

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Remaja akan melalui suatu tahap perkembangan yang bertujuan untuk mencapai kematangan sehingga dapat menentukan perkembangan selanjutnya (Setiawan & Alizamar, 2019). Menurut WHO (2019), rentang usia remaja adalah 10-19 tahun yang terbagi dalam dua periode yaitu, remaja awal (usia 10-14 tahun) dan remaja akhir (15-19 tahun). Populasi remaja dari keseluruhan penduduk di dunia yaitu sekitar 1,2 miliar atau sekitar 18% (Bulu et al., 2019). Sedangkan di Indonesia pada tahun 2018 berjumlah sekitar 33% atau 88.312.971 usia 0-18 tahun dari total penduduk (Pusat Data dan Informasi Kemenkes, 2018). Remaja akan mengalami beberapa tahap pertumbuhan dan perkembangan. Pada tahap pertumbuhan dan perkembangan tersebut akan terjadi perubahan-perubahan baik dari segi fisik, psikologis, budaya dan juga hubungan psikososial.

Perubahan yang dialami oleh remaja pada tahap pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan (Khan et al., 2019). Perubahan tersebut membuat remaja mengalami masa pubertas, jika remaja tidak dapat memenuhi berbagai tugas dalam tahap perkembangan maka akan menjurus kepada kenakalan remaja (Ahmad et al., 2019). Kenakalan remaja yang sering terjadi yaitu merokok (sekitar 60%), *bullying*

(sekitar 50%), pelecehan seksual (sekitar 24%), mencuri (sekitar 21,8%), alkohol (sekitar 21,4%), penggunaan narkoba (sekitar 20% tidak termasuk ganja, 48% termasuk ganja), dan lainnya (Albaladejo-Blázquez et al., 2019; Anhar & Muhamad, 2019; Lemoult et al., 2019; Longobardi et al., 2019; Salas-Wright et al., 2019; Hoeben et al., 2020; Staff et al., 2020; Vitória et al., 2020). Hal tersebut merupakan masalah yang dapat terjadi dalam tahap perkembangan remaja.

Salah satu kenakalan yang dilakukan remaja yaitu tindakan *bullying*. *Bullying* adalah perilaku agresif yang sengaja dilakukan secara berulang oleh pelaku kepada korban secara fisik, verbal, maupun sosial yang menyebabkan korban terganggu secara mental (Ybarra et al., 2018). *Bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan dengan sengaja untuk melukai orang lain (Smith, 2019). *Bullying* merupakan perilaku agresif yang sering dilakukan oleh pelaku kepada korban karena adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban. Korban yang mengalami *bullying* dapat mengalami gangguan psikologis maupun fisik. Tindakan *bullying* sering dilakukan oleh remaja di seluruh dunia.

Sekitar 50% prevalensi kejadian *bullying* di beberapa negara seperti, Asia, Amerika, dan Eropa dengan tingkat *bullying* di Amerika lebih tinggi daripada negara lain (Ramadia & Putri, 2019). Prevalensi kejadian *bullying* di Indonesia yaitu sebesar 84% sehingga menjadikan Indonesia peringkat paling tinggi dari negara Asia lain berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh *LSM Plan International* dan *International Center For Research On Women (ICRW,*

2015). KPAI (2018) menyatakan sekitar 161 kasus yang terjadi pada anak di dunia pendidikan yaitu sekitar 36 kasus atau 22,4% anak menjadi korban *bullying* dan 41 kasus atau 25,5% anak menjadi pelaku. Hal ini membuktikan bahwa sekolah merupakan tempat yang rawan dari tindakan *bullying*.

*Bullying* yang dilakukan di media sosial disebut dengan *cyberbullying*. *Cyberbullying* adalah tindakan agresif yang sengaja dilakukan oleh kelompok atau seseorang menggunakan media elektronik yang dilakukan berulang kali kepada korban (Kowalski et al., 2018). *Cyberbullying* di definisikan sebagai perilaku yang sengaja dilakukan secara kejam dan berulang kepada seseorang menggunakan media elektronik (Rosa et al., 2018). *Cyberbullying* adalah tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang bertujuan untuk menyakiti seseorang melalui media elektronik (Gaffney et al., 2018). *Cyberbullying* adalah tindakan agresif yang dilakukan oleh kelompok atau seseorang secara berulang menggunakan media elektronik. Umumnya *cyberbullying* hanya dilakukan oleh remaja saja, jika ada orang dewasa yang melakukan maka akan dianggap sebagai *cyber crime* (tindakan kriminal).

