

PERAN ORANG TUA DALAM MEMINIMALISIR DAMPAK CYBERBULLYING TERHADAP KESEHATAN MENTAL ANAK

Sonia Agustin, Nurfarida Deliana, Juliana Batu bara

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang

E-mail: agustinsonia089@gmail.com, nurfaridadeliana@uinib.ac.id, Juliana@uinib.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan teknologi informasi saat ini memberikan dampak terhadap perubahan pola pikir dan perilaku manusia dalam interaksi sosial dan komunikasi. Salah satu dampak negatifnya adalah terjadinya pembulian di media sosial atau *Cyberbullying*. *Cyberbullying* telah menjadi ancaman yang signifikan terhadap kesehatan mental anak-anak di era digital ini. Korban sering kali merasa malu atau merasa buruk tentang diri mereka sendiri, yang dapat memperburuk masalah kesehatan mental mereka. *Cyberbullying* merupakan perilaku agresif dan merendahkan yang dilakukan melalui penggunaan media sosial. Perilaku ini memiliki potensi besar untuk mempengaruhi kesehatan mental anak. Anak yang menjadi korban *Cyberbullying* memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami masalah kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, dan gangguan makan. Selain itu, mereka juga dapat mengalami penurunan prestasi akademik dan mengalami isolasi sosial. Artikel ini mengeksplorasi peran krusial orang tua dalam mengurangi dan mencegah dampak negatif yang ditimbulkan oleh *Cyberbullying* terhadap kesehatan mental anak-anak. Melalui tinjauan literatur yang komprehensif, artikel ini menggambarkan bagaimana orang tua dapat bertindak sebagai garda terdepan dalam membimbing, mendukung, dan melindungi anak-anak mereka dari pengalaman traumatis akibat *Cyberbullying*. Penelitian ini bertujuan untuk mencegah dampak negatif *Cyberbullying* terhadap kesehatan mental anak dengan melihat peran orang tua. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan dengan pendekatan *literature (library research)*. Artikel ini menekankan pentingnya peran aktif orang tua dalam membentengi anak-anak dari dampak buruk *Cyberbullying* terhadap kesehatan mental mereka. Dengan pendekatan yang terinformasi dan penuh perhatian, orang tua dapat menjadi agen perubahan yang kuat dalam melindungi anak-anak dari risiko *Cyberbullying* serta membantu mereka tumbuh sebagai individu yang tangguh secara mental dalam dunia digital yang terus berkembang.

Kata Kunci: *Cyberbullying*, Perang, Orang Tua, Kesehatan Mental.

ABSTRAK

The development of information technology today has an impact on changes in human mindset and behaviour in social interaction and communication. One of the negative impacts is the occurrence of bullying on social media or Cyberbullying. Cyberbullying has become a significant threat to children's mental health in this digital age. Victims are often embarrassed or feel bad about themselves, which can exacerbate their mental health problems. Cyberbullying is aggressive and demeaning behaviour perpetrated through the use of social media. This behaviour has great potential to affect children's mental health. Children who are victims of Cyberbullying have a higher risk of developing mental health problems, such as depression, anxiety, and eating disorders. In addition, they may also experience reduced academic performance and social isolation. This article illustrates how parents can act as the frontline in guiding, supporting, and protecting their children from the traumatic experience of Cyberbullying. This study aims to prevent the negative impact of Cyberbullying on children's mental health by looking at the role of parents. This research is a literature research with a literature approach (library research). This article emphasises the importance of parents' active role in fortifying children from the adverse effects of Cyberbullying on their mental health. With an informed and caring approach, parents can be powerful agents of change in protecting children from the risks of Cyberbullying and helping them grow as mentally resilient individuals in an ever-evolving digital world.

Keywords: *Cyberbullying*, War, Parents, Mental Health.

