

## PERUNDUNGAN SIBER MELALUI MEDIA SOSIAL FACEBOOK SEBAGAI FAKTOR PEMICU PERCOBAAN BUNUH DIRI

Wisnu Nugroho Hidayat  
Chazizah Gusnita

### ABSTRACT

*This time, social media cannot be separate from human life. There is no day without social media especially for teenager who are almost twenty four hours active on social media. Social media such as facebook has become a place for teenagers to do social interaction. The lack of control over the use of social media can have a bad impact for teenager who use it. One of the bad thing that can arise is cyberbullying. The meaning of cyberbullying is a bullying that carried out through online media such a social media. Cyberbullying give the psychological impact for victim that can make depression so that they think and try to commit suicide attempts. The method used in this study is a qualitative approach. The informants of this study are victim of cyberbullying on facebook and has committed suicide attempts.*

**Keyword:** *cyberbullying, teenager, depression, suicide attempt*

### Pendahuluan

Terbukanya jendela media sosial membuat manusia memiliki kesempatan yang lebih leluasa dan jauh lebih mudah untuk berinteraksi satu sama lain. Situs jejaring sosial merupakan sebuah layanan berbasis internet yang berfungsi untuk membangun relasi dengan orang lain dengan kesamaan minat atau teman di dunia nyata, membuat profil publik maupun semi-publik, dan melihat serta membagikan daftar koneksi atau konten tertentu dengan orang lain yang terdaftar di jejaring sosial tertentu (Ellison, 2008). Berdasarkan survei yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dan *We Are Social (Southeast Asia Digital in 2015)*, 79 juta dari 88,1 juta pengguna internet di Indonesia menggunakan media sosial media dan mayoritas penggunaanya adalah berusia 18-25 tahun. Dengan pengguna *facebook* usia 13 sampai 19 tahun di tahun 2015 berjumlah 26 juta.

Gawai dan berbagai macam media sosial merupakan elemen yang tidak akan pernah terpisahkan dari kehidupan milenial saat ini. Prof. Siswanto Agus Wilopo (*Public Mental Health Weeks 2018*) mengemukakan bahwa sosial media sejak lama sebenarnya menjadi faktor penting. Persoalannya media sosial itu bisa positif bisa negatif. Saat ini masing-masing individu tidak terlalu selektif dalam melihat informasi tersebut sehingga, yang diserap oleh anak-anak sekarang lebih banyak negatifnya. Salah satunya adalah *cyberbullying* yang datang menjadi akibat dari derasnya kebebasan individu dalam menyuarakan pendapatnya di media sosial. Keterlibatan diantara pelaku, korban, dan saksi saling berkaitan erat dalam merangkai *cyberbullying*. Berbagai orang dengan latar belakang yang berbeda melakukan *cyberbullying* tanpa terikat oleh batasan usia, jenjang pendidikan, jenis kelamin, maupun status (Nurhadiyanto, 2018).

Penggunaan media sosial yang tidak selektif dalam menerima informasi yang terus muncul di taman dunia maya dapat memicu depresi terutama pada remaja yang mayoritas merupakan pengguna dari media sosial. Sebanyak 800.000 kasus bunuh diri telah dilaporkan setiap tahun dengan depresi sebagai faktor utama (WHO, 2015). Di Indonesia, depresi dikategorikan sebagai gangguan mental-emosional dan presentasinya hingga 6% dari total populasi (Riskesdas, 2013). Pengaruh dari depresi beragam dan beberapa bergantung pada mediatornya. Kenakalan remaja dilaporkan memiliki korelasi sebagai hasil dari depresi, dan tingkatnya beragam tergantung pada kepribadian ekstrovert-introvert pada individu (Ibaniati, 2005). Menurut psikolog klinis Veronica Adesla “Depresi membuat seseorang tidak mampu berfungsi dengan baik dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Ia terganggu dalam berfikir logis, merasa secara sehat, bertindak, dan mengambil keputusan,” (Putri, 2018). Akibat dari terganggunya pemikiran secara logis bukan hal yang tidak mungkin jika depresi menjadi gerbang dari perilaku bunuh diri.

Salah satu contohnya adalah kasus di India, seorang remaja perempuan berusia 17 tahun mengakhiri hidupnya setelah mengalami *cyberbullying* di jejaring sosial *facebook* hingga membuat korban menjadi depresi yang amat berat (Ningrum, 2014). Tidak hanya di India, kasus lainnya juga terjadi di Australia. Amy Dolly Everett, gadis berusia 14 tahun yang melakukan tindakan bunuh diri setelah mengalami cyber-bullying di media sosial.

Berdasarkan hal tersebut, dapat dikatakan bahwa penggunaan sosial media *facebook* adalah meningkatnya kadar depresi terutama yang dialami oleh remaja akibat *cyberbullying* yang terjadi di media sosial dan juga faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kadar depresi remaja bahkan hingga dapat mendorong untuk melakukan percobaan bunuh diri. Banyak remaja yang menggunakan sosial media untuk sekedar me-refresh pikiran dari jenuhnya rutinitas, namun sosial media justru menjadi salah satu faktor pendorong depresi. Teori kontrol sosial akan digunakan dalam penelitian untuk menjelaskan bahwa keadaan sosial dan struktur sosial dapat mengendalikan dan mendorong individu atau bahkan kelompok untuk dapat melakukan suatu hal.

## Metode Penelitian

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini kualitatif yakni dengan cara menerangkan, memberi gambaran, dan mengkualifikasikan data yang terkumpul secara apa adanya. Setelah mendapat data maka akan ditarik suatu kesimpulan. (Moleong, 2007). Dalam penelitian ini peneliti akan mendeskripsikan bagaimana sebuah *cyberbullying* di media sosial *facebook* dapat menjadi pemicu depresi pada remaja yang berujung pada bunuh diri. Data primer penelitian diperoleh dari wawancara dengan empat orang narasumber yang pernah mengalami *cyberbullying* di media sosial *facebook* saat remaja hingga mengalami depresi dan pernah melakukan percobaan bunuh diri.