Kejadian *cyberbullying* yang dialami oleh remaja cukup tinggi. Prevalensinya yaitu sekitar 10% sampai 15% pada remaja (Wang et al., 2019). Berdasarkan data dari IPSOS terhadap 18,687 orang di 24 Negara termasuk Indonesia menyatakan satu dari sepuluh orang melaporkan anak mereka menjadi korban kekerasan secara *online* (Adawiyah, 2019). Sebanyak 41% - 50% remaja Indonesia usia 13-15 tahun pernah mengalami *cyberbullying* (Hn, Purnamasari & Mardhiyah, 2019). Berdasarkan data tersebut dapat

disimpulkan bahwa perilaku *cyberbullying* sering terjadi pada remaja dan angka kejadiannya selalu meningkat setiap tahun. Peningkatan tersebut diiringi dengan semakin meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja.

*Cyberbullying* dapat dilakukan dengan beberapa cara atau bentuk yaitu memaksa, memposting foto atau video yang memalukan, *harassment*, *flaming*, *cyberstalking*, *denigration*, *impersonation*, *outing and trickery*, *exclusion*, dan mengolok-olok, (Chen & Cheng, 2017; Frensh & Mulyadi, 2018). Berdasarkan survei yang pernah dilakukan oleh Hn, Purnamasari dan Mardhiyah (2019), yaitu *harassment* sebanyak 70%, *flaming* sebanyak 63,3%, *cyberstalking* sebanyak 60%, *denigration* sebanyak 60%, *outing and trickery* sebanyak 53,33%, *exclusion* sebanyak 53,33%, dan *impersonation* sebanyak 43,33%. Dapat disimpulkan bahwa bentuk *cyberbullying* secara umum yaitu *flaming* (mengancam), *harassment* (pelecehan), *denigration* (memfitnah), *impersonation* (menyamar), *outing and trickery* (menyebarkan informasi), *exclusion* (mengeluarkan), dan *cyberstalking*.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tindakan *cyberbullying*. Salah satu faktor yang berperan penting dalam tindakan *cyberbullying* yaitu usia dan jenis kelamin (Hamal et al., 2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yudes et al. (2020) dikatakan bahwa laki-laki lebih banyak terlibat dalam tindakan *cyberbullying* daripada perempuan (laki-laki 24,6% dan perempuan 19,7%), kemudian berdasarkan usia dikatakan bahwa remaja yang lebih tua mendapatkan skor yang lebih tinggi dalam tindakan

*cyberbullying* daripada yang lebih muda (usia 15 dan 18 tahun 28,1% dan usia 12-14 tahun 14,9%). Lalu terdapat juga faktor lain penyebab *cyberbullying* yaitu individu (berperilaku secara impulsif), keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan juga empati (Zych et al., 2019; Khoury-Kassabri et al. 2019; Kowalski et al., 2019). Tindakan *cyberbullying* akan berdampak pada kesehatan korban.

Pada dasarnya korban yang mengalami *cyberbullying* akan mengalami berbagai dampak psikologis berupa kecemasan, depresi, bunuh diri, tingkat harga diri yang rendah serta menurunnya prestasi akademik (Ho et al., 2019; Bussey et al., 2020). Selain itu remaja juga akan mengalami masalah kesehatan berupa masalah emosi, kesulitan dalam hubungan antar teman, merasa tidak nyaman di sekolah, ketakutan, kehilangan kepercayaan diri, merasa sedih, menarik diri dari lingkungan sosial, stress, secara fisik korban akan mengalami masalah tidur, mudah marah, sakit kepala, tegang, kelelahan, nafsu makan berkurang, masalah kulit, sakit perut (Albdour et al., 2019). Dapat disimpulkan bahwa dampak tindakan *cyberbullying* yaitu merasa cemas, stress, depresi, menjadi emosional, merasa tidak nyaman di sekolah, kehilangan kepercayaan diri, sakit kepala, menurunnya prestasi akademik dan bahkan berpotensi melakukan bunuh diri.