PENDAHULUAN

Menurut Papalia dan Olds masa anak adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada umur belasan

tahun atau awal dua puluh tahun (Saputro, 2018). Masa anak merupakan fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa, dalam fase tersebut secara cepat terjadi perubahan fisik maupun psikis dari seorang anak, dan pada masa ini dikenal dengan

masa pubertas atau masa mencari identitas diri. Sesuai dengan perkembangan zaman saat sekarang ini dibutuhkan pengawasan tambahan terhadap anak-anak saat menggunakan teknologi seperti aplikasi dan media sosial. Ini terutama terkait dengan penggunaan media sosial yang tidak sesuai. Penggunaan media sosial yang tidak sesuai berdampak pada perkembangan psikologis penggunanya, seperti yang terlihat pada banyaknya tindakan kekerasan yang terjadi melalui media digital. Kekerasan yang sering terjadi pada anak salah satunya adalah bullying, yang merupakan bentuk tindakan penindasan atau pemaksaan secara psikologis dan kekerasan yang dilakukan dengan sengaja terhadap orang yang lebih lemah dengan tujuan menyakiti dan dilakukan terus-menerus.(Listiyani et al., 2020)

Bullying telah menjadi salah satu masalah yang meresahkan dalam lingkungan sekolah dan sosial anak-anak di berbagai belahan dunia. Dampaknya tidak hanya terbatas pada lingkup fisik, tetapi juga secara signifikan mempengaruhi kesehatan mental anak-anak. Kesehatan mental yang terganggu akibat bullying dapat membawa dampak jangka panjang yang serius, seperti penurunan percaya diri, masalah emosional, dan bahkan risiko kesehatan mental yang lebih besar di masa depan.

Dalam era digital yang sedang berlangsung, *Cyberbullying* atau pelecehan di dunia maya telah menjadi masalah kesehatan mental yang semakin mengkhawatirkan, terutama bagi anak. *Cyberbullying* mencakup tindakan agresif atau pelecehan secara verbal, psikologis, atau fisik melalui media sosial, aplikasi pesan instan, email, atau platform digital lainnya. Dampak dari *Cyberbullying* ini dapat berupa kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, dan bahkan pemikiran untuk bunuh diri. Menurut penelitian, anak yang menjadi korban *Cyberbullying* memiliki kecenderungan mengalami depresi, kecemasan, dan kesulitan tidur. Oleh karena itu,

pemahaman akan pengaruh *Cyberbullying* bagi kesehatan mental anak menjadi sangat penting. Mereka juga lebih rentan mengalami masalah perilaku, seperti kecanduan internet dan penggunaan obat-obatan terlarang. Kesehatan mental yang buruk pada anak dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam belajar, mengambil keputusan, serta membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya dan keluarga.(Ni'mah, 2023)

Salah satu alasan mengapa banyak kasus *Cyberbullying* di media sosial terjadi; pelaku merasa aman saat membuat komentar pedas di media sosial karena pelaku tidak dapat melihat efeknya secara langsung. Ini menjadi kasus berantai karena banyak orang yang mengikutinya. *Cyberbullying* adalah bullying atau penindasan yang menggunakan teknologi untuk menyakiti orang lain dengan sengaja dan berulang kali. Ini dicapai melalui intimidasi dan kekerasan melalui penggunaan teknologi. Pelaku ingin melihat seseorang terluka dan berusaha menyakiti korban dengan berbagai cara. *Cyberbullying* juga memungkinkan pelaku untuk menggunakan komputer untuk menyembunyikan identitasnya. Ini memberi pelaku rasa aman tanpa melihat bagaimana respon korban secara langsung.

Pandey dan Weismann melakukan penelitian untuk mengetahui bagaimana pengaruh *Cyberbullying* di media sosial berdampak pada perilaku reaktif baik pelaku maupun korban. Ada beberapa motif *Cyberbullying* yaitu dendam, pelaku yang termotivasi, keinginan untuk dihormati, dan pelaku dengan unsur kesengajaan. Selain itu, telah ditemukan bahwa beberapa elemen penting memengaruhi perilaku pelaku. Ini termasuk prediktor keluarga yang terlalu protektif, faktor internal di mana pelaku tidak dapat mengendalikan naluri naluri mereka, dan faktor eksternal. Menurut Tyora Yulieta terdapat 90% responden menyatakan bahwa mereka terkadang membenci teman dan melampiaskannya di media sosial; 85% menyatakan bahwa mereka suka bermain-

main dan mengirimkan gambar dan tulisan yang menyakiti teman; dan 80% menyatakan bahwa mereka sering membuat akun palsu di media sosial untuk mengirim pesan atau ancaman yang tidak sesuai dengan apa yang mereka katakan. (Tyora Yulieta et al., 2021).

