Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

Reduksifikasi Perilaku Cyberbullying Remaja Pengguna Media Sosial (Studi Kasus Pada Siswa di SMAN 1 Makassar)

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License CC-BY-NC-4.0 ©2020 by author (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

(***Received***: February-2024; ***Reviewed:*** February-2024; ***Accepted:*** Maret-2024; ***Available online***: April-2024; ***Published:*** April-2024)

Andini Citra Aini[1]*, Abdul Saman[2], Muhammad Anas[3]
[1] Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Makassar
Email: andini.citraaini@gmail.com
[2] Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Makassar
Email: abdulsaman@unm.ac.id
[3] Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Makassar
Email: m.anas@unm.ac.id

Abstract. *The problem in this research is that one of the students at SMAN I Makassar is doing cyberbullying via social media. The main studies of this study are: 1) Description of cyberbullying behavior in the case of students at SMAN I Makassar. 2) Factors that cause cyberbullying behavior in the case of students at SMAN I Makassar. 3) Handling cyberbullying behavior using the Cognitive Restructuring technique is intended to overcome student cyberbullying behavior at SMAN I Makassar. The approach to this research is a qualitative approach with a case study type of research. Data collection was carried out through interviews, observation and documentation. The instruments used in this study were interviews and observations. Data analysis used descriptive analysis with triangulation techniques. The subject in this study was a class XII student at SMAN I Makassar who was identified as carrying out cyberbullying. The results of the study show that: 1) Cyberbullying behavior carried out by counselees is Flamming, Cyberstalking and Impersonating. 2) Factors that influence the counselee's cyberbullying behavior come from within himself and external factors, one of which is the counselee's personal characteristics and the lack of parental supervision. 3) Counselee cyberbullying is handled using cognitive restructuring techniques to show a decrease in cyberbullying behavior in counselees. These changes occur because of a change in counselee's mind from irrational to rational.*

Keywords: *cyberbullying, cognitive restructuring; social media.*

Abstrak. *Permasalahan dalam penelitian ini yaitu salah satu siswa di SMAN 1 Makassar yang melakukan tindakan cyberbullying melalui media sosial. Kajian utama dari penelitian ini adalah : 1) Gambaran perilaku cyberbullying*

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

pada kasus siswa di SMAN 1 Makassar. 2) Faktor yang menyebabkan timbulnya perilaku cyberbullying pada kasus siswa di SMAN 1 Makassar. 3) Penanganan perilaku cyberbullying dengan menggunakan teknik Restrukturisasi Kognitif dimaksudkan untuk mengatasi perilaku cyberbullying siswa di SMAN 1 Makassar. Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pengambilan data dilakukan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan observasi. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan teknik trianggulasi. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang siswi kelas XII di SMAN 1 Makassar yang teridentifikasi melakukan tindakan cyberbullying. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1) Perilaku cyberbullying yang dilakukan oleh konseli adalah Flamming, Cyberstalking dan Impersonating. 2) Faktor yang mempengaruhi perilaku cyberbullying konseli berasal dari dalam dirinya sendiri dan faktor dari luar salah satunya adalah karakteristik pribadi konseli dan kurangnya pengawasan orang tua. 3) Penanganan cyberbullying pada konseli dilakukan dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif menunjukkan adanya penurunan perilaku cyberbullying pada konseli. Perubahan tersebut terjadi karena adanya perubahan pikiran konseli dari irrasional ke rasional.

Kata kunci: *cyberbullying, restrukturisasi kognitif; media sosial.*

PENDAHULUAN

Cyberbullying merupakan bentuk bullying yang sangat rentan terjadi pada usia remaja, yang sekarang lebih mudah dan banyak dilakukan dengan menggunakan alat elektronik atau digital yang berdampak pada bidang belajar dan bidang sosial terutama bagi peserta didik. Remaja merupakan sosok yang paling sering menggunakan media sosial. Kebanyakan dari mereka menggunakan media sosial untuk mencari teman atau membangun pertemanan, mempost foto atau video tentang aktivitas mereka, membangun self-image, dan lainnya. Tidak semua remaja mengerti bagaimana menggunakan media sosial dengan baik dan benar. Media sosial juga sering dijadikan para remaja sebagai ajang untuk mengomentari status atau postingan dari orang lain. Komentar-komentar tersebut bisa berupa komentar yang baik dan buruk. Remaja adalah sosok yang paling mudah terpengaruh dan masih berjiwa labil. Rentannya jiwa remaja yang mudah terpengaruh dan media sosial yang saat ini menjadi bagian dalam aktivitas remaja menarik perhatian khusus. Tidak ada persyaratan yang wajib dilakukan bagi orang-orang yang hendak beraktivitas di internet, khususnya di media sosial, bagaimana mereka harus beretika dalam menggunakan media sosial dan hal-hal apa yang sebaiknya tidak dilakukan dalam menggunakan media sosial. Kebebasan orang dalam menggunakan media sosial inilah yang menimbulkan berbagai penyalahgunaan media

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

sosial. Salah satu penyalahgunaan media sosial yang akhir-akhir ini semakin sering ditemui adalah cyberbullying.

