

FLIPBOOK SERIES PERILAKU KEKERASAN

CYBERBULLYING



Disusun oleh:
Yustiana Olfah
Firdausi Nuzula
Riza Alya Utami Nugraha

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penayang, tim penulis panjatkan puja dan puji syukur atas kehadirat-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada tim penulis, serta sholawat dan salam kepada Nabi junjungan kami Muhammad SAW sehingga tim penulis dapat menyelesaikan *Flipbook Series Perilaku Kekerasan : Cyberbullying*.

Flipbook ini disusun dengan menggunakan *artificial intelegency*, serta berbagai sumber yang tercantum baik berupa penelitian maupun buku. *Flipbook* ini dibuat sebagai bentuk sedikit sumbangsih sehubungan dengan tingginya kejadian tindak kekerasan dan mendukung transformasi layanan kesehatan primer bidang edukasi. *Flipbook* ini ditulis untuk pegiat kesehatan dan masyarakat pada umumnya.

Terlepas dari semua itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih ada banyak kekurangan baik dari segi susunan, kalimat maupun tata bahasa serta isi. Oleh karena itu, dengan tangan terbuka tim penulis menerima segala saran dan kritik dari pembaca agar kami dapat memperbaiki *flipbook* ini, dapat dikirimkan ke email yustiana.olfah@poltekkesjogja.ac.id.

Akhir kata tim penulis berharap semoga *flipbook series perilaku kekerasan tentang bullying* pada anak sekolah ini dapat memberikan manfaat maupun inspirasi gaya hidup sehat terhadap pembaca.

Yogyakarta, Oktober 2025

Tim Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----|
| Halaman Judul | I |
| Kata pengantar | II |
| Daftar isi | III |
| Pendahuluan | 1 |
| Definisi | 4 |
| Karakteristik | 7 |
| Faktor Yang Dapat Memperparah Dampak..... | 8 |
| Faktor Penyebab..... | 9 |
| Aspek Aspek | 10 |
| Dampak Cyberbullying | 13 |
| Dampak Negatif Bagi Pelaku Dan Korban..... | 14 |
| Dampak Pada Kesehatan Mental | 15 |
| Dampak Pada Kesehatan Fisik | 16 |
| Dampak Pada Perilaku | 16 |
| Upaya Pencegahan Untuk Korban Bullying | 19 |
| Upaya Mencegah Diri Menjadi Pelaku | 20 |
| Upaya Pencegahan Untuk Orang Tua Dan Guru | 21 |
| Upaya Penanggulangan | 22 |
| Kepada Siapa Saya Berbicara Jika Seseorang Mem-Bully Secara Online? Mengapa Melapor Itu Penting..... | 23 |
| Sebagai Teman Apa Yang Bisa Saya Bantu Untuk Melaporkan Kasus Cyberbullying Terutama Jika Mereka Tidak Mau Untuk Melaporkannya | 24 |
| Apa Yang Bisa Dilakukan Korban | 25 |
| Hukum dan Peraturan yang Relevan | 27 |
| Kesimpulan | 28 |
| Daftar Pustaka | 29 |
| Biodata Penulis | 33 |

PENDAHULUAN

Kemajuan media komunikasi tidak hanya berdampak positif tetapi dapat juga berdampak negatif. Dampak positif dari internet adalah internet sebagai media komunikasi, media pertukaran data, media untuk mencari informasi atau data, kemudahan memperoleh informasi, dan kemudahan berinteraksi dan berbisnis dalam berbagai bidang. Sedangkan dampak negatif dari internet dapat berupa pornografi, penipuan, bisa membuat seseorang kecanduan dan tindakan kejahatan internet yang lebih dikenal dengan *cyber crime* dan *cyberbullying*.



Data *cyberbullying* di Indonesia menunjukkan peningkatan kasus, terutama di kalangan remaja dan pelajar. Beberapa penelitian dan laporan menunjukkan bahwa *cyberbullying* sering terjadi di media sosial dan *platform chatting*. Penyebabnya beragam, mulai dari kurangnya literasi digital hingga kurangnya pengawasan dari orang tua dan lingkungan. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat ada 1.283 kasus *cyberbullying* yang dilaporkan pada tahun 2021, dibandingkan dengan tahun 2015 yang tidak ada kasus. Menurut data yang dihimpun oleh KBR.id media sosial menjadi *platform* utama terjadinya *cyberbullying*. UNICEF mencatat bahwa 45% remaja Indonesia yang disurvei pernah mengalami *cyberbullying*, dan bentuk yang paling umum adalah melalui aplikasi chatting dan penyebaran foto/video pribadi tanpa izin.



PENDAHULUAN

Cyberbullying dapat lebih berbahaya dari *bullying* yang selama ini terjadi karena penyebaran foto atau video yang sangat cepat. Bahkan disebutkan bahwa *cyberbullying* adalah intimidasi yang sering terjadi secara daring. *Cyberbullying* merupakan hal baru dari perilaku *bullying* dengan karakteristik dan akibat yang sama. *Cyberbullying* merupakan kegiatan mengirim atau mengunggah materi yang berbahaya atau melakukan agresi sosial dengan menggunakan internet dan teknologi lainnya.

Cyberbullying terjadi ketika seseorang berulang kali melecehkan, menghina, atau mengejek orang lain menggunakan media internet melalui ponsel atau perangkat elektronik lainnya. Contohnya seperti mengunggah gambar seseorang yang memalukan dan menyebarkan melalui media sosial, mengirimkan ancaman melalui pesan singkat berulang-ulang, dan menggunakan akun palsu untuk menghina orang lain. Jadi dapat disimpulkan bahwa *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.



di INDONESIA

Menurut hasil riset Digital Civility Index pada Mei 2020 oleh Microsoft, Indonesia menempati peringkat pertama sebagai Negara Paling Tidak Sopan Se-Asia Pasifik loh!

DID YOU KNOW?