Empati merupakan salah satu faktor yang sangat berperan dalam tindakan *cyberbullying*. Empati merupakan suatu kemampuan untuk memahami dan mengalami perasaan orang lain (Llorent et al., 2020). Empati merupakan respons emosional atau tindakan terhadap keadaan yang dialami

oleh seseorang (Saban & Kirby, 2019). Empati berperan penting dalam membentuk kepribadian dan menentukan perilaku. Pada dasarnya empati terdiri dari dua aspek, yaitu afektif dan kognitif (Marshall et al., 2020). Aspek afektif empati mencakup kemampuan untuk secara emosional mengalami emosional orang lain dan menyatakan peka terhadap perasaan orang lain, sementara aspek kognitif empati merupakan tindakan untuk memahami pikiran, motivasi, rencana dan tindakan mereka (Van Donkersgoed et al., 2019; Parchomiuk, 2019; Lumma et al., 2020). Dapat dikatakan bahwa empati mengendalikan seseorang secara emosional.

Ketidakseimbangan emosional yang dialami oleh remaja, menyebabkan remaja mengalami krisis emosional akibat dari kurangnya empati dan juga rasa kepedulian terhadap orang lain (Fadhilah, 2019; Lemoult et al., 2019). Secara umum empati dianggap sebagai penentu utama perkembangan moral manusia (Yu, Li, & Zhao, 2020). Empati dapat mengendalikan remaja dari tindakan agresif, salah satu tindakan agresif tersebut adalah *cyberbullying* (Nusantara et al., 2020). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *cyberbullying* meningkat ketika kecenderungan empati menurun (Horzum et al., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Sindi Erfatika Sari (2019) pada siswa atau siswi MAN 2 Tanah Datar dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara empati dengan *cyberbullying*, di mana semakin tinggi rasa empati maka akan semakin rendah tindakan *cyberbullying*.

Tingkat empati seseorang tidak dapat dilihat secara langsung, tetapi perilaku empati dapat diidentifikasi melalui berbagai perilaku yang ditunjukkan oleh remaja. Keluarga dan sekolah berperan penting dalam meningkatkan empati remaja. Upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan empati adalah dengan melakukan bimbingan individu, bimbingan kelompok dan layanan lainnya. Bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan empati siswa dengan menggunakan teknik bermain peran (*role play*) (Nurhasanah et al., 2019). Upaya lain yang dapat dilakukan adalah terapi perilaku atau konseling perilaku dengan menggunakan teknik pemodelan melalui penokohan, penokohan yang dimaksud seperti penokohan melalui film, tokoh imajinasi, dan sebagainya (Mahendra et al., 2019). Upaya-upaya tersebut diharapkan dapat meningkatkan empati pada remaja.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Vhira (2018) di SMK Kosgoro 1 Padang, didapatkan hasil bahwa tingkat kejadian *cyberbullying* pada remaja di SMK tersebut cukup tinggi, dengan rerata pelaku *cyberbullying* sebesar 11,79 dan rerata korban *cyberbullying* sebesar 9,41. Rendahnya kemampuan empati menyebabkan pelaku kurang mampu dalam mengenali perasaan dan kondisi orang lain terutama bagaimana perasaan korban terhadap tindakan *cyberbullying* (Ramdhani, 2016). Sehingga diperlukan tindakan dalam manajemen empati berupa teknik peningkatan empati yang dapat mengendalikan tindakan pelaku. Untuk melihat lebih lanjut mengenai hal ini, maka peneliti ingin mengetahui tentang intervensi

atau teknik yang dapat meningkatkan empati sehingga dapat mencegah tindakan *cyberbullying* pada remaja.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat dirumuskan bahwa masalah pada penelitian ini adalah “Apakah Manajemen Empati Efektif Sebagai Program Pencegahan *Cyberbullying* pada Remaja”.