Dikutip dari Smith,dkk (Jamil, 2022) cyberbullying merupakan bentuk kejahatan dari media sosial dimana terdapat perilaku agresif yang dilakukan seseorang atau kelompok untuk menyerang target secara terus menerus dan mengakibatkan targetnya kesulitan dalam melindungi dirinya.

Dikutip dari penabudaya.com (Rahmani, Mei 29, 2022) Beberapa waktu lalu, Indonesia menempati tingkat kesopanan paling rendah se-Asia Tenggara. Berdasarkan survei Digital Civility Indeks (DCI), hasil penilaian kesopanan warga Indonesia terlihat memburuk, yang tadinya menempati 67 poin di tahun 2019, nyatanya pada tahun 2020 naik 9 poin menjadi 76. Sistem penilaian survei tersebut berkisar dari skala nol hingga 100, artinya semakin tinggi skor, maka semakin rendah kesopanan di negara tersebut.

Menurut survei yang diadakan oleh Microsoft itu, ketidaksopanan warga Indonesia dilihat dari perilaku buruk masyarakatnya dalam dunia maya. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya berita hoax dan penipuan online sepanjang 2020 yang meningkat hingga 13 poin ke angka 47%, ujaran kebencian naik 5 poin menjadi 27%, dan diskriminasi 13%. Ketiga faktor ini banyak dipicu oleh pengguna usia dewasa sebanyak 68%. Hal ini berarti warganet Indonesia masih kurang bijak dalam berseluncur di dunia maya.

Sebagai penggiat media sosial, peneliti pun kerap kali melihat bentuk ketidaksopanan netizen yang biasa peneliti dapati di Instagram dan TikTok dalam bentuk diskriminasi, verbal bullying, body shaming, dan sejenisnya. Melihat banyaknya komentar negatif yang berseliweran di media sosial membuat peneliti ikut merasa sakit hati. Bayangkan saja, seseorang yang sudah bersusah payah untuk membangun kepercayaan diri tiba-tiba rasa percaya diri itu dijatuhkan oleh mulutmulut netizen yang dengan mudahnya mengomentari berat badan, ukuran tubuh, dan penampilan orang lain dengan buruk. Tidak ada yang salah dengan memiliki badan gemuk, kulit sawo matang, atau wajah berjerawat. Namun, masyarakat seringkali memandang hal-hal tersebut dengan hina, seolah-olah seperti dosa besar.

Melihat dari banyaknya kasus yang menyeret Indonesia menjadi warganet yang paling tidak sopan ini membuat peneliti penasaran tentang atas dasar apa netizen Indonesia melakukan hal-hal tidak sopan seperti itu. Dilansir dari jurnal Kominfo, terkait maraknya penyebaran berita hoaks disebabkan oleh perkembangan teknologi komunikasi yang tidak bisa dikontrol lagi, yang mana berita hoaks sebagai tindakan konstruksi sosial sederhana yang akan mengakibatkan permusuhan antar masyarakat dan negara.

Adapun kasus diskriminasi, ujaran kebencian, dan hal sejenisnya diakibatkan oleh seseorang yang tidak bersikap toleransi, kurangnya pendidikan tentang bersikap bijak dalam dunia maya, hingga memiliki sikap dendam dan iri hati. Lalu, pernahkah seseorang yang melakukan tindakan tercela di sosial media tersebut memikirkan dampak buruk atas perbuatannya? Misal, si penyebar hoaks yang nantinya bisa menimbulkan perpecahan besar di tengah masyarakat, penipuan online yang menyebabkan kerugian, dan korban-korban bullying yang terkuras kesehatan mental dan emosionalnya. Lantas, sampai kapan Indonesia akan terus dicap sebagai negara paling tidak sopan se-Asia Tenggara? Menurut peneliti, hal seperti ini

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

harus menjadi titik fokus kita untuk berupaya memperbaiki sikap demi membawa nama baik warga Indonesia yang tidak hanya dikenal berkarakter sopan dan ramah hanya dalam kehidupan nyata saja, melainkan hal serupa harus diterapkan juga dalam dunia maya. Edukasi terkait pentingnya berperilaku bijak dalam bersosial media tentu menjadi hal yang penting untuk dimiliki masyarakat Indonesia, apalagi di masa sekarang yang serba digital ini hampir setiap orang menggunakan sosial media untuk kebutuhan bersosialisasi dan komunikasi.