PENGALAMAN PERILAKU TIDAK SOPAN yang pernah dialami warganet



pernah mengalami hate-speech



mengaku mendapatkan hoax dan penipuan



merasakan tindakan diskriminasi

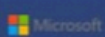
48% perilaku tidak sopan ini dilakukan oleh orang asing (stranger).

24% Dalam kurun waktu 1 minggu, sebanyak 24% mengalami perilaku tidak sopan di dunia digital.

GOLONGAN USIA YANG PALING BANYAK mendapatkan perilaku tidak sopan



Golongan Millenial paling banyak mendapatkan tindak bullying

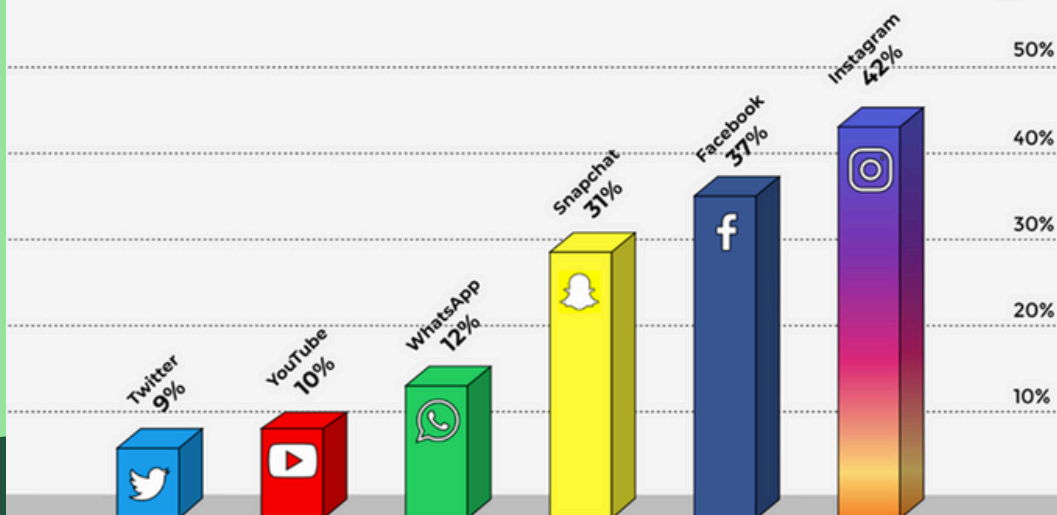


Persentase diperoleh berdasarkan total responden Indonesia sebanyak 503 pengguna internet.
Source: | Digital Civility Index, February 2021. Civility, Safety & Interaction online: Indonesia



kenalmental.

Where are People Cyberbullied?



Social Media Platforms

DEFINISI

Cyberbullying merupakan perlakuan kejam yang dilakukan dengan sengaja kepada orang lain dengan mengirimkan atau mengedarkan bahan yang berbahaya atau terlibat dalam bentuk-bentuk agresi sosial menggunakan internet atau teknologi digital lainnya. *Cyberbullying* adalah suatu tindakan yang ditujukan kepada seseorang melalui pesan teks, email, pesan, gambar atau video yang bertujuan untuk mengolok-olok, memaki, dan mengancam. *Cyberbullying* adalah perilaku yang disengaja dan membahayakan yang terus menerus diulang ditimbulkan melalui penggunaan komputer, ponsel, atau perangkat elektronik lainnya.

Cyberbullying adalah penggunaan dari teknologi komunikasi modern yang ditujukan untuk mempermalukan, menghina, mepermainkan atau mengintimidasi individu untuk menguasai dan mengatur individu tersebut. *Cyberbullying* adalah bentuk gangguan dan penghinaan lewat dunia virtual atau dunia maya. Dengan kata lain *cyberbullying* adalah perilaku bullying yang ditransformasikan ke dunia maya. *Cyberbullying* ini didefinisikan sebagai agresi yang dilakukan dengan sengaja dan berulang kali dilakukan dalam konteks elektronik (seperti, email, blogs, pesan instan, pesan teks) terhadap seseorang yang tidak dapat dengan mudah membela dirinya.





CYBERBULLYING

Apa itu cyberbullying?

Cyberbullying adalah kejahatan yang dilakukan secara sengaja dalam bentuk fitnah, cemooh, pelecehan, kata-kata kasar, ancaman, dan hinaan.

Cyberbullying merupakan salah satu bentuk kejahatan dunia maya atau cybercrime, sehingga dapat dijatuhi hukuman pidana

Gimana sih bentuk cyberbullying?



- harrasment
mengirim pesan-pesan yang berisikan gangguan
- flammng
mengirim pesan-pesan yang berisi amarah dan hinaan
- denigration
tindakan pencemaran nama baik melalui internet
- outing & trickery
menyebarkan rahasia orang lain di internet
- cyberstalking
mengganggu secara intens hingga menimbulkan ketakutan

Pelaku cyberbullying dapat dipidana loh!!!

Pelaku cyberbullying dapat dijatuhi pidana penjara paling lama 12 tahun dan/atau denda sebanyak Rp.2.000.000.000,00 (Pasal 29 UU ITE)

STOP
CYBER
BULLYING



p2kknundip



p2kkn



p2kknundip



p2kknundip

Bintang Korea, Choi Jin Ri alias Sulli, diduga gantung diri karena depresi yang dialaminya. Sulli diduga depresi karena selalu mendapatkan komentar nyinyir dan ujaran kebencian dari pengguna internet.

Apa itu cyberbullying?

Cyberbullying adalah penyalahgunaan internet untuk melecehkan, mengancam, mempermalukan, dan menjelek orang lain.

Cyberbullying bisa memberi dampak negatif terhadap psikis, fisik, dan perubahan perilaku.

Korban cyberbullying akan merasa ketakutan, tidak puas terhadap diri sendiri, dan kepercayaan diri menurun.

Korban cyberbullying bisa mengalami sulit tidur atau insomnia, dan berujung pada depresi.

