selanjutnya, terutama yang berkaitan dengan *cyberbullying*.

Terbatasnya interaksi yang dialami berbagai kelompon individu sejak masa pandemi, membuat cara dan gaya berkomunikasi dengan orang lain berubah. Namun, dampak negatif dari risiko beralihnya cara berkomunikasi secara tatap maya sebaiknya diupayakan seminimal mungkin. Isu *cyberbullying* memang sudah cukup lekat pada remaja dan anak sekolah, terutama sejak perkembangan teknologi yang semakin maju. Risiko individu terlibat sebagai korban ataupun pelaku *cyberbullying* pun semakin meningkat seiring peralihan cara berinteraksi melalui tatap maya.

Meskipun *cyberbullying* bukanlah isu baru di berbagai lapisan masyarakat, banyak temuan yang menyebutkan bahwa orang-orang yang terlibat dalam perilaku *cyberbullying* sebenarnya tidak menyadari atas perilakunya tersebut. Beberapa lainnya tidak bermaksud melakukan perilaku tersebut atau tidak mengetahui dampak perilaku tersebut pada orang lain. Situasi ini ditemukan di berbagai kalangan, termasuk pada remaja yang cukup familiar dengan isu tersebut. Mengetahui isu *cyberbullying* tidak berarti mampu mengidentifikasi perilaku *cyberbullying* di sekitarnya. Selain itu, memahami konsep dan perilaku *cyberbullying* tidak membuat individu berani melawan perilaku tersebut, padahal korban *cyberbullying* patut dan layak mendapatkan bantuan dari orang sekitarnya.

Remaja memang kelompok yang paling rentan mengalami *cyberbullying*, namun kelompok usia dewasa juga dapat terlibat dalam perilaku tersebut. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat yang mengusung tema *cyberbullying* dapat dipertimbangkan untuk dikembangkan lebih lanjut, serta menasar berbagai kelompok individu lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap program pengabdian masyarakat ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada SMP Brighton Kota Wisata, Gunung Putri, Kabupaten Bogor yang telah bersedia menjadi mitra kolaborasi kegiatan pengabdian masyarakat. Artikel ini merupakan luaran dari Hibah Pengabdian Kepada Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat Fakultas (PPM-PKMF).

DAFTAR RUJUKAN

- AIPC. (2014). *Psychoeducation: Definition, goals and methods*. AIPC. <https://www.aipc.net.au/articles/psychoeducation-definition-goals-and-methods/>
- Ang, R. P., & Goh, D. H. (2010). Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy, and gender. *Child Psychiatry and Human Development*, 41(4), 387–397. <https://doi.org/10.1007/s10578-010-0176-3>
- Bäumel, J., Froböse, T., Kraemer, S., Rentrop, M., & Pitschel-Walz, G. (2006). Psychoeducation: A basic psychotherapeutic intervention for patients with schizophrenia and their families. *Schizophrenia Bulletin*, 32(SUPPL.1). <https://doi.org/10.1093/schbul/sbl017>
- Farrington, D. P., & Baldry, A. C. (2010). Individual risk factors for school bullying. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 2(1), 4–16. <https://doi.org/10.5042/jacpr.2010.0001>
- GoodTherapy. (2016). *Psychoeducation*. GoodTherapy.



- <https://www.goodtherapy.org/blog/psychpedia/psychoeducation>
- Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (COVID-19), 1 (2020).
- Kemp, S. (2020). *Digital 2020: Indonesia*. Data Reportal.
<https://datareportal.com/reports/digital-2020-indonesia>
- Maradewa, R. (2019). *KPAI sebut anak korban kejahatan dunia maya mencapai 679 kasus*. KPAI. <https://www.kpai.go.id/publikasi/kpai-sebut-anak-korban-kejahatan-dunia-maya-capai-679-kasus>
- Mashabi, S. (2020). *UNICEF: Risiko cyberbullying semakin besar di masa pandemi Covid-19*. Kompas.com.
<https://nasional.kompas.com/read/2020/11/28/12045141/unicef-risiko-cyber-bullying-semakin-besar-di-masa-pandemi-covid-19>
- Media Indonesia. (2021). *140 juta pengguna media sosial di Indonesia aktif selama pandemi*. Media Indonesia.
<https://mediaindonesia.com/humaniora/386622/140-juta-pengguna-media-sosial-di-indonesia-aktif-selama-pandemi>
- Nasrulloh, M. A. (2021). *Sistem pembelajaran jarak jauh di masa pandemi virus Covid-19*. Kumparan. <https://kumparan.com/muhamadzaziz-nasrulloh/sistem-pembelajaran-jarak-jauh-di-masa-pandemi-virus-covid-19-1vmWzs7mQeQ/2>
- Salehudin, M., Zulherman, Z., Arifin, A., & Napitupulu, D. (2021). Extending Indonesia Government Policy for E-Learning and Social Media Usage. *Pegem Egitim ve Ogretim Dergisi*, 11(2), 14–26.
<https://doi.org/10.14527/pegegog.2021.00>
- Sutton, J., Smith, P. K., & Swettenham, J. (1999). Social cognition and bullying: Social inadequacy or skilled manipulation? *British Journal of Developmental Psychology*, 17(3), 435–450.
<https://doi.org/10.1348/026151099165384>
- Wikipedia. (2014). *Psychoeducation*. Wikipedia.
<https://en.wikipedia.org/wiki/Psychoeducation>