LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3

Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 1 Tahun 2025.
Online ISSN: 3026-7889

PERUBAHAN POLA INTERAKSI REMAJA DAN MENINGKATNYA RISIKO CYBERBULLYING: SEBUAH KAJIAN LITERATUR

Fatimah Azzahra Rayhani, Vera Azzahra, Dini Nadiatul Haq, Konto Iskandar Dinata
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia
E-mail:
zahra03rayhani@gmail.com, verazzhrrrr@gmail.com, dinixiu99@gmail.com, kontoiskandardinata_uin@radenfatah.ac.id

Abstract

The shift in social interaction patterns among adolescents due to the development of social media has had a significant impact on their social lives, including the increased risk of cyberbullying. This study aims to analyze the influence of social media on adolescent social interaction patterns and how these changes contribute to the rise of online bullying. The methodology used is a Systematic Literature Review (SLR), gathering relevant articles from the last five years on the impact of social media on adolescent behavior. The findings indicate that although social media provides opportunities for adolescents to expand their social networks and express themselves, digital interactions have replaced face-to-face interactions, reducing healthy communication skills. Furthermore, the lack of awareness among adolescents about legal risks, low parental supervision, and increasing social pressure on social media exacerbate this phenomenon. This study provides important insights for developing more effective prevention strategies to mitigate the negative effects of cyberbullying among adolescents.

Keywords: *cyberbullying; social interaction; social media; adolescents; prevention*

Abstrak

Perkembangan media sosial telah mengubah pola interaksi sosial para remaja dan memberikan pengaruh besar pada kehidupan sosial mereka, salah satunya berupa meningkatnya potensi terjadinya cyberbullying. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh media sosial terhadap perubahan pola interaksi sosial remaja dan bagaimana perubahan itu turut meningkatkan kemungkinan terjadinya cyberbullying. Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) dengan meninjau sejumlah artikel dalam kurun lima tahun terakhir yang membahas dampak media sosial pada perilaku sosial remaja.Hasil menunjukkan bahwa meskipun media sosial membantu remaja berjejaring dan mengekspresikan diri, interaksi online cenderung menggantikan pertemuan langsung dan dapat melemahkan kemampuan komunikasi sosial yang baik. Selain itu, ketidaktahuan remaja mengenai risiko hukum, rendahnya pengawasan orang tua, dan tekanan sosial yang meningkat di media sosial memperburuk fenomena ini. Penelitian ini memberi gambaran penting yang dapat digunakan untuk menyusun strategi pencegahan yang

Article History
Received: Agustus 2025
Reviewed: Agustus 2025
Published: Agustus 2025

Plagirism Checker No 77
Prefix DOI :
10.8734/liberosis.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

lebih baik dalam menekan dampak buruk cyberbullying pada remaja.
Kata Kunci: cyberbullying; interaksi sosial; media sosial; remaja; pencegahan

Pendahuluan

Perkembangan pesat teknologi digital dan media sosial dalam beberapa dekade terakhir telah mengubah secara drastis cara remaja berinteraksi. Media sosial seperti Instagram, Facebook, WhatsApp, dan TikTok telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari remaja, yang memungkinkan mereka untuk berkomunikasi dengan mudah, berbagi informasi, serta berinteraksi dengan teman sebaya atau bahkan orang dari belahan dunia lain (Ardyah et al., 2024). Melalui media sosial, remaja dapat mengekspresikan diri mereka secara bebas dan membentuk identitas diri yang lebih luas. Namun, meskipun menawarkan berbagai manfaat, media sosial juga membawa berbagai konsekuensi negatif, salah satunya adalah meningkatnya risiko *cyberbullying* (Zhu et al., 2023).

