

Systematic Literature Review Pengaruh Cyberbullying Terhadap Kepercayaan Diri Anak Remaja

Cinthia Natali Sofian¹, Yongky Pernando²

¹Mahasiswa Prodi Teknik Informatika, Universitas Universal

²Dosen Prodi Teknik Informatika, Universitas Universal

¹cinthianatalisofian22@gmail.com

Riwayat Artikel:

Diterima: 23 Okt, 2024

Ditinjau: 25 Okt, 2024

Disetujui: 25 Okt, 2024

Abstrak

Di era digital yang semakin maju, perundungan siber telah menjadi masalah serius yang berdampak negatif pada kepercayaan diri dan kesehatan mental remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak perundungan siber terhadap kepercayaan diri remaja menggunakan pendekatan Tinjauan Literatur Sistematis (SLR), dengan menganalisis sepuluh jurnal yang relevan. Metode PRISMA diterapkan dalam proses identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi, untuk meningkatkan pemahaman tentang dampak psikologis dan sosial dari perundungan siber. Penelitian ini menemukan bahwa perundungan siber berdampak negatif pada kepercayaan diri remaja dan mengidentifikasi perlunya tindakan pencegahan seperti pendidikan, keterlibatan orang tua, dan dukungan sosial untuk mengurangi dampak negatif ini. Penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua, guru, dan masyarakat bekerja sama untuk menciptakan lingkungan yang aman bagi remaja. Selain itu, kebijakan yang ketat harus ditetapkan untuk mengatasi perundungan siber di kalangan remaja.

Kata Kunci : *Cyberbullying*, Kepercayaan Diri, Remaja, Tinjauan Literatur Sistematis (SLR), PRISMA

Abstract

In the advancing digital age, cyberbullying has become a serious issue that negatively affects the self-confidence and mental health of adolescents. This study aims to explore the impact of cyberbullying on adolescents' self-confidence using a Systematic Literature Review (SLR) approach, analyzing ten relevant journals. The PRISMA method was applied in the processes of identification, screening, eligibility, and inclusion, enhancing understanding of the psychological and social impacts of cyberbullying. The study found that cyberbullying negatively impacts adolescents' self-confidence and identified the need for preventive measures such as education, parental involvement, and social support to mitigate these negative effects. This research suggests that parents, teachers, and communities work together to create a safe environment for adolescents. Additionally, strict policies should be established to address cyberbullying among teenagers.

Keyword : *Cyberbullying, Self-confidence, Adolescents, Systematic Literature Review (SLR), PRISMA*

PENDAHULUAN

Di era digital yang semakin berkembang pesat, internet telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, terutama bagi remaja. Akses mudah ke berbagai platform media sosial memungkinkan interaksi antarindividu terjadi tanpa batasan waktu dan ruang [1]. Namun, di balik manfaat yang diberikan, teknologi ini juga membawa dampak negatif, salah satunya adalah *cyberbullying*. *Cyberbullying* merupakan bentuk penindasan yang

dilakukan melalui media digital dan dampaknya sangat merugikan bagi kesehatan mental, termasuk tingkat kepercayaan diri remaja [2].

Menurut [3] Penelitian menunjukkan bahwa *cyberbullying* memiliki dampak serius terhadap psikologis remaja. Banyak korban mengalami penurunan kepercayaan diri, kecemasan, bahkan depresi akibat serangan yang terjadi di dunia maya. Meskipun demikian, belum banyak yang memahami sepenuhnya dampak jangka panjang dari *cyberbullying*, terutama terhadap kepercayaan diri anak remaja, yang menjadi periode penting dalam perkembangan psikologis mereka.

Menurut [4] *Cyberbullying* didefinisikan sebagai tindakan menghina, mengancam, atau melecehkan seseorang melalui platform digital seperti media sosial, email, atau pesan singkat. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa korban *cyberbullying* sering kali merasa terisolasi dan mengalami penurunan harga diri, yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Kepercayaan diri, di sisi lain, adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam situasi tertentu. Remaja yang memiliki kepercayaan diri tinggi biasanya lebih tahan terhadap serangan psikologis dibandingkan dengan mereka yang memiliki kepercayaan diri rendah [5].

