



Cyberbullying (perundungan dunia maya)

Novi Poespita Candra, M.Si, Ph.D, Psikolog

Cyberbullying

Perilaku Kekerasan Lewat Dunia Maya

Apa Itu Cyberbullying?

Salah satu bentuk kekerasan atau penindasan terhadap anak dan remaja melalui dunia maya

Bentuk Cyberbullying



Penyebaran kebencian di media sosial



Pemberian komentar dan ujaran-ujaran kebencian



Di Indonesia

50% dari **41** remaja usia 13-15 tahun mengalami cyberbullying (Unicef, 2016)

80% siswa dari **102** siswa kelas 7 di Yogyakarta menjadi cybervictim (Safaria, 2016)

Public figure dan orang yg memiliki banyak follower di IG → dapat menjadi target cyberbullying

Korban cyberbullying : 30% mengalami masalah dalam proses belajar, 28% orangtua menyatakan anaknya mengalami depresi, 25% ortu mengganggu pola tidur anak dna menyebabkan mimpi buruk .
(Kaspersky Lab; iconKids & Youth, 2015)

JENIS CYBER BULLYING (Willard, 2005)

Masquerading

Flaming

(mengirim pesan teks dengan nada kasar, marah)

Online harassment

(mengirim pesan berulang untuk menyinggung)

Cyber stalking

(menguntit)

Denigration

(fitnah/hoax)

Masquerading

(menyamar dan mengirim pesan mengancam)

Trickery

(menyebarkan informasi pribadi)

Exclusion

(sengaja mengundang target untuk dibully)

Pelaku Cyberbullying

1. Menggunakan teknologi untuk menyakiti orang lain berulang kali
2. Tidak bergantung pada usia, gender, ras, maupun tingkat sosial ekonomi
3. Korban cyberbullying 9x memiliki kecenderungan untuk menjadi pelaku cyberbullying
4. Pada umumnya membully untuk hiburan/agar merasa senang
5. Sering menggunakan internet
6. Perempuan melakukan cyberbullying lebih sering daripada bullying biasa
7. Pelaku terkadang adalah pribadi yang kurang dianggap di dunia nyata
8. Pelaku ingin melampiaskan dendam.

(Doane, Pearson & Kelley, 2014)

Cara yang digunakan pelaku

01

**Melalui game
online**

02

Pesan singkat

03

Chat

04

Name calling

05

**Mengirim
foto/video**

06

Mengirim email



Korban Cyberbullying

Profil

01

Anak yang pandai secara akademik cenderung tidak mengalami cyberbullying



02

Anak yang terisolasi secara sosial cenderung menjadi korban

03

Perempuan.
(melalui chat room → 27%)
Melalui pesan teks → 22%
Melalui email → 14%

Efek Cyberbullying: Lebih Melelahkan Daripada Bullying Biasa

Bisa terjadi 24/7



Korban tidak
mengetahui identitas
penyerang

Penyebaran informasi
lebih cepat



Dampaknya cyber bullying (Spears, et al, 2009)

frustasi
kemarahan

Kesedihan

28% depresi

Gangguan tidur

Harga Diri
Rendah

Keinginan bunuh
diri

Masalah
keluarga

30% mengalami
kesulitan belajar

Perilaku
menyimpang

Gangguan
makan

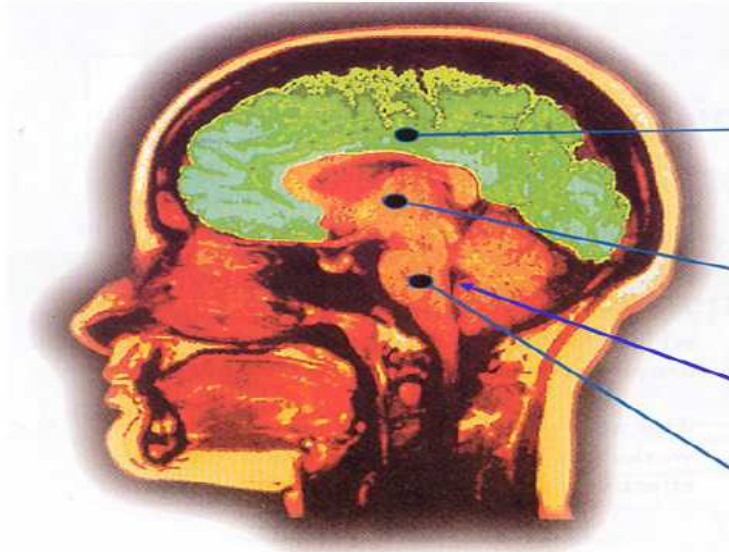
Penyalahgunaan
obat

Mengapa Terjadi

Kerja Otak Reptil yang sangat dominan dalam merespon stimulan yang datang pada manusia karena tidak optimalnya prefrontal cortex dalam berpikir kritis, membuat keputusan bijaksana dan rendahnya motivasi

