

FENOMENA CYBERBULLYING DI MEDIA SOSIAL INSTAGRAM: STUDI DESKRIPTIF TENTANG KESEHATAN MENTAL GENERASI Z USIA 20-25 TAHUN DI JAKARTA

Cyberbullying on Instagram: A Descriptive Study of the Mental Health of Generation Z Aged 20-25 in Jakarta

Azni Yeza Laora; Feri Sanjaya

Program Studi Ilmu Komunikasi, FISIP, Universitas Bung Karno
*Email: azniyezalaora870@gmail.com; feris.sanjaya303@gmail.com

Abstract: *The contemporary phenomenon of bullying has developed into cyberbullying, which includes insulting, humiliating, intimidating, and threatening others through electronic information or documents. Cyberbullying is frequently found on social media, particularly Instagram, and may affect anyone, including Generation Z. This study examines the forms of cyberbullying and their mental-health consequences for Generation Z aged 20-25 in Jakarta. It uses a qualitative descriptive approach informed by phenomenology and routine activity theory. Data were collected through observation, interviews, and a literature review. The findings identify harassment, trickery, denigration, impersonation, and flaming as relevant forms of cyberbullying. Both victims and perpetrators reported consequences including stress, paranoia, insecurity, depression, and temperamental responses. The study emphasizes the importance of responsible oral and written communication on social media and stronger awareness of cyberbullying prevention.*

Keywords: Bullying; Cyberbullying; Instagram; Mental health; Generation Z

Abstrak: Fenomena perundungan berkembang menjadi cyberbullying, yaitu tindakan menghina, mempermalukan, mengintimidasi, dan mengancam orang lain melalui informasi atau dokumen elektronik. Cyberbullying banyak ditemukan di media sosial, khususnya Instagram, dan dapat dialami siapa pun, termasuk Generasi Z. Penelitian ini mengkaji bentuk cyberbullying serta dampaknya terhadap kesehatan mental Generasi Z usia 20-25 tahun di Jakarta. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan perspektif fenomenologi dan teori aktivitas rutin. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan studi pustaka. Hasil penelitian mengidentifikasi harassment, trickery, denigration, impersonation, dan flaming sebagai bentuk cyberbullying yang relevan. Korban maupun pelaku mengalami dampak berupa stres, paranoia, insecure, depresi, dan respons temperamental. Penelitian menegaskan pentingnya menjaga komunikasi lisan dan tulisan di media sosial serta meningkatkan kesadaran pencegahan cyberbullying.

Kata Kunci: Bullying; Cyberbullying; Instagram; Kesehatan mental; Generasi Z

1. Pendahuluan

Cyberbullying atau disebut dengan perundungan dunia maya merupakan suatu aksi perundungan dengan menggunakan teknologi digital. Cyberbullying merupakan perilaku berulang yang ditujukan suatu individu atau suatu kelompok untuk individu atau suatu kelompok lainnya dengan tujuan menakuti, membuat marah, atau mempermalukan mereka. Dibanding dengan bentuk-bentuk bullying lainnya, cyberbullying merupakan fenomena yang relatif baru yang mencerminkan bagaimana teknologi digital telah merasuki kehidupan sehari-hari. Pelaku cyberbullying tidak langsung berkontak dengan fisik korban, namun cyberbullying meninggalkan jejak digital atau sebuah rekaman atau catatan yang dapat berguna dan memberikan bukti ketika membantu menghentikan perilaku salah ini.

Cyberbullying dikaitkan dengan konsekuensi mental dan psikososial negatif yang cukup besar pada kalangan generasi Z, menjadikannya masalah kesehatan masyarakat yang serius. Cyberbullying merupakan bentuk intimidasi yang relatif baru dan serius dengan efek sosial dan emosional negatif pada korban dan pelaku.

Seperti intimidasi tradisional, cyberbullying merupakan fenomena sosial dan sering terungkap dalam konteks jaringan pengamat yang besar.

Penelitian ini menggunakan paradigma maskulinitas sebagai alat konfirmasi, yang mana paradigma maskulinitas membenarkan bahwa perilaku nakal adalah perilaku yang wajar terjadi pada anak laki-laki. Akan tetapi di Indonesia, baik laki-laki maupun perempuan keduanya sama-sama berpartisipasi dalam cyberbullying.