Penelitian yang dilakukan Pandie Marleni dan Weisman (Jaffray, 2016) pengaruh cyberbullying di media sosial terhadap perilaku reaktif sebagai pelaku maupun korban cyberbullying pada siswa kristen SMP Nasional Makassar. Hasil penelitian ini menyatakan siswa SMP kelas VII sampai IX karena tanggap terhadap teknologi dan pada masa ini terjadi perubahan secara fisik dan psikis yang membawa siswa kepada fase disebut masa transisi, labil, mencari identitas dan mencari public figure. Dari penelitian ini terbukti bahwa ada pengaruh antara perilaku pelaku cyberbullying dengan perilaku reaktif siswa kristen korban cyberbullying. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rachmatan, (2017) untuk mengetahui perbedaan perilaku cyberbullying ditinjau dari jenis kelamin siswa SMA di Kota Banda Aceh. Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa siswa laki-laki maupun perempuan memiliki kesempatan yang sama untuk melakukan cyberbullying.

Penelitian lain oleh Maya, (2015) di SMPN 03 Malang mengenai kasus yang terjadi dalam penelitian ini ialah cyberstalking (merendahkan) dikarenakan perkelahian di lingkungan sekolah siswa cyberbullying kurang memahami dampak jejaring sosial facebook, kurangnya perhatian orangtua dan guru, korban cyberbullying lebih memilih bercerita dengan temannya dan menyimpannya 6 sendiri.

Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah dalam menanggulangi cyberbullying adalah dengan menerbitkan UU No 19 tahun 2016 mengenai ITE sebagai pengganti UU No 12 Tahun 2008. Undang-undang Nomor 19 tahun 2016 mengenai Informasi dan Transaksi Elektronik menjelaskan mengenai bentuk penghinaan yang dilakukan di media sosial. Pasal 27 ayat (3) secara jelas menyebutkan bahwa setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak mendistribusikan dan/atau mentransmisikan dan/atau membuat dapat diaksesnya Informasi Elektronik dan/atau dokumen elektronik yang memiliki muatan penghinaan dan/atau pencemaran nama baik. Jika merujuk pada isi pasal tersebut, maka cyberbullying dapat dikategorikan sebagai mendistribuskan atau mencemarkan nama baik orang lain melalui media sosial.

Berdasarkan survei awal pada hari Rabu, tanggal 10 Agustus 2022 menggunakan metode observasi dan wawancara yang pernah dilakukan oleh peneliti di SMAN 1 Makassar, terindikasi ada seorang siswa yang sering melakukan tindakan cyberbullying. Adapun penjelasan dari guru BK di SMAN 1 Makassar K diketahui bahwa ternyata siswa N telah dipanggil ke ruang BK karena masalah cyberbullying yang beberapa kali dia lakukan. Dari penjelasan tersebut juga diketahui bahwa ternyata siswa N memiliki perilaku yang sangat aneh dan tidak normal karena siswa N merasa sangat senang dan merasa puas ketika mem-bully orang di media sosial. Padahal jika dilihat dari kesehariannya secara langsung, siswa N merupakan siswa yang pendiam dan jarang berinteraksi tetapi anehnya dia sangat aktif berkata-kata bahkan tidak segan menggunakan bahasa yang kasar ketika menggunakan media sosial. Salah satu upaya yang pernah dilakukan pihak sekolah kepada siswa pelaku cyberbullying yaitu pelaksaanaan konseling individu dengan penerapan teknik self-control. Guru BK

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

mengatakan, meskipun sudah dilakukan konseling terhadap siswa, tetapi perubahan yang terjadi pada siswa N tidak terlalu tampak. Adapun juga guru BK masih sering mendapatkan laporan-laporan tentang kasus cyberbullying yang dilakukan oleh siswa tersebut.

Siswa N sendiri sepertinya tidak menganggap bahwa apa yang dia lakukan membawa pengaruh yang begitu besar terhadap kehidupan orang lain. Dia menganggap bahwa hal yang dia lakukan hanya sekedar candaan yang tidak perlu terlalu dianggap serius. Padahal sekarang ini ujaran kebencian di media sosial dan tindakan cyberbullying sudah menjadi masalah yang serius dan perlu ditangani segera dan secara tuntas terutama di kalangan pelajar yang merupakan generasi penerus bangsa.

Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti ingin mengetahui lebih jauh mengenai perilaku cyberbullying yang dilakukan oleh siswa SMAN 1 Makassar agar dapat diketahui tindakan yang tepat untuk membahtu siswa N menghentikan perilaku cyberbullying yang dia lakukan. Karena apabila tindakan cyberbullying terus terjadi maka akan berdampak buruk bagi pelaku maupun korban yang akan berdampak pada psikologis, psikososial, akademik, dan juga berdampak pada fisik pelaku dan korban. Selain itu, perilaku cyberbullying dapat merugikan siswa yang bersangkutan maupun orang-orang yang ada disekitarnya dan jika hal ini dibiarkan berlarut-larut tanpa adanya upaya penanganan dari pihak sekolah pada akhirnya dapat menjadi contoh bagi siswa yang lain untuk melakukan hal yang sama dan menimbulkan citra yang kurang positif terhadap pelajar dan dunia pendidikan pada umumnya. Oleh karena itu pentingnya dilakukan penelitian ini agar perilaku cyberbullying tidak lagi terjadi sehingga baik pelaku maupun korban tidak akan mendapatkan dampak negatif yang ditimbulkan dari perilaku cyberbullying.

Berdasarkan fakta di atas maka penelitian tentang perilaku cyberbullying siswa sangat diperlukan dimana cyberbullying diakibatkan oleh cara berpikir yang irasional dan cara penafsiran suatu peristiwa sehingga mengakibatkan pemaknaan yang negatif terhadap peristiwa tersebut. Hal ini dapat dikaitkan dengan keyakinan diri mereka yang mana meraka kurang dalam kemampuan dirinya dalam mengendalikan keinginan untuk melakukan bully di media sosial. Oleh karena itu peneliti menerapkan treatment yang berkaitan dengan pengubahan cara menafsirkan suatu peristiwa dan dan memaknai peristiwa tersebut. Untuk mengurangi cyberbullying pada siswa maka peneliti menggunakan salah satu teknik kognitif behavioral yaitu restrukturisasi kognitif.

Tujuan dari implementasi restrukturisasi kognitif membangun pola pikir yang lebih sesuai dan adaptif, memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah kesalahan kognisi atau perepsi tentang diri dan lingkungan. Kesalahan kognisi diekspresikan melalui diri yang negatif pernyataan diri yang negatif mengindikasikan adanya pikiran, pandangan dan keyakinan yang irasional. Dalam hal siswa yang berperilaku cyberbullying, yang dimana perilaku tersebut muncul akibat adanya pola pikir yang keliru sehingga melahirkan perilaku yang tidak diharapkan oleh lingkungan. Dengan adanya kesadaran akan hal tersebut diharapkan terbentuknya insan-insan berkualitas yang selalu mengedepankan pikiran-pikiran postif dalam setiap langkah dan tentu saja hal ini akan memberi pengaruh positif bagi masa depan siswa dan lingkungan dimana mereka berada.

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

Berdasarkan kondisi objektif di atas, peneliti sebagai peneliti tertarik mengkajinya dalam penelitian yang berjudul "Reduksifikasi Perilaku Cyberbullying Remaja Pengguna Media Sosial (Studi Kasus pada Siswa di SMAN 1 Makassar)" sebagai lokasi penelitian dengan pertimbangan bahwa selama ini belum pernah dilakukan penelitian di SMAN 1 Makassar dengan permasalahan yang sama yang bertujuan untuk membantu siswa mengurangi kecenderungan perilaku Cyberbullying. Dari berbagai kenyataan di lapangan, peneliti akan menerapkan dan melihat seberapa jauh keefektifan penggunaan pendekatan behavoristik khususnya dengan teknik restrukturisasi kognitif dalam mengurangi perilaku Cyberbullying siswa di sekolah tersebut.

METODE

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif. Sugiono (2016), mengatakan bahwa penelitian kualitatif merupakan cara untuk memahami perilaku sosial sebagai upaya menjaring informasi secara mendalam dari suatu fenomena atau permasalahan yang ada di dalam kehidupan suatu objek, dihubungkan dengan pemecahan suatu masalah, baik dari sudut pandang teoritis maupun empiris.