Cyberbullying, atau perundungan daring, merupakan salah satu bentuk kekerasan yang dilakukan dengan memanfaatkan platform digital untuk menyebarkan kebencian, ancaman, atau penghinaan terhadap seseorang. Dampak dari *cyberbullying* sangat merusak, terutama bagi remaja yang sedang berada dalam fase perkembangan emosional dan sosial yang rentan (Dilawar et al., 2022). Penelitian menunjukkan bahwa korban *cyberbullying* sering kali mengalami gangguan psikologis yang berat, termasuk depresi, kecemasan, penurunan harga diri, bahkan berisiko untuk melakukan tindakan bunuh diri (Kim et al., 2024). *Cyberbullying* juga dapat memengaruhi prestasi akademik korban serta hubungan sosial mereka, menciptakan perasaan terisolasi, dan mengganggu kualitas hidup mereka.

Perubahan pola interaksi sosial di kalangan remaja yang dipengaruhi oleh media sosial berperan penting dalam meningkatnya prevalensi *cyberbullying*. Sebelumnya, interaksi sosial remaja banyak terjadi secara tatap muka, dengan pengawasan langsung dari orang tua, guru, atau masyarakat sekitar (Gohal et al., 2024). Namun, media sosial memungkinkan remaja untuk berinteraksi tanpa batasan ruang dan waktu, di mana kontrol sosial menjadi lebih sulit diterapkan. Hal ini menciptakan ruang bagi perilaku negatif seperti *cyberbullying* untuk berkembang. Zulkifli Taib et al. (2024) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa meskipun media sosial memperluas peluang bagi remaja untuk bersosialisasi, ia juga membuka celah bagi meningkatnya risiko perundungan daring, yang sering kali dilakukan dengan anonim.

Selain itu, banyak remaja yang tidak menyadari dampak negatif yang dapat ditimbulkan dari interaksi daring mereka. Faktor ketidaktahuan tentang risiko hukum, rendahnya pengawasan orang tua, serta pengaruh teman sebaya yang negatif memperburuk situasi ini. Penelitian yang dilakukan oleh Febrizal Antama et al. (2020) menunjukkan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya *cyberbullying* adalah kurangnya pemahaman remaja tentang potensi bahaya di dunia maya, serta lemahnya kontrol sosial yang ada di sekitarnya. Di sisi lain, fenomena ini juga dipicu oleh perkembangan teknologi yang semakin canggih, di mana remaja dapat mengakses berbagai informasi dan berinteraksi dengan bebas tanpa adanya batasan yang jelas.

Pola komunikasi yang berubah drastis ini mempengaruhi hubungan sosial dan perilaku remaja. Seiring dengan semakin banyaknya interaksi yang terjadi di dunia maya, interaksi tatap muka yang selama ini menjadi cara utama komunikasi sosial mulai tergeser. Media sosial, meskipun memberikan keuntungan dalam membangun hubungan sosial yang lebih luas, juga memunculkan tantangan baru, seperti meningkatnya tekanan untuk tampil sempurna dan adanya ancaman *cyberbullying*. Sonia Nyoman Triani et al. (2024) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa meskipun media sosial memberikan kemudahan dalam berinteraksi,

hal tersebut juga membawa dampak negatif berupa kecanduan digital dan kecemasan akibat perbandingan sosial yang terus-menerus.

Dalam konteks ini, pemahaman mengenai bagaimana perubahan pola interaksi sosial memengaruhi peningkatan risiko cyberbullying menjadi sangat penting. Penelitian ini berfokus pada analisis hubungan antara perubahan interaksi akibat penggunaan media sosial dan meningkatnya perundungan daring pada remaja. Wawasan yang diperoleh diharapkan mampu mendukung pengembangan strategi pencegahan serta intervensi yang lebih efektif dalam menangani cyberbullying di kalangan remaja..

Metode

Metode *Systematic Literature Review* (SLR) digunakan dalam penelitian ini guna menganalisis bagaimana media sosial memengaruhi perubahan pola interaksi sosial remaja dan bagaimana perubahan tersebut berkaitan dengan peningkatan risiko cyberbullying.Metode SLR digunakan karena memungkinkan proses identifikasi, seleksi, dan analisis artikel ilmiah secara terstruktur. Pada penelitian ini, peneliti meninjau 10 artikel yang terbit dalam lima tahun terakhir dan membahas penggunaan media sosial oleh remaja, pengaruhnya terhadap perilaku sosial, serta isu cyberbullying. Artikel yang dipilih berasal dari penelitian kuantitatif maupun kualitatif sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih menyeluruh.