## Aktivitas Fenomena *Cyberbullying* di *Facebook*

*Cyberbullying* yang muncul di Indonesia itu muncul memang karena akibat dari teknologi yang berkembang. Perkembangan teknologi telah memberikan akses kepada anak-anak sehingga dapat digunakan dengan bebas yang berakhir pada

*cyberbullying*. Dalam beberapa kasus, *cyberbullying* mengakibatkan korban mengalami depresi, tertekan, stress, tidak mau berangkat sekolah akibat dari intimidasi oleh teman-temannya (Waskito, 2018). Menurut Lucky Nurhadiyanto siapapun dapat menjadi korban *cyberbullying* bahkan seorang kepala Negara tak luput dari sasaran menjadi korban *cyberbullying*. Selain itu setiap orang berpotensi menjadi korban dan juga berpotensi menjadi pelaku dari *cyberbullying*. *Bullying* yang bersifat konvensional dapat berkembang menjadi *cyberbullying*. Sangat memungkinkan jika kasus *cyberbullying* menjadi *bullying* konvensional akibat dari berawal di media sosial hingga mengarah menjadi kekerasan dan *bullying* di dunia nyata.

Retno Listyarti dari bidang pendidikan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menegaskan bahwa pelaku akan selalu memiliki cara untuk melakukan pem-bully-an berdasarkan kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki target. Kasus *cyberbullying* menjadi tinggi karena *bully* yang terjadi secara konvensional di dunia nyata mulai berpindah ke dunia maya atau bahkan dapat terjadi di dua tempat secara bersamaan. Terdapat empat faktor terjadinya *cyberbullying*. Faktor yang pertama adalah adanya *hungry power*, dimana dalam hal ini pelaku mencari dominasi dari korban. Jika dilihat dari sudut pandang *social bond*, maka adanya kelompok tertentu yang bersifat dominan dan kelompok yang berusaha ditekan sehingga membentuk kelompok dominasi superior dan inferior. Faktor kedua adalah hanya sekedar untuk kesenangan. Dimana pelaku memang sengaja melakukan *cyberbullying* untuk mendapatkan kesenangan dan hiburan semata. Jika kita lihat dari sudut pandang kriminologi klasik maka itu adalah hal yang bersifat *free will* yang artinya melakukan *cyberbullying* sebagai kesenangan adalah kebebasan setiap orang untuk melakukan apapun. Faktor ketiga dari terjadinya *cyberbullying* adalah karena adanya dendam. Karena sifat dari *cyberbullying* adalah tidak nampak pelakunya secara langsung sehingga menjadikan individu yang pernah menjadi kelompok inferior dengan bertemu media dan berusaha untuk melakukan *cyberbullying*. Kemudian faktor keempat adalah terjadinya *cyberbullying* secara tidak sadar. Terkadang secara tidak sadar seseorang telah melakukan *cyberbullying* akibat dari respon *like*, *dislike*, maupun dengan ikut mengomentari suatu hal di media sosial.

### **Jenis-Jenis Cyberbullying**

*Cyberbullying* tidak hanya sekedar melakukan *hate speech* atau menyebarkan foto semata. *Cyberbullying* terbagi menjadi delapan bentuk (Sucianto, 2018). Delapan bentuk dari *cyberbullying* itu meliputi:

#### **1. Outing**

*Outing* merupakan tindakan membagikan rahasia informasi atau gambar memalukan orang lain secara *online*. Dalam hal ini *outing* dapat berarti seperti mempermalukan orang lain melalui media sosial dengan cara menyebarkan informasi pribadi yang bersifat rahasia maupun foto atau gambar pribadi milik korban. Informan IKP mengakui bahwa dirinya mendapat *cyberbullying* dengan jenis *outing*. Pada informan IKP, foto milik korban tersebar luas melalui media sosial *facebook* dan *BBM*.

#### **2. Trickery**

*Trickery* adalah tindakan yang diawali dengan berbicara dengan orang lain untuk mengungkap rahasia atau informasi memalukan miliknya, kemudian

dibagikan tanpa izin. Contoh dari *trickery* ini adalah seperti menyebarkan *screenshot* dari curhatan seseorang dengan tujuan untuk menyebarkan informasi tersebut di media sosial.

### 3. *Denigration*

*Denigration* adalah tindakan membenci seseorang secara *online* dengan cara mengirimkan atau memuat suatu rumor-rumor tertentu untuk merusak reputasi atau relasi korban. Dalam kasus *denigration* ini kita dapat melihat seperti contohnya akun-akun gosip di media sosial dengan tujuan menjatuhkan reputasi tertentu. Selain akun gosip di media sosial juga terdapat akun *buzzer* yang berfungsi menggiring opini publik agar tujuan *buzzer* untuk membenci suatu orang dapat tercapai. Berdasarkan kasus yang dialami oleh informan IKP, informan selain mendapat *cyberbullying* berupa *outing* juga mendapat *cyberbullying* dengan jenis *denigration*. Hal ini berakibat dari *outing* yang diterima korban menjadi pemicu terjadinya *denigration* yang membuat korban terlibat suatu rumor-rumor yang tidak benar dan rusaknya reputasi dari korban.

### 4. *Exclusion*

Jika sedang berada pada forum diskusi *online* atau suatu *group chat* dan pesan yang dikirimkan dalam forum tersebut hanya di abaikan tanpa respon dari anggota forum yang lain, itu berarti sedang terjadi *exclusion*. *Exclusion* adalah tindakan pengabaian secara sengaja kepada orang lain dalam forum diskusi *online*.