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu studi kasus. Menurut Kusumastuti (2019), studi kasus adalah strategi penelitian di mana di dalamnya peneliti menyelidiki secara cermat suatu program, peristiwa, aktivitas, proses, atau sekelompok individu. Kasus-kasus dibatasi oleh waktu dan aktivitas, dan peneliti mengumpulkan informasi secara lengkap dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data berdasarkan waktu yang telah ditentukan.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti menggunakan jenis penelitian studi kasus terhadap satu siswa di SMAN 1 Makassar yang teridentifikasi mengalami perilaku Cyberbullying. Penelitian ini dilakukan secara mendalam untuk menemukan gambaran-gambaran serta faktor penyebab perilaku cyberbullying untuk kemudian dapat dilakukan perencanaan penanganan dengan melaksanakan atau memberikan layanan bimbingan konseling yang tepat untuk menangani perilaku cyberbullying yang terjadi pada remaja di lingkungan sekolah

2. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan salah satu siswa di SMA Negeri 1 Makassar, yang berinisial N. Dimana dalam hal ini, siswa N ditetapkan sebagai 62 kasus serta subjek penelitian karena berdasarkan studi pendahuluan siswa N teridentifikasi mengalami perilaku cyberbullying di sekolah. Hal ini karena siswa N dilaporkan pernah melakukan tindakan cyberbullying terhadap temannya.

3. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian di SMAN 1 Makassar. Lokasi ini merupakan tempat partisipan bersekolah. Lokasi ini dipilih karena berdasarkan wawancara dan observasi awal peneliti bahwa remaja yang bersekolah di SMAN 1 Makassar terdapat satu siswa yang teridentifikasi mengalami perilaku *cyberbullying*

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

4. Jenis Data

a. Data Primer. Peneliti menggunakan data primer ini untuk mendapatkan informasi langsung mengenai perilaku cyberbullying yang terjadi di sekolah, yaitu dengan wawancara terhadap siswa N. Sumber data utama diperoleh dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti menggunakan data berdasarkan kasus untuk mendapatkan informasi langsung tentang perilaku siswa yang teridentifikasi mengalami perilaku cyberbullying di SMA Negeri 1 Makassar.
b. Data Sekunder. Peneliti menggunakan data sekunder ini untuk memeroleh informasi dari sahabat/teman dekat, dan guru di sekolah yang diharapkan dapat memberikan informasi yang akurat untuk memperkuat dan melengkapi informasi yang telah dikumpulkan sebelumnya pada data primer.

5. Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data

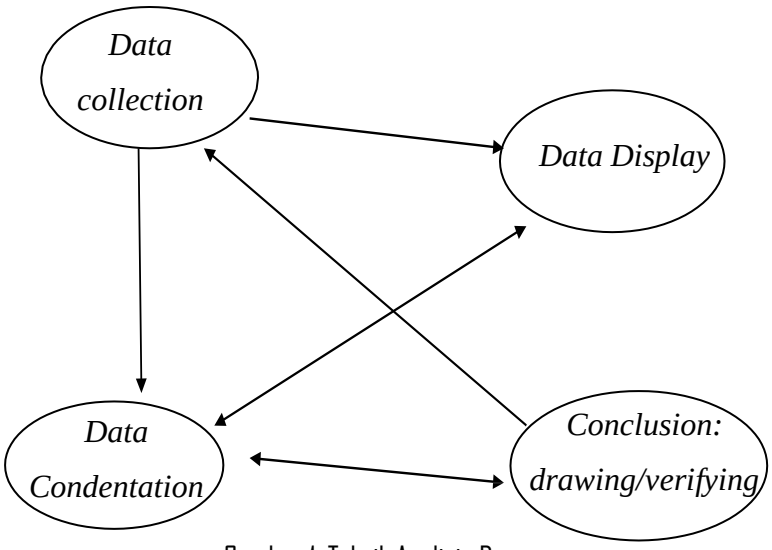
Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis penelitian, karena tujuan utama dari penelitian ini adalah mendapatkan data yang cukup valid. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini, yaitu:

a. Observasi. Sukardi, 2003:78 (Nugroho, 2019) mengatakan bahwa observasi adalah instrumen lain yang sering dijumpai dalam penelitian pendidikan. Dalam penelitian kuantitatif, instrument lebih sering digunakan sebagai alat pelengkap instrument lain, termasuk kuesioner dan wawancara. Instrument observasi akan lebih efektif jika informasi yang hendak diambil berupa kondisi atau fakta alami, tingkah laku dan hasil kerja responden dalam situasi alami. Dalam penelitian ini, observasi yang digunakan adalah observasi terbuka yang dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai perilaku cyberbullying pada siswa yang berinisial N di SMA Negeri 1 Makassar dengan cara menentukan objek atau subjek yang akan diamati, kemudian mengumpulkan fakta terkait subjek, dan menyiapkan laporan untuk mencatat data hasil observasi lalu melakukan pencatatan observasi dan terakhir menyunting hasil laporan observasi. Adapun aspek-aspek yang di observasi, terhadap siswa yang berperilaku cyberbullying yaitu ciri-ciri perilaku cyberbullying, faktor penyebab dan juga dampak dari perilaku tersebut.
b. Wawancara. Kekhasan wawancara mendalam adalah keterlibatannya dalam kehidupan informan dengan menjalin hubungan kepada siswa yang mengalami kasus dan subyek lainnya secara terbuka, dan akrab sehingga dapat memperoleh informasi yang akurat. Selain wawancara dengan si kasus, juga dilakukan wawancara dengan guru bimbingan konseling, korban kasus, dan juga sahabat/teman dekat si kasus untuk mendapatkan informasi tentang siswa pelaku cyberbullying.
c. Dokumentasi. Selain itu, studi dokumentasi dalam penelitian ini juga diperlukan untuk mempertajam analisis penelitian yang berkaitan dengan perilaku cyberbullying yang dilakukan oleh siswa di SMAN 1 Makassar dan untuk memperkuat bukti penelitian yang dilakukan di sekolah tersebut.

6. Teknik Analisis Data

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu dan analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus sampai tuntas. Miles dan Huberman (Sugiyono,2016) mengemukakan empat tahapan yang harus dikerjakan dalam menganalisis data yaitu, (1) reduksi data (*data reduction*) yang diperoleh melalui *collection data*; (2) Kondensasi data (*condentation data*); (3) paparan data (*data display*); dan (4) penarikan kesimpulan dan verifikasi (*conclusion drawing/verifying*).



Gambar 1. Teknik Analisis Data

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, bahwa tampak bahwa penerapan teknik restrukturisasi kognitif merupakan teknik yang sangat efektif untuk mereduksi perilaku cyberbullying. Pada pemberian teknik restrukturisasi kognitif konseli dapat menghilangkan perilaku yang maladaptif seperti individu yang menonton drama korea pada saat jam pelajaran berlangsung. Untuk itu teknik restrukturisasi kognitif perlu diaplikasikan di sekolah-sekolah dalam rangka menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang terjadi pada mahasiswa khususnya masalah cyberbullying, sehingga terwujudlah mahasiswa yang mampu meraih keberhasilan di sekolah maupun di masyarakat.

Secara historis, restrukturisasi kognitif adalah sebuah tipe strategi paradoksikal yang digubahkan dalam terapi perilaku-kognitif, terapi Adlerian, terapi keluarga strategik, dan terapi keluarga struktural (Erford, 2017). Teknik restrukturisasi kognitif sebenarnya berevolusi dari teori Adlerian, tetapi dibahas di sini karena dimensi kognitifnya. Dalam terapi sistemik dan terapi terfokus solusi, restrukturisasi kognitif menekankan definisi pengalaman dan masalah dalam konteks sistem sosial dan kultural.Sebagai sebuah pertukaran interpersonal aktif, restrukturisasi kognitif didasarkan pada epistemologi

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

konstruksi-sosial.

Teknik restrukturisasi kognitif membantu individu mengurangi perilaku cyberbullying dengan cara memodifikasi pola pikir dan perilaku tertentu. Teknik ini juga lebih memfokuskan pada upaya membelajarkan konseli agar mampu memliki cara berpikir yang lebih positif dalam berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan. teknik restrukturisasi kognitif adalah teknik yang dilakukan untuk membantu konseli menetapkan hubungan antara persepsi dan kognisinya dengan emosi dan perilakunya, dan untuk mengidentifikasi persepsi atau kognisinya yang salah atau merusak diri, dan mengganti persepsi atau kognisi tersebut dengan persepsi yang lebih meningkatkan diri.

Dalam proses terapeutik, teknik restrukturisasi kognitif lebih memfokuskan konseli untuk menjadi sadar dengan kata-kata yang diarahkan pada dirinya sendiri. Prosesnya terdiri dari melatih konseli memodifikasi pembelajaran yang diberikan kepada dirinya sendiri sehingga konseli bisa menangani masalah yang mereka hadapi dengan lebih efektif.