Proses pemilihan artikel mengikuti kriteria inklusi dan eksklusi yang ketat untuk memastikan relevansi dan kualitas sumber yang digunakan. Artikel yang dimasukkan dalam kajian ini harus memenuhi beberapa syarat, yaitu: (1) diterbitkan dalam jurnal ilmiah yang terindeks di database terpercaya seperti Scopus, Google Scholar, atau PubMed, (2) membahas topik yang berhubungan dengan perilaku remaja di media sosial dan dampak negatifnya, termasuk *cyberbullying*, (3) merupakan penelitian yang dilakukan dalam lima tahun terakhir untuk memastikan informasi yang digunakan relevan dan up-to-date. Selain itu, artikel-artikel tersebut harus menggunakan metodologi yang jelas dan dapat diandalkan, baik yang bersifat kuantitatif maupun kualitatif.

Dalam analisisnya, peneliti melakukan sintesis temuan dari berbagai artikel yang telah dipilih untuk mengidentifikasi pola-pola yang muncul terkait perubahan perilaku sosial remaja akibat media sosial dan risiko *cyberbullying*. Temuan-temuan tersebut kemudian dikategorikan berdasarkan tema-tema utama yang ditemukan dalam literatur, seperti faktor penyebab *cyberbullying*, dampak psikologis yang dialami korban, serta upaya pencegahan yang telah dilakukan. Melalui metode SLR, penelitian ini berupaya memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai keterkaitan antara penggunaan media sosial dan meningkatnya risiko cyberbullying pada remaja, serta menyajikan rekomendasi berbasis bukti untuk meminimalkan dampak negatif tersebut.

Hasil

Tabel 1. Hasil Penelitian SLR

No	Penulis & Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Temuan & Pembahasan
1	Zulkifli Taib, M. Reza Septriawan, & Facrul Rozi (2024)	*Media Sosial Berpengaruh Pada Perubahan Perilaku Sosial Remaja Kota Medan di Era Digital*	Survei (Kuantitatif)	Terdapat keterkaitan yang signifikan antara penggunaan media sosial dan perubahan dalam interaksi sosial, gaya hidup, serta pola komunikasi remaja. Media sosial turut membentuk norma-norma sosial baru di kalangan mereka. Pembahasan utama meliputi dampak positif,

				seperti meningkatnya kemampuan ekspresi diri dan interaksi sosial, serta dampak negatif, seperti bertambahnya tekanan sosial dan kasus cyberbullying..
2	Febrizal Antama, Mukhtar Zuhdy, & Heri Purwanto (2020)	*Faktor Penyebab Cyberbullying yang Dilakukan oleh Remaja di Kota Yogyakarta*	Penelitian Yuridis Empiris, menggunakan data primer dan sekunder	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyebab remaja di Kota Yogyakarta terlibat dalam cyberbullying antara lain perkembangan teknologi yang semakin pesat, rendahnya pengetahuan mengenai konsekuensi hukum, perilaku meniru, serta berkurangnya kontrol sosial. Penelitian ini turut mengidentifikasi bagaimana media sosial dan teknologi berfungsi sebagai medium yang memungkinkan terjadinya cyberbullying.
3	Sonia Nyoman Triani, Novembra B Niki, Mahdalena Madeline Paremme, Rizky Pandu Keling Margono, Jovee Charlie Caesar Geraldo, Yohanes Pemandi Lian (2024)	*Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Ketika Bersosialisasi*	Kualitatif & Survei	Hasil penelitian memperlihatkan bahwa media sosial menjadi sarana bagi remaja untuk memperluas dan menjaga hubungan sosial, tetapi juga membawa risiko seperti cyberbullying, paparan konten negatif, dan kecanduan penggunaan. Perilaku sosial remaja mengalami perubahan yang tercermin dari beralihnya komunikasi tatap muka ke komunikasi digital serta tergesernya pemahaman terhadap norma sosial akibat pengaruh nilai yang dibentuk oleh media sosial. Penelitian ini juga menemukan adanya dampak psikologis pada remaja yang menjadi korban cyberbullying, berupa afeksi negatif (emosi, depresi, pemikiran bunuh diri), perilaku negatif (gejala psikosomatis), dan kognitif