Hanya saja, anak perempuan cenderung menggunakan pendekatan pasif, seperti menyebarkan rumor atau gosip untuk merusak reputasi orang atau merusak hubungan pertemanan orang lain. Sedangkan anak laki-laki cenderung menggunakan ancaman langsung, frontal, dan lebih sering menjadi pihak yang memulai (bukan membalas).

Berdasarkan uraian tersebut, penulis ingin mendalami fenomena cyberbullying yang sering terjadi terutama kepada generasi Z di Jakarta. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada "Fenomena Cyberbullying di Media Sosial Instagram (Studi Deskriptif Tentang Kesehatan Mental Pada Generasi Z Usia 20-25 Tahun di Jakarta)".

2. Tinjauan Pustaka

2.1. Fenomenologi

Tradisi fenomenologi memfokuskan perhatiannya terhadap pengalaman sadar seorang individu. Teori komunikasi yang masuk dalam tradisi fenomenologi berpandangan bahwa manusia secara aktif menginterpretasikan pengalaman mereka, sehingga mereka dapat memahami lingkungannya melalui pengalaman personal dan langsung dengan lingkungan. Tradisi fenomenologi memberikan penekanan sangat kuat pada persepsi dan interpretasi dari pengalaman subjektif manusia. Pendukung teori ini berpandangan bahwa cerita atau pengalaman individu adalah lebih penting dan memiliki otoritas lebih besar dari pada hipotesa penelitian sekalipun.

Fenomenologi menjadikan pengalaman sebenarnya sebagai data utama dalam memahami realitas. Apa yang dapat diketahui seseorang adalah apa yang dialaminya. Jika anda ingin mengetahui apakah itu “cinta” maka anda tidak akan bertanya kepada orang lain tetapi anda langsung memahami cinta dari pengalaman langsung diri anda sendiri. Stanley Deetz mengemukakan tiga prinsip dasar fenomenologi dalam buku *Teori Komunikasi Individu Hingga Massa* (Morissan, 2013:39-40), pertama pengetahuan adalah kesadaran. Kedua, makna dari sesuatu terdiri atas potensi sesuatu itu pada hidup seseorang. Ketiga, bahasa adalah “kendaraan makna” (vehicle of meaning).

Proses interpretasi merupakan hal yang sangat penting dan sentral dalam fenomenologi. Interpretasi adalah proses aktif pemberian makna dari suatu pengalaman. Dalam fenomenologi, interpretasi merupakan realitas bagi seorang individu. Seseorang tidak bisa memisahkan realitas dari interpretasi. Interpretasi adalah proses aktif dari pikiran, yaitu suatu tindakan kreatif dalam memperjelas pengalaman personal seorang. Menurut pemikiran fenomenologi orang yang melakukan interpretasi (interpreter), mengalami suatu peristiwa atau situasi dan ia akan memberikan makna kepada setiap peristiwa atau situasi yang dialaminya.

Kondisi ini berlangsung terus-menerus (bolak-balik) antara pengalaman dan pemberian makna.

Setiap pengalaman baru akan memberikan makna baru bagi dirinya begitu seterusnya. Misalnya, seorang wanita yang ditinggal ayahnya sejak kecil karena orang tuanya bercerai. Pengalaman buruknya dengan ayahnya memberikan makna atau pengetahuan kepadanya mengenai pria, bahwa setiap pria itu jahat. Namun interpretasinya mengenai pria itu mungkin akan berubah ketika ia menemukan pria yang ternyata sangat baik dan sangat memerhatikan dirinya. Interpretasinya terhadap pria akan berubah terus menerus sepanjang hidupnya seiring dengan setiap pengalaman yang ditemuinya dengan setiap pria yang hadir dalam hidupnya.