### 5. *Cyberstalking*

*Cyberstalking* berarti pelecehan dan penghinaan secara berulang-ulang yang melibatkan ancaman atau menimbulkan ketakutan yang berarti bagi korban. Contoh dari *cyberstalking* ini adalah penguntit akun sosial media milik orang lain, lalu mengancam orang tersebut dengan hasil *stalking*-nya. *Cyberbullying* jenis ini pernah dialami oleh informan AP, yang mana pada saat itu informan sudah melakukan *deactive* pada akun *facebook*-nya namun pelaku terus meneror korban melalui SMS layaknya seorang penguntit yang terus mengikuti sasarannya.

### 6. *Flaming*

*Flaming* adalah pertengkaran dengan melibatkan kemarahan dan bahasa vulgar yang dilakukan menggunakan pesan elektronik. Jika dalam sosial media *flaming* biasa terjadi pada suatu forum diskusi yang cenderung memojokkan suatu pihak hingga timbul kemarahan melalui pesan elektronik. Dari hasil wawancara dengan keempat informan, *flaming* merupakan jenis *cyberbullying* yang paling banyak diterima oleh informan. Tiga dari empat informan mengalami *flaming*. Informan CP mengalami *flaming* di media sosial *facebook* dan *twitter* dengan kata-kata yang menyakitkan yang dilakukan oleh teman-teman sekolahnya. Sedangkan pada informan EL, informan mengalami *flaming* lantaran fotonya dikomentari dengan komentar yang menyakitkan oleh lebih dari lima puluh pengguna *facebook*. Pada kasus yang dialami informan AP, informan mendapatkan *flaming* oleh seorang akun anonim yang terus-menerus meneror informan dan memberikan ucapan-ucapan yang membuat mental korban menjadi *down*.

### 7. *Harassment*

*Harassment* merupakan pesan yang buruk, kejam, dan menghina yang dikirim secara berulang-ulang. *Harassment* dapat berarti seperti mengirimkan status

atau pesan yang bersifat menyinggung seseorang. Pada jenis *cyberbullying* ini, dialami oleh informan EL, melalui fotonya yang dikomentari oleh banyak pengguna *facebook* tentunya ada komentar yang berisi suatu bentuk *harassment* pada komentarnya.

#### 8. *Impersonation*

*Impersonation* berarti berpura-pura untuk menjadi orang lain yang kemudian mengirimkan atau memuat sesuatu yang dapat membuat orang tersebut berada dalam masalah atau merusak reputasi dan relasinya. Seperti sering kita lihat akun-akun *cloning* dari seseorang dengan tujuan untuk menggiring opini publik dan membuat orang tersebut rusak reputasinya.

### **Dampak Media Sosial**

Dampak positif dari sosial media tentu telah memberikan pengaruh pula pada terhadap perubahan sosial masyarakat ke arah yang lebih baik lagi tetapi dampak negatif dari media sosial justru cenderung membawa perubahan sosial masyarakat yang dapat menghilangkan nilai-nilai atau norma di masyarakat Indonesia. Pengaruh negatif tersebut seperti sering terjadinya konflik antar kelompok tertentu dengan latar belakang pemicunya adalah isu suku, ras, dan agama (Alviani & Gusnita, 2018). Bagi kalangan remaja, media sosial bagaikan candu yang membuat *user* dari media sosial itu terus mengaksesnya tanpa henti dan merasa tiada hari tanpa media sosial. Kaum remaja saat ini sangat ketergantungan terhadap media sosial. Generasi remaja ini sangat identik dengan gawai yang hampir 24 jam berada di tangan dan sangat sibuk menjelajahi taman dunia maya yang tidak pernah tidur. Misalnya adalah untuk mengakses media sosial seperti *facebook*, media sosial tersebut bisa diakses dimana saja dan kapan saja hanya dengan menggunakan gawai.

### **Kekerasan Verbal dalam Media Sosial**

Sebagian besar narasumber mengaku sudah menggunakan media sosial sejak tahun 2008 yang mana itu berarti sudah satu dekade lebih *facebook* telah menemani kehidupan mereka hingga saat ini. Hal ini tidak menutup kemungkinan bahwa konten-konten yang mereka lihat di *facebook* itu selalu konten yang positif, namun mungkin saja pada waktu tertentu menemukan konten-konten negatif seperti kekerasan verbal dan ujaran kebencian terhadap suatu hal, atau mungkin berisi suatu teror ancaman tertentu. Jika melihat dari hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis, narasumber mengaku sering menemukan konten-konten yang bermuatan kekerasan verbal saat sedang menggunakan media sosial di berbagai *platform*. Contoh muatan kekerasan verbal yang ditemukan seperti ujaran kebencian, *body shaming*, dan lain-lain yang dapat menyinggung suatu individu tertentu.

Kejahatan disebabkan oleh beberapa faktor seperti ekonomi, pergaulan, kesempatan yang ada, dan lain-lain (Pratama, 2017). Faktor tersebut tentunya telah menunjukkan efek-efek yang tidak baik. Jika melihat kasus ini, media sosial yang bersifat bebas membuat orang dapat berinteraksi dengan siapa saja bahkan secara anonim, maka kesempatan untuk melakukan tindak kekerasan verbal dan *cyberbullying* juga meningkat. Selain itu jika dilihat dari pergaulan, bukan tidak mungkin yang tadinya tidak bermaksud melakukan hal itu namun karena



banyaknya warganet yang melakukan *cyberbullying*, maka muncul suatu dorongan untuk melakukan hal yang sama yaitu melakukan *cyberbullying* itu sendiri.