METODE PENELITIAN

Artikel ini disusun dengan menggunakan pendekatan studi literature (library research) atau studi kepustakaan dan analisis. Menurut Sugiyono, studi pustaka merupakan kajian teoritis, referensi serta literatur ilmiah lainnya yang berkaitan dengan budaya, nilai dan norma yang berkembang pada situasi sosial yang diteliti. Selanjut pengolahan data dalam penelitian ini menggubakan metode deskriptif dan analitis. Dalam penelitian ini pustaka yang digunakan berasal dari buku dan jurnal ilmiah yang memiliki 3 keterkaitan dengan topik kajian. Adapun tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu: menemukan suatu masalah atau topik, mencari informasi yang relevan, mengkaji teori yang relevan, mencari landasan teori, memperdalam pemahaman dan pengetahuan penulis, dan penyampaian hasil kajian dalam bentuk tertulis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bullying adalah suatu perilaku negatif yang berulang kali menimbulkan ketidak senangan atau menyakiti yang dilakukan oleh satu orang atau beberapa orang secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya. Menurut *American Pyschiatric Association* (APA), bullying merupakan perilaku agresif yang dicirikan dicirikan oleh tiga kondisi, yaitu (a) perilaku negatif yang bertujuan untuk merusak atau membahayakan (b) perilaku yang diulang dalam jangka waktu tertentu (c) adanya ketidakseimbangan antara kekuatan yang diberikan dan yang diterima. Segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain

dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara berulang kali disebut bullying (dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai penindasan atau marah). Bullying dapat dikelompokkan menjadi 6 kategori:

1. Kontak fisik langsung: Tindakan seperti memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seseorang dalam ruangan, mencubit, mencakar, dan memeras atau merusak barang orang lain.
2. Kontak verbal langsung: Mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (dengan nama), sarkasme, merendahkan (dengan put-down), mencela, mengejek, mengintimidasi, memaki, dan menyebarkan gosip.
3. Perilaku non-verbal langsung: Melihat dengan sinis, menjulurkan lidah, atau menunjukkan ekspresi muka yang merendahkan, mengejek, atau mengancam; ini biasanya disertai dengan pelecehan fisik atau verbal.
4. Perilaku non-verbal tidak langsung: yaitu sebuah tindakan yang mendiamkan seseorang, contohnya memanipulasi menjadikan suatu persahabatan retak, mengirimkan surat dan mengucilkan korban.
5. Cyberbullying: Tindakan menyakiti orang lain melalui media elektronik, seperti rekaman intimidasi atau pencemaran nama baik melalui internet atau media sosial.
6. Pelecehan seksual: Beberapa pelecehan dapat dikategorikan sebagai perilaku akresi fisik atau verbal..(Imani et al., 2021).

Kekerasan telah berkembang seiring perkembangan zaman, dan pengaruh teknologi telah memengaruhi kekerasan. *Cyberbullying* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan tindakan kekerasan yang terjadi di dunia maya. Dengan berkembangnya internet dan dunia maya saat ini, semakin banyak orang di masyarakat yang dapat mengaksesnya

untuk melakukan kegiatan di dunia maya, termasuk siswa. Anak adalah usia yang rawan di mana kondisi emosional belum sepenuhnya berkembang dan sangat mudah berubah tergantung pada apa yang mereka alami, sehingga fenomena perilaku menyimpang menjadi sering terjadi. Pada usia pertengahan anak, orang lebih banyak mengeksplorasi identitas mereka dan seringkali lebih nyata dibandingkan dengan masa anak awal.

Kegiatan eksplorasi identitas yang dilakukan anak menyebabkan mereka sering mencoba hal-hal baru yang dianggap menarik dan menyenangkan tanpa mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan mereka. Anak juga merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa. Anak saat ini cenderung labil, sedang mencari identitas, dan sangat tertarik untuk mempelajari banyak hal dari lingkungannya. Selain itu, tidak jarang anak-anak saat ini berselancar di dunia maya, tempat mereka dapat berinteraksi dengan orang lain dengan mudah tanpa mengetahui apa yang sebenarnya terjadi. Setelah itu, tanpa memfilter terlebih dahulu, diikuti begitu saja. (Wisprianti & Sari, 2021) Tindakan kriminal dipelajari saat berinteraksi dengan orang lain. Ini menunjukkan bahwa hanya tinggal di lingkungan kriminal tidak membuat seorang anak menjadi kejam. Sementara kata "delinquent" sendiri berarti nakal, badung, atau jahat, sifat-sifat delinquent dapat dipelajari saat berinteraksi dengan orang lain, baik melalui bahasa lisan maupun non-verbal. Komunikasi yang dimaksud dalam hal ini cenderung terjadi dalam dunia maya, yang sering mengandung konten negatif. Menjadikannya pelanggaran hukum dalam kasus *Cyberbullying*. (Wisprianti & Sari, 2021)