Begitu pula dengan pembahasan tentang cyberbullying, orang yang menjadi korban cyberbullying di media sosial akan menjadi tertutup dan bahkan banyak di antara mereka mengalami insecure atau tidak percaya diri untuk mengunggah kegiatannya lagi di media sosial. Bahkan, mereka yang telah menjadi korban cyberbullying ini juga mengalami kerusakan mentalnya. Seperti, seseorang yang tiba-tiba mendapatkan pesan mengancam, menghina, dan menjatuhkan dari orang dikenal maupun tidak akan berdampak kepada kesehatan mental mereka. Korban yang terlihat baik-baik saja di sosial media, belum tentu baik-baik saja di kehidupan nyatanya. Mereka para korban bahkan mendapatkan gejala kerusakan mental misalnya; depresi, stres, paranoid, insecure atau kehilangan percaya diri, dan temperamental. Hal ini juga bisa menyebabkan masalah serius yang mengakibatkan para korban memutuskan untuk mengakhiri hidupnya.

2.2. Teori Aktivitas Rutin

Teori aktivitas rutin dikembangkan oleh Marcus Felson dan Lawrence E. Cohen adalah sebuah sub bidang dari kriminologi pilihan rasional dalam buku membangun budaya anti korupsi dikutip dalam buku *Membangun Budaya Anti Korupsi di Lingkungan Organisasi Pemerintah Daerah* (La Hadifa, 2019:60). Dalam teori ini menganggap bahwa kejahatan adalah normal dan terjadi karena adanya kesempatan yang tersedia. Bila sebuah target tidak cukup dilindungi, dan bila ganjarannya cukup berharga, maka kejahatan akan terjadi. Kejahatan tidak membutuhkan pelanggar-pelanggar kelas berat, pemangsa-pemangsa super, para residivis atau orang-orang jahat. Kejahatan bisa terjadi hanya membutuhkan kesempatan. Melalui pemahaman seseorang pada kegiatan secara rutin dilakukan setiap hari oleh seseorang dalam sebuah organisasi, kejahatan dapat terjadi. Berdasarkan pengalaman rutin tersebut seseorang dapat merencanakan kapan, di mana, siapa atau apa yang menjadi target, dan bagaimana cara melakukan kejahatan.

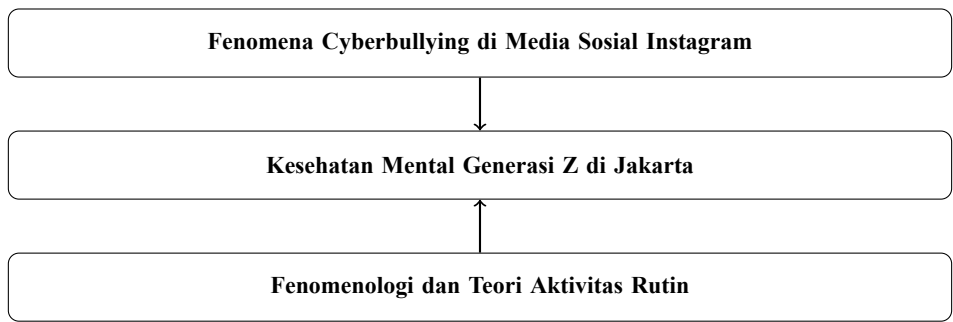
Dalam teori ini tindakan kejahatan dipengaruhi oleh tiga keadaan yakni; tersedia target atau sasaran yang tepat (adanya kesempatan), tidak adanya pengawasan yang baik dan penerapan Undang-Undang mengenai cyberbullying dan juga adanya motif yang menjadi pendorong untuk melakukan kejahatan cyberbullying. Teori Aktivitas Rutin melihat kejahatan dari perspektif pelaku.

Sebuah kejahatan hanya dapat dilakukan jika pelaku kejahatan berpikir bahwa target cukup nyaman dan penjaga tidak hadir. Ini merupakan penilaian dari pelaku kejahatan terhadap faktor situasi yang bersifat deterministik.

Sampson (1987) menggunakan teori ini untuk menjelaskan kejahatan kekerasan personal yang pelakunya adalah strangers. Fisher, Cullen, dan Turner (2002:7) juga menggunakannya untuk menjelaskan aktivitas menguntit seseorang dengan terus menerus sehingga menimbulkan ketakutan bagi orang tersebut (stalking) dikutip dalam buku *Mutilasi dalam Perspektif Kriminologi* (Muhammad Fadil Imran, 2015:44). Tillyer dan Eck (2011:56) mengeksplorasi secara mendalam terhadap konsep handler dalam teori aktivitas rutin. Teori Aktivitas Rutin juga sering dipandang hanya sebagai teori viktimisasi. Pandangan tersebut tampaknya tidak benar karena menurut Tillyer dan Eck (2011:78) dalam buku *Mutilasi dalam Perspektif Kriminologi* (Muhammad Fadil Imran, 2015:44) menjelaskan bahwa teori ini dapat digunakan untuk

perubahan tren kejahatan dari waktu ke waktu selain untuk menjelaskan perbedaan crime rates antara satu kota dan kota lainnya dan menjelaskan berbagai bentuk kejahatan, termasuk kekerasan.

