HUBUNGAN ANTARA *CYBERBULLYING* DENGAN *GENERALIZED ANXIETY DISORDER* PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Strata1

Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi

Universitas Widya Dharma Klaten

Disusun oleh :

Tika Fauzia

1561100682

Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Universitas Widya Dharma Klaten

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA *CYBERBULLYING* DENGAN *GENERALIZED ANXIETY DISORDER* PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL

Diajukan Oleh :

Tika Fauzia

1561100682

Telah disetujui pembimbing untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 22 Agustus 2019

Pembimbing I	Pembimbing II
Hartanto, MA	**Winarno Heru Murjito, M.Psi., Psik**
NIK. 690 313 334	**NIK. 690 811 318**

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN

2019

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA *CYBERBULLYING* DENGAN *GENERALIZED ANXIETY DISORDER* PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten pada :
Hari : Kamis
Tanggal : 22 Agustus 2019
Waktu : 12.00 - selesai
Tempat : Universitas Widya Dharma Klaten

Dewan Penguji Skripsi,

Ketua	Sekretaris
Yulinda Erma Suryani, S.Pd, M.Si	**Dra. Dwi Wahyuni U, S.Psi, M.Phil**
NIK. 690 208291	**NIP. 196702241994032001**

Penguji Utama	Penguji Pendamping
Hartanto, MA	**Winarno Heru Murjito, M.Psi., Psik**
NIK. 690 313 334	**NIK. 690 811 318**

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Widya Dharma Klaten

Winarno Heru Murjito, M.Psi., Psik
NIK. 690 811 318

SURAT PERNYATAAN

Nama : Tika Fauzia

NIM : 1561100682

Jurusan : Psikologi

Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **"Hubungan Antara *Cyberbullying* Dengan *Generalized Anxiety Disorder* Pada Remaja Pengguna Media Sosial"** adalah benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya dalam skripsi ini diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila kemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh atas skripsi tersebut.

Klaten, Agustus 2019

Menyatakan,

Tika Fauzia

HALAMAN MOTTO

"Bermimpilah, karena Tuhan akan memeluk mimpi-mimpi itu"

—Andrea Hirata, Sang Pemimpi

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini adalah rasa syukurku kepada Allah SWT. Dan kupersembahkan untuk kedua malaikat yang telah datang di kehidupanku, kedua orang tuaku yang selalu mendoakan keselamatanku. Untuk adikku tercinta yang separuh hidupnya dihabiskan untuk mendengarkan celotehanku. Kepada Ani dan Anisa, terima kasih telah hadir dan mau mendengarkan seluruh keluh kesahku. Dan kepada diriku sendiri, terima kasih sudah mau bertahan.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penyusunan skripsi ini untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Satu (S-1) Jurusan Psikologi di Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universeitas Widya Dharma Klaten, dengan judul **"Hubungan Antara *Cyberbullying* Dengan *Generalized Anxiety Disorder* Pada Remaja Pengguna Media Sosial"**.

Skripsi ini tidak akan terwujud tanpa ada bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah membantu terutama kepada :

1. Bapak Prof. H. Triyono, M.Pd., selaku Rektor Universitas Widya Dharma Klaten.
2. Bapak Winarno Heru Murjito, M. Psi sebagai Dekan Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten.
3. Ibu Yulinda Erma Suryani, S.Pd., M.Si sebagai ketua Progam Studi Psikologi Jurusan Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten.

4. Bapak Hartanto, S.Psi,. M.A sebagai pembimbing I yang telah memberikan sebagian bantuan yang berupa sumbangan pikiran dan pengarahan hingga terselesaikan skripsi ini.
5. Bapak Winarno Heru Murjito, M.PSi sebagai pembimbing II yang telah membimbing skripsi ini hingga selesai dan sempurna.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten, terima kasih atas materi-materi perkuliahan dan pengalaman yang telah diberikan.
7. Kedua orang tuaku, terima kasih untuk doa dan motivasinya selama ini.
8. Untuk kedua sahabatku, Ani dan Anisa terima kasih telah hadir dan mau mendengarkan semua keluh kesahku. Semoga kalian berdua selalu dalam lindungan-Nya.
9. Teruntuk Yiska, Yuli, Agesti terima kasih untuk 4 tahun yang berharga ini. Terima kasih untuk canda, tawa, suka, dan duka selama ini. Semoga kita bisa melanjutkan kisah pertemanan kita yang menakjubkan ini.
10. Rekan-rekan Psikologi angkatan 2015 yang sudah berjuang bersamaku. Terima kasih untuk waktu dan kisahnya. *Let's walk on the flower path together*.
11. Terima kasih untuk EXO yang telah mewarnai masa-masa remajaku. Terima kasih telah membuatku untuk tak takut bermimpi.
12. Dan untuk semua teman-temanku yang tak bisa kusebutkan namanya satu per satu. Terima kasih untuk doa, dukungan, dan kontribusinya sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.