Contoh cyberbullying:

Menyebarkan gambar/informasi negatif yang tidak benar tentang seseorang

Menyebarkan gambar/informasi untuk membuat orang lain malu

Menyebarkan gambar/informasi personal seseorang untuk menghina orang lain



BAHAYA CYBERBULLYING

Cara cegah cyberbullying

Sejak dini, berikan edukasi kepada anak soal etika di media sosial, agar mereka tidak menjadi pelaku cyberbullying, di antaranya dengan cara:

Perlakukan orang lain sebagaimana kamu ingin diperlakukan.

Saring sebelum "sharing".

Kirim selalu pesan-pesan yang positif.

Jangan ikuti teman yang melakukan bully.

KARAKTERISTIK

1

Perilaku *cyberbullying* yang dilakukan berulang-ulang

Cyberbullying biasanya tidak hanya terjadi satu kali, tapi dilakukan berulang kali, kecuali jika itu adalah ancaman pembunuhan atau ancaman serius terhadap hidup seseorang.



Menyiksa secara psikologis

Cyberbullying menimbulkan penyiksaan secara psikologis bagi korbannya. Korban biasanya mendapat perlakuan seperti difitnah/digosipkan, penyebaran foto dan video korban dengan tujuan mempermalukan korban,

2



3

Cyberbullying dilakukan dengan tujuan

Cyberbullying dilakukan karena pelaku memiliki tujuan, seperti untuk mempermalukan korban, balas dendam, mengatasi stress dari konflik yang sedang terjadi, dan hanya untuk bersenang-senang.



4

Terjadi di dunia maya

Cyberbullying dilakukan dengan menggunakan sarana Teknologi informasi, seperti jejaring sosial dan pesan teks.



FAKTOR YANG DAPAT MEMPERPARAH DAMPAK

Anonimitas Pelaku

Sifat anonimitas dalam *cyberbullying* mempersulit pelacakan pelaku dan memperpanjang rasa takut serta stres korban.



Akses Luas dan Terus Menerus

Pesan atau konten perundungan dapat disebarluaskan ke khalayak luas dan sulit dihapus, sehingga terus menghantui korban.



FAKTOR PENYEBAB

Literasi digital yang rendah

Kurangnya pemahaman tentang etika digital dan risiko *cyberbullying* menjadi faktor pendorong.



Kurangnya pengawasan

Lemahnya pengawasan dari orang tua dan lingkungan juga berkontribusi pada meningkatnya kasus *cyberbullying*



Faktor psikologis

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa pelaku *cyberbullying* mungkin memiliki masalah kontrol diri atau meniru perilaku yang mereka lihat di lingkungan mereka



ASPEK ASPEK

FLAMING

Perilaku mengirim pesan atau gambar berisi kata-kata kasar dan frontal di media sosial, biasanya dalam grup chat, dengan tujuan menghina orang lain.



HARASSMENT

Perilaku mengirim pesan berisi kata-kata tidak sopan atau mengganggu secara terus-menerus melalui email, SMS, atau media sosial, yang biasanya merupakan kelanjutan dari tindakan flaming dan dilakukan dalam bentuk saling berbalas pesan (perang teks).



DENIGRATION

Perilaku menyebarkan keburukan seseorang di internet untuk merusak reputasi atau nama baiknya, misalnya dengan menyebarkan foto yang telah diedit agar korban dipermalukan dan dinilai buruk oleh orang lain.



IMPERSONATION

Perilaku berpura-pura menjadi orang lain dan mengirimkan pesan-pesan atau status yang tidak baik.



OUTING AND TRICKERY

Outing merupakan perilaku menyebarkan rahasia orang lain, atau foto-foto pribadi milik orang lain. *Trickery* merupakan perilaku membujuk seseorang dengan tipu daya agar mendapatkan rahasia atau foto pribadi orang tersebut.



EXCLUSION

Perilaku dengan sengaja dan kejam mengeluarkan seseorang dari grup *online*.



CYBERSTALKING

Perilaku berulang kali mengirimkan ancaman membahayakan atau pesan-pesan yang mengintimidasi dengan menggunakan komunikasi elektronik



8 BENTUK CYBERBULLYING



FLAMING

Pertengkaran dengan melibatkan kemarahan dan bahasa vulgar yang dilakukan menggunakan pesan elektronik.

Contoh: Orang berdebat dan ngomong kasar di kolom komentar

HARASSMENT

Pesan yang buruk, kejam, dan menghina yang dikirim secara berulang-ulang.

Contoh: Mengejek seseorang dengan pesan buruk di timeline



DENIGRATION

Tindakan membenci seseorang secara *online* dengan cara mengirim atau memuat rumor tertentu untuk merusak reputasinya atau relasinya.

Contoh: Akun-akun gosip

IMPERSONATION

Tindakan berpura-pura untuk menjadi orang lain dan kemudian mengirim atau memuat sesuatu yang dapat membuat orang lain berada dalam masalah atau merusak reputasi dan relasinya.

Contoh: Akun palsu yang berisi gambar buruk



#cyberbullying | Infografik: Kevin (@k_suc)

Mental

merasa kesal,
malu, bodoh,
bahkan marah

Emosional

kehilangan
minat pada hal-hal
yang disukai

Fisik

lelah (kurang tidur),
atau mengalami
gejala seperti sakit
perut dan sakit
kepala



DAMPAK CYBERBULLYING

DAMPAK EMOSIONAL DAN PSIKOLOGIS

Cyberbullying dapat menimbulkan stres emosional yang berat. Korban sering merasa sedih, malu, kehilangan kepercayaan diri, bahkan depresi. Dalam kasus ekstrem, tekanan yang dialami dapat memunculkan keinginan untuk mengakhiri hidup.



DAMPAK SOSIAL

Korban cenderung menarik diri dari lingkungan, kehilangan teman, dan merasa takut berinteraksi dengan orang lain. Hubungan sosialnya menjadi terganggu karena rasa tidak aman dan ketidakpercayaan terhadap sekitar.