2.3. Kerangka Alur Berpikir



Gambar 1: Kerangka alur berpikir

Sumber: peneliti.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami fenomena sosial yang berkembang. Fenomena tersebut merupakan cyberbullying, yang merupakan suatu perbuatan menghina, mempermalukan, mengintimidasi, dan mengancam seseorang dengan menggunakan media elektronik. Akibat dari berkembangnya kasus yang terjadi karena cyberbullying, baik korban maupun pelaku mengalami kerusakan pada kesehatan mental. Korban dan pelaku yang rentan terlibat dalam cyberbullying merupakan generasi Z dengan usia 20-25 tahun.

Sebagian pelaku sebelumnya pernah menjadi target cyberbullying. Tidak sedikit dari mereka melampiaskan kekesalan mereka dengan cara balas dendam lewat sosial media, baik itu mencela, menghina, menjatuhkan dan mengancam korban selanjutnya.

Menurut Sugiyono (2016: 9), penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat post-positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) di mana peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif adalah kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

Menurut Sugiyono (2016: 336), penelitian deskriptif adalah penelitian yang bersifat menggambarkan suatu fenomena, peristiwa, gejala, baik menggunakan data kuantitatif maupun kualitatif.

Penelitian deskriptif mempelajari masalah-masalah dalam masyarakat, serta tata cara yang berlaku dalam masyarakat serta situasi-situasi tertentu, termasuk tentang hubungan, kegiatan-kegiatan, sikap-sikap, pandangan-pandangan, serta proses-proses yang sedang berlangsung dan pengaruh-pengaruh dari suatu fenomena dikutip dari Whitney dalam buku Metode Penelitian (Moh, Nazir 2003:16).

Penelitian ini menjelaskan fenomena cyberbullying di media sosial Instagram dengan studi deskriptif kesehatan mental pada generasi Z di Jakarta. Penulis menggunakan teori fenomenologi dan aktivitas rutin (routine activity).

4. Hasil dan Pembahasan

4.1. Bentuk Cyberbullying yang Dialami Korban

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan beberapa bentuk cyberbullying yang dialami oleh korban di media sosial Instagram menurut (Willard, 2011:56) dalam buku Anakku Belahan Jiwaku: Pola asuh yang tepat untuk membentuk psikis anak, (Miftakhuddin & Rony Harianto, 2020:54-55) di antaranya sebagai berikut:

Harassment, Trickery, Denigration, Impersonation, dan Flaming.

Tabel 1: Bentuk Cyberbullying yang Dialami Korban

Informan	Bentuk	Temuan dan fitur Instagram
F. P	Harassment	Korban menerima pesan kasar dan melecehkan secara berulang melalui direct message setelah mengunggah foto tanpa hijab pada Instagram Stories. Salah satu pesan menawarkan korban sebagai objek seksual. Korban tidak melakukan serangan balasan.
D. F	Trickery	Akun korban diretas oleh pihak yang tidak dikenal. Foto dan video dalam akun terhubung kepada pelaku, dan korban mengetahui peretasan melalui notifikasi masuk yang tidak dikenalnya.

Informan	Bentuk	Temuan dan fitur Instagram
A. R	Denigration	Foto korban diunggah melalui Instagram Stories oleh akun yang tidak dikenal dengan tuduhan sebagai perebut pasangan orang lain. Unggahan menyertakan nama akun korban dan mencemarkan nama baiknya.

Sumber: data penelitian.