13. Semua rekan-rekan mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, maka penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca. Semoga segala kebaikan dan bantuan yang sudah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan yang lebih dari Allah SWT, dan penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi masyarakat dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Klaten, Agustus 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL…….. i

HALAMAN PERSETUJUAN…… ii

HALAMAN PENGESAHAN…….. iii

PERNYATAAN…… iv

MOTTO……. v

HALAMAN PERSEMBAHAN…… vi

KATA PENGANTAR…… vii

DAFTAR ISI…….. x

DAFTAR TABEL…….. xiii

DAFTAR LAMPIRAN……. xiv

***ABSTRACT*…… xv**

BAB 1 PENDAHULUAN……. 1

A. Latar Belakang…… 1

B. Rumusan Masalah…… 16

C. Tujuan Penelitian…… 16

D. Manfaat Penelitian…….. 16

BAB II LANDASAN TEORI…….. 18

A. *Bullying*…….. 18

1. Pengertian *Bullying*…… 18

2. Bentuk-bentuk *Bullying*……. 19

B. *Cyberbullying*…….. 22

1. Pengertian *Cyberbullying*……. 22

2. Definisi Korban (*victim*) *Cyberbullying*…… 25

3. Aspek-aspek *Cyberbullying*……. 26

4. Motif-motif *Cyberbullying*…… 31

C. *Generalized Anxiety Disorder*……. 33

1. Pengertian GAD……. 33

2. Aspek-aspek GAD……. 36

3. Perbedaan *Normal Anxiety* dan GAD……. 38

D. Remaja…….. 39

1. Pengertian Remaja……. 39

2. Karakteristik Remaja……. 41

E. Media Sosial……. 43

1. Pengertian Media Sosial…… 43

2. Karakteristik Media Sosial…… 43

3. Jenis-jenis Media Sosial…… 45

F. Hubungan antara *Cyberbullying* dengan GAD…… 46

BAB III METODE PENELITIAN…… 51

A. Metode Penelitian……. 51

B. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian…….. 51

C. Definisi Operasional Variabel…….. 52

D. Subjek Penelitian…….. 54

E. Alat Pengambilan Data……. 57

F. Teknik Analisis Data…….. 62

BAB IV PEMBAHASAN…… 64

A. Orientasi Kancah Penelitian……..64

B. Pelaksanaan Penelitian…….. 64

C. Uji Asumsi…… 66

1. Uji Normalitas……66

2. Uji Linearitas…… 68

D. Uji Hipotesis…… 69

E. Pembahasan…….. 69

BAB V PENUTUP……. 74

A. Kesimpulan…….. 74

B. Saran…… 75

DAFTAR PUSTAKA…… 77

LAMPIRAN…….. 79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print Skala *Cyberbullying*……. 58

Tabel 3.2 Blue Print Skala GAD…… 61

Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas…… 67

Tabel 4.2 Hasil Uji Linearitas……. 68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala *Cyberbullying* dan GAD…….. 79

Lampiran 2 Analisis Butir……. 88

Lampiran 3 Analisis Data Penelitian……. 97

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *CYBERBULLYING* DENGAN *GENERALIZED ANXIETY DISORDER* PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL

OLEH:

TIKA FAUZIA

1561100682

Seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi, masyarakat modern khususnya remaja menghabiskan waktu mereka untuk berselancar di dunia maya salah satunya yaitu menggunakan media sosial untuk memperluas pertemanan mereka. Namun, media sosial menyimpan sisi menakutkan yang mengintai setiap penggunanya. *Cyberbullying* adalah salah satu hal yang paling disoroti di era sekarang. Berbeda dengan *traditional bullying*, anonimitas membuat siapa saja bisa menyerang korban tanpa perlu takut ketahuan. Dampak bagi mental korban sangat serius salah satunya adalah *generalized anxiety disorder* atau gangguan kecemasan umum. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *cyberbullying* dengan *generalized anxiety disorder* pada remaja pengguna media sosial. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *cyberbullying* dan variabel terikatnya adalah *generalized anxiety disorder*. Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 75 orang remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala *cyberbullying* dan skala *generalized anxiety disorder*. Analisis data menggunakan Korelasi Product Moment dari Pearson dengan bantuan program SPSS versi 16.0. Dari hasil analisis diperoleh nilai Pearson Correlation sebesar 0,419. Artinya *cyberbullying* berhubungan secara positif terhadap *generalized anxiety disorder*.

Kata kunci: *Cyberbullying, Remaja, GAD.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pesatnya kemajuan teknologi membuat manusia seolah dimanjakan dengan lahirnya inovasi-inovasi terbaru tak terkecuali dalam bidang komunikasi. Berbagai macam *smartphone* dengan beribu kelebihan pun ditawarkan dan semakin canggih setiap tahunnya. Begitu juga dengan lahirnya internet, dewasa ini manusia bisa dengan mudah berbagi dan bertukar informasi kapan pun dan di mana pun dengan siapa pun bahkan tak mengenal jarak. Adanya internet diikuti dengan munculnya berbagai jenis media sosial seperti facebook, twitter, instagram, line, whatsapp, dan sebagainya.

Data BPS menyebutkan dari 143 juta jiwa anak muda, 54% sudah menggunakan internet. Namun 90,61% anak muda Indonesia memanfaatkan internet hanya untuk mengakses media sosial. Dari banyaknya pengguna internet di Indonesia, remaja menjadi salah satu penyumbang *user* ketiga terbanyak. Sebagaimana dikemukakan oleh Piaget (dalam Hurlock, 2003) secara psikologis, masa remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak

aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Remaja menggunakan media sosial untuk berbagi informasi, sebagai wadah berkeluh kesah, membagikan momen-momen indah, mencari teman yang memiliki selera sama dengannya, dan masih banyak lagi. Dari berbagai kelebihan media sosial terselip bahaya yang mengintai yaitu *cyberbullying* sebagai dampak penggunaan media sosial secara tidak sehat. Menurut Willard (2007) *cyberbullying* adalah perbuatan kejam yang dilakukan dengan sengaja kepada orang lain dengan mengirimkan hal-hal yang sangat berbahaya atau terlibat dalam sebuah agresi sosial dengan menggunakan internet atau teknologi digital lainnya. Aspek-aspek *cyberbullying* menurut Willard (2007) antara lain: (1) *flaming*, (2) *harassment*, (3) *denigration*, (4) *impersonation*, (5) *outing*, (6) *trickery*, (7) *exclusion*, dan (8) *cyberstalking*.