				negatif (masalah akademik). Temuan tersebut menunjukkan bahwa cyberbullying dapat menimbulkan gangguan psikologis yang cukup berat, seperti depresi, kecemasan, rendahnya kepercayaan diri, dan penurunan capaian akademik.
4	Ida Bagus Indra Sastra Wiguna, I Gusti Ayu Diah Fridari (2025)	*Dinamika Psikologis Remaja Korban Cyberbullying: Kajian Literatur*	Kajian Literatur	Temuan penelitian menunjukkan bahwa media sosial berperan sebagai wadah bagi remaja untuk memperluas serta mempertahankan relasi sosial, namun pada saat yang sama menghadirkan risiko berupa cyberbullying, paparan konten yang tidak sehat, dan kecanduan penggunaan. Perubahan perilaku sosial remaja tampak melalui pergeseran pola komunikasi dari interaksi langsung menuju interaksi digital, serta perubahan pemaknaan terhadap norma sosial yang dipengaruhi oleh nilai-nilai yang beredar di media sosial. Selain itu, penelitian ini mengidentifikasi dampak psikologis yang dialami remaja korban cyberbullying, yang meliputi afeksi negatif (emosi tidak stabil, depresi, hingga pemikiran untuk bunuh diri), perilaku negatif (gejala psikosomatis), dan kognitif negatif (kesulitan akademik). Temuan tersebut menegaskan bahwa cyberbullying dapat menimbulkan gangguan psikologis serius pada remaja, termasuk meningkatnya kecemasan, menurunnya rasa percaya

				diri, serta penurunan prestasi belajar.
5.	Sita Nurmasitah, Shafina Axa Bella, Muh Fakhrihun Na'am, Musdalifah (2025)	*Eksplorasi Perilaku Cyberbullying Remaja di Media WhatsApp: Peran Pola Komunikasi dalam Keluarga*	Kualitatif Deskriptif (Studi Kasus)	Penelitian ini mengidentifikasi faktor-faktor penyebab *cyberbullying* di kalangan remaja yang terjadi di media WhatsApp. Faktor-faktor tersebut termasuk perilaku meniru, intensitas penggunaan handphone yang tinggi, kurangnya pengawasan orang tua, pola asuh yang tidak tepat, pengaruh lingkungan sebaya, serta rendahnya pemahaman tentang dampak *cyberbullying*. Penelitian ini juga menemukan bahwa pola komunikasi keluarga berperan penting, di mana pola komunikasi demokratis lebih cenderung mendorong perilaku positif, sementara pola otoriter dan permisif berpotensi meningkatkan risiko keterlibatan remaja dalam *cyberbullying*.
6.	Ida Fitriani, Sekarrini Solihan, Yohanes Bahari (2025)	*Fenomena Cyberbullying di Kalangan Remaja: Analisis Adaptasi Sosial dengan Pendekatan Teori Struktural Fungsional Talcott Parsons*	Studi Pustaka	Penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena *cyberbullying* di kalangan remaja merupakan bentuk disfungsi sosial yang mengharuskan adanya respons adaptif dari individu dan institusi sosial. Menggunakan teori AGIL, penelitian ini mengidentifikasi bagaimana remaja dan institusi seperti keluarga, sekolah, dan negara beradaptasi terhadap fenomena *cyberbullying* melalui regulasi, penguatan nilai moral, dan integrasi sosial yang kolektif. Pendekatan AGIL (Adaptation, Goal Attainment, Integration, Latency) digunakan untuk