Dalam konteks perkembangan psikologis, *cyberbullying* dapat mengganggu proses pembentukan identitas diri pada remaja. Menurut teori perkembangan remaja, fase ini sangat rentan terhadap pengaruh eksternal, termasuk interaksi negatif di dunia maya yang dapat membentuk pandangan remaja terhadap diri mereka sendiri. Ketika kepercayaan diri terganggu, remaja cenderung mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan sosial dan akademis [6][5].

Penelitian sebelumnya telah banyak membahas dampak *cyberbullying* terhadap kepercayaan diri remaja. Menurut [3] penelitian di SMP Negeri 11 Pontianak menemukan bahwa sekitar 20% pelajar terpengaruh oleh *cyberbullying* melalui platform *WhatsApp*, yang berdampak pada penurunan tingkat kepercayaan diri. Sementara itu, Menurut [5] dalam studi mereka menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara *cyberbullying* di media sosial dan tingkat kepercayaan diri, namun mereka menekankan bahwa penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami fenomena ini secara lebih mendalam.

Menurut [1] 90% remaja di Universitas Nusa Nipa merasa terpengaruh secara psikologis akibat *cyberbullying*, dengan mayoritas melaporkan adanya penurunan kepercayaan diri. Mereka juga menekankan perlunya kebijakan yang lebih kuat serta pendidikan yang lebih baik untuk memitigasi dampak dari perilaku ini. Selain itu, menurut [4] sebagian besar remaja cenderung lebih mudah memberikan komentar negatif di media sosial, yang memperburuk situasi *cyberbullying*.

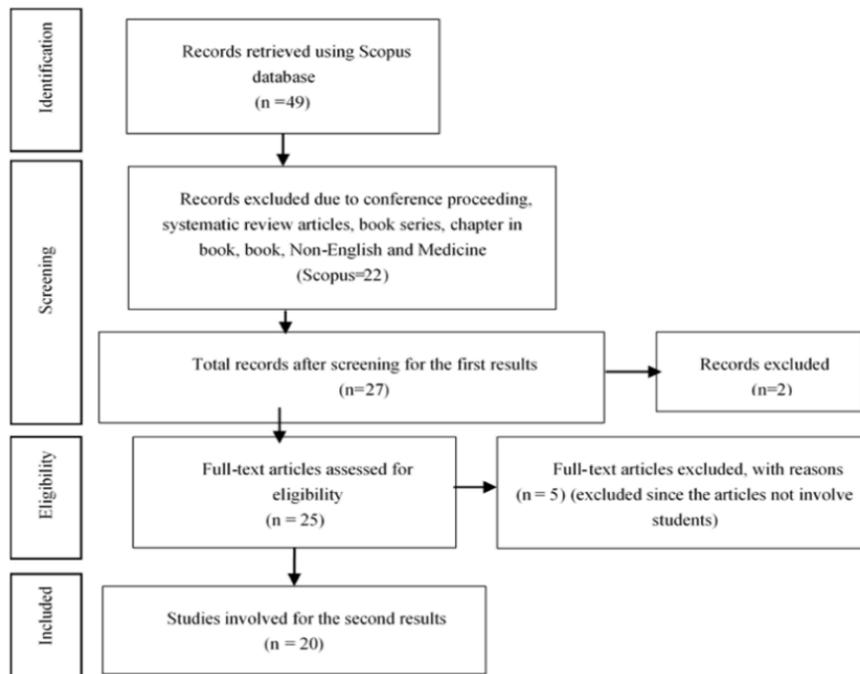
Penelitian ini membahas pengaruh *cyberbullying* terhadap kepercayaan diri anak remaja dengan menggunakan pendekatan *systematic literature review* dari 7 jurnal yang telah dianalisis. Tujuan utama adalah untuk memahami dampak *cyberbullying* terhadap perkembangan psikologis dan sosial remaja, serta mengidentifikasi langkah-langkah preventif yang dapat dilakukan oleh orang tua, guru, dan masyarakat guna mengurangi dampak negatifnya.

Jadi, melalui kajian literatur ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengaruh *cyberbullying* terhadap kepercayaan diri anak remaja. Penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan rekomendasi bagi orang tua, guru, dan masyarakat dalam mendukung kesejahteraan psikologis remaja serta menekankan pentingnya peran bersama dalam mengatasi masalah *cyberbullying*.