Dalam era digital yang semakin berkembang, tantangan yang dihadapi oleh anak-anak dalam menjelajahi dunia online semakin kompleks. Salah satu ancaman yang semakin meresahkan adalah *Cyberbullying*. *Cyberbullying* ini adalah

intimidasi yang dilakukan pelaku dengan tujuan melecehkan atau mempermalukan korban melalui perangkat teknologi. Serangan *Cyberbullying* kepada korban dapat berupa pesan atau gambar yang mengganggu yang kemudian disebarluaskan dengan mempermalukan korban bagi orang lain yang melihatnya. (Jalal et al., 2020)

Cyberbullying dapat dilakukan dengan mudah dari mana saja dan kapan saja. Dengan kata lain, *Cyberbullying* menjadi bahaya bagi pengguna internet karena dapat terjadi kapan saja dan di mana saja. Selain itu, kecepatan internet mendukung penyebaran berita buruk dan rumor tentang korbannya dengan cepat dan luas. Aktivitas ini tidak hanya menyangkut tubuh fisik, tetapi juga menyentuh ranah mental anak-anak. Di sinilah peran orang tua memiliki keberadaan yang sangat penting. Orang tua memegang peran kunci dalam mengawasi, membimbing, dan melindungi anak-anak dari ancaman *Cyberbullying* yang dapat berdampak serius pada kesehatan mental mereka. Dalam upaya meminimalisir dampak buruk ini, orang tua perlu mengembangkan pemahaman yang mendalam tentang teknologi yang digunakan oleh anak-anak mereka. Mengajarkan mereka tentang etika online, batasan penggunaan media sosial, dan bagaimana menyikapi perilaku *Cyberbullying* adalah langkah awal yang tak terelakkan.

Selain memberikan pemahaman tentang dunia digital, orang tua juga harus membuka saluran komunikasi yang sehat dan terbuka dengan anak-anak mereka. Membangun kepercayaan dan mengajarkan anak-anak untuk tidak takut untuk berbicara tentang pengalaman mereka secara online adalah langkah penting dalam mencegah dan menangani situasi *Cyberbullying*. Dalam keseluruhan, peran orang tua bukan hanya tentang pengawasan, tetapi juga tentang mendidik anak-anak mereka untuk menjadi pengguna yang bertanggung jawab dalam lingkungan digital. Dengan melakukan hal ini, mereka dapat menjadi garda terdepan dalam meminimalisir

Cyberbullying dan melindungi kesehatan mental anak-anak dari dampak negatif yang mungkin timbul.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya cyberbullying adalah yaitu: Paparan Konten di Media Sosial dan Online: Paparan konten agresif, ekstrem, atau merendahkan di media sosial atau platform online lainnya juga dapat mempengaruhi perilaku *Cyberbullying*. Konten seperti ini dapat mempengaruhi persepsi dan sikap individu terhadap tindakan yang serupa. Pendidikan Etika Digital: Ketidaktahuan tentang etika digital dan konsekuensi perilaku yang merugikan dapat menyebabkan cyberbullying. Individu mungkin tidak menyadari konsekuensi jangka panjang dari tindakan yang mereka lakukan dalam lingkungan online. Kondisi Kesejahteraan Mental: Masalah kesehatan mental seperti stres, depresi, atau masalah kepercayaan diri dapat memengaruhi cara seseorang merespons dan berpartisipasi dalam *Cyberbullying*. (Irmayanti & Grahani, 2023) Orang yang mengalami stres atau kecemasan mungkin lebih cenderung mengekspresikan emosi negatif mereka dalam bentuk agresif di lingkungan online.