DAMPAK AKADEMIK

Tekanan psikologis akibat *cyberbullying* sering menyebabkan penurunan motivasi belajar, sulit berkonsentrasi, hingga prestasi akademik yang menurun. Beberapa korban bahkan memilih membolos atau menghindari sekolah.



DAMPAK PERILAKU

Korban dapat menunjukkan perubahan perilaku negatif seperti mencontek, kabur dari rumah, atau menggunakan alkohol dan narkoba. Sebagian juga berpotensi menjadi pelaku *cyberbullying* sebagai bentuk pelampiasan.



DAMPAK FISIK

Tekanan emosional berkepanjangan menimbulkan keluhan fisik seperti gangguan tidur, kehilangan nafsu makan, jantung berdebar, gangguan pencernaan, dan kelelahan. Kondisi ini memperburuk kesejahteraan fisik maupun mental korban.



DAMPAK NEGATIF BAGI KORBAN DAN PELAKU

Dampak psikologis serius

Depresi, kecemasan, rasa sakit hati, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri.



Pelaku terdampak

Mengalami perasaan bersalah yang berkepanjangan



Korban mengalami dampak emosional

Sakit hati, kecewa, dan kehilangan kepercayaan diri.



Dampak teradap kesehatan mental dan fisik

Stres, gangguan tidur, gangguan pencernaan, dan perubahan pola makan.



Perubahan perilaku sosial

Menarik diri dari lingkungan, isolasi sosial, hingga muncul perilaku menyakiti diri sendiri



DAMPAK PADA KESEHATAN MENTAL

Stres, Kecemasan, dan Depresi

Perundungan siber yang terus-menerus dapat menyebabkan stres berkepanjangan, kecemasan, dan depresi berat



Rasa Malu dan Kehilangan Kepercayaan Diri

Korban merasa terekspos, malu, dan kehilangan kepercayaan diri karena perlakuan di dunia maya sulit dihapus dan seringkali menargetkan kerentanan mereka, seperti keterbatasan fisik.



Perasaan Tidak Berdaya

Korban dapat merasa rentan, tidak berdaya, dan sulit merasa aman.



Perasaan Terisolasi

Korban mungkin merasa terasing dan terputus dari orang lain, yang dapat memicu perasaan kesepian.



Gangguan Trauma Pascatrauma (PTSD)

Kondisi ini dapat muncul akibat tekanan dan trauma yang dialami secara terus-menerus.



DAMPAK PADA KESEHATAN FISIK

Masalah Pencernaan

Stres akibat *cyberbullying* dapat memicu masalah pencernaan seperti sakit perut, mual, atau diare



Gangguan Makan

Korban mungkin mengalami hilang nafsu makan atau makan berlebihan sebagai respons terhadap stres (*stress eating*).



Gangguan Tidur

Stres dan kecemasan yang intens dapat menyebabkan masalah tidur seperti insomnia



DAMPAK PADA PERILAKU

Perilaku Berbahaya

Beberapa korban mungkin menunjukkan perilaku ekstrem seperti mengonsumsi alkohol atau narkoba, bolos sekolah, atau bahkan membawa senjata.



Menyakiti Diri Sendiri dan Pikiran Bunuh Diri

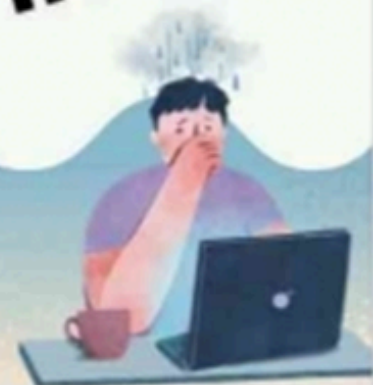
Dalam kasus yang parah, korban dapat menunjukkan perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*) dan memiliki pikiran untuk bunuh diri.





STOP CYBERBULLYING

Cyberbullying adalah penyalahgunaan media elektronik untuk melecehkan, menghujat, mengejek, mengancam, dan mempermalukan orang lain sehingga korban menjadi tidak nyaman.



Dampak Cyberbullying

- Kesehatan fisik dan mental terganggu.
- Menarik diri dari lingkungan.
- Merasa dikucilkan oleh semua orang.
- Stress dan depresi berkepanjangan.
- Melukai diri.
- Prestasi akademik memburuk.
- Upaya bunuh diri.



Tipe - Tipe Cyberbullying

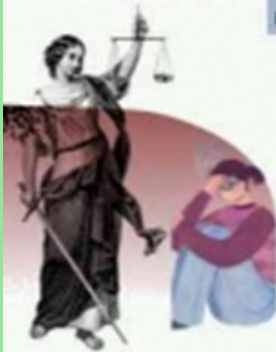
Denigration
mengumbar keburukan dan informasi yang tidak benar sehingga mencemarkan nama baik orang lain.

Flaming
Mengirimkan pesan teks yang berisi kata - kata kasar dan penuh amarah.

Impersonation
Pelaku menyamar menjadi orang lain dan mengunggah posting-an yang tidak baik dan memalukannya.

Pseudonymsms
Penggunaan nama samaran atau akun palsu demi merahasiakan identitas untuk menghina orang lain.

Trickery
Menyebarkan informasi seseorang dan menjebaknya untuk mengungkapkan rahasia pribadinya ke publik.



Apa akibatnya ?

Pidana Penjara dan/atau Denda, sesuai UU No. 11/2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE).

Cara mencegah Cyberbullying

- Perlakukan orang lain sebagaimana kita sendiri ingin diperlakukan.
- Budayakan mencari informasi yang valid sebelum diunggah.
- Menahan diri untuk *sharing* komentar buruk di media sosial terhadap orang lain.
- Jika kamu menjadi korban sampaikan kepada orang tua/ orang yang lebih dewasa.