Dalam teknik restrukturisasi kognitif perubahan perilaku terjadi melalui suatu urutan proses menengahi yang meliputi interaksi kata-kata internal, struktur kognitif dan perilaku resultante dari hasil akhirnya. Cormier (Erford, 2016) menjelaskan jenis restrukturisasi kognitif menjadi dua jenis yaitu konteks Restrukturisasi kognitif dimana pemaknaan kembali pengalaman yang sama dalam konteks berbeda, sehingga menghasilkan pemaknaan yang sama sekali berbeda dengan pemaknaan sebelumnya. Konteks Restrukturisasi kognitif menekan pada proses yang memberikan sebagai sesuatu yang dapat diterima atau diinginkan dalam dalam satu situasi lain. Konteks itu akan ketahuan kalau kita menjabarkan apa, siapa, dan bagaimana persisnya suatu kejadian. Konteks tertentu akan menentukan suatu tindakan itu boleh atau tidak boleh, baik buruk, pantas dan tidak pantas. Konteks Restrukturisasi kognitif didasarkan pada asumsi bahwa semua perilaku berguna, namun tidak pada semua konteks dan kondisi. Jenis yang kedua yaitu konteks Restrukturisasi kognitif dimana pemaknaan kembali pada isi pengalaman yang sama sehingga menghasilkan pemaknaan yang berbeda dengan pemaknaan selanjutnya. Konteks Restrukturisasi kognitif menekankan pada proses untuk memberi istilah baru perilaku tertentu yang kemudian diikuti dengan perubahan makna. Melalui restrukturisasi kognitif ini, seseorang yang mendapatkan musibah tragis, maka mampu memaknai apa yang terjadi secara proses sehingga tetap merasa bahagia.

Pada proses perlakuan ke konseli dilakukan kedalam 6 kegiatan yang tetap merujuk pada tahapan pelaksanaan restrukturisasi kognitif. Adapun kegiatan itu yaitu, rasionalisasi, identifikasi pikiran kedalam situasi, pengenalan dan latihan *coping thought,* peralihan pikiran negative ke *coping tought*, latihan penguatan positif, dan evaluasi. Selanjutnya konselor memperkuat konseli bahwa kecanduan dapat merugikan dirinya sendiri.

Untuk menguji pemahaman konseli mengenai *cyberbullying*, konselor mengajukan pertanyaan tentang contoh *cyberbullying* pada konseli. Kegiatan kedua yaitu identifikasi pikiran kedalam situasi. Pada kegiatan ini, konselor memberikan kemampuan mengenali dan mengenalisa *cyberbullying* yang dialami. Tujuannya yakni mengidentifikasi *cyberbullying*. Kegiatan ketiga yaitu pengenalan dan latihan *coping thought.*

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

Tujuan kegiatan ini dilaksanakan yaitu memberikan kemampuan perpindahan fokus dari pikiran yang merusak diri/mengalahkan diri menuju pikiran yang lebih konstruktif dan membangun keyakinan akan kemampuannya dalam memperoleh karir yang diinginkan dan diharapkannya. Kegiatan keempat peralihan pikiran negatif ke *coping tought* tujuannya memberikan kemampuan mengatasi *cyberbullying*. Kegiatan Kelima latihan penguatan positif tujunnya memberikan kemampuan mengatasi perilaku *cyberbullying* dalam menghadapi dan menghilangkan perilakunya sendiri yang negatif. Kegiatan Keenam evaluasi mengurangi atau menghilangkan ide-ide dan perasaan-perasaan yang negatif, irasional dan tidak logis dalam situasi-situasi tertentu. Tercapainya kemampuan konseli mengatasi pikiran, perasaan, dan perilaku yang menghambat keyakinan akan kemampuannya dalam mencapai tujuan yang diakibatkan oleh pemikiran yang negatif dan pemaknaan dan salah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa teknik restrukturisasi kognitif dengan beberapa perlakuan-perlakuan tersebut dapat membantu subjek mengurangi *cyberbullying*. Hal ini berarti penggunaan teknik restrukturisasi kognitif dapat mengurangi *cyberbullying*.

Pembahasan

Media sosial merupakan sebuah media *Online*, di mana para penggunanya *User* melalui aplikasi berbasis internet dapat berbagi, berpartisipasi, menciptakan konten berupa forum dan ruang dunia virtual yang didukung oleh teknologi yang semakin canggih. Teknologi ini sudah dapat diakses oleh berbagai kalangan masyarakat terutama bagi remaja, media sosial seperti Instagram, Tiktok, Facebook (FB), Twitter, dan WhatsApp dapat membantu berbagai hal bagi individu dan merupakan hal yang menyenangkan bagi individu yang sangat menyukai internet. Namun pada kenyataannya, banyak individu yang memanfaatkan media sosial untuk melakukan *bullying* sehingga di kenal dengan *cyberbullying*.