Sedangkan menurut Kowalski, dkk (2012) mendefinisikan *cyberbullying* sebagai agresi yang dilakukan dengan sengaja dan berulang kali yang dilakukan dalam konteks elektronik (seperti e-mail, blogs, pesan instan, pesan teks) terhadap seseorang yang tidak dapat dengan mudah membela dirinya, Dan kemudian membagi aspek-aspek *cyberbullying*

menjadi enam di antaranya adalah: (1) *flaming*, (2) *harassment*, (3) *denigration*, (4) *impersonation*, (5) *outing* dan *trickery*, dan (6) *sexting*.

Menurut Dhyta Caturani (dalam Tirto, 2016), perempuan lebih rentan mengalami *bullying* di media sosial. Mereka kerap direndahkan dengan disertai atribut seksual atau referensi lain dengan tujuan menghina. Kekerasan di ranah *online* antara lain *doxing* (mempublikasikan data personal orang lain), *cyberstalking* (akan mencapai tahap mengerikan ketika mengetahui aktivitas *offline*), dan *revenge porn* (penyebaran foto/video dengan tujuan balas dendam dibarengi intimidasi dan kekerasan). Tujuan kekerasan tersebut yaitu untuk pemerasan, pembungkaman, dan eksploitasi seksual yang berdampak menimbulkan rasa takut yang dapat berpotensi pada kekerasan fisik secara *offline*.

Data dari KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) (Kumparan, 2018) menyebutkan, *cyberbullying* mengalami peningkatan setiap tahunnya. Data yang diperoleh dari UNICEF pada tahun 2016, sebanyak 41 hingga 50 persen remaja di Indonesia dalam rentang usia 13 sampai 15 tahun pernah mengalami tindakan *cyberbullying*. Beberapa tindakan antara lain adalah *doxing* (mempublikasikan data pribadi orang lain), *cyberstalking* (penguntitan di dunia maya yang berujung penguntitan di dunia nyata), *revenge porn* (penyebaran foto atau video dengan tujuan balas dendam yang diikuti dengan tindakan intimidasi dan pemerasan), dan tindakan *cyberbullying* lainnya. Tahun 2015 dalam acara “Wanita Berbicara: Digital Sisterhood” mengungkapkan bahwa hampir 75 juta pengguna internet di

Indonesia dan usia anak-anak, yakni 12 sampai 18 tahun tercatat sebagai kelompok yang paling sering menggunakan internet (Tirto, 2016). Menurut Digital Forensic Analyst and Information Security Consultant, Ruby Alamsyah (dalam Tirto, 2016), kelompok remaja di usia 12 sampai 18 tahun tak punya perlindungan dan pengawasan oleh orang dewasa. Pada kelompok usia inilah risiko *cyberbullying* yang dilakukan oleh *trolls* paling rentan terjadi.

Peristiwa *trolls* atau *trolling* sering terjadi di media sosial seperti facebook dan twitter. Para penggunanya seringkali mem*bully* pengguna lainnya. *Trolling* adalah perilaku yang sering terjadi di forum *online* dengan memberikan komentar terus-menerus (bombardir komentar) yang berisi penghinaan, provokasi, dan ancaman (Ictwatch, 2013). Menurut Psikolog (dalam Tirto, 2016), menyebut *trolling* di internet terjadi karena *online disinhibition effect* yaitu di mana faktor seperti anonimitas, ketidaktampakan, minimnya otoritas, dan tak harus bertemu seseorang melahirkan budaya kebencian. Seseorang bisa berkomentar semaunya, memaki, menghina, dan tidak punya adab. Mengapa hal tersebut dapat terjadi. Alasannya sangat sederhana “merasa superior” karena menghina orang memberinya kepuasan. Seseorang yang melalukan tindakan seperti menghina, memaki, serta menikmati kebebasannya di internet disebut *trolls*: monster yang bersembunyi di kegelapan dan mengancam orang lain yang dianggapnya lebih lemah.

Cyberbullying atau perundungan di dunia maya adalah sebuah bentuk gertakan atau intimidasi yang pelaku lakukan untuk melecehkan korbannya melalui perangkat teknologi. Pelaku ingin melihat seseorang terluka, ada banyak cara yang mereka lakukan untuk menyerang korban dengan pesan kejam dan gambar yang mengganggu dan disebarkan untuk mempermalukan korban bagi orang yang melihatnya (Brequet, 2010:37). Perempuan, remaja, dan partisipan politik adalah kelompok yang paling sering menjadi korban perundungan di dunia maya. Tidak seperti *physical bullying/traditional bullying, cyberbullying* memungkinkan pelaku perundungan menggunakan identitas palsu. Anonimitas mempermudah pelaku untuk menyerang korban tanpa perlu melakukan kontak fisik.