Larisma Yessy Jelita
11000119140335

KKN TIM II UNDIP
Kel. Mijen, Kec. Bubakan

UPAYA PENCEGAHAN UNTUK KORBAN BULLYING

Pendidikan etika komunikasi yang baik dalam bermedia sosial untuk menanggulangi cyberbullying yang semakin parah di kalangan remaja

Upaya pencegahan cyberbullying meliputi edukasi tentang etika digital, keterlibatan orang tua dan guru, pengaturan privasi media sosial, tidak merespons tindakan negatif, serta melaporkan dan memblokir pelaku. Penting juga untuk menumbuhkan empati dan kesadaran akan dampak tindakan online pada diri sendiri dan orang lain.

JANGAN MERESPONS BALIK

Membalas dengan emosi akan memperburuk situasi dan memuaskan pelaku.



BLOKIR DAN LAPORKAN

Gunakan fitur blokir akun dan laporkan konten mengganggu ke platform terkait.

SIMPAN BUKTI

Ambil tangkapan layar (*screenshot*) dari pesan atau postingan sebagai bukti saat melaporkannya.



CARI DUKUNGAN

Berbicara dengan orang dewasa terpercaya, teman, atau konselor untuk mendapatkan dukungan emosional

BATASI DIRI

Kurangi frekuensi penggunaan media sosial atau batasi sementara waktu jika merasa tidak nyaman



UPAYA MENCEGAH DIRI MENJADI PELAKU

TUMBUHKAN EMPATI

Cobalah untuk memahami dan merasakan apa yang akan dirasakan korban jika hal serupa terjadi pada mereka.



BERPIKIR SEBELUM POSTING

Pikirkan dampak dari unggahan, komentar, dan tindakan online Anda terhadap orang lain.



JAGA PRIVASI

Jangan menyebarkan informasi pribadi, foto, atau video orang lain tanpa izin.



UPAYA PENCEGAHAN UNTUK ORANG TUA DAN GURU

EDUKASI TENTANG ETIKA DIGITAL

Ajarkan siswa dan anak tentang penggunaan internet yang bertanggung jawab, etika, dan konsekuensi *cyberbullying*



LIBTAKAN DIRI

Awasi aktivitas online anak, diskusikan secara terbuka tentang keamanan di dunia maya, dan ajak diskusi tentang *cyberbullying*.

BUAT KEBIJAKAN SEKOLAH

Terapkan kebijakan yang jelas tentang penggunaan perangkat dan konsekuensi perilaku *online* yang tidak pantas.



JADILAH TELADAN

Tunjukkan perilaku online yang positif dan bertanggung jawab. Untuk *Platform Online*

PERBAIKI FITUR LAPORAN

Platform harus terus meningkatkan fitur untuk melaporkan dan memblokir konten atau pengguna yang melanggar



UPAYA PENANGGULANGAN

Pemerintah, lembaga terkait, dan masyarakat perlu bekerja sama untuk meningkatkan literasi digital, memperkuat pengawasan, serta memberikan edukasi tentang dampak negatif cyberbullying.

Mengembangkan awasan yang terbuka, kearifan, dan kreativitas sekolah

01.

02.

Cara pandang yang tepat terhadap fungsi sekolah akan sangat membantu anak menghadapi dan melewati permasalahan yang mereka alami

Merubah perilaku negatifnya dan mampu mengembangkan perilaku positif

03.

04.

Menghargai dan menghormati siswa lain, sehingga tercipta kerukunan dan saling kerjasama

KEPADA SIAPA SAYA BERBICARA JIKA SESEORANG MEM-BULLY SECARA ONLINE? MENGAPA MELAPOR ITU PENTING?

1

Mencari bantuan dari seseorang yang kamu percaya

2

Jika merasa tidak nyaman berbicara dengan seseorang yang kamu kenal, hubungi layanan online, kemudian memblokir akun pelaku dan melaporkan perilaku mereka di media sosial itu sendiri.

3

Mengumpulkan dan menyimpan bukti-bukti seperti pesan dalam chatting dan screenshot postingan di media sosial.

4

Diidentifikasi dan dilaporkan lebih lanjut dan polisi atau layanan darurat

5

Pelajari tentang pengaturan privasi aplikasi media sosial yang dipergunakan

6

Facebook dan Instagram menyediakan fitur "Laporkan" (*Report*) untuk menjaga keamanan pengguna di media sosial. Panduan lengkap tersedia di Pusat Bantuan Facebook dan Instagram. Pada aplikasi Twitter juga memiliki panduan khusus untuk melaporkan perilaku yang menghina.

6

Berpikirlah dengan bijak sebelum memposting atau membagikan sesuatu secara online – karena postingan itu dapat tetap berada di internet dan dapat membahayakan serta Jangan memberikan detail pribadi

SEBAGAI TEMAN APA YANG BISA SAYA BANTU UNTUK MELAPORKAN KASUS CYBERBULLYING TERUTAMA JIKA MEREKA TIDAK MAU MELAPORKANNYA?

- 1 Tawarkan dukungan dan bantuan
- 2 Tanyakan Mengapa tidak mau melaporkan cyberbullying?, Bagaimana perasaan dia?, Beritahu dia bahwa tidak selalu melaporkan secara formal, tetapi penting untuk berbicara dengan seseorang yang dapat dipercaya dan membantu.
- 3 Bantu memikirkan apa yang dikatakan dan kepada siapa. Dampingi jika memutuskan untuk melapor. Katakan bahwa kamu ada untuknya dan ingin membantu.
- 4 Jangan hanya diam dan tidak melakukan apa pun, tunjukkan kepedulian.



APA YANG BISA DILAKUKAN KORBAN?