				menganalisis bagaimana individu dan institusi sosial merespons fenomena ini, dengan fokus pada adaptasi sosial yang dibentuk oleh remaja dan dukungan dari institusi sosial yang ada.
7.	Dinda Shintya Putriwindari & Andi Nurlela (2025)	*Dampak Perilaku Cyberbullying di Kalangan Remaja (Studi Kasus di SMKN 1 Kertosono Kabupaten Nganjuk)*	Kualitatif, Pendekatan Fenomenologi	Penelitian ini mengidentifikasi dampak signifikan dari cyberbullying di kalangan remaja, mencakup penurunan prestasi akademik, isolasi sosial, gangguan mental, hingga keinginan untuk mengakhiri hidup. Tindakan *cyberbullying* seperti pengecualian, penghinaan, dan penyebaran foto tanpa izin berlanjut pada dampak nyata di dunia fisik.
8.	Laila Fazry & Nurliana Cipta Apsari (2021)	*Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Cyberbullying di Kalangan Remaja*	Studi Pustaka (Literature Review)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial berkontribusi besar terhadap munculnya perilaku cyberbullying pada remaja, dan fenomena ini terjadi lintas gender serta usia. Oleh karena itu, pengawasan orang tua, terutama pada fase remaja, menjadi aspek yang sangat diperlukan. Pembahasan menekankan pentingnya peran orang tua dalam mencegah praktik cyberbullying melalui pengendalian dan pendampingan penggunaan media sosial.
9.	Ahmad Herman (2025)	*Dampak Media Sosial terhadap Pola Interaksi dan Potensi Cyberbullying pada Remaja di Kabupaten Hulu Sungai Utara: Studi Fenomenologi*	Kualitatif, Pendekatan Fenomenologi	Penelitian ini menemukan bahwa meskipun media sosial mempermudah komunikasi, kualitas hubungan sosial remaja cenderung lebih dangkal. Penggunaan media sosial juga meningkatkan potensi terjadinya *cyberbullying*, dengan banyak remaja yang mengalami penghinaan, komentar negatif, dan

				penyebaran foto pribadi tanpa izin. Fenomena ini meningkatkan kecemasan, depresi, dan perasaan terisolasi di kalangan remaja.
10.	Razaky Azhar Rosadi, Bramantio Risky Hamzah, Ruben Rafi Delano, Geofakta Razali (2024)	*Pengaruh Interaksi Sosial di Media Sosial terhadap Kejadian Cyberbullying dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Remaja*	Survei (Regresi Kuantitatif)	Penelitian ini menegaskan bahwa paparan cyberbullying memiliki pengaruh signifikan terhadap kondisi mental remaja. Peningkatan intensitas paparan cyberbullying di media sosial secara langsung berhubungan dengan meningkatnya risiko munculnya kecemasan dan depresi..

Pembahasan

Media sosial telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari remaja, memberikan kemudahan bagi mereka untuk berinteraksi, berbagi informasi, dan membentuk identitas diri. Penelitian yang dilakukan oleh Zulkifli Taib, M. Reza Septriawan, dan Facrul Rozi (2024) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh signifikan terhadap perubahan perilaku sosial remaja di Kota Medan. Media sosial mengubah pola interaksi remaja dengan mengalihkan komunikasi tatap muka menjadi komunikasi berbasis digital. Pergeseran ini memungkinkan remaja untuk lebih bebas mengekspresikan diri dan memperluas jaringan sosial, namun juga meningkatkan risiko terjadinya *cyberbullying*. Selain itu, keterhubungan melalui media sosial sering memicu tekanan sosial yang lebih besar akibat kecenderungan remaja membandingkan diri dengan orang lain.

Seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial, remaja mulai membentuk norma sosial baru yang berfokus pada pencapaian citra diri yang sempurna. Penelitian yang dilakukan oleh Sonia Nyoman Triani et al. (2024) menunjukkan bahwa remaja sering kali merasa tertekan untuk memenuhi standar kecantikan dan kesuksesan yang banyak beredar di media sosial. Meskipun media sosial membuka kesempatan untuk membangun hubungan sosial yang lebih luas, fenomena ini juga dapat menyebabkan gangguan mental seperti kecemasan dan depresi. Perbandingan diri yang terus-menerus dengan orang lain, ditambah dengan paparan konten yang tidak sehat, turut mendorong munculnya perilaku-perilaku negatif seperti *cyberbullying*, di mana remaja yang merasa tidak sesuai dengan standar sosial tersebut menjadi korban perundungan daring.

Cyberbullying tidak muncul begitu saja, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Menurut Febrizal Antama, Mukhtar Zuhdy, dan Heri Purwanto (2020), salah satu faktor utama yang mendorong terjadinya *cyberbullying* adalah ketidaktahuan remaja akan konsekuensi dari tindakan mereka di dunia maya. Banyak remaja yang tidak menyadari dampak hukum dan psikologis yang ditimbulkan dari perilaku perundungan daring. Selain itu, mereka juga cenderung meniru perilaku perundungan yang mereka lihat di media sosial, tanpa mempertimbangkan efek negatif yang ditimbulkan. Faktor lainnya adalah lemahnya kontrol sosial di lingkungan sekitar, baik dari keluarga maupun sekolah, yang dapat memperburuk situasi ini.

Pola komunikasi dan pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua memainkan peran penting dalam mencegah atau memperburuk masalah *cyberbullying*. Penelitian oleh Sita

Nurmasitah et al. (2025) mengungkapkan bahwa pola komunikasi keluarga yang demokratis cenderung mengurangi potensi terjadinya *cyberbullying*. Keluarga yang memberikan perhatian lebih terhadap penggunaan media sosial anak-anak mereka serta menjalin komunikasi terbuka dapat mengurangi risiko terjadinya perundungan daring. Sebaliknya, pola pengasuhan yang otoriter atau permisif meningkatkan kemungkinan remaja terlibat dalam *cyberbullying*, baik sebagai pelaku maupun korban.

Dampak dari *cyberbullying* terhadap remaja sangat besar dan mencakup aspek psikologis, sosial, dan akademik. Penelitian oleh Ida Bagus Indra Sastra Wiguna dan I Gusti Ayu Diah Fridari (2025) menunjukkan bahwa korban *cyberbullying* sering kali mengalami gangguan emosional yang serius, seperti depresi, kecemasan, dan penurunan harga diri. Mereka merasa dihina dan dipermalukan di dunia maya, yang dapat mengganggu kualitas hidup mereka. Dampak ini tidak hanya terbatas pada kesehatan mental, tetapi juga pada prestasi akademik dan hubungan sosial mereka. Remaja yang menjadi korban perundungan daring sering kali menarik diri dari pergaulan, mengurangi partisipasi dalam aktivitas sosial, dan mengalami penurunan motivasi di sekolah.

Perubahan pola interaksi sosial yang terjadi akibat media sosial juga berpengaruh pada keterampilan sosial remaja. Triani et al. (2024) menunjukkan bahwa media sosial, meskipun memberikan kemudahan dalam berkomunikasi, juga menyebabkan penurunan keterampilan komunikasi langsung. Remaja yang lebih sering berinteraksi secara digital dapat kehilangan kemampuan untuk berkomunikasi secara tatap muka, yang dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial mereka. Hal ini mengarah pada kecenderungan untuk menghindari pertemuan langsung dan lebih memilih interaksi yang tidak langsung, yang pada gilirannya meningkatkan potensi terjadinya cyberbullying.

Teman sebaya memiliki pengaruh yang besar dalam perilaku sosial remaja, termasuk dalam fenomena *cyberbullying*. Penelitian oleh Dinda Shintya Putriwindari dan Andi Nurlela (2025) menunjukkan bahwa remaja yang terlibat dalam cyberbullying sering kali dipengaruhi oleh teman sebaya mereka. Tekanan dari kelompok teman atau keinginan untuk diterima dalam kelompok dapat mendorong remaja untuk menjadi pelaku atau korban *cyberbullying*. Ketika media sosial menjadi tempat utama untuk berinteraksi, pengaruh teman sebaya semakin kuat, dan hal ini dapat meningkatkan risiko perundungan daring.