4.2. Bentuk Cyberbullying yang Dilakukan Pelaku

Tabel 2: Bentuk Cyberbullying yang Dilakukan Pelaku

Informan	Bentuk	Temuan dan fitur Instagram
C. A	Harassment	Pelaku mengirim pesan dan komentar kasar secara berulang kepada korban melalui akun palsu. Tindakan dipicu kebencian terhadap mantan pasangan kekasihnya dan dihentikan setelah pelaku merasa puas.
A. N	Flaming	Perbedaan pilihan pada masa pilkada berkembang menjadi perdebatan panjang melalui direct message. Pelaku merespons unggahan temannya dengan bahasa agresif dan kasar karena merasa pilihannya direndahkan.

Sumber: data penelitian.

4.3. Dampak terhadap Kesehatan Mental

Temuan menunjukkan bahwa cyberbullying tidak hanya dipahami sebagai pengalaman negatif, tetapi pada sebagian informan juga menjadi dorongan untuk mengevaluasi diri. Dampak kesehatan mental korban dan pelaku dirangkum dalam Tabel 3 dan Tabel 4.

Tabel 3: Dampak Kesehatan Mental pada Korban

Informan	Dampak	Deskripsi
E. P	Stres, paranoia, insecure	Korban terus memikirkan pelecehan yang dialaminya, merasa cemas akan dicelakai, dan kehilangan kepercayaan diri terhadap tubuh serta pakaian yang digunakannya.
D. F	Stres, paranoia, temperamental	Korban takut privasinya disebarluaskan, merasa diawasi, enggan mengunggah foto, cemas ketika bertemu orang baru di dunia maya, dan kesulitan mengendalikan emosi.
A. R	Stres, paranoia, insecure	Korban mengalami gangguan tidur selama lima hari, merasa terancam setelah fotonya disebar, dan menjadi takut menerima pertemanan atau mengunggah foto di media sosial.

Sumber: data penelitian.

Tabel 4: Dampak Kesehatan Mental pada Pelaku

Informan	Dampak	Deskripsi
C. A	Stres, paranoia, temperamental	Pelaku merasa bersalah, takut tindakannya diketahui pihak berwajib, merasa diawasi, dan semakin sulit mengendalikan emosi.
A. N	Paranoia dan insecure	Pelaku merasa terancam setelah berselisih pendapat, menilai pendapatnya tidak diterima, dan kemudian tidak percaya diri untuk kembali berkomentar di Instagram.

Sumber: data penelitian.

4.4. Respons Korban dan Pelaku

Bagi korban maupun pelaku cyberbullying di media sosial Instagram, beranggapan bahwa Instagram merupakan salah satu media sosial yang paling sering diakses dirasa cukup mengganggu dan merugikan. Dalam hal ini sesuai dengan bentuk cyberbullying yang dialami korban, tentu masing-masing korban memberikan respons yang berbeda-beda atas kejadian yang dialami tergantung pada hal yang menjadi pertimbangan bagi korban, demikian pula dengan pelaku.

Tabel 5: Respons Korban dan Pelaku terhadap Cyberbullying

Informan	Respons
Korban F. P	Tidak merespons pesan dari orang tidak dikenal karena khawatir perlawanan akan menimbulkan akibat yang lebih buruk.
Korban D. F	Tidak mencari pelaku, tetapi berulang kali memperkuat pengaturan privasi dan keamanan akun.
Korban A. R	Mencari klarifikasi, meminta pertanggungjawaban, dan meminta unggahan dihapus; pelaku kemudian menghapus serta mengklarifikasi unggahan.
Pelaku C. A	Mengakui tindakannya dipicu hubungan pribadi dan dugaan penyalahgunaan data, tetapi belum memperoleh kepastian mengenai tuduhan tersebut.
Pelaku A. N	Menganggap tindakannya sebagai pembelaan atas pilihannya; perdebatan berakhir setelah korban berhenti membalas pesan agresifnya.

Sumber: data penelitian.

4.5. Pembahasan Teoretis

Temuan menunjukkan bahwa korban memaknai cyberbullying di Instagram secara subjektif berdasarkan pengalaman interaksi mereka. Fitur komentar, keterangan unggahan, profil, Instagram Stories, dan direct message menjadi ruang pertukaran teks yang dapat membentuk makna sekaligus memunculkan tindakan cyberbullying. Dalam perspektif fenomenologi, pengalaman tersebut merupakan dasar untuk memahami tindakan dan makna dari sudut pandang korban maupun pelaku. Fenomenologi membantu mengungkap objek kognitif, tindakan, dan ucapan melalui pengalaman sadar (Collin, 1997: 111 dalam Wirawan, 2012: 135; Lester, 1999 dalam Rorong, 2020: 5).