OTAK, HOTS DAN KARAKTER

How We Think The Brain Works



Neo-Cortex

(Higher Order Thinking Skills)

Limbic System

(Emotions & Long Term Memory)

Cerebellum

(Embedded Learning/Habits)

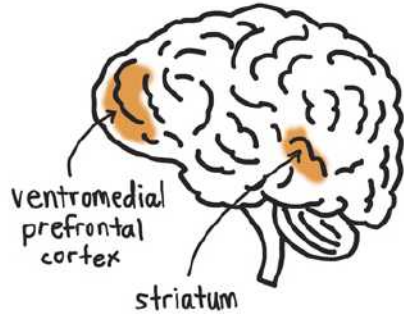
Brainstem (Reptilian)

(Fight, Flight or Freeze)

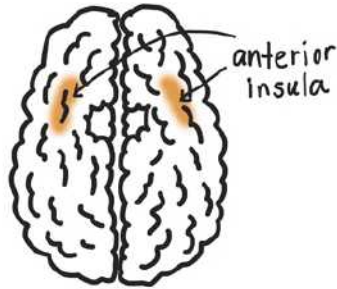
Magnetic Resonance Image (MRI)

Otak motivasi

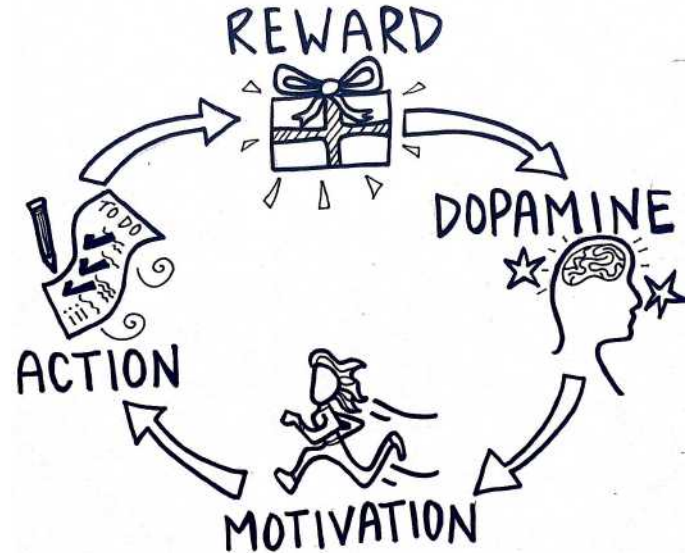
DOPAMINE ACTIVITIES IN OUR BRAIN



GO-GETTER: More dopamine in areas linked to reward and motivation.



SLACKER: More dopamine in areas linked to emotion and risk perception.





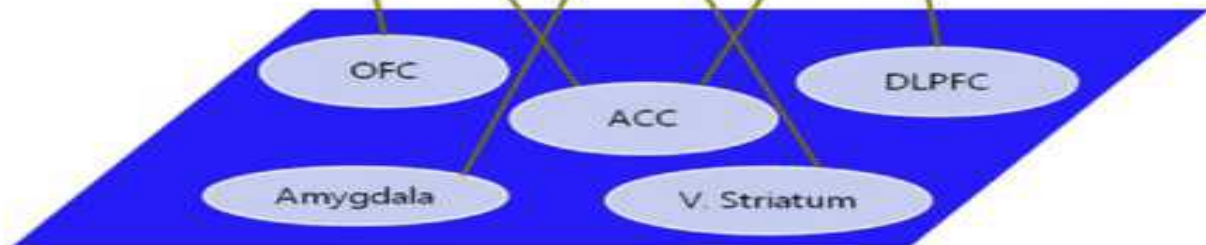
Behavioral level



Psychological level



Neural level



PROSES BELAJAR

Self
Regulated
Learning



Social
emotional
Learning



Project based
learning/Home
based
learning



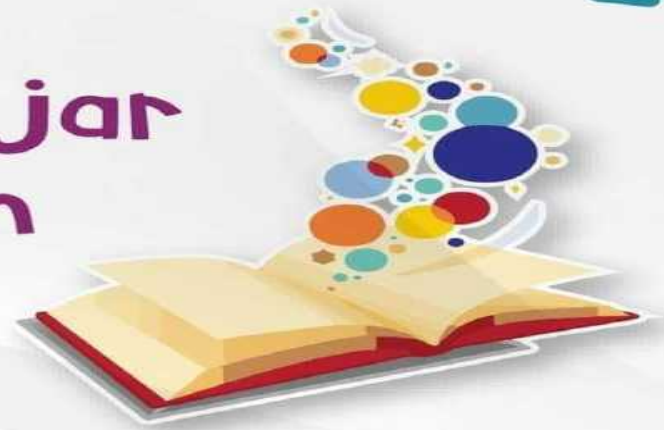
AGAR PEMBELAJARAN MENYENANGKAN

Fleksibilitas dalam Pembelajaran



Fleksibilitas diperlukan untuk menyesuaikan dengan perubahan yang begitu cepat, memwadahi kebutuhan siswa yang berbeda-beda, serta memberikan ruang bagi guru untuk berkreasi dan berinovasi dalam menyusun skenario pembelajaran yang menarik dan sesuai untuk siswa.