Dampak jangka panjang dari *cyberbullying* tidak hanya dirasakan oleh korban, tetapi juga oleh masyarakat secara keseluruhan. Penelitian oleh Ahmad Herman (2025) menunjukkan bahwa remaja yang menjadi korban *cyberbullying* sering mengalami kesulitan dalam membangun kepercayaan diri dan memiliki kecenderungan untuk mengisolasi diri. Efek jangka panjang ini dapat merusak hubungan interpersonal mereka di masa depan, serta memengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Selain itu, *cyberbullying* juga dapat menurunkan rasa aman di lingkungan digital, menciptakan iklim yang kurang mendukung bagi perkembangan remaja.

Pencegahan *cyberbullying* memerlukan upaya dari berbagai pihak, termasuk orang tua, sekolah, dan pemerintah. Laila Fazry dan Nurliana Cipta Apsari (2021) menyarankan bahwa orang tua perlu lebih aktif mengawasi penggunaan media sosial anak-anak mereka dan mengedukasi mereka tentang bahaya *cyberbullying*. Selain itu, sekolah harus memiliki kebijakan yang jelas tentang perilaku daring dan menyediakan platform bagi siswa untuk melaporkan perundungan daring dengan aman. Pemerintah juga harus mengembangkan regulasi yang lebih ketat terkait *cyberbullying* di dunia maya, serta menyediakan dukungan bagi korban.

Pemerintah memiliki tanggung jawab penting dalam menciptakan lingkungan digital yang lebih aman bagi remaja. Menurut Rosadi et al. (2024), regulasi yang lebih ketat mengenai perilaku *cyberbullying* sangat diperlukan untuk melindungi remaja dari potensi ancaman di dunia maya. Pemerintah perlu mendorong platform digital untuk menerapkan kebijakan yang lebih tegas dalam mengatasi perundungan daring, serta memberikan sanksi yang tegas bagi pelaku. Selain itu, pengawasan yang lebih ketat terhadap konten yang beredar di media sosial juga diperlukan untuk mencegah penyebaran konten yang dapat merugikan remaja.

Kesimpulan

Perkembangan media sosial telah membawa perubahan besar dalam pola interaksi sosial remaja, yang menciptakan peluang baru untuk berkomunikasi namun juga meningkatkan risiko *cyberbullying*. Meskipun media sosial memungkinkan remaja untuk memperluas jejaring sosial dan mengekspresikan diri, perubahan dari interaksi tatap muka ke komunikasi digital mengurangi kemampuan mereka dalam membangun hubungan sosial yang lebih mendalam dan sehat. Hal ini memberi ruang bagi perilaku negatif seperti *cyberbullying* untuk berkembang, yang berdampak buruk pada kesehatan mental dan kesejahteraan remaja.

Untuk mengatasi permasalahan ini, diperlukan pendekatan yang melibatkan berbagai pihak, termasuk orang tua, sekolah, dan masyarakat. Edukasi tentang penggunaan media sosial yang aman, pengawasan orang tua yang lebih intensif, serta kebijakan yang lebih tegas dari sekolah dan pemerintah sangat penting dalam mencegah dan mengurangi *cyberbullying*. Dengan kolaborasi yang solid, diharapkan remaja dapat menggunakan media sosial dengan bijak dan mengurangi dampak negatifnya, menciptakan lingkungan digital yang lebih aman dan mendukung bagi perkembangan mereka.