Pengalaman para informan memperlihatkan bahwa pesan tertulis yang mengancam, melecehkan, atau mengintimidasi dapat menimbulkan stres, depresi, rasa tidak aman, dan gangguan interaksi sosial. Pengalaman tersebut tidak hanya berkaitan dengan korban. Pelaku juga melaporkan rasa tertekan, bersalah, dan takut tindakannya diketahui orang lain atau diproses oleh pihak berwajib. Dengan demikian, kesadaran individu memberi makna terhadap objek dan tindakan yang hadir dalam dunia kehidupannya, sebagaimana penekanan Schutz mengenai pembentukan makna dalam interaksi.

Teori aktivitas rutin melengkapi pembacaan fenomenologis dengan menjelaskan hubungan antara pelaku yang termotivasi, sasaran yang sesuai, dan lemahnya penjagaan. Perubahan pola aktivitas rutin dapat meningkatkan kesempatan terjadinya kejahatan ketika ketiga unsur tersebut bertemu (Cohen dan Felson, 1979 dalam Mustofa, 2021: 64). Dalam konteks Instagram, penggunaan akun palsu, pemilihan target, dan lemahnya perlindungan akun menjadi bagian dari kondisi yang memungkinkan cyberbullying berlangsung.

Interaksi berbasis teks membuat bahasa seolah-olah mewakili ungkapan lisan. Teks kemudian dapat digunakan untuk merendahkan, menghina, mengejek, atau mengancam. Bentuk yang ditemukan dalam penelitian ini meliputi flaming, harassment, denigration, impersonation, dan trickery (Willard, 2011: 56 dalam Miftakhuddin dan Harianto, 2020: 54-55). Flaming berupa ungkapan kemarahan dengan bahasa agresif; harassment berupa pesan kasar yang dikirim berulang; denigration berupa pencemaran nama baik; impersonation berupa peniruan identitas; dan trickery berupa tipu daya untuk memperoleh dokumen atau identitas pribadi korban.

Korban memaknai cyberbullying sebagai gangguan terhadap citra diri, tindakan pengecut di dunia maya, dorongan untuk mengevaluasi diri, atau candaan yang ditempatkan secara keliru. Pemaknaan tersebut memengaruhi keputusan korban untuk melawan, meminta klarifikasi, memperkuat keamanan akun, atau mengabaikan tindakan pelaku. Proses ini sejalan dengan konsep self-indication Blumer, yaitu individu mengetahui, menilai, memberi makna, dan menentukan tindakan dengan mempertimbangkan respons orang lain (Mufid, 2009: 149).

Tiga prinsip fenomenologi yang dijelaskan Deetz menempatkan pengalaman sadar, potensi makna bagi kehidupan, dan bahasa sebagai kendaraan makna (Morissan, 2013: 39). Pada kasus yang diteliti, pengalaman cyberbullying ditemukan melalui perubahan kondisi psikis, fisik, dan mental informan. Bahasa kasar dan ancaman yang diterima korban tidak berhenti sebagai teks, tetapi memengaruhi rasa aman dan pola interaksi mereka. Pengalaman sebelumnya juga dapat membentuk tindakan berikutnya, termasuk kemungkinan korban merespons atau mengulangi bahasa serupa kepada orang lain.

Tanda yang perlu diperhatikan pada korban antara lain keengganan menggunakan perangkat elektronik, penarikan diri dari keluarga atau teman, emosi negatif, gangguan tidur, dan berkurangnya nafsu makan. Pelaku dapat ditandai oleh normalisasi cyberbullying, kepemilikan beberapa akun atau akun samaran, serta penggunaan perangkat secara tidak biasa (Priyatna, 2010: 35-36). Cyberbullying berpotensi memengaruhi kesehatan mental, kinerja akademis, dan kondisi fisik; penyebaran pesan atau gambar juga dapat berlangsung setiap saat dan menjangkau pihak yang tidak dikenal (Beane, 2008 dalam Karyanti dan Aminudin, 2019: 66).