Dalam berselancar di media sosial, setiap informan yang penulis wawancarai mengaku sering melihat konten-konten yang bermuatan kekerasan verbal di media sosial. Menurut pengakuan informan AP, informan pernah melihat salah satu komentar yang bersifat menjatuhkan dengan kata-kata yang amat kasar. Berdasarkan informan EL, kekerasan verbal yang sering ditemui oleh informan adalah kekerasan verbal berupa rasisme, *body shaming*, dan masalah tentang kepercayaan. Berbeda dengan kekerasan verbal yang ditemui oleh informan CP, karena *circle* pertemanan informan CP merupakan kalangan *illustrator* maka kekerasan verbal yang ditemukan oleh informan CP lebih sering berupa menjelek-jelekkan dan merendahkan suatu karya dari *artist*.

Dalam wawancara dengan Retno Listyarti, dijelaskan bahwa, pada era ini jari-jari seseorang maupun kelompok dapat membunuh seseorang. Tidak hanya anak-anak, orang dewasa juga dapat menjadi korban. Hal ini karena dampak kekerasan verbal termasuk *cyberbullying* yang amat dasyat mengakibatkan korban berfikir pendek untuk mengakhiri hidupnya.

### **Tempat yang Aman Bagi Korban Cyberbullying**

Jika melihat dampak dari korban *cyberbullying* pasti akan ada suatu efek yang terjadi pada korban. Sebagaimana dikutip dari jurnal *Cyberbullying: Overview and Strategies for School Counsellors, Guidance Officers, and All School Personnel*, korban *cyberbullying* tidak akan pernah menemukan suatu tempat yang aman bagi mereka. Jika hanya *bullying* secara nyata, korban biasanya telah aman dari gangguan pelaku *bullying* saat telah berada di rumah mereka. Tetapi dalam *cyberbullying*, korban tidak akan merasa aman walaupun sedang berada di rumah. Ini karena, pelaku dapat tetap melakukan aksi *bullying*-nya melalui media internet dan aplikasi *mobile* (Bhat, 2008). Contohnya adalah kasus *bullying* yang terjadi oleh teman sekolah, *bullying* tentunya hanya akan terjadi ketika pelaku dan korban sedang bertemu yaitu pada saat di sekolah dan jika korban sedang berada di rumah itu berarti korban akan aman karena tidak bertemu dengan pelaku. Lain cerita dengan *cyberbullying*, akibat dari luasnya jangkauan internet yang tanpa batas jarak, maka *bullying* dapat dilakukan dimana saja, bahkan saat korban sedang di rumah tetap menerima *bullying* jika terkoneksi dengan media sosial. Itu artinya tidak ada tempat yang aman bagi korban *cyberbullying*.

Bedasarkan pernyataan dari informan CP, ia mengakui bahwa tidak menemukan tempat yang aman dari kejadian ini. Terlebih ia mengalami *cyberbullying* oleh teman sekolahnya sendiri yang mengakibatkan ia tidak berani untuk masuk ke sekolah lantaran *cyberbullying* yang dialaminya dan tidak berani juga untuk membuka media sosial. Ketakutan yang dialami seakan membuatnya tidak memiliki tempat yang aman dari kejadian ini.

Hal yang dialami oleh informan CP juga dialami oleh informan IKP. Akibat dari *cyberbullying* jenis *outing* yang membuat fotonya tersebar di kalangan teman-teman sekolahnya, IKP merasa tidak aman saat pergi ke sekolah maupun saat membuka *handphone*-nya. Bahkan IKP mengaku bahwa ia sempat takut jika membuka media sosial. Di sekolah, IKP terus mendapat pengasingan dari teman-temannya, yang membuat korban menjadi merasa tidak memiliki tempat yang aman.

Menurut narasumber dari KPAI, Retno Listyarti, seorang korban akan memiliki tempat yang aman ketika korban mau bicara. Karena dengan bicara maka akan ada pertolongan seperti dari orang tua maupun guru jika itu berada di lingkungan sekolah. Namun masalah yang ada pada saat ini adalah terkadang orang tua dari remaja terlalu sibuk sehingga tidak ada tempat untuk mengadu. Guru juga terkadang tidak terlalu peka terhadap hubungan antar murid-muridnya. Walaupun tentunya setelah melakukan *speak up* bukan berarti langsung aman dari hal itu, pastinya akan ada *bullying* yang lebih karena bicara. Namun dengan bicara dan melawan adalah salah satu cara untuk mencari perlindungan dari *cyberbullying*.

### **Kontrol Sosial dalam *Cyberbullying* Sebagai Pemicu Depresi**

Teori kontrol sosial adalah teori yang menyatakan mengapa seseorang melakukan atau tidak melakukan tindak kejahatan. Kontrol sosial juga dapat berupa pengendalian lingkungan terhadap individu yang memiliki suatu efek tertentu. Kriminolog Universitas Budi Luhur, Lucky Nurhadiyanto menyebutkan bahwa adanya peran kontrol sosial dan keterkaitan antara kontrol sosial dengan *cyberbullying*. Namun akan berbeda jika konteks pembicaraannya adalah kontrol sosial yang ada pada dunia konvensional dan kemudian berbicara tentang kontrol sosial dalam dunia digital. Tentunya hal ini didasarkan pada faktor adanya *cyber ethic* bahwa di dalam *cyberspace* telah berkembang kontrol sosial yang berbeda. Berdasarkan wawancara dengan seorang psikolog, Ike Mustika, menyatakan bahwa efek dari *bullying* adalah tidak percaya diri dan merasa ragu-ragu, mengalami halusinasi, dan takut terhadap sosial sekitarnya. Kemudian berdasarkan dari pernyataan Lucky Nurhadiyanto, dampak dari *cyberbullying* dapat diklasifikasikan yang pertama adalah dampak secara psikis. Dimana korban merasa tertekan dan traumatik akibat dari *cyberbullying* yang tidak memiliki luka yang kasat. Kemudian dari segi sosial korban mendapat perlakuan dikucilkan dari kelompoknya karena dianggap *outsider* dari kelompoknya. Menurut Retno Listyarti, dampak dari *cyberbullying* ini adalah depresi, karena remaja tertentu bisa menganggap hal itu sebagai masalah yang besar. Retno Listyarti juga menegaskan bahwa *bully* atau tidaknya itu bukan pelaku yang menentukan melainkan yang menentukan itu *bully* atau bukan adalah korban sendiri. Karena bisa saja tanpa maksud melakukan *cyberbullying* tanpa sadar pelaku sudah melakukan *cyberbullying*. Narasumber berinisial IKP mengungkapkan keadaan sosialnya saat mengalami *cyberbullying*. Saat mengalami *cyberbullying* yang berupa *outing*, foto miliknya tersebar di lingkungan sekolah yang mengakibatkan korban diasingkan oleh lingkungan sekolahnya. Hal ini membuat korban menjadi sangat depresi.