Definisi korban (*victim*) *cyberbullying* menurut Kowalski (2008) (dalam Kusheriyanti, 2018) yaitu remaja yang biasanya menjadi target *cyberbullying* adalah mereka yang berbeda dalam hal ras, pendidikan, cacat, agama, dan mereka yang cenderung pasif, sensitif, lemah, dan biasanya mereka jarang bergaul atau keluar rumah. Menurut Marde (2010) dalam *National School Climate Center* mengatakan bahwa karakteristik remaja yang menjadi target *cyberbullying* ialah seorang remaja yang sensitif, pasif, menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami masalah dengan keterbelakangan mental, sering membiarkan orang lain mengendalikannya, dan cenderung depresi. Dalam beberapa penelitian korban (*victims*) *cyberbullying* cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah dibandingkan teman-teman sebayanya. Hal-hal tersebut yang membuat individu tersebut

mengalami kecemasan sosial dan cenderung menghindari kontak sosial (Camfield, 2006). Dampak-dampak dari *cyberbullying* bagi kesehatan mental korban sangat serius antara lain; korban mengisolasi diri, kemarahan, penghinaan, stres, depresi, gangguan tidur hingga gangguan kecemasan.

Perry & Potter (2007) membagi gangguan tidur menjadi 5 yaitu; insomnia (kesulitan untuk memenuhi kualitas dan kuantitas tidur), hipersomnia (keadaan di mana seseorang tidur secara berlebihan), parasomnia (jenis gangguan tidur yang terjadi pada anak-anak), apnea (keadaan di mana seseorang mengalami keadaan henti napas saat tidur), dan *sleep paralysis*.

Fitri Fauziah & Julianty Widuri (2007:77) membagi gangguan kecemasan dalam beberapa jenis yaitu; fobia spesifik (ketakutan yang tidak diinginkan karena antisipasi terhadap objek atau situasi yang spesifik), fobia sosial (ketakutan yang tidak rasional dan menetap biasanya berhubungan dengan kehadiran orang lain), gangguan panik (terjadinya serangan panik yang spontan dan tidak terduga), *generalized anxiety disorder*. Dan yang menjadi fokus penelitian ini yaitu GAD (*Generalized Anxiety Disorder*).

Korban *cyberbullying* seringkali depresi, merasa dirinya tak berguna, tertekan, dan tak berdaya. *Generalized anxiety disorder* muncul seiring dengan perasaan-perasaan negatif yang korban rasakan tersebut. Kegelisahan dan suasana hati yang buruk membuat korban rentan mengalami *generalized anxiety disorder*.

Generalized Anxiety Disorder (GAD) adalah kekhawatiran yang berlebihan dan bersifat pervasif, disertai dengan berbagai sintom somatik, yang menyebabkan gangguan signifikan dalam kehidupan sosial atau pekerjaan para penderita, atau menimbulkan stres yang nyata (Fauziah & Widuri, 2007).

Menurut *National Institute of Mental Health* (2016), *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) ditandai dengan kekhawatiran yang terus-menerus dan berlebihan tentang sejumlah hal. Individu dengan GAD merasa sulit untuk mengendalikan kekhawatiran mereka. Mereka mengkhawatirkan tentang uang, kesehatan, keluarga, pekerjaan, atau masalah lainnya. Dalam DSM-V™ mendefinisikan GAD sebagai kecemasan dan kekhawatiran yang berlebihan (harapan yang mengkhawatirkan), terjadi beberapa hari setidaknya 6 bulan, tentang sejumlah peristiwa atau kegiatan (Seperti pekerjaan atau prestasi sekolah). Individu sulit mengendalikan kekhawatirannya. Dengan gejala-gejala sebagai berikut: (1) gelisah, perasaan terkunci atau tegang, (2) menjadi mudah lelah, (3) kesulitan berkonsentrasi atau pikiran menjadi kosong, (4) lekas marah, (5) ketegangan otot, dan (6) gangguan tidur (sulit tidur atau tertidur, atau gelisah, kurang tidur).

Korban *cyberbullying* seringkali merasa tertekan, depresi, merasa dirinya tak berguna, dan tak berdaya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2012) didapatkan data 29% siswa pernah mengalami *cyberbullying*. Angka 29% cukup besar, melihat dampak yang ditimbulkan dari *cyberbullying*.

Tak jarang korban dari *cyberbullying* ialah pelaku *cyberbullying* tersebut. Seperti hasil penelitian Rahayu (2012), sebanyak 32% siswa pernah menjadi pelaku dari *cyberbullying* dan sarana yang paling banyak dilakukan adalah melalui jejaring sosial. Siswa yang mengalami *cyberbullying* yaitu sebanyak 51,3% menceritakan pengalamannya kepada temannya di sekolah, 30,5% tidak menceritakan pengalamannya kepada siapapun, dan 17,6% menceritakan pengalaman menjadi korban *cyberbullying* ke orang tua. Dari data tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa, remaja cenderung lebih mudah menceritakan pengalamannya menjadi korban *cyberbullying* kepada teman sebayanya dibandingkan dengan orang tuanya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pandie dan Weismann (2016) didapatkan data mayoritas responden sebesar 90% kadang-kadang membenci teman dan melampiaskannya dengan melakukan penghinaan berbalas-balasan di facebook (*Harrasment*). Sebanyak 85% "suka iseng/sekadar main-main" terhadap teman dengan mengirimkan gambar-gambar dan tulisan-tulisan yang menyakiti teman. Sebanyak 80% diketahui sering membuat akun palsu di facebook dan dengan sesuka hati mengirimkan pesan ancaman untuk mempermalukan teman. Angka yang sama, yakni 80% terkadang suka menyebarkan gosip atau rumor kepada teman melalui facebook. Di samping itu, sebanyak 75% sering memutuskan persahabatan dari daftar pertemanan di facebook terhadap teman yang menjadi saingan (*Exclusion*) dan sebanyak 70% dengan nama palsu, menyerang teman dengan kata-kata penuh ancaman untuk menakuti teman.