Hubungan antara interaksi daring dan hubungan di dunia nyata terlihat pada pengalaman A.R. Informan ini menilai pencemaran nama baik yang dialaminya berawal dari kesalahpahaman pelaku terhadap dirinya di dunia nyata. Pelaku kemudian menggunakan Instagram Stories untuk menyebut A.R sebagai perebut pasangan orang lain. Penyebaran tuduhan melalui media sosial memperluas jangkauan pesan dan membuat keburukan yang dilekatkan kepada korban dapat diketahui lebih banyak orang. Temuan ini memperlihatkan bahwa cyberbullying tidak selalu bermula dari konten daring, tetapi dapat menjadi kelanjutan konflik atau relasi yang sebelumnya telah terbentuk di luar media sosial.

Pengalaman F.P dan D.F menunjukkan pola yang berbeda karena tindakan dilakukan oleh pihak yang tidak mereka kenal. F.P menerima pelecehan verbal melalui direct message setelah mengunggah foto tanpa hijab pada Instagram Stories. Pesan tersebut membuatnya takut, merasa terancam, dan kehilangan kepercayaan diri. D.F mengalami peretasan akun; foto dan videonya terhubung kepada pihak asing sehingga ia merasa diawasi dan berulang kali memperkuat pengaturan keamanan. Kedua pengalaman tersebut menegaskan peran perlindungan akun dan pengelolaan bukti ketika identitas pelaku tidak diketahui.

Pada sisi pelaku, C.A mengakui bahwa tindakannya dipicu hubungan personal dan dugaan penyalahgunaan data oleh korban. Setelah mengirim pesan kasar melalui akun palsu, ia merasakan kepuasan sekaligus kegelisahan, rasa bersalah, dan takut tindakannya diproses oleh pihak berwajib. A.N menjelaskan bahwa perdebatan mengenai pilihan politik berkembang menjadi pesan agresif setelah ia merasa pilihannya direndahkan. Ia memaknai tindakannya sebagai pembelaan, tetapi kemudian merasa terancam dan tidak percaya diri untuk kembali berkomentar. Dua kasus ini menunjukkan bahwa membenaran subjektif pelaku tidak menghilangkan konsekuensi psikologis maupun tanggung jawab atas tindakan yang dilakukan.

Secara normatif, muatan penghinaan, pencemaran nama baik, pemerasan, dan pengancaman melalui informasi atau dokumen elektronik diatur dalam Pasal 27 ayat (3) dan ayat (4) Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik. Temuan bahwa tindakan serupa tetap dialami informan menunjukkan perlunya literasi perilaku digital, perlindungan akun, dan pemahaman mengenai saluran penanganan yang tersedia.

5. Kesimpulan dan Saran

5.1. Kesimpulan

Penelitian ini menemukan harassment, trickery, denigration, impersonation, dan flaming dalam pengalaman informan di Instagram. Korban melaporkan stres, paranoia, rasa tidak aman, depresi, dan respons temperamental. Pelaku juga mengalami rasa bersalah, kecemasan, ketakutan, dan penurunan kepercayaan diri setelah melakukan cyberbullying.

Makna yang dibentuk informan memengaruhi cara mereka bertindak. Sebagian korban meminta klarifikasi dan penghentian tindakan, sedangkan korban lain memilih mengabaikan pesan atau memperkuat keamanan akun. Pada pelaku, pengalaman tersebut dapat mendorong kesadaran untuk menghentikan tindakan. Fenomenologi menjelaskan pembentukan makna berdasarkan pengalaman sadar, sedangkan teori aktivitas rutin menjelaskan pertemuan pelaku yang termotivasi, sasaran yang sesuai, dan lemahnya penjagaan.

Temuan juga memperlihatkan keterkaitan antara interaksi daring dan hubungan di dunia nyata. Pada A.R, pencemaran nama baik berawal dari kesalahpahaman di luar media sosial. F.P menerima pelecehan verbal dari pihak yang tidak dikenal, sedangkan akun D.F diretas dan data pribadinya terhubung kepada pihak asing. Pada sisi pelaku, C.A dan A.N menjelaskan bahwa tindakan mereka dipicu hubungan personal dan perbedaan pilihan yang berkembang menjadi respons agresif.