METODE PENELITIAN

Tahapan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) adalah panduan yang digunakan untuk melakukan tinjauan sistematis dan metaanalisis. Tujuan PRISMA adalah untuk membantu peneliti melaporkan proses tinjauan sistematis dengan cara yang jelas dan transparan, sehingga setiap langkah pelaporan dapat dilakukan dengan baik dan hasilnya dapat dipercaya [7]. Selain itu, PRISMA juga mencakup penggunaan diagram alir yang menunjukkan aliran informasi melalui berbagai tahap dalam tinjauan sistematis, seperti identifikasi, penyaringan, kelayakan dan inklusi artikel [8].



Gambar 1. Gambar Metode Prisma [9]

1. **Identification (Identifikasi)**

Langkah ini bertujuan untuk mencari dan mengumpulkan artikel atau jurnal yang berkaitan dengan topik yang sedang diteliti. Contohnya, dalam sebuah penelitian, topik seperti "perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)" atau "pengaruh teknologi *blockchain* terhadap periklanan digital" dijadikan acuan dalam pencarian artikel [7], [8].

2. **Screening (Penyaringan)**

Di tahap ini, artikel yang telah diidentifikasi akan disaring sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Proses penyaringan ini bertujuan untuk memastikan bahwa artikel yang dipilih memiliki relevansi dengan topik penelitian, seperti kaitannya dengan penerapan *blockchain* dalam periklanan atau tren publikasi di bidang asuransi siber [8], [10].

3. **Eligibility (Kelayakan)**

Artikel diperiksa lebih lanjut setelah penyaringan untuk memastikan bahwa memenuhi syarat kelayakan. Tahap ini dilakukan untuk mengevaluasi apakah artikel yang dipilih sesuai dan sejalan dengan tujuan penelitian [9].

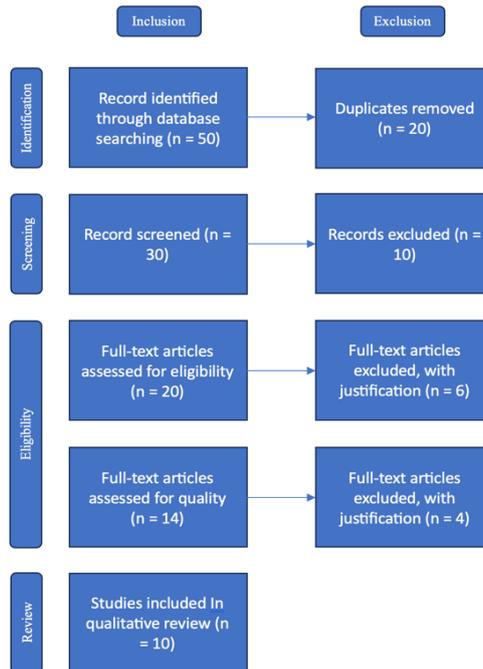
4. **Inclusion (Inklusi)**

Ini adalah tahap terakhir dari penelitian. Artikel yang telah memenuhi syarat untuk dimasukkan ke dalam penelitian akan dimasukkan setelah melalui proses identifikasi, penyaringan dan kelayakan. Artikel-artikel ini akan diintegrasikan ke dalam analisis sistematis untuk menghasilkan kesimpulan yang sah dan berdasarkan data yang komprehensif [10][11].

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode Prisma

Metode PRISMA menggambarkan alur sistematis untuk menyeleksi dan meninjau artikel dalam penelitian. Berikut penjelasan tahapan dalam metode PRISMA sesuai dengan diagram:



Gambar 2. Metode PRISMA

1. Identification (Identifikasi)

Tahap ini dimulai dengan mengidentifikasi artikel dari berbagai sumber, misalnya melalui pencarian basis data. Total artikel yang ditemukan pada tahap ini adalah 50 artikel. Di sini, dilakukan penghapusan duplikasi, sehingga artikel unik yang tersisa untuk diseleksi lebih lanjut adalah 30 artikel.

2. Screening (Penyaringan)

Artikel yang telah diidentifikasi kemudian disaring berdasarkan kriteria tertentu untuk menilai kesesuaiannya dengan topik penelitian. Dalam tahap ini, 10 artikel dihapus karena tidak memenuhi kriteria yang telah ditetapkan.