Berikut ini adalah pembahasan dan uraian dari hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya :

1. Gambaran Perilaku *Cyberbullying*

Hasil penelitian terhadap subjek N menunjukkan bahwa subjek N melakukan tindakan *cyberbullying* dengan bentuk *flamming*, yaitu mengomentari status orang lain dengan kata-kata kasar, menghina dan frontal seperti menggunakan kata-kata kotor, dan *denigration* yaitu mengedit gambar atau foto teman lalu mempostingnya di media sosial untuk ditertawakan dan *impersionation* yaitu berpura-pura menjadi orang lain melalui pembuatan akun palsu yang menyembunyikan identitas dirinya dan mengomentari status orang lain menggunakan akun tersebut. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Patchin dan Hinduja, (2012) yang menyatakan bawah karakteristik *cyberbullying* dilihat dari kegiatan memposting komentar yang jahat dan menyakitkan tentang orang lain secara *online*, memposting foto yang memalukan yang menyakiti perasaan orang lain, dan menganggu seseorang melalui pesan teks.

Perundungan siber (*cyberbullying*) merupakan perilaku maladaptif yang seharusnya dikurangi dan dihilangkan, sehingga siswa mampu merubah perilaku negatifnya dan mampu mengembangkan perilaku positif yang lebih menjamin kebahagiaan bagi dirinya sendiri maupun dalam hubungannya dengan orang lain. Dengan siswa merubah perilaku perundungannya,

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

siswa dapat memahami dampak perilaku perundungan siber di kalangan siswa, sehingga siswa diharapkan dapat menjaga hubungan antara siswa lain, dapat menghargai dan menghormati siswa lain, sehingga tercipta kerukunan dan saling kerjasama tanpa adanya perilaku perundungan siber yang dapat merugikan diri pelaku perundungan siber dan juga orang lain yang menjadi korban perundungan siber.

2. Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Perilaku *Cyberbullying*

Perilaku *cyberbullying* diakibatkan oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pada konseli N perilaku *cyberbullying* yang dilakukan oleh subjek N dipengaruhi oleh internal seperti karakteristik pribadi yang cenderung naif dan pendendam, N juga memiliki empati yang rendah sehingga tidak memperdulikan perasaan korban yang di *bully*. Persepsi N terhadap korban juga kurang baik dikarenakan N menganggap korban yang di *bully* merupakan orang yang tidak disukainya dan menganggap bahwa tindakan *cyberbullying* adalah hal yang sangat wajar karena semua orang bebas berkomentar apa saja di media sosial. Adapun faktor eksternalnya yaitu peranan orang tua yang tidak memperdulikan kondisi dan situasi N dalam menggunakan media sosial sehingga fungsi pengawasan sangat kurang dan faktor lain yang memengaruhi perilaku *cyberbullying* yaitu N selalu membuka media sosial dimanapun dan kapanpun sehingga ia memiliki kesempatan untuk melakukan bully dimedia sosial.

Faktor selanjutnya adalah persepsi terhadap korban. Pratiwi (2011) menjelaskan alasan dari pelaku *cyberbullying* melakukan tindakan tersebut dikarenakan sifat atau karakteristik dari korban yang mengundang untuk mereka *bully*. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa, persepsi sesorang terhadap orang lain, dapat mempengaruhi sikap mereka terhadap individu tersebut.

Empati yang rendah juga menjadi faktor dalam melakukan *cyberbullying*. Ang dan Goh (Kowalski, dkk, 2014) menyatakan bahwa individu dengan empati afektif yang rendah, baik laki-laki maupun perempuan dengan empati kognitif yang rendah dilaporkan terlibat dalam perilaku *cyberbullying*.

Faktor terakhir yaitu peranan orang tua. Peran orangtua dalam mengawasi anak terutama dalam kegiatannya di media sosial merupakan faktor yang cukup berpengaruh pada kecenderungan anak untuk terlibat pada perilaku *cyberbullying*. Orang tua yang tidak mengawasi anaknya, akan lebih rentan terlibat dalam perilaku *cyberbullying* (Willard, 2005). Beberapa faktor lainnya yang berpengaruh diantaranya : kurangnya keterlibatan orang tua, jenis pola asuh yang dilakukan oleh orang tua, seperti pola asuh permisif yaitu pola asuh yang bersifat mengabaikan, kedisiplinan yang berupa kekerasan fisik, secara tidak sadar memberikan pengaruh dari adanya perilaku *cyberbullying*.

3. Upaya Penanganan