Ada beberapa jenis *Cyberbullying* yaitu:

1. *Flaming* adalah upaya menyampaikan pesan negatif yang mengandung amarah secara frontal melalui kata-kata atau ilustrasi lainnya.
2. *Harassment* adalah pesan gangguan terus menerus yang dikirim melalui jejaring sosial
3. *Denigration* yaitu perbuatan mengumbar keburukan seseorang di internet
4. *Impersonation* adalah upaya untuk meniru orang lain dengan mengirim pesan negatif dan tidak pantas.
5. *Outing*, yaitu mencoba menyebarluaskan rahasia atau foto pribadi orang lain.
6. *Trickery* yaitu tindakan membujuk seseorang untuk mendapatkan rahasia pribadi orang lain

7. *Exclusion* adalah perbuatan kejam yang dilakukan secara sengaja untuk mengeluarkan seseorang dari grup online.

8. *Cyberstalking* yaitu mengganggu dan mencemarkan nama baik seseorang dengan cara yang sangat mengkhawatirkan (Sanusi & Sugandi, 2021)

Secara keseluruhan, peran orang tua dalam menghadapi cyberbullying memengaruhi cara anak-anak berinteraksi di dunia digital. Teman sebaya, yang berfungsi sebagai model perilaku dan penyokong sosial, serta orang tua, yang berfungsi sebagai panduan dan sumber dukungan emosional, membantu anak-anak mengembangkan sikap positif dan strategi untuk menghadapi tantangan online. Namun, perlu diakui bahwa elemen lain, seperti karakter pribadi seseorang, konteks sosial, paparan media, pendidikan etika digital, dan kondisi kesejahteraan mental, memengaruhi perilaku *Cyberbullying*. Oleh karena itu, penanganan *Cyberbullying* yang efektif memerlukan pendekatan holistik yang mempertimbangkan peran orang tua dan teman sebaya, serta elemen lainnya, dalam membangun lingkungan digital yang aman dan etis yang mendukung pertumbuhan positif seseorang. (Irmayanti & Grahani, 2023)

Orang tua memiliki tanggung jawab untuk menjaga dan mendidik anak mereka agar tidak berperilaku negatif. Selama masa remaja memerlukan dukungan dan pendampingan dari orang tua untuk menghindari perilaku menyimpang. Menurut Puspitawati, tanggung jawab utama orang tua adalah mengajarkan anaknya bagaimana cara bersosialisasi yang baik dan mengajarkan mereka tingkah laku sosial yang positif yang diterima oleh lingkungan mereka. Jika fungsi keluarga terganggu, terutama fungsi sosialisasi dan pendidikan, maka hasilnya interaksi antara orang tua dan anak akan buruk dan menjadi salah satu perilaku menyimpang yang dapat terjadi dan dilakukan oleh anak, baik

sebagai pelaku maupun korban *Cyberbullying*. faktor penyebab *Cyberbullying* erat kaitannya berasal dari keluarga.(Malihah & Communication, 2018)

Secara khusus ada beberapa efek bullying terhadap kesehatan mental anak yaitu diantaranya anak merasa trauma, depresi atau tekanan mental, yang kemudian menyebabkan korban kehilangan fokus, rasa percaya diri, cemas berlebihan, putus sekolah, dan pada akhirnya melakukan bunuh diri. Selain hal-hal yang disebutkan di atas, bullying memiliki dampak pada kesehatan mental anak, seperti semangat korban menurun, korban menjadi sakit hati dan merasa paling bersalah dibandingkan orang lain, sehingga korban biasanya lebih sering menyendiri, kepercayaan diri korban menurun, semangat hidup menurun, dan korban lebih suka murung dan tidak bergairah. Terkadang ada juga bagi sebagian orang menjadi begitu marah dan dendam sehingga mereka berniat melakukan apa yang telah mereka alami terhadap orang lain. Anak-anak yang dibully biasanya akan berbohong dan menyembunyikan fakta yang sebenarnya terjadi. Oleh karena itu, sebagai orang tua, kita harus tetap waspada terhadap perubahan tingkah laku yang terjadi pada anak seperti penurunan nafsu makan, hilangnya atau rusaknya barang-barangnya, kesulitan tidur, melarikan diri dari rumah, stres saat pulang dari sekolah atau setelah mengecek ponselnya, dan munculnya luka lebam di tubuhnya. Untuk itu coba ajak anak untuk berbicara empat mata jika kita melihat karakteristik tersebut pada anak. Agar mereka mau mengungkapkan apa yang mereka rasakan, mulailah berbicara dengan lembut. Kemudian setelah mendengarkan cerita anak maka katakan pada anak bahwa mereka tidak pantas dilayani atau diperlakukan seperti itu. Jangan sekali-kali kita sebagai orang tua malah menyalahkan anak akan suatu masalah yang dihadapi anak, namun berikan ia nasehat dan arahan yang baik.dan katakana pada anak bahwa