3. Eligibility (Kelayakan)

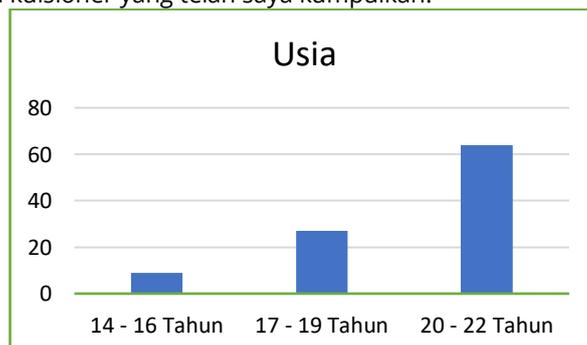
Artikel yang lolos dari tahap *screening* kemudian dinilai lebih lanjut dengan mengkaji kualitas dan kelayakannya. Pada tahap ini, ada 20 artikel yang dievaluasi lebih dalam, tetapi hanya 14 yang memenuhi standar kualitas yang ditetapkan.

4. Review (Inklusi)

Pada tahap akhir, artikel yang memenuhi kriteria kelayakan disertakan dalam tinjauan kualitatif. Dari artikel yang telah dinilai, 10 artikel dipilih untuk dianalisis lebih lanjut dalam studi karena relevan membahas secara langsung dampak *cyberbullying* pada remaja, terutama terkait dengan kesehatan mental dan kepercayaan diri mereka. Semua artikel melibatkan remaja sebagai subjek penelitian, dan berbagai pendekatan. Meskipun dampak *cyberbullying* bervariasi, beberapa penelitian menunjukkan bahwa *cyberbullying* dapat menyebabkan penurunan kepercayaan diri.

Kuisisioner

Berikut ini merupakan data kuisisioner yang telah saya kumpulkan:



Gambar 2. Data Kuisisioner

Diagram batang pada gambar 2, menunjukkan penyebaran usia dalam tiga kelompok, yaitu:

1. **Kelompok Usia 14-16 Tahun:**

- a. Terdapat 9 orang dalam kelompok ini
- b. Ini adalah kelompok dengan jumlah terendah dibandingkan kelompok lainnya

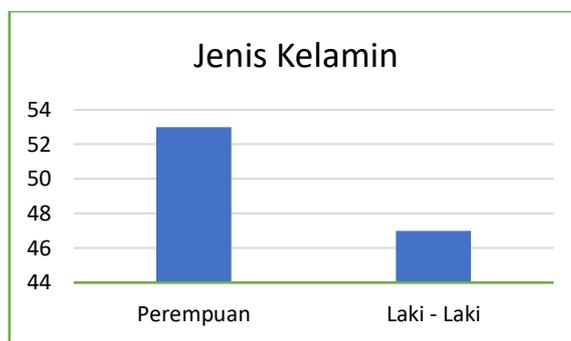
2. **Kelompok Usia 17-19 Tahun:**

- a. Terdapat 27 orang dalam kelompok ini
- b. Jumlahnya lebih tinggi daripada kelompok usia 14-16 tahun, tetapi lebih rendah dari kelompok 20-22 tahun

3. **Kelompok Usia 20-22 Tahun:**

- a. Terdapat 64 orang dalam kelompok ini
- b. Ini adalah kelompok dengan jumlah tertinggi di antara semua kategori usia

Berdasarkan data yang disajikan pada gambar 2, dapat disimpulkan bahwa kelompok usia 20-22 tahun mendominasi populasi yang diteliti, diikuti oleh kelompok usia 17-19 tahun, dan kelompok usia 14-16 tahun yang memiliki jumlah paling sedikit.



Gambar 3. Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Diagram batang pada gambar 3, menunjukkan perbandingan antara jenis kelamin dalam dua kategori, yaitu:

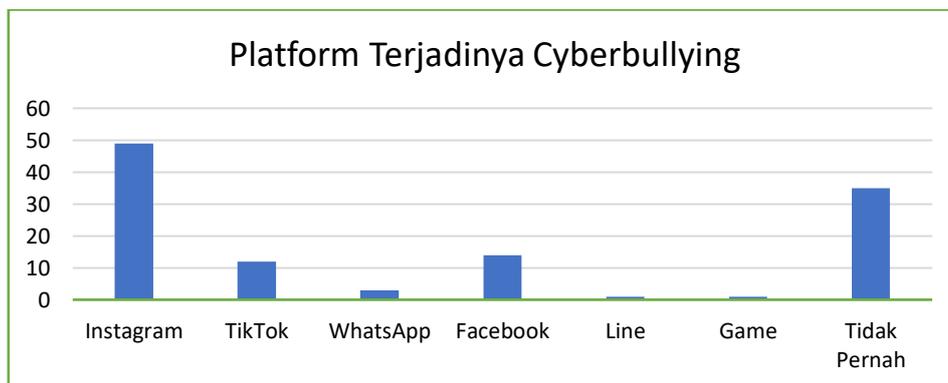
1. **Perempuan:**

- a. Terdapat 53 orang dalam kelompok ini
- b. Jumlahnya lebih tinggi dibandingkan dengan kategori laki-laki