1

Laporkan pelaku

Korban dapat melaporkan kejadian cyberbullying kepada pihak kepolisian atau layanan darurat

2

Dokumentasikan bukti

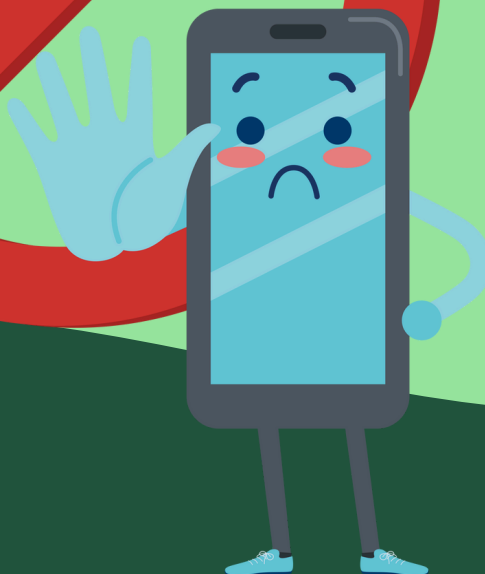
Simpan semua bukti seperti screenshot atau rekaman percakapan yang menjadi bukti terjadinya cyberbullying.

2

Hubungi Layanan Darurat

Jika merasa dalam bahaya, segera hubungi nomor darurat seperti polisi (110) atau ambulance (118/119).

**CYBER
BULLYING**





MAKIN
CAKAP
DIGITAL



PERISAI DIRI DARI CYBERBULLYING DI MEDSOS

Selain memahami kemampuan literasi digital, kita juga perlu mengenali berbagai fitur media sosial untuk melindungi diri dari *cyberbullying*.



Instagram

Fitur

Filter Komentar

Langkah

1. Akses profil pengguna
2. Pilih Pengaturan
3. Masuk ke Kolom Komentar
4. Pilih 'Sembunyikan Komentar Ofensif'



facebook

Fitur

Melaporkan (*report*)

Langkah

1. Akses profil pengguna
2. Dari menu navigasi di sisi kanan, pilih 'Cari dukungan atau laporkan profil'
3. Klik opsi terkait alasan untuk melaporkan
4. Pilih Selanjutnya
5. Aksi *Report* akan bergantung pada pilihan jawaban
6. Klik Selesai



twitter

Fitur

Memblokir dari profil

Langkah

1. Buka profil yang ingin diblokir
2. Klik ikon lainnya pada halaman profil
3. Pilih Blokir dari menu
4. Klik Blokir untuk mengonfirmasi



SUMBER: INSTAGRAM, FACEBOOK, TWITTER ILLUSTRASI DIOLAH DARI: 123RF

www.siberkreasi.id @siberkreasi info@siberkreasi.id

HUKUM DAN PERATURAN YANG RELEVAN



Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 tentang Perubahan atas UU No. 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE)



UU 1/2024

UU tentang Perlindungan dan Penegakan Hukum Pidana dan Harta Kekayaan. UU ini merupakan pembaruan dari UU ITE, dengan ketentuan lebih lanjut mengenai *cyberbullying*.



Pasal 27 UU ITE

Melarang penyebaran konten yang merugikan, termasuk yang bersifat menghina atau menyerang kehormatan seseorang di dunia maya.



Pasal 27A dan Pasal 27B ayat (2) UU 1/2024

Merinci lebih lanjut mengenai perbuatan menghina, menyerang kehormatan, atau pencemaran nama baik melalui sistem elektronik.



Pasal 45 UU ITE dan Perubahannya (misalnya Pasal 45B UU 1/2024)

Menentukan sanksi pidana bagi pelaku yang melanggar pasal-pasal terkait *cyberbullying*, seperti pidana penjara atau denda



Pasal 29 UU ITE

Pasal ini dapat menjerat pelaku *cyberbullying* dengan ancaman hukuman pidana penjara dan/atau denda yang lebih tinggi.



KUHP (Kitab Undang-Undang Hukum Pidana)

Tindakan *cyberbullying* yang berupa penghinaan dengan kata-kata kasar juga bisa dijerat menggunakan pasal-pasal dalam KUHP.



KESIMPULAN

Cyberbullying memberikan dampak serius terhadap kondisi psikologis dan sosial korbannya. Korban dapat mengalami stres, kecemasan, depresi, kehilangan kepercayaan diri, bahkan muncul pikiran untuk bunuh diri. Beberapa kasus di Indonesia menunjukkan bahwa tekanan sosial dan ejekan di media sosial mendorong remaja melakukan tindakan ekstrem tersebut. Selain itu, penelitian juga menunjukkan bahwa pelaku cyberbullying dapat mengalami perasaan bersalah yang berkepanjangan, sehingga baik korban maupun pelaku sama-sama terdampak secara emosional dan mental.

Dampak cyberbullying tidak hanya terbatas pada aspek psikologis, tetapi juga memengaruhi kesehatan fisik dan perilaku. Korban dapat mengalami gangguan tidur, pola makan, pencernaan, hingga penurunan prestasi belajar. Rasa takut dan malu sering membuat korban menarik diri dari lingkungan sosial dan menolak berinteraksi dengan orang lain. Dalam kasus berat, korban dapat melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Oleh karena itu, cyberbullying perlu ditangani secara serius karena dapat mengganggu kesejahteraan mental dan fisik remaja secara menyeluruh.