Sebanyak 70% mengatakan sering membuka akun facebook teman dan mengirimkan hal-hal buruk/fitnah tanpa sepengetahuan teman (*Impersonation*).Sebanyak 65% sering berusaha membujuk seseorang untuk mendapatkan rahasia dan menyebarkan rahasia tersebut (*Trickery*). 60% sering mengganggu teman dengan mengirimkan pesan teks berisi ancaman di *facebook* secara berulangulang/terus-menerus (*Cyberstalking*). Sedangkan 55% diketahui sering mengirimkan pesan teks di *facebook* yang isinya merupakan kata-kata yang penuh amarah (*Flaming*).

Kesimpulan pada bagian ini adalah bahwa responden memiliki bentuk *cyberbullying* yang bervariasi dan intensitas *cyberbullying* yang tinggi, dengan rata-rata skor 73%.

Hasil survei yang dilakukan oleh *latitude news* (dalam Secureteen, 2014), menemukan bahwa Indonesia merupakan negara dengan kasus *bullying* tertinggi kedua setelah Jepang dan Korea Selatan. Kasus *bullying* di Indonesia mengalahkan Amerika Serikat dan Kanada yang menempati urutan ketiga. Indonesia memiliki populasi terbesar keempat di dunia, dan juga merupakan salah satu penyumbang pengguna internet terbesar. Ada 64 juta pengguna facebook di Indonesia dan menjadikan Indonesia sebagai komunitas terbesar ketiga di situs jejaring sosial, sementara 15% dari cuitan dunia dihasilkan dari negara ini. Menurut Reuters (dalam Secureteen, 2014), menunjukkan bahwa Indonesia termasuk yang paling banyak mengalami *cyberbullied.*

Hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 29 Maret-14 April 2019 melalui beberapa media sosial. Pada jejaring sosial twitter kerap kali terjadi kasus seseorang berlindung dengan anonimitas mengirimkan foto orang lain tanpa sepengetahuan orang tersebut dan menyebarkannya lewat *autobase* (berbentuk *user generated content* yang dikirimkan melalui *direct message submissions* yang otomatis masuk ke lini masa dengan bentuk cuitan (*tweet)*) dengan maksud mempermalukan korban atau *outing*. Di bawah ini adalah beberapa contoh cuitan bernada kasar dan berpotensi merendahkan seseorang:

*"Imagine stup*** defending ava korea like this jeez it's a meme guys lulz"*

*"Ava korea argumennya gobl***"*

"Biasanya orang sombong matinya cepet"

*"Halu mulu lo anj***! Oppa lo aja ga kenal lo"*

*"Anj*** emosi sumpah ga ngotak"*

*"Gobl*** kamu nder"*

*""Gobl*** banget heran"*

*"Ga gendut ko. Pas. Cuman beg***nya yang kelebihan"*

Masih dengan jejaring sosial yang sama yaitu twitter. Beberapa orang terpancing dengan cuitan seseorang yang menimbulkan adanya perang komentar yang bersifat menghina, menyerang, dan dilontarkan dengan bahasa yang tidak sopan atau yang disebut *flaming* atau dapat pula berbentuk *trolls*. Yaitu melakukan tindakan seperti menghina, membuat lelucon, serta melakukan pelecehan. Lebih kejamnya lagi *trolls* tidak segan mempublikasikan rekening bank bahkan foto KTP seseorang. Beberapa pengguna twitter yaitu perempuan pernah mengalami pelecehan oleh

oknum-oknum tertentu melalui *direct message* yang berupa pesan-pesan melecehkan atau disebut *harassment*. Beberapa waktu lalu para pengguna media sosial twitter digemparkan dengan fenomena oknum meminta korbannya mengirimkan foto anggota tubuhnya yang tak lazim seperti; telapak kaki dan mata dengan dalih untuk keperluan tugas. Namun setelah diselidiki lebih lanjut, pelaku meminta korban mengirimkan foto tersebut untuk melampiaskan *festish* (ketergantungan seseorang pada obyek yang tidak hidup untuk memperoleh rangsangan seksual). Masih dengan media sosial twitter. Fenomena *follow* (mengikuti) dan *unfollow* (tidak mengikuti) serta *block* sering dijumpai di media sosial ini. Tak jarang pengunanya merasa sakit hati ketika ada seseorang yang meng-*unfollow* dirinya tanpa sebab. Fenomena *thread* beberapa tahun belakangan ini marak sekali di twitter. Mulai dari utas tentang informasi *daily routine skincare* hingga utas yang berisi masalah pribadi. Tak jarang utas yang berunsur masalah pribadi sering sekali berujung penghinaan terhadap orang yang dimasukkan dalam utas tersebut. Ingin menjadi "viral" adalah fenomena yang kini sedang menjangkiti beberapa pengguna twitter. Beberapa *thread viral* yang menggemparkan dunia adalah *thread* tentang Audrey. Bahkan ada beberapa yang menggunakan status berpengikut banyak untuk mencari mangsa yaitu perempuan.