2. **Laki-Laki:**

- a. Terdapat 47 orang dalam kelompok ini
- b. Angka ini lebih rendah jika dibandingkan dengan jumlah perempuan

Berdasarkan data yang disajikan pada gambar 3, dapat disimpulkan bahwa populasi perempuan lebih dominan dibandingkan dengan laki-laki dalam penelitian ini.



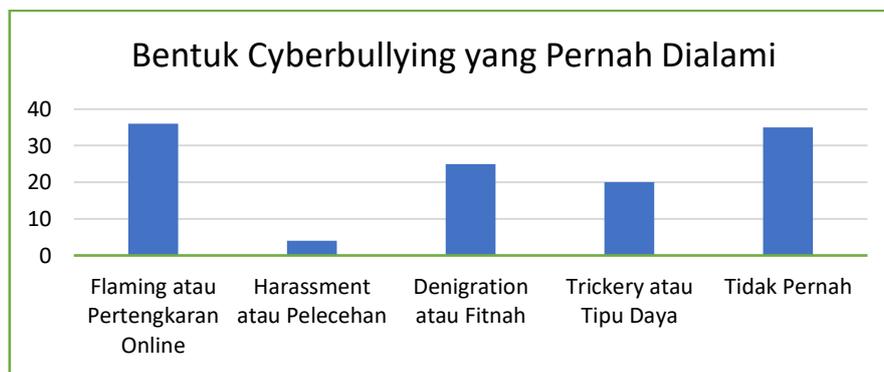
Gambar 4. Data Platform Terjadinya Cyberbullying

Diagram batang pada gambar 4, menunjukkan berbagai platform di mana insiden *cyberbullying* terjadi, serta frekuensi orang yang mengalami atau tidak mengalami *cyberbullying* di masing-masing platform. Berikut adalah data yang ditampilkan dalam diagram:

- a. **Instagram:** Platform ini mencatat jumlah insiden *cyberbullying* tertinggi, yaitu 49 orang melaporkan pengalaman tersebut.
- b. **TikTok:** Terdapat 12 orang yang melaporkan mengalami *cyberbullying* di platform ini.

- c. **WhatsApp:** Terdapat 3 orang yang melaporkan mengalami *cyberbullying* di platform ini.
- d. **Facebook:** Terdapat 14 orang yang melaporkan mengalami *cyberbullying* di platform ini
- e. **Line:** Hanya 1 orang yang melaporkan mengalami *cyberbullying* di platform ini.
- f. **Game:** Hanya 1 orang yang melaporkan mengalami *cyberbullying* di platform ini.
- g. **Tidak Pernah:** Terdapat 35 orang yang melaporkan bahwa mereka tidak pernah mengalami *cyberbullying*.

Berdasarkan data yang disajikan pada gambar 4, dapat disimpulkan bahwa *Instagram* adalah platform dengan kasus *cyberbullying* terbanyak, sementara banyak orang juga melaporkan bahwa mereka tidak pernah mengalami *cyberbullying* di platform manapun.