Dari kasus yang alami oleh IKP, dapat ditarik suatu garis yang menghubungkan bagaimana keadaan sosialnya memberikan suatu dampak sehingga korban mengalami depresi berat akibat dari *cyberbullying outing* yang diberikan oleh teman sekolahnya. Mengakibatkan korban dikucilkan dari lingkungan sosialnya.

Berbeda dengan IKP, kasus yang di alami oleh EL yang mengalami *cyberbullying* berupa *flaming* dan *harassment*. EL mengungkapkan pengalamannya bahwa ia pernah mengupload foto ia sedang ber-*cosplay* di akun facebook-nya dan foto itu mendapat respon *bullying* oleh warganet. Akibat dari banyaknya respon warganet yang berupa *flaming* dan *harassment*, EL mengalami depresi dan tidak berani untuk *speak up* di media sosial. Dorongan-dorongan oleh lingkungan sosial

baik secara langsung maupun secara virtual inilah menjadi salah satu pemicu dari korban mengalami depresi. Apakah *cyberbullying* merupakan hal yang aneh? Pada era ini tentu saja tidak, sebagian besar orang sudah menganggap *cyberbullying* menjadi bagian dari kehidupan yang kerap dijumpai saat bermain media sosial.

Menurut Hirschi (1969), seseorang dapat dengan bebas untuk melakukan kejahatan atau penyimpangan-penyimpangan perilakunya. Berdasarkan kasus yang di alami oleh narasumber tersebut, pelaku dan korban tidak terkait akan adanya empat unsur keterkaitan, ketersangkutan, keterlibatan, maupun nilai dan norma. Seperti misalnya, tidak adanya ketersangkutan yang menghasilkan untung dan rugi bagi pelaku jika melakukan *cyberbullying* tersebut. Saat melakukan aksinya, pelaku tentunya tidak akan mengalami kerugian apapun melainkan mendapat suatu keuntungan secara psikis karena telah meluapkan apa yang ingin diluapkan tanpa memikirkan dampak kepada korban seperti yang telah diungkapkan oleh Lucky Nurhadiyanto bahwa salah satu motif dari *cyberbullying* adalah hanya untuk senang-senang. Dalam hal ini juga menyangkut nilai dan norma. Seperti kasus yang di alami oleh AP yang mengalami *cyberbullying* dari seorang yang tidak dikenal dan bersifat anonim. Karena bersifat anonim inilah sehingga pelaku merasa tidak terikat dengan nilai dan norma yang berlaku. Berdasarkan pengakuan AP, ia mengalami *cyberbullying* dari orang yang tidak dikenal lantaran AP dekat dengan seseorang dan di kecam oleh akun anonim yang terus-menerus menerornya. Dari *cyberbullying* bertipe *cyberstalking* inilah AP memiliki dorongan untuk menjadi pribadi yang depresi.

Menurut psikolog Ike Mustika, dorongan-dorongan negatif yang diterima oleh korban secara terus-menerus akan mengakibatkan rasa takut yang berlebihan dan akan takut untuk menemui hari esok yang bila mana esok hari tentunya korban akan dapat bertemu kembali dengan pelaku. Ketakutan-ketakutan inilah yang mengakibatkan mengapa seseorang bisa mengalami depresi. Jika mengacu teori kontrol sosial, tentunya sosial media sangat berpengaruh terhadapnya lantaran media sosial sebagai suatu *social circle* dalam dunia maya yang dapat mendorong terjadinya *cyberbullying*.

Seorang narasumber berinisial CP mengungkapkan bagaimana keadaan sosialnya yang membuat ia menjadi depresi. CP bercerita karena ia memiliki sebuah grup di sekolahnya dan menyatakan ingin keluar dari grup tersebut, CP lalu mendapat *hate speech* melalui media sosial *facebook* dan *twitter* oleh teman satu grupnya. Karena *hate speech* dari lingkungan grupnya itulah CP menjadi amat depresi sehingga tidak berani untuk pergi kesekolah. CP mengatakan bahwa saat ini ia bahkan sudah tidak berinteraksi dengan teman satu grupnya itu karena masih terbayang-bayang bagaimana mereka terus-terusan menjelek-jelekan korban melalui media sosial.