kita sebagai orang tua akan selalu ada untuknya.(Angeline et al., 2021) Pencegahan yang dapat dilakukan oleh orang tua adalah memberikan edukasi cara memakai media sosial yang baik, sebab peran orang tua sangat dibutuhkan dalam hal ini. Selain itu, awasi kegiatan online yang dilakukan anak, dan mengajari anak dalam membalas komentar maupun menanggapi sesuatu dalam media sosial.(Barseli et al., 2023)

Seorang guru bertanggung jawab untuk melindungi siswa dari bullying dengan memberi mereka nasehat dan arahan, memberikan perhatian kemudian membina siswa menjadi lebih baik. Hal ini merupakan salah satu cara yang dapat digunakan oleh guru untuk mengatasi masalah bullying dan meminimalkan jumlah bullying yang terjadi di sekolah. Mengoptimalkan layanan bimbingan konseling adalah salah satu dari banyak upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi perilaku bullying. Menurut Prayitno, salah satu tanggung jawab guru BK dalam konseling adalah membantu mengatasi masalah melalui berbagai jenis konseling. Konseling perorangan adalah jenis konseling yang diberikan oleh seorang konselor kepada seorang klien dalam upaya menyelesaikan masalah pribadi klien. Oleh karena itu, layanan ini dapat membantu siswa secara individual dalam mengatasi masalah pelecehan yang dibantu oleh guru BK.(Angeline et al., 2021)

Dalam meminimalisir *Cyberbullying* selain orang tua, peran sekolah, guru, tokoh masyarakat, dan lembaga terkait lainnya sangat penting dalam mengurangi cyberbullying. Dengan partisipasi semua pihak, langkah pencegahan dapat dilakukan dengan lebih baik dan berkelanjutan. Kesehatan mental dan emosional korban dapat terpengaruh secara negatif akibat perundungan. Hal ini dapat menyebabkan tingkat stres, depresi, kecemasan, dan bahkan pemikiran bunuh diri. Dengan kita mengatasi dan mencegah terjadinya perundungan kita dapat menciptakan lingkungan yang aman, menjaga kesehatan

mental individu lain, dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Pembelajaran di sekolah dapat terganggu oleh perundungan. Korban perundungan sering mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi, kehilangan minat terhadap sekolah, dan prestasi akademik anak cenderung menurun.

Apabila kita mengatasi perundungan, kita dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang kondusif dan menyenangkan di mana setiap siswa dapat berkonsentrasi pada saat belajar. Perundungan di tempat kerja dapat mengganggu produktivitas dan menghambat kolaborasi tim. korban perundungan dapat mengalami stres, ketidakpuasan, dan kehilangan keinginan untuk bekerja. Dengan kita mengatasi dan mencegah perundungan maka kita dapat menciptakan lingkungan kerja yang sehat di mana setiap orang merasa aman, dihormati, dan dihargai. Hak asasi manusia dan prinsip-prinsip keadilan melanggar perundungan. Setiap orang berhak hidup tanpa ketakutan, penghinaan, atau pelecehan.

Dengan mencegah perundungan, kita memastikan bahwa hak-hak asasi manusia dihormati dan bahwa setiap orang memiliki kesempatan yang setara dan adil untuk hidup dan bermartabat. Langkah penting dalam membangun masyarakat yang inklusif dan berempati adalah mengatasi dan menghentikan perundungan. Kita menciptakan lingkungan di mana setiap orang dihargai dan dapat berpartisipasi secara penuh dalam kehidupan masyarakat tanpa khawatir menderita diskriminasi atau perlakuan tidak adil dengan menekankan prinsip-prinsip seperti penghormatan, toleransi, dan empati. Mengatasi dan mencegah perundungan adalah kewajiban kita bersama sebagai individu, masyarakat, dan lembaga agar kita dapat membangun dunia yang lebih baik di mana setiap orang dapat hidup dengan aman, dihormati, dan dihargai (Idris et al., 2023).