Beralih ke media sosial line. Beberapa pengguna line pernah dikeluarkan dari *group chat* tanpa sepengetahuannya dan dikucilkan dari lingkaran pertemanan. Beberapa pengguna juga pernah diserang oleh beberapa

individu dengan menggunakan bahasa dan kata-kata yang tidak pantas, dan berisi penghinaan. Lain halnya dengan yang terjadi di instagram. Beberapa orang dengan mudahnya menghina penampilan fisik seseorang (*body shaming*) hanya dengan melihat foto korban yang ia unggah ke instagram pribadinya. Pada media sosial facebook, sering dijumpai penggunanya mengunggah foto seseorang yang sudah dimanipulasi dengan maksud untuk mempermalukan korban. Fenomena *trolling* adalah yang sering terlihat di media sosial ini. Pada media sosial whatsapp, fenomena seperti tidak menyimpan nomor telepon, *mute stories* teman adalah beberapa hal yang dapat menimbulkan konflik tersendiri. Seperti perasaan tidak dianggap, walaupun beberapa penggunanya mengaku tidak menyimpan nomor whatsapp temannya karena beberapa alasan yaitu, merasa kurang dekat, tidak sempat menyimpannya, malas, serta membatasi kontak.

Penelitian tentang gangguan kecemasan diantaranya adalah, mengutip dari penelitian Larasaty (2012), tentang *sleep paralysis* menyebutkan bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 98% mahasiswa (91,6%) pernah mengalami *sleep paralysis*. *The American Sleep Disorder Association* (1990) mendefinisikan *sleep paralysis* adalah ketidakmampuan tubuh mengendalikan otot *volunteer* selama *sleep onset* (*gypnagogic*) atau selama terbangun di antara waktu malam dan pagi (*hypnopompic*). *Sleep paralysis* didukung dengan halusinasi, perasaan tercekik, dan sulit menggerakkan lidah. Dalam keadaan ini, seseorang dapat membuka mata, menggerakkan

bola mata, dan melihat sekeliling. Keadaan ini berlangsung selama beberapa menit sampai dua puluh menit (Gillian, 2008).

Hasil penelitian Ranney, dkk (2015) tentang PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) yang berfokus pada PTSD dan hubungannya dengan *cyberbullying* pada remaja menyatakan bahwa, dari 353 remaja, 23,2% melaporkan gejala saat ini sesuai dengan PTSD, 13,9% memiliki gejala depresi sedang atau lebih tinggi, dan 11,3% melaporkan ide bunuh diri tahun lalu. Remaja umumnya melaporkan kekerasan fisik dari teman sebaya (46,5%), *cyberbullying* (46,7%), dan paparan terhadap kekerasan komunitas (58,9%). Pada *multivariate logistic regression*, kekerasan fisik dari teman sebaya, viktimisasi c*yberbullying*, paparan kekerasan komunitas, jenis kelamin perempuan, dan alkohol atau penggunaan narkoba lainnya berkorelasi positif dengan gejala yang konsisten dengan PTSD. Pada tahun 2017 sebut saja X menceritakan pengalamannya menjadi korban *cyberbullying* lewat jejaring sosial twitter yang dilakukan oleh pengikut salah satu *autobase.* Ia diberondong dengan komentar-komentar kejam dan kasar serta penghinaan hingga menyebabkan X didiagnosis menderita gangguan itu. X menceritakan bagaimana ia *survive* dari PTSD yang ia derita setelah mengalami *cyberbullying* tersebut. Hal ini sesuai dengan penelitain yang dilakukan Ranney, dkk (2015) bahwa *cyberbullying* dapat menyebabkan korbannya mengalami PTSD salah satu contohnya adalah apa yang dialami oleh X.

Hasil penelitian dari McBride (2015) tentang *generalized anxiety disorder* menyatakan, gangguan kecemasan merupakan hal yang umum masalah perilaku dan kesehatan mental anak. Gangguan kecemasan berkisar dari 8,33% hingga 27% tergantung pada level penurunan nilai yang diukur. Dalam populasi anak, GAD memiliki prevalensi sekitar 15% menjadikannya diagnosis kecemasan pediatrik paling umum kedua. Gejala GAD cenderung jarang muncul pada anak-anak kecil dan menjadi lebih lazim pada populasi remaja. Meskipun prevalensi tinggi, gangguan kecemasan mereka tidak diakui dan ditangani pada remaja. Pada tahun 2011, gangguan kecemasan didiagnosis hanya dalam 22% pasien remaja yang memenuhi kriteria diagnosis. GAD hadir sebagai kekhawatiran berlebih tentang berbagai masalah yang terjadi pada waktu yang lama. Gejala yang terkait termasuk gelisah, mudah lelah, ketegangan otot, sulit tidur, dan bermasalah dengan konsentrasi. Gejala-gejala GAD menyebabkan kesulitan pada orang yang terkena dalam kehidupannya sehari-hari, mengganggu kemampuannya untuk memiliki hubungan dengan teman sebaya yang normal, berdampak negatif pada fungsi keluarga, dan penyebab gangguan signifikan secara klinis dan kesulitan dalam bidang sosial, pekerjaan dan lainnya. Remaja dengan GAD dan gangguan kecemasan lainnya lebih mungkin pernah memiliki ide bunuh diri dan juga ancaman atau upaya melukai diri sendiri di masa lalu. GAD adalah faktor risiko penyalahgunaan alkohol dan rokok selama masa remaja, karena mereka yang menderita GAD dapat mengobati sendiri gejala ketegangan

fisiologis dan stres psikologisnya. Remaja dengan GAD juga kemungkinan akan mengalami kesulitan akademis, konflik di rumah, perjuangan dalam situasi sosial, dan citra diri yang negatif. Kesulitan dalam hubungan interpersonal menyebabkan lebih sedikit persahabatan dan menyebabkan remaja dengan GAD kurang disukai rekan-rekan mereka.