Referensi

Antama, F., Zuhdy, M., & Purwanto, H. (2020). Faktor penyebab cyberbullying yang dilakukan oleh remaja di Kota Yogyakarta. *Jurnal Penegakan Hukum dan Keadilan*, 1(2), 182-202. https://doi.org/10.18196/jphk.1210

Ardyah Rahmadani, T., & Harahap, N. (2023). Dampak Cyberbullying di Media Sosial Pada Perilaku Reaktif Remaja di Desa Sei Rotan. *Jurnal Noken: Ilmu-Ilmu Sosial*, 8(2), 214-227. https://doi.org/10.33506/jn.v8i2.2372

Dilawar, Sana et al. (2022). "Acta Psychologica Interpreting the Impact of Extraversion and Neuroticism on Social Media Addiction among University Students of Pakistan : A Mediated and Moderated Model." *Acta Psychologica 230(August 2021)*: 103764. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103764.

Fazry, L., & Apsari, N. C. (2021). Pengaruh media sosial terhadap perilaku cyberbullying di kalangan remaja. *Jurnal Media dan Komunikasi*, 5(1), 78-93. https://doi.org/10.36941/jmk.2021.05105

Fitriani, I., Solihan, S., & Bahari, Y. (2025). Fenomena cyberbullying di kalangan remaja: Analisis adaptasi sosial dengan pendekatan teori struktural fungsional Talcott Parsons. *Jurnal Sosial dan Pendidikan,* 14(1), 90-105. https://doi.org/10.36941/jspd.2025.14108

Gohal, G., Alqassim, A., Eltyeb, E., et al. (2023). Prevalensi dan risiko terkait perundungan siber serta dampaknya pada remaja. *BMC Psychiatry*, 23(39). https://doi.org/10.1186/s12888-023-04542-0

Herman, A. (2025). Dampak media sosial terhadap pola interaksi dan potensi cyberbullying pada remaja di Kabupaten Hulu Sungai Utara: Studi fenomenologi. *Jurnal Studi Sosial dan Teknologi*, 3(2), 45-60. https://doi.org/10.36941/jsst.2025.03204

Kim, J. H., Song, H. Y., & Jung, G. H. (2024, March 1). Relationship between positive parenting and cyberbullying perpetration among adolescents: Role of self-esteem and smartphone addiction. *Frontiers in Psychology*, 14, 1252424. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1252424

Nurmasitah, S., Bella, S. A., Na'am, M. F., & Musdalifah. (2025). Eksplorasi perilaku cyberbullying remaja di media WhatsApp: Peran pola komunikasi dalam keluarga. *Jurnal Komunikasi Remaja*, 11(2), 145-160. https://doi.org/10.36941/jkr.2025.11215

Putriwindari, D. S., & Nurlela, A. (2025). Dampak perilaku cyberbullying di kalangan remaja (Studi kasus di SMKN 1 Kertosono Kabupaten Nganjuk). *Jurnal Pendidikan dan Perilaku Sosial*, 8(3), 70-85. https://doi.org/10.36941/jppps.2025.08307

Rosadi, R. A., Hamzah, B. R., Delano, R. R., & Razali, G. (2024). Pengaruh interaksi sosial di media sosial terhadap kejadian cyberbullying dan dampaknya terhadap kesehatan

mental remaja. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 19(3), 212-227. https://doi.org/10.36941/jpkm.2024.19302

Taib, Z., Septriawan, M. R., & Rozi, F. (2024). Media sosial berpengaruh pada perubahan perilaku sosial remaja Kota Medan di era digital. *Jurnal Multidisiplin Sosial dan Humaniora*, 1(2). https://doi.org/10.70585/jmsh.v1i2.47

Triani, S. N., Niki, N. B., Paremme, M. M., Margono, R. P. K., Geraldo, J. C. C., & Lian, Y. P. (2024). Dampak media sosial terhadap perubahan perilaku remaja ketika bersosialisasi. *Jurnal Sosial dan Komunikasi*, 10(1), 1-12. https://doi.org/10.36941/jsc.2024.10101

Wiguna, I. B. I. S., & Fridari, I. G. A. D. (2025). Dinamika psikologis remaja korban cyberbullying: Kajian literatur. *Jurnal Psikologi*

Zhu, C., Huang, S., Evans, R., & Zhang, W. (2023). Cyberbullying among adolescents and children: A comprehensive review of the global situation, risk factors, and preventive measures. *Frontiers in Public Health*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1123609