KESIMPULAN

Cyberbullying ini adalah ancaman atau teror yang dilakukan oleh pelaku dengan tujuan membuat korban merasa terhina atau dilecehkan dengan menggunakan perangkat teknologi. Serangan *cyberbullying* terhadap korban dapat berupa pesan atau gambar yang mengganggu yang kemudian disebarluaskan dengan memperlakukan korban saat orang lain melihatnya. Yang membuat korban merasa terganggu sampai membuat ia depresi, oleh karena itu orangtua sangat berperan dalam meminimalisir terjadinya *cyberbullying* terhadap kesehatan mental anak. Selain memberikan pemahaman tentang dunia digital, orang tua juga harus membuka saluran komunikasi yang sehat dan terbuka dengan anak-anak mereka. Kemudian perhatian yang mendalam terhadap anak dapat membantu anak terhindar dari *cyberbullying*, karena dengan merasa diperhatikan anak tidak akan pernah merasa sendiri, sehingga kepercayaan dirinya pun muncul. Membangun kepercayaan dan mengajarkan anak-anak untuk tidak takut untuk berbicara tentang pengalaman mereka secara online adalah langkah penting dalam mencegah dan menangani situasi *Cyberbullying*. Dalam keseluruhan, peran orang tua bukan hanya tentang pengawasan, tetapi juga tentang mendidik anak-anak mereka untuk menjadi pengguna yang bertanggung jawab dalam lingkungan digital. Dengan melakukan hal ini, mereka dapat menjadi garda terdepan dalam meminimalisir *Cyberbullying* dan melindungi kesehatan mental anak-anak dari dampak negatif yang mungkin timbul.

DAFTAR PUSTAKA

- Angeline, J., Tobing, D. E., & Lestari, T. (2021). *Pengaruh Mental Anak Terhadap Terjadinya Peristiwa Bullying*. 5, 1882–1889.
- Barseli, M., Sriwahyuningsih, V., Afrianti, D., Artikel, I., & Informasi, L. (2023). *Pelatihan layanan informasi untuk mengatasi perilaku cyberbullying*. 1,

- 166–171.
- Idris, I., Sari, P., Mori, J., Tuasikal, S., & Molo, A. S. (2023). *Pendampingan Anti Perudungan Bagi Anak-anak di Desa Ayumolingo*. 01(02), 79–86.
- Imani, F. A., Kusmawati, A., & Amin, H. M. T. (2021). Pencegahan Kasus Cyberbullying Bagi Remaja Pengguna Sosial Media. *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services*, 2(1), 74–83. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/khidmatsosial/article/view/10433>
- Irmayanti, N., & Grahani, F. O. (2023). Bersama Lawan Kekerasan Digital: Peran Orang Tua dan Teman Sebaya dalam Mengatasi Cyberviolence. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(2), 296–304. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i2.4259>
- Jalal, N. maulidya, Idris, M., & Muliana. (2020). Faktor-Faktor Cyberbullying Pada Remaja. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 146–154.
- Listiyani, L. R., Wijayanti, A., & Putrianti, F. G. (2020). Mengatasi Perilaku Cyber Bullying pada Remaja Melalui Optimalisas Kegiatan Tripusat Pendidikan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2020, 266–274. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snpm>
- Malihah, Z., & Communication, C. (2018). *Cyberbullying among Teenager and Its Relationship with Self-Control and Parents- Child Communication*. 11(2), 145–156.
- Ni'mah, S. A. (2023). Pengaruh Cyberbullying pada Kesehatan Mental Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Bahasa, Sastra Dan Budaya (SEBAYA) Ke-3*, 329–338.
- Sanusi, H. Z., & Sugandi, M. S. (2021). Peran Komunikasi Keluarga Dalam Perilaku Cyberbullying Pada Remaja. *ETTISAL : Journal of Communication*, 5(2), 273–290.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Tyora Yulietta, F., Nur, H., Syafira, A., Hadana Alkautsar, M., Maharani, S., & Audrey, V. (2021). Agustus Tahun 2021 | Hal. *Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarnegaraan*, 1(8), 257–263. <https://doi.org/10.56393/decive.v1i8.298>
- Wisprianti, N. A., & Sari, M. M. K. (2021). Tingkat Kesadaran Remaja Sidoarjo Tentang Cyberbullying. *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan*, 10(1), 211–225. <https://doi.org/10.26740/kmkn.v10n1.p211-225>