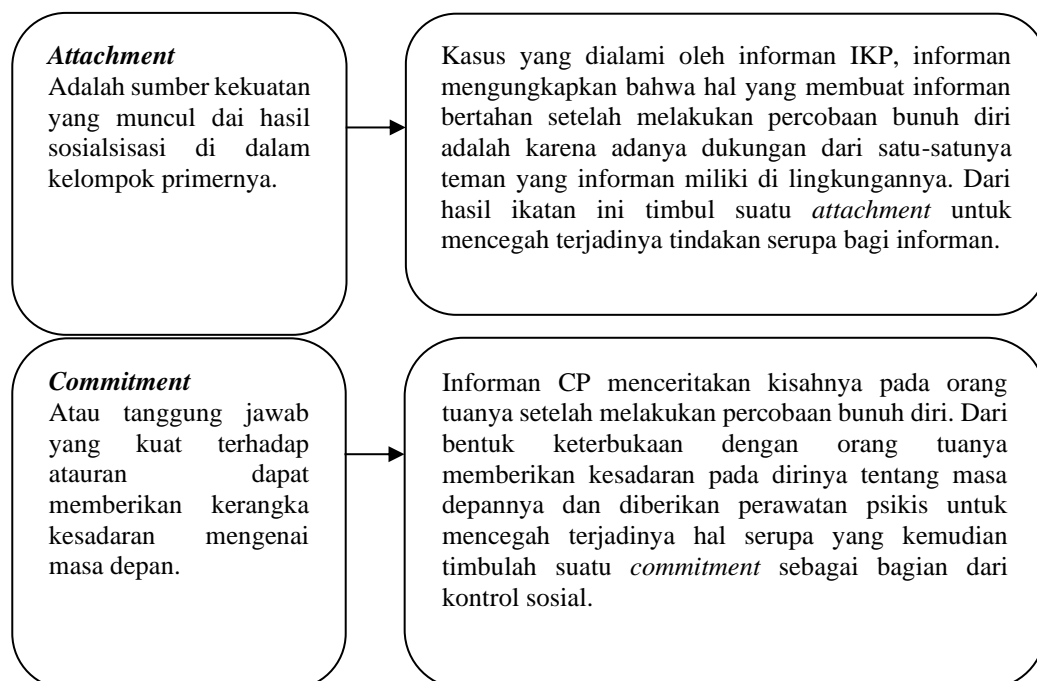
Berdasarkan hasil dari wawancara dengan informan tersebut, dapat dikatakan bahwa pengaruh-pengaruh sosial di media sosial dapat menjadi faktor pendorong terjadinya *cyberbullying* terlebih lagi jika orang yang melakukan bersifat anonim dan tidak di kenal sama sekali yang mana hal ini membuat korban menjadi *suitable target* karena dengan akun anonim pelaku merasa menjadi tidak terlacak oleh korban, bisa saja akun anonim tersebut sebenarnya adalah teman dekat dari korban tanpa sepengetahuan oleh korban.

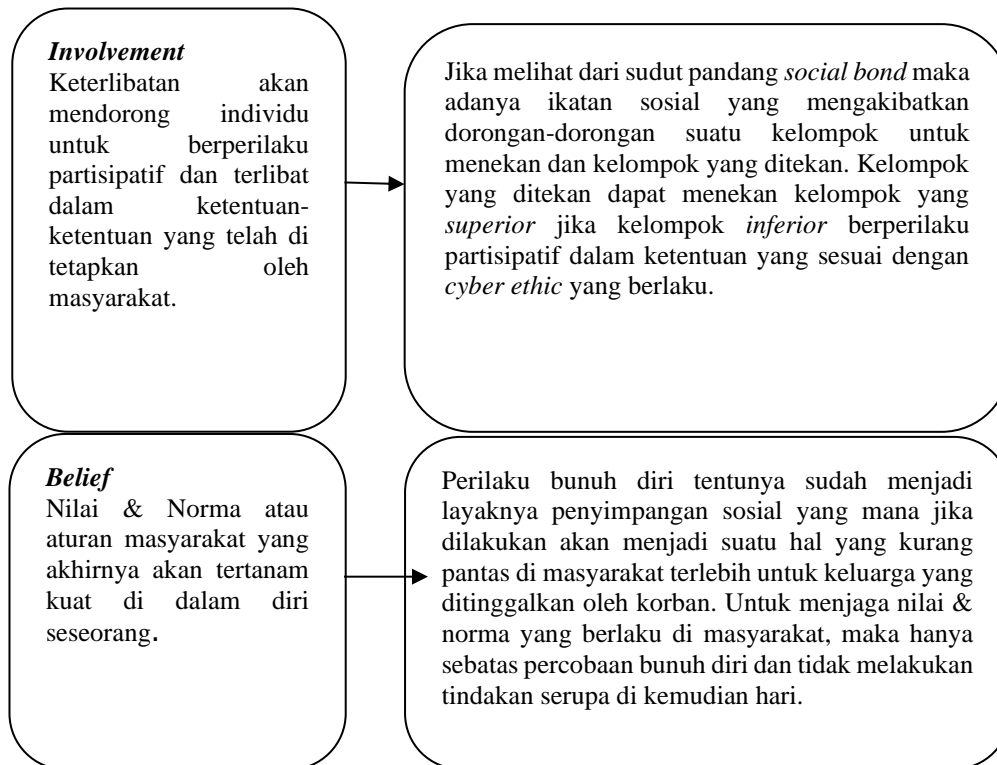
Kontrol sosial tentunya merupakan pengaruh yang amat besar dalam runtutan bagaimana *cyberbullying* mendorong remaja menjadi depresi hingga



melakukan percobaan bunuh diri. Jika dilihat lebih mendetail, kontrol sosial dimulai dari *cyberbullying* yang keadaan media sosial dapat menjadi pengendali dari terjadinya *cyberbullying* tersebut. Seperti contoh jika adanya banyak yang melakukan *bullying* pada suatu target maka akan mendorong *user-user* lain untuk melakukan hal yang sama. Setelah mengalami *cyberbullying*, kontrol sosial juga berpengaruh pada depresi yang dialami oleh korban. Kita tarik contoh dari kasus yang dialami oleh informan IKP Setelah fotonya tersebar luas dikalangan kawan sekolahnya, perlakuan dari lingkungan sosial sekolahnya seolah mendorong korban agar menjadi depresi, ditambah adanya *denigration* oleh suatu rumor-rumor ataupun gosip yang tidak benar ditujukan kepada korban. Tentunya keadaan sosial seperti ini dapat mengendalikan korban kearah depresi yang tidak berujung.