Dalam penelitian ini peneliti memilih subjek remaja karena pada masa ini remaja fokus mencari jati diri dan sebagai pengguan media sosial paling aktif. Mereka menggunakan media sosial untuk berkomunikasi dengan teman-temannya, mengeluarkan keresahan, berbagi aktivitas yang mereka suka, dll. *Cyberbullying* tak bisa dipungkiri kerap kali didengar bahkan beberapa remaja mengaku pernah menjadi korban. Perasaan sedih, stres, ketakutan, khawatir, hingga depresi membuat *cyberbullying* menjadi predator menakutkan bagi pengguna media sosial. Gangguan kecemasan umum menjadi salah satu dampak *cyberbullying* yang patut diwaspadai karena tak semua remaja memiliki mental yang kuat untuk melawan para penindasnya apalagi penindas yang menggunakan anonimitas seperti yang marak terjadi di media sosial. Oleh karena itu, peneliti ingin melihat adanya hubungan antara *cyberbullying* terhadap *generalized anxiety disorder* pada remaja pengguna media sosial. Serta membuktikan bahwa remaja yang pernah mengalami atau pernah menjadi korban *cyberbullying* berpotensi mengalami *generalized anxiety disorder*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: "Apakah Ada Hubungan Antara *Cyberbullying* Dengan *Generalized Anxiety Disorder* Pada Remaja Pengguna Media Sosial?"

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui 'Hubungan Antara *Cyberbullying* Dengan *Generalized Anxiety Disorder* Pada Remaja Pengguna Media Sosial.'

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wacana keilmuan psikologi dan menambah informasi agar dapat mengembangkan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan, psikologi klinis, dan psikologi sosial yaitu mengenai hubungan antara *cyberbullying* terhadap *generalized anxiety disorder* pada remaja pengguna media sosial. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi sebagai penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada:

a. Remaja mengenai hubungan antara *cyberbullying* terhadap *generalized anxiety disorder* pada remaja pengguna media sosial. Sehingga hal tersebut menjadi masukan sekaligus evaluasi terhadap remaja untuk menggunakan media sosial secara sehat agar terhindar dari bahaya *cyberbullying*.
b. Manfaat bagi orang tua yaitu memberikan pengetahuan tentang bahaya menggunakan *social media* khususnya bahaya-bahaya *cyberbullying*. Bagi orang tua, sepatutnya menambah wawasan mereka tentang bahaya *cyberbullying* serta meningkatkan kepekaan mereka terhadap perilaku anak-anak agar memperkecil risiko anak mengalami *cyberbullying*.
c. Peneliti selanjutnya dapat memanfaatkannya sebagai bahan bacaan atau referensi, jika ingin mengembangkan penelitian dengan variabel yang telah ada.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Hubungan Antara *Cyberbullying* Dengan *Generalized Anxiety Disorder* pada Remaja Pengguna Media Sosial adalah sebagai berikut:

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan "Ada hubungan antara *Cyberbullying* dengan *Generalized Anxiety Disorder* pada Remaja Pengguna Media Sosial". Hal tersebut dibuktikan dengan analisis menunjukkan hasil analisis diperoleh untuk nilai signifikansi dari korban *cyberbullying* dan *generalized anxiety disorder* yaitu sebesar 0,000. Artinya karena nilainya <0,05 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara *cyberbullying* dengan *generalized anxiety disorder.*

Dilihat dari nilai Pearson Correlation-nya yaitu sebesar 0,419 yaitu termasuk kedalam derajat hubungan 0,41 sd 0,60 maka berkorelasi sedang. Dapat disimpulkan bahwa *cyberbullying* berhubungan secara positif terhadap *generalized anxiety disorder* dengan derajat hubungan korelasi sedang. Maka hipotesis diterima.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Remaja

   Remaja hendaknya mampu dan paham cara menggunakan *social media* yang sehat agar meminimalisir adanya perundungan di jagad maya (*cyberbullying*). Di era teknologi digital seperti sekarang remaja dituntut peka akan bahaya *cyberbullying* hal ini bertujuan agar remaja tidak menggunakan teknologi untuk merundung teman dengan anonimitas yang bisa saja membuat korbannya menjadi trauma. Remaja juga dituntut peka dengan dirinya sendiri, apakah ia pernah mengalami perundungan atau pelecehan lewat *cyber*. Tak sedikit remaja yang menganggap mengolok-olok seseorang di dunia maya secara beramai-ramai adalah sesuatu hal yang biasa. Karena *cyberbullying* adalah sebuah kejahatan yang serius dan berulang itulah sebabnya remaja harus membiasakan diri menggunakan teknologi dengan bijak dan sehat mulai dari sekarang.