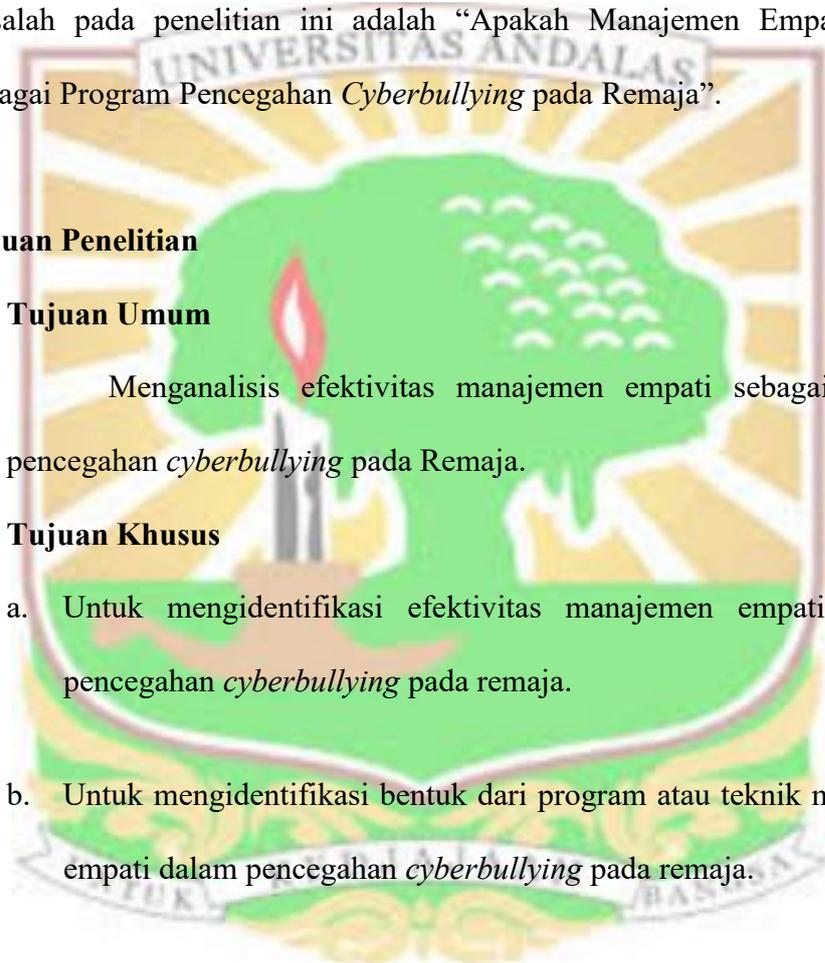
## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis efektivitas manajemen empati sebagai program pencegahan *cyberbullying* pada Remaja.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengidentifikasi efektivitas manajemen empati terhadap pencegahan *cyberbullying* pada remaja.
- b. Untuk mengidentifikasi bentuk dari program atau teknik manajemen empati dalam pencegahan *cyberbullying* pada remaja.
- c. Untuk mengidentifikasi program atau teknik manajemen empati yang paling efektif dalam mencegah *cyberbullying* pada remaja.
- d. Untuk mengidentifikasi konsep tentang manajemen empati yang paling efektif dan nantinya dapat digunakan sebagai pencegahan *cyberbullying* pada remaja.



## **D. Manfaat**

### **1. Bagi peneliti**

Dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan peneliti mengenai *cyberbullying* yang terjadi pada remaja.

### **2. Bagi pelayanan kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan untuk mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan yang ada pada remaja serta dapat memberikan edukasi untuk kejiwaan remaja.

### **3. Bagi institusi pendidikan**

Sebagai bahan informasi bagi guru SMA bahwa empati dapat mempengaruhi siswa menjadi pelaku maupun korban *cyberbullying* yang semakin meresahkan. Sehingga tenaga pendidik dapat membimbing siswa untuk mengatasi masalah ini.

### **4. Bagi peneliti selanjutnya**

Dapat digunakan bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan dan sumber data penelitian dengan ruang lingkup yang sama atau pun mengubah variabel dan tempat penelitian.