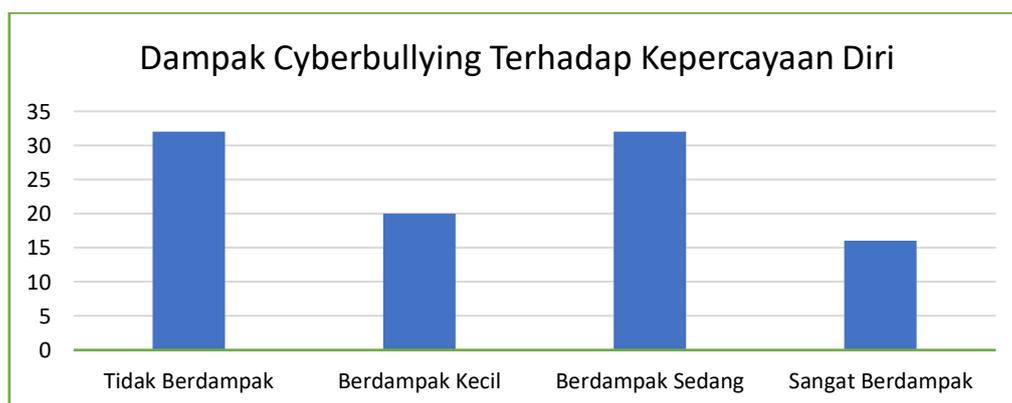


Gambar 5. Data Bentuk Cyberbullying yang Pernah Dialami

Diagram batang pada gambar 5, menunjukkan berbagai jenis *cyberbullying* beserta jumlah orang yang melaporkan pengalaman mereka terhadap masing-masing bentuk tersebut. Berikut adalah rincian dari data yang ditampilkan dalam diagram batang:

- a. **Flaming atau Pertengkaran Online:** Jenis *cyberbullying* ini memiliki jumlah pelapor tertinggi, yaitu 36 orang.
- b. **Harassment atau Pelecehan:** Hanya sedikit yang melaporkan mengalami *cyberbullying* jenis ini, yaitu 4 orang.
- c. **Denigration atau Fitnah:** Terdapat 25 orang yang melaporkan mengalami *cyberbullying* jenis ini.
- d. **Trickery atau Tipu Daya:** Terdapat 20 orang yang melaporkan mengalami *cyberbullying* jenis ini.
- e. **Tidak Pernah:** Terdapat 35 orang yang melaporkan tidak pernah mengalami *cyberbullying*.

Berdasarkan data yang disajikan pada gambar 5, dapat disimpulkan bahwa jenis *cyberbullying* yang paling sering dialami adalah *Flaming* atau Pertengkaran Online. Namun, banyak orang juga mengatakan bahwa mereka tidak pernah mengalami jenis *cyberbullying*.



Gambar 6. Data Dampak Cyberbullying Terhadap Kepercayaan Diri

Diagram batang pada gambar 6, menunjukkan seberapa besar pengaruh *cyberbullying* terhadap kepercayaan diri individu. Berikut adalah rincian dari data yang ditampilkan dalam diagram batang:

- a. **Tidak Berdampak:** Terdapat 32 orang mengatakan bahwa *cyberbullying* tidak berdampak pada kepercayaan diri mereka.
- b. **Berdampak Kecil:** Terdapat 20 orang mengatakan bahwa *cyberbullying* hanya berdampak kecil pada kepercayaan diri mereka.

- c. **Berdampak Sedang:** Terdapat 32 orang mengatakan bahwa *cyberbullying* memiliki dampak sedang pada kepercayaan diri mereka.
- d. **Sangat Berdampak:** Terdapat 16 orang merasa bahwa *cyberbullying* sangat mempengaruhi kepercayaan diri mereka.

Berdasarkan data yang disajikan pada gambar 6, dapat disimpulkan bahwa dampak *cyberbullying* terhadap kepercayaan diri berbeda-beda, dengan sebagian besar responden merasa tidak berdampak atau hanya berdampak sedang.



Gambar 7. Data Dukungan dari Keluarga dan Teman

Diagram batang pada gambar 7, menunjukkan tingkat dukungan yang diberikan oleh keluarga dan teman kepada individu yang mungkin mengalami *cyberbullying*, serta seberapa efektif dukungan tersebut menurut pandangan responden. Berikut adalah penjelasan data yang ditampilkan:

- a. **Tidak Terlalu Membantu:** Terdapat 10 responden merasa bahwa dukungan dari keluarga dan teman tidak terlalu membantu.
- b. **Membantu, Tapi Tidak Signifikan:** Terdapat 18 responden merasa dukungan dari keluarga dan teman membantu, namun tidak signifikan.
- c. **Ya, Sangat Membantu:** Terdapat 72 responden merasa bahwa dukungan dari keluarga dan teman sangat membantu.