Retno Listyarti menjelaskan bahwa depresi itu memiliki lima belas tahapan yang dilalui. Tahapan-tahapan tersebut dimulai dari yang paling ringan seperti perilaku murung, perubahan perilaku, kemampuan pelajaran yang menurun, tidak percaya diri, sampai akhirnya melakukan bunuh diri. Ibu Retno juga menambahkan bahwa jika sudah mencapai level diatas sepuluh maka akan segera melakukan bunuh diri jika tidak mendapatkan pertolongan. Berdasarkan buku Depresi Tinjauan Psikologi dijelaskan bahwa depresi jika tidak ditangani dapat meningkatkan risiko terjadinya percobaan bunuh diri dengan perasaan kesepian dan ketidakberdayaan adalah faktor yang sangat besar untuk seseorang melakukan percobaan bunuh diri. Orang yang menderita depresi kadang-kadang merasa begitu putus asa sehingga mereka benar-benar memperpimbangkan untuk membunuh dirinya sendiri (Lubis, 2009). Seorang individu dapat melakukan bunuh diri karena merasa masalah yang tidak terselesaikan dan akhirnya berpikiran pendek untuk melakukan bunuh diri. tentunya untuk melakukan bunuh diri pasti ada suatu hal yang menjadi pemicunya. Pemicu dalam bunuh diri itu tidak terjadi begitu saja, bisa bertahun-tahun sebelumnya beban terus bertambah pada korban hingga pada saat mengalami *cyberbullying* itu menjadi puncak dari beban korban dan mengakibatkan korban melakukan tindakan mengakhiri nyawanya sendiri.





**Gambar 1. Analisa kontrol sosial sebagai pencegahan percobaan bunuh diri**

Sumber: diolah kembali oleh penulis

### ***A Capable Guardian on Social Media***

*A capable guardian* dapat diartikan sebagai suatu bentuk penjagaan untuk melindungi dan mencegah suatu individu menjadi korban kejahatan. Penjagaan ini beragam bentuknya, seperti misalnya penjagaan ini dapat berupa bentuk pengawasan dari orang tua, lingkungan sosial, maupun bagaimana pemanfaatan teknologi yang digunakan secara maksimal (Waskito, 2018). Kita lihat dari sudut pandang media sosial *facebook*, maka sebagai bentuk perlindungan dari *cyberbullying* disini tentunya bergantung bagaimana *user* dari *facebook* itu sendiri.

*Facebook* tentunya telah memberikan berbagai macam jenis fitur yang dapat dimanfaatkan oleh penggunanya. Fitur keamanan yang disediakan oleh *facebook* diantaranya adalah fitur untuk memblokir pengguna lain, fitur untuk *report* jika ada akun yang ingin dilaporkan karena suatu tindakan, fitur *add friend* yang hanya dapat melihat profil jika pertemanan sudah di konfirmasi, hingga fitur untuk *deactive* akun untuk membuat akun menjadi hilang untuk sementara waktu. Namun tentu saja tidak semua *user* menggunakan fitur tersebut secara maksimal.

Korban berinisial AP mengaku saat mengalami *cyberbullying* tersebut ia sempat melakukan *deactive* pada akun *facebook*-nya agar pelaku tidak menemukan akun AP dan saat ini akibat dari pengalaman yang ia miliki AP sekarang lebih selektif dalam menerima *friend request* yang muncul di akunnya. Sehingga hanya akun-akun yang dikenalnya saja yang di *accept* dalam pertemanannya.

Lain cerita dengan IKP, setelah mengalami *cyberbullying* tersebut ia memutuskan kontak dengan media sosial *facebook*. Berdasarkan dari pernyataan IKP, ia langsung menutup akun *facebook*-nya dan tidak pernah menggunakannya kembali lantaran trauma karena masa lalu yang di alaminya.

Hal yang hampir sama juga dilakukan oleh EL, setelah mengalami kejadian *cyberbullying* tersebut ia kemudian menutup akun *facebook*-nya dan membuat akun *facebook* yang baru dan mengurangi penggunaan media sosial.

Jika berdasarkan dari pengalaman yang dialami oleh CP, ia mengungkapkan setelah mengalami *cyberbullying* oleh teman sekolahnya, ia kemudian membuat akun *twitter* yang baru dan *private* dan untuk *facebook* sendiri ia meng-*unfriend* pelaku dan hampir semua postingan *facebook*-nya di buat menjadi *private*.

Hal ini tentunya berkaitan dengan fitur apa saja yang diberikan *facebook* untuk mencegah terjadinya *cyberbullying*. *User* juga harus memiliki kesadaran dan kewaspadaan terhadap hal-hal yang terjadi di media sosial sebagai media virtual yang bebas. Jika *user* memiliki kesadaran dan kewaspadaan yang kurang terhadap kejahatan di media sosial dan tidak dapat memanfaatkan segala fitur dengan maksimal tentunya *user* dapat menjadi korban dari *cyberbullying* itu.

## Kesimpulan

Kita tidak akan pernah bisa menutup mata dari pesatnya perkembangan teknologi yang setiap kedipan mata selalu memunculkan inovasi-inovasi baru terhadap keberlangsungan kehidupan manusia. Media sosial sebagai sarana komunikasi dan perkembangan dalam pertukaran informasi merupakan satu dari sekian banyak inovasi dalam bidang teknologi. Media sosial *facebook* misalnya, yang merupakan media sosial paling banyak penggunanya di kalangan remaja. Remaja sering menggunakan media sosial *facebook* baik hanya untuk mencari informasi maupun meng-*update* status dan gambar.