2. Bagi Orang tua

   Sebagai orang tua hendaknya lebih peka terhadap anak mereka. Bilamana sang anak tiba-tiba mengunci diri, murung, terlihat bersedih, tak lagi mau menjalankan hobinya sebagai orang tua harus merangkul anaknya. Apalagi di era digital sekarang, orang tua wajib paham mengenai dampak perundungan di dunia maya. Orang tua wajib mengetahui bahaya-bahaya apa saja yang dapat mengintai anak-anak mereka di dunia maya. Jangan

sampai sang anak mengalami kecemasan umum karena dampak dari *cyberbullying.*

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan mengenai *cyberbullying.* Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu meminimalisir kekurangan-kekurangan penelitian tentang *cyberbullying* ini yaitu pada bagian skala penelitian. Untuk peneliti selanjutnya, dapat meneliti *cyberbullying* yang ditinjau dari dampak apa saja yang dapat muncul jika seseorang mengalami *cyberbullying* sebut saja mengalami gangguan tidur atau yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

ADAA (Anxiety And Depression Association of America). 2018. *Generalized Anxiety Disorder*. Retrieved from: http://www.adaa.org/understanding-anxiety/generalized-anxiety-disorder-gad

Adrian Wells, Paul King. 2005. *Metacognitive Therapy for Generalized Anxiety Disorder: An Open Trial.* Elsevier.

Ageng Larasati. 2016. *Kecenderungan Perilaku Cyberbullying Ditinjau dari Traits Dalama Pendekatan Bigfive Personality pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Yogyakarta.* UIN Yogyakarta.

Ahmad Setiadi. 2017. *Pemanfaatan Media Sosial Untuk Efektifitas Komunikasi.* AMIK BSI Karawang.

Ali, Muhammad., Asrori Muhammad. 2006. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik.* PT. Bumi Aksara. Jakarta.

Atkinson, Rita L. 2011. *Pengantar Psikologi*. Erlangga. Jakarta.

Azwar, Saifudin. 2017. *Penyusunan Skala Psikologi.* Pustaka Pelajar. Yogyakarta.

Cervone, Daniel,. Pervin Lawrence A. 2011. *Kepribadian: Teori dan Penelitian, Edisi 10 Buku 1*. Salemba Humanika. Jakarta.

Elizabeth A. Hoge., dkk. 2013. *Mindfulness and Self-Compassion in Generalized Anxiety Disorder: Examining Predictors of Disability.* Hindawi Publishing Corporation. Volume 2013.

Gayatri Patel., Tonya L Fancher. 2013. *In the Clinic Generalized Anxiety Disorder.* American College of Physicians.

Hurlock, Elizabeth B. 2011. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta. Erlangga.

Inneke Kusheriyanti. 2018. *Pengaruh Pelatihan Empati Terhadap Perilaku Cyberbullying pada Remaja Skripsi.* UIN Surabaya.

Josetta Maria Remi La Tupattinaja. 2003. *Cemas Normal atau Tidak Normal.* Universitas Sumatera Utara.

King, Laura A. 2010. *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif.* Salemba Humanika. Jakarta.

Kowalski, Robin M., Limber, Susan P., Agatson, Patricia W. 2012. *Cyberbullying Bulling in the Digital Age*. Blackwell Publishing. West Sussex.

Maite Garaigordobil. 2015. *Psychometric Properties of The Cyberbullying Test, a Screening Instrument to Measure Cybervictimization, Cyberaggression, and Cyberobservation.* Journal of Interpersonal Violance.

Mayo Clinic. (2014). *Diseases and Conditions: Generalized Anxiety Disorder.* Retrieved from: http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/generalized-anxiety-disorder/basics/definitions/con-20024562

Mira Marie Pandie., Ivan Th J. Weisman. 2016. *Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelaku Maupun Sebagai Korban Cyberbullying pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar.* Jurnal Jafray. Vol.14.

Michon Elizabeth McBride. 2015. *Beyond Butterflies: Generalized Anxiety Disorder in Adolescents.* Wolters Kluwer Health.

National Institute of Mental Health (n.d). *Generalized Anxiety Disorder (GAD).* Retrivied from: http://www.nimh.nih.gov/health/topics/generalized-anxiety-disorder-gad/index.shtml

Psych Central. (2014). *Generalized Anxiety Disorder Symptomps.* Retrieved from: http://psychcentral.com/disorders/generalized-anxiety-disorder-symptoms/

Ricardo Guglielmo., Luigi Janiri and Gino Pozzi. 2016. *In New Perspective on Generalized Anxiety Disorder Clinical Presentation.* Nova Science Publisher. ISBN:978-1-62948-036-7

Ruby Larasaty. 2012. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Sleep Paralysis pada Mahasiswa FIK UI Angkatan 2008.* Universitas Indonesia.

Sarwono, Sarlito W. 2012. *Psikologi Remaja (Edisi Revisi).* Raja Grafindo Persada. Jakarta.

Smith, M &Segal, J (2015). *Generalized Anxiety Disorder (GAD).* Retrieved from: http://www.helpguide.org/articles/anxiety/generalized-anxiety-disorder-gad.htm

Susan Evans, Stephen Ferrando, Marianne Findler, Charles Stowell, Colette Smart, Dean Haglin. 2007. *Mindfulness-based Cognitive Therapy for Generalized Anxiety Disorder.* Elsevier.

Thomas Fydrich. (1992). *Realibility and Validity of The Beck Anxiety Disorder.* Journal of Anxiety Disorder. Vol.6.

William A. Kehoe. 2017. *Generalized Anxiety Disorder.* ACSAP Book 2.

Willard, Nancy E. 2007. *Cyberbullying and Cyberthreats.* Research Press. Illinois.

Yongrae Cho, Jasper AJ. Smith, Michael J. Telch. 2004. *The Speech Anxiety Thoughts Inventory: scale development and prelimintary psychometric data*. Elsevier.