Berdasarkan data yang disajikan pada gambar 7, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden (72 responden) merasa bahwa dukungan keluarga dan teman memiliki peran yang sangat positif dalam menghadapi masalah yang mungkin mereka hadapi, termasuk *cyberbullying*.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian *Systematic Literature Review* tentang pengaruh *cyberbullying* terhadap kepercayaan diri remaja, ditemukan bahwa *cyberbullying* dapat merusak kepercayaan diri, meningkatkan stres, dan memicu masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Faktor-faktor seperti frekuensi dan intensitas *cyberbullying* berpengaruh pada dampak yang dirasakan. Penggunaan media sosial yang berlebihan dan kurangnya pemahaman tentang etika digital dapat memperburuk kerentanan remaja terhadap *cyberbullying*. Pendidikan karakter, dukungan keluarga, dan kesadaran masyarakat penting untuk mengurangi dampak negatif *cyberbullying*. Orang tua, guru, dan lembaga pendidikan perlu lebih proaktif dalam memberikan edukasi dan menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja. Dukungan sosial dan pembelajaran tentang cara menangani *cyberbullying* diharapkan dapat membantu remaja meningkatkan ketahanan diri mereka di era digital.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi terhadap penelitian ini. Juga, kami menyampaikan penghargaan kepada semua responden yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam survei ini, sehingga memberikan data yang sangat berharga untuk penelitian ini.

Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga dan teman-teman yang telah memberikan dukungan moral selama penelitian ini berlangsung. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan menjadi dasar yang kuat untuk menciptakan lingkungan yang aman bagi remaja berdasarkan peran serta dukungan dari orang tua, guru, dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. L. Suban, C. B. Bada, and ..., "Fenomena *Cyberbullying* di Media Sosial Serta Dampaknya Terhadap Tingkat Percaya Diri dan Psikologis Remaja," *Increate-Inovasi dan ...*, 2023, [Online]. Available: <https://increate.nusanipa.ac.id/index.php/increate/article/view/64>
- [2] S. A. Ni'mah, "Pengaruh *Cyberbullying* pada Kesehatan Mental Remaja," *Prosiding Seminar Sastra Budaya dan Bahasa ...*, 2023, [Online]. Available: <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/sebaya/article/view/7002>
- [3] E. A. Astari, I. Astuti, and A. Fergina, "PENGARUH *CYBERBULLYING* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS IX SMP NEGERI 11 PONTIANAK," *Jurnal Pendidikan dan ...*, 2022, [Online]. Available: <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/60039>
- [4] F. T. Yulietta, H. N. A. Syafira, and ..., "Pengaruh *cyberbullying* di media sosial terhadap kesehatan mental," *De Cive: Jurnal ...*, 2021, [Online]. Available: <https://journal.actual-insight.com/index.php/decive/article/view/298>
- [5] I. A. Putri and M. Pratama, "Hubungan kepercayaan diri terhadap perilaku *cyberbullying* media sosial pada remaja," *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan ...*, 2021, [Online]. Available: <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/2925/0>
- [6] K. N. Dokubani and W. Hendriani, "Persepsi Remaja Terhadap *Cyberbullying*," *Jurnal Syntax Fusion*, 2023, [Online]. Available: <http://fusion.rifainstitute.com/index.php/fusion/article/view/354>
- [7] H. Sinaga and Y. Fidorova, "Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa siswi di lingkungan SMA Pancur Batu Sumatra Utara menggunakan metode PRISMA," *PubHealth Jurnal Kesehatan ...*, 2023, [Online]. Available: <https://jurnal.ilmubersama.com/index.php/PubHealth/article/view/243>
- [8] S. C. Simamora, V. Gaffar, and M. Arief, "Systematic Literatur Review Dengan Metode Prisma: Dampak Teknologi Blockchain Terhadap Periklanan Digital," *Jurnal Ilmiah ...*, 2024, [Online]. Available: <https://journal.universitassuryadarma.ac.id/index.php/ilmiahm-progress/article/view/1182>
- [9] R. Mohamed, M. Ghazali, and M. A. Samsudin, "A systematic review on mathematical language learning using PRISMA in Scopus database," *Eurasia Journal of ...*, 2020, [Online]. Available: <https://www.ejmste.com/article/a-systematic-review-on-mathematical-language-learning-using-prisma-in-scopus-database-8300>
- [10] M. I. Rachman and A. Sadikin, "Tren Publikasi Asuransi Siber: Evaluasi Melalui Lensa PRISMA Dalam Literatur Ilmiah," *Innovative: Journal Of Social Science ...*, 2024, [Online]. Available: <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/13371>
- [11] F. Alfiansyah, S. Lina, and M. Sitio, "Implementasi Metode Multimedia Development Life Cycle (Mdlc) Pada Aplikasi Edukasi Interaktif Pengenalan Mental Health Kepada Masyarakat Berbasis Mobile." [Online]. Available: <https://journal.mediapublikasi.id/index.php/logic>