Disamping sejuta kemudahan yang diberikan di media sosial *facebook*, namun tidak menutup kemungkinan dapat memiliki dampak yang negatif pula. *Cyberbullying* adalah salah satunya, *cyberbullying* di media sosial *facebook* seakan sudah menjadi makanan pokok bagi *user*-nya. *Cyberbullying* tersebut beragam jenisnya mulai dari *outing*, *trickery*, *denigration*, *flaming*, *cyberstalking*, *harassment*, *exclusion*, *impersonation*. Empat faktor terjadinya *cyberbullying* adalah karena adanya keinginan untuk mencari dominasi, sebagai bentuk kesenangan, adanya motif dendam, dan tidak mengetahui bahwa telah melakukan *cyberbullying*. Mendapatkan perilaku *cyberbullying* tentunya bukan perkara yang mudah bagi korban. Dampak dari *cyberbullying* itu mungkin bisa saja tidak terlalu terlihat oleh pelaku atau *user* media sosial lain. Namun korban mengalami dampak yang lebih berat. Dampak dari *cyberbullying* lebih menyakitkan korban daripada *bullying* konvensional karena di media sosial korban lebih sulit membela diri dan jejak rekam digital tentunya akan sulit hilang.

Depresi akibat dari *cyberbullying* adalah hal yang sangat mungkin terjadi. Depresi memiliki tahapan-tahapan yang beragam mulai dari menjadi tidak percaya diri, murung, perubahan perilaku, hingga jika saat sudah mencapai puncak depresi korban dapat melakukan tindakan bunuh diri jika tidak di tolong.

Korban dapat mengalami depresi ringan sampai depresi berat akibat dari *cyberbullying* yang diterimanya. Tentunya efek dari depresi ini adalah korban akan merasa takut dan tidak percaya pada orang lain. Bahkan bukan tidak mungkin jika korban setelah depresi berat melakukan percobaan bunuh diri sebagai sarana untuk mengakhiri hidupnya. *A capable guardian* sangat diperlukan sebagai penunjang pencegahan terjadinya *cyberbullying*. fitur-fitur yang diberikan di media sosial

facebook seperti fitur *private*, *block*, dan *deactive* dapat digunakan untuk mencegah terjadinya *cyberbullying* terulang kembali.

### Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian diatas, penulis menyarankan sebaiknya setiap pengguna media sosial baik media sosial apapun itu wajib mengetahui dan memanfaatkan fitur penunjang keamanan seperti fitur *block*, *private*, dan fitur lainnya yang dapat mencegah terjadinya *cyberbullying* terjadi. Selain pemanfaatan fitur, *user* juga harus memfilter setiap pertemanan yang masuk ke media sosial agar terhindar dari orang asing yang memiliki niat buruk terhadap *user*. Meminimalisir keinginan untuk memposting hal pribadi yang dapat menjadi konsumsi publik juga dapat mencegah terjadinya *cyberbullying* dan tidak mengomentari setiap hal di media sosial dengan sesukanya karena tidak semua hal dapat dikomentari sesukanya.

Peranan keluarga dan orang tua juga sangat penting dalam memantau aktivitas remaja di media sosial. Jika diperlukan orang tua juga harus berteman dengan anak di media sosial sebagai bentuk pemantauan terhadap anak. Untuk mencegah terjadinya percobaan bunuh diri, peranan keluarga dan orang tua sangat diperlukan sebagai media penyalur perasaan anak dan remaja. Karena terkadang keluarga sendiri bersikap acuh pada depresi yang dialami oleh remaja dan tidak memberikan penanganan yang sesuai hingga depresi yang dialami oleh remaja berlarut-larut dan berujung pada percobaan bunuh diri.

### Daftar Pustaka

- Alviani, S. R., & Gusnita, C. (2018). Analisis Media Sosial Sebagai Pembentuk Konflik Sosial di Masyarakat. *Open Society Conference* , 238.
- Bhat, C. S. (2008). Cyberbullying: Overview and Strategies for School Counsellors, Guidance Officers, and All School Personnel. *Australian Journal of Guidance & Counselling Volume 18 Number 1* , 55.
- Boyd, D., & Ellison, N. (2008). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, 210-230.
- Ibaniati, R. (2005). *Pengaruh tingkat depresi dari jenis kepribadian remaja terhadap tingkat kenakalannya*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Lubis, N. L. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Moleong, L. J. (2007). *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rosdakarya.
- Neuman, W.L. (2004). *Basics of Social Research: qualitative and quantitative approaches*. Boston, Pearson.
- Pratama, F. A. (2017). Kebijakan Hukum Pidana Terhadap Tindak Pidana Pencurian Dengan Modus Pecah Kaca Mobil Dalam Perspektif Kriminologi (Studi Kasus Putusan Pengadilan Negeri Stabat No. 404/Pid.B/2013/Pn.Stabat). *Usu Law Journal* , 124-133.
- Putri, F. I. (2018, Juni 6). *Bahayanya Depresi, dari Ganggu Keseharian Hingga Berujung Kematian*. Retrieved November 4, 2018, from Detik Health: <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-4056232/bahayanya-depresi-dari-ganggu-keseharian-hingga-berujung-kematian>.

- Riskesdas. (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar.
- Sucianto, K. (2018, 10 4). *8 Bentuk Cyberbullying*. Retrieved 4 11, 2019, from Into the Light Indonesia: <https://www.intothelightid.org/2018/10/04/8-bentuk-cyberbullying/>.
- Waskito, H. B. (2018). *Analisis Cyberbullying Pada Remaja Berbasis Routine Activity Theory (Teori Aktivitas Rutin) di Media Sosial Instagram*. Jakarta: Universitas Budi Luhur.