Sumber Belajar yang Relevan



Alih-alih mengerjakan soal-soal LKS selama di rumah, siswa bisa belajar dari banyak sumber dengan pendekatan yang mengacu pada kodrat siswa, seperti keingintahuan, imajinasi, kolaborasi, dan kemerdekaan. Sumber belajar pun bisa diperoleh dari lingkungan sekitar, komunitas, bahkan dari persoalan dunia lewat sumber informasi yang mudah diakses.



Suasana yang Hangat dan Menyenangkan

Suasana yang hangat dan menyenangkan di rumah bisa membantu menumbuhkan motivasi belajar anak. Orang tua bisa membangun lingkungan yang positif dan etis di rumah dengan menyediakan lingkungan fisik yang nyaman, serta interaksi yang saling menghargai antar anggota keluarga.

Referensi:

Rizal, M. N. (2020). "Blended Learning" Jadi Kesempatan Ubah Paradigma Pendidikan Lama. (Y. E. Harususilo, Interviewer)
Candra, N. (2020). "Bagaimana Sih Peran Orang Tua dalam Pendidikan Anak di Masa Pandemi?." Youtube, diunggah oleh apipa project.



Kolaborasi Guru, Siswa, dan Orang Tua

Baik guru, siswa, dan orang tua di rumah memiliki peran penting masing-masing untuk menyuk-
seskan pembelajaran jarak jauh. Tanpa sinergi yang
baik, sulit membayangkan pembelajaran jarak jauh
berlangsung efektif.



Pemahaman tentang Kondisi Siswa

Guru perlu memahami kondisi siswa di rumah, misalnya tentang akses apa saja yang dimiliki siswa yang bisa membantu proses belajarnya. Pemahaman ini bisa membantu guru menyiapkan skenario pembelajaran yang sesuai.

Siapa yang bertanggungjawab?

Anak



Sekolah



Orangtua



Kebijakan hukum



Anak

Awareness/Kesadaran

Apa itu
cyberbullying?

Penggunaan
internet aman
diajarkan sejak SD
secara etik

Membangun pemikiran, perasaan dan
perilaku empatik juga motivasi

Avoidance/Penghindaran

“Block” pesan
teks/email

Mengganti nomer HP atau email

Siswa Bantu Siswa

- Meyakinkan siswa bahwa mereka tidak sendiri
- Mengakui adanya dampak emosi
- Mendorong/mendukung korban untuk bersuara
- Membagikan cerita personal
- Resolusi konflik
- Strategi menghadapi pelaku cyberbullying

Agar Tetap Aman..

- Ketahui definisi cyberbullying
- Jangan memberikan password pada orang lain
- Selalu “log-off”/mengeluarkan akun setiap selesai online
- Berhenti sejenak dan berpikir sebelum mengunggah sesuatu
- Jangan membuka email dari orang yang tidak diketahui
- Menggunakan setting privacy
- Tidak melakukan cyberbullying pada orang lain

Orangtua

Masalah

Ortu jarang mengawasi pemakaian komputer/gadget anak

Kurang komunikasi dengan anak

Tidak memahami etika penggunaan komunikasi online

Kurang menciptakan ekosistem kebahagiaan bermakna di keluarga

Saran

- Menyepakati penggunaan / pemakaian internet dengan anak
- Install software pelacak/filtering
- Melaporkan kasus cyberbullying ke sekolah/hukum
- Berdiskusi dan membangun kesadaran anak atas konsekuensi dari keputusan yang buruk dalam beraktivitas dalam dunia maya

Sekolah

Perlu mengembangkan panduan mengatasi cyberbullying

Mengembangkan kemampuan sosial dan emosi siswa

Mengembangkan protokol digital citizenship behavior

Respon guru :
Berbicara kepada pelaku
Melaporkan insiden ke bagian administrative sekolah

Menciptakan ekosistem pembelajaran yang menyenangkan, manusiawi dan bermakna

THINK

BEFORE YOU POST

T - IS IT **TRUE**?

H - IS IT **HELPFUL**?

I - IS IT **INSPIRING**?

N - IS IT **NECESSARY**?

K - IS IT **KIND**?

Kesimpulan

Beritahu orang lain
Tidak merespon
Tidak membalas
dengan cara yang
sama seperti pelaku
Menyimpan bukti
komunikasi
Block akses pelaku