DAFTAR PUSTAKA

- Bauman, T. J., & Strickland, J. 2008. Pain Management. In J.T. Dipiro,, R. L. Talbert, G. C. Yee, G. R. Matzke, B. G. Wells, & L. M. Posey. Pharmacotherapy: A Pathophysiological Approach. New York: Mc Graw Hill Companies, pp. 898-1003
- Beran, T. N., Rinaldi, C., Bickam, D. S., & Rich, M. 2012. Evidence for the need to support adolescents dealing with harassment and cyberharassment: Prevalence, progression, and impact. *Psychology International School Journal of Student Wellbeing*, Vol. 1(2), 15-33.
- Bourdieu, P. 2004. *The Algerians*, Toronto, Beacon Press.
- Chadwick, S. 2014. *Impact of Cyberbullying, building Social and Emotional Resilience in School*. New York: Springer.
- Corey, G. 2015. *Teori Dan Praktek Dari Konseling Dan Psikoterapi*. Alihabahasa Mulyarto. Bandung: PT. RefikaAditama.
- Daruma, R. 2004. *Studi Kasus*. Makassar: FIP UNM
- Dharma, S. 2014. Penanganan Perilaku Cyberbullying dengan Menggunakan Pendekatan Eksistensial pada Siswa di Kendal. *Jurnal Psikopedagogik*. Vol 1 No 4
- Dyastuti, S. 2012. Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku Bullying Melalui Pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling. Theory and Application*. Volume 1 Nomor 1. Universitas Negeri Semarang. Hlm 32
- Erford, B.T. 2016. *40 Teknik yang harus diketahui setiap konselor*. Edisi kedua. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Farozin, M. 2004. *Pemahaman Tingkah Laku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Gunarsa, Dr Singgih D.2002 , *Psikologi Perkembangan*, PT BPK Gunung Mulia, Jakarta
- Hermawan. 2021. *Lapor, Jika Jadi Korban Bullying*. Diakses pada <https://infobisnis.id/2021/07/18/lapor-jika-jadi-korban-cyberbullying/>
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. 2012. *School climate 2.0: Preventing cyberbullying and sexting one classroom at a time*. California: Sage Publications (Corwin Press).
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. 2013. Social influences on cyberbullying behavior among middle and high school students. *Journal Youth Adolescence*, 42, 711-722.
- Hoff, D., & Mitchell, S. 2008. Cyberbullying: Causes, effects, and remedies. *Journal of Educational Administration*, 47(5),652-665.doi :10.1108/09578230910981107
- Identitasunhas. 2021. *Cyberbullying : Racun Sosial Media di Indonesia*. Diakses pada <https://identitasunhas.com/cyberbullying-racun-sosial-media-di-indonesia/>
- Internet word stats 2019, <https://www.internetworldstats.com/stats3.htm>. Diakses 25 j juli 2019

DAFTAR PUSTAKA

- Katadata. 2022. Perisai Diri Dari Cyberbullying di Medsos. Dikases pada <https://katadata.co.id/infografik/627e2d97d9e38/perisai-diri-dari-cyberbullying-di-medsos>
- Kompas. 2019. Infografik : Bahaya Cyberbullying. Dikases pada <https://www.kompas.com/tren/read/2019/10/18/061000465/infografik--bahaya-cyberbullying>
- Kompas. 2021. Instagram, Media Sosial Pemicu Cyberbullying Tertinggi. Diakses pada <https://tekno.kompas.com/image/2021/03/29/07164137/instagram-media-sosial-pemicu-cyberbullying-tertinggi?page=2>
- Kompasiana. 2021. Cyberbullying Di Indonesia Milenial Paling Banyak Terkena Dampak Loh Gencetan” Di Mata Siswa/Siswi Kelas I SMA : Naskah Kognitif Tentang Arti Skenario, dan Dampak ”Gencet-Gencetan”. Jurnal Psikologi Sosial. Volume. 12. Nomor.01, September. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. [6310e2c7b1f22a4/cyberbullying-di-indonesia-milenial-paling-banyak-terkena-dampak-loh](https://doi.org/10.6310e2c7b1f22a4/cyberbullying-di-indonesia-milenial-paling-banyak-terkena-dampak-loh)
- Kompasiana. 2022. Bijaklah Bersosial Media: Stop Cyberbullying. Bijaklah Bersosial Media Stop Cyberbullying. Diakses pada link <https://www.kompasiana.com/rachel46415/62f85bd2a1aeea61ee3bf4a2/bijaklah-bersosial-media-stop-cyberbullying>
- Kompasiana. 2022. Edukasi mengenai pentingnya Kecakapan Literasi Digital sebagai upaya pencegahan Cyber Bullying. Diakses pada link <https://www.kompasiana.com/larismayessyjelita/62f637ad3555e477d1567bc6/edukasi-mengenai-pentingnya-kecakapan-literasi-digital-sebagai-upaya-pencegahan-cyber-bullying>
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. 2014. Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 1-65. doi:10.1037/a.0035618
- Lubis, N. L. 2011. Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik. Jakarta: Kencana
- Mcvean, M. 2017. Physical, verbal, relational and cyber-bullying and victimization: examining the social and emotional adjustment of participants (Dissertation). University of South Florida, USA
- Miles, B. Mathew dan Michael Huberman. 1992. Analisis Data Kualitatif Buku Sumber Tentang Metode-metode Baru. Jakarta: UIP
- Moleong, L. J. 2015. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: Remaja Rosdakarya

DAFTAR PUSTAKA

- Narpaduhita, P.D., & Suminar, D.R. 2014. Perbedaan perilaku cyberbullying ditinjau dari persepsi terhadap iklim sekolah di SMK Negeri 8 Surabaya. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 3(3): 1-6
- Nursalim. 2013. *Teknik-teknik Konseling*. Yogyakarta: Andi
- Oktariana. 2012. Penerapan teknik kognitif behavioural untuk mengurangi perilaku hedonis. *Psikoakademika*, Vol 3 No 1
- Pandie, M. M., & Weismann, I, Th. J. 2016. Pengaruh cyberbullying di media sosial terhadap perilaku reaktif sebagai pelaku maupun sebagai korban cyberbullying pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar. *Jurnal Jaffray*, 14(1): 43-62
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. 2012. *Cyberbullying Prevention and Respons*. New York: Routledge
- Permatasari D. Dwi. 2019. Fenomena Cyberbullying Pada Siswa Sma (Lima Sma Di Kota Yogyakarta). *Jurnal Psikodinamika*, Vol 1 No 3
- Pratiwi, M.D. 2011. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Cyberbullying. Paper Seminar. Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Qadrianti, A 2015. Pengaruh Modelling Kognitif Menggunakan Media Video Melalui Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa SMP Negeri 27 Makassar. Skripsi di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UNM Makassar
- Rahardjo, S & Gudnanto. Edisi Revisi. 2016. *Pemahaman Individu Teknik Nontes*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Rahayu, F. S. 2012. Cyberbullying sebagai dampak negatif penggunaan teknologi informasi. *Journal of Information System* 8(1), 22-30
- Richard, A. 2018. *Cyberbullying dan Upaya penanganannya*. Jakarta: Media Elex Komputindo
- Riebel, J., Jager, R.S., Fischer, U.C. 2009. Cyberbullying in Germany-an exploration of prevalence, overlapping with Real Life Bullying and Coping Strategies. *Psychology Science Quarterly*, 51(3), 298-314
- Safaria, T. 2016. Prevalence and impact of cyberbullying in a sample of Indonesian junior high school students. *The Turkish Online Journal of Educational Technology* 15: 1-3.
- Sartana, Afriyeni, N. 2017. Perilaku perundungan maya (cyberbullying) pada remaja awal. *Jurnal Psikologi Insight Universitas Pendidikan Indonesia*,1(1): 25-41
- Sinring, A. 2011. *Teori dan Aplikasi Konseling Suatu Pendekatan Praktis Bagi Konselor*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar

DAFTAR PUSTAKA

- Steffgen, G., König, A., Pfetsch, J., & Melzer, A. 2011. Are cyberbullies less empathic? Adolescents' cyberbullying behavior and empathic responsiveness. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 4(11), 643–648.
- Sucianto, Kevin. 2018. 8 Bentuk Cyberbullying. Diakses pada <https://www.intothelightid.org/2018/10/04/8-bentuk-cyberbullying/>
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Syah, Rahmat., & Hermawati, Istiana 2018. Upaya Pencegahan Kasus Cyberbullying bagi Remaja Pengguna Media Sosial di Indonesia *Jurnal PKS*, 17(2): 131 – 146
- Swastika, A. A. G. 2017. Penanganan perilaku cyberbullying dengan menggunakan pendekatan kognitif behavior (Cognitive behavior). *Jurnal Humanika*. Vol 5 No 14
- Tohirin. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: RajaGrafindo Persada
- Wang, J., Iannotti, R.J., & Nansel, T.R. 2009. School bullying among adolescents in United States: physical, verbal, relational, and cyber. *Journal of Adolescent Health*. 45 (368-375).
- We are social 2019, <https://datareportal.com/reports/digital-2019-indonesia>. Diakses 25 juli 2019
- Wilding, C & Milne, A. 2013. *Cognitive Behavioural Therapy*. Jakarta: PT Indeks
- Willard, N. 2005. *Cyberbullying and Cyberthreats*. Washington: U.S. Departement of Education
- William, K. R., & Guerra, N. G. 2013. Prevalence and predictors of internet bullying. *Journal of Adolescent Health*, 41, 516-521.
- Riebel, J., Jager, R.S., Fischer, U.C. 2009. Cyberbullying in Germany-an exploration of prevalence, overlapping with Real Life Bullying and Coping Strategies. *Psychology Science Quarterly*, 51(3), 298-314
- Wolak, J., Finkelhor, D., Mitchell, K., & Ybarra, M. 2008. Online “predators” and their victims - Myths, realities, and implications for prevention and treatment. *Am Psychol*, 63, 111-128.
- Yin, R. K. 2014. *Studi Kasus Desain dan Metode*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

BIODATA PENULIS



Nama Lengkap : Dr. Yustiana Olfah, A.Per.Pend, M.Kes.
Tempat, Tanggal Lahir : Banjarmasin, 17 Oktober 1967
Pekerjaan saat ini : Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Yogyakarta
Pekerjaan sebelumnya : Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Banjarbaru,



RIWAYAT PENDIDIKAN

- Pendidikan dasar hingga SMA di Banjarmasin
- Akademi Keperawatan Banjarbaru, Kalimantan Selatan
- Diploma IV Keperawatan (Peminatan Keperawatan Maternitas), lulus tahun 1999
- S2 Ilmu Kedokteran Klinik, minat Maternal Perinatal, Universitas Gadjah Mada (UGM), lulus tahun 2007
- S3 Pemberdayaan Masyarakat, bidang Promosi Kesehatan, Universitas Sebelas Maret (UNS) Surakarta, lulus tahun 2021

PENGALAMAN

- Penelitian dan pengabdian masyarakat terutama dalam bidang preventif dan promotif dilingkungan klinik, pendidikan, dan masyarakat
- Penulisan buku saku penunjang kegiatan penelitian dan pengabdian masyarakat (tersedia di: eprints.poltekkesjogja.ac.id)
- Publikasi artikel ilmiah di jurnal nasional dan internasional.
- Pemilik channel YouTube [yustianaolfah8082](https://www.youtube.com/channel/UCyustianaolfah8082) yang berisi konten edukasi kesehatan

BIODATA PENULIS



Nama Lengkap : Firdausi Nuzula, S.Tr.Kes
Tempat, Tanggal Lahir : Sidoarjo, 23 Agustus 2003
Pekerjaan saat ini : Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi
Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

RIWAYAT PENDIDIKAN

- Madrasah Tsanawiyah Cerdas Istimewa Amanatul Ummah, Lulus 2019
- Madrasah Aliyah Bertaraf International Amanatul Ummah, Lulus 2021
- Diploma IV Keperawatan Anestesiologi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Lulus 2025

PENGALAMAN

- Koordinator Minat Bakat HMJ Keperawatan Polkesyo (2022-2023)
- Anggota Kominfo UKM Sentra Kerohanian Islam (2022-2023)
- *Founder* Sinemoravisual
- Aktif mengikuti berbagai perlombaan di bidang poster dan video edukasi kesehatan di kejuaraan nasional maupun internasional.



BIODATA PENULIS



Nama Lengkap : Riza Alya Utami Nugraha, S.H., M.Kn.
Tempat, Tanggal Lahir : Yogyakarta, 10 November 1999
Pekerjaan saat ini : Mahasiswa di Magister Kenotariatan
Universitas Gajah Mada

RIWAYAT PENDIDIKAN

- S1 Hukum Universitas Islam Indonesia
- S2 Hukum Universitas Gajah Mada

PENGALAMAN

- Magang di kantor pengacara