5.2. Saran

Generasi Z perlu meningkatkan kesadaran dan pengendalian diri ketika menggunakan Instagram, terutama saat menulis komentar, mengirim pesan, dan mengunggah atau merespons konten. Pengguna juga perlu memperkuat keamanan akun, menyimpan bukti, membatasi interaksi yang berisiko, dan mencari dukungan dari orang terpercaya ketika mengalami cyberbullying.

Pendidikan literasi digital dan pencegahan cyberbullying perlu diberikan secara konsisten. Penanganan yang jelas dan penerapan aturan diperlukan untuk melindungi korban, mencegah pengulangan tindakan, dan mengurangi dampak terhadap kesehatan mental korban maupun pelaku.

Daftar Pustaka

- Ahmad Saefulloh, Mellyarti Syarif, Dahrizal Dahlan. 2019. Model Pendidikan Islam bagi Pecandu Narkotika. Yogyakarta: Deepublish.
- Arikunto, S. 2006. Metode Penelitian Kualitatif. Jakarta: Bumi Aksara.
- Fakhriyani, Dianan Vidya. Kesehatan Mental. Lekoh Barat Bangkes Kadur: Duta Media Publishing.
- Farid, Muhammad. 2018. Fenomenologi. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Imran, Mohammad Fadil. 2015. Mutilasi dalam Perspektif Kriminologi: Tinjauan Teoretis Lima Kasus Mutilasi di Jakarta. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Imron, Ilmawati Fahmi. 2018. Fenomena Sosial. Banyuwangi: LPPM Institut Agama Islam.
- Karyanti, Aminudin. 2019. Cyberbullying & Body Shaming. Yogyakarta: K-Media.
- Kholifatul Fauziah dan DPND Class B. 2021. Changes We Need. Kab. Sukabumi: CV Jejak, Anggota IKAPI.
- Mauludi, Sahrul. 2018. Socrates Cafe. Jakarta: Gramedia, Anggota IKAPI.
- Miftakhuiddin & Rony Harianto, Anakku Belahan Jiwaku: Pola asuh yang tepat untuk membentuk psikis anak. Kab. Sukabumi: CV Jejak, Anggota IKAPI.

- Moleong, Lexy J. 2012. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mufid, Muhamad. 2009. Etika dan Filsafat Komunikasi. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Mustofa, Muhammad. 2021. Kriminologi: Kajian Sosiologi Terhadap Kriminalitas, Perilaku Menyimpang, dan Pelanggaran Hukum. Jakarta: Kencana.
- Nazir, Moh. 2003. Metode Penelitian. Jakarta: PT Ghalia Indonesia.
- Pieter, Herri Zan. 2011. Pengantar Psikopatologi Untuk Keperawatan. Jakarta: Prenada Media Group.
- Priyatna, Andri. 2010. Let's End Bullying: Memahami, Mencegah, dan Mengatasi Bullying. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Putriana, Angelia dkk. 2021. Psikologi Komunikasi. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Rorong, Michael Jibrael. 2020. Fenomenologi. Yogyakarta: Deepublish.
- Surianto. 2018. Menata Sumber Daya Warga Binaan Permasyarakatan: Modal Manusia yang Tersembunyi di Rutan. Bandung: Ekses Media Grafisindo.
- Sztompka, Piotr. 2010. Sosiologi Perubahan Sosial. Jakarta: Prenada.
- Willis. 1994. Problema Remaja dan Pemecahannya. Bandung: PT. Angkasa.
- Wirawan. 2012. Teori-Teori Sosial Dalam Tiga Paradigma: Fakta Sosial, Definisi Sosial, dan Perilaku Sosial. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Yasir. 2020. Pengantar Ilmu Komunikasi Sebuah Pendekatan Kritis dan Komprehensif. Yogyakarta: Deepublish.
- Zed, Mestika. 2008. Metode Penelitian Kepustakaan. Jakarta: Obor Indonesia.
- Rastati, Ranny. 2018. Jurnal Teknologi Pendidikan: Media Literasi bagi Digital Natives: Perspektif Generasi Z di Jakarta. Pusat Penelitian dan Kemasyarakatan dan Kebudayaan LIPI. (Dikutip pada tanggal 17 Mei 2021).
- Rifauddin, Machsun. 2016. Fenomena Cyberbullying pada Remaja. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. (Dikutip pada tanggal 10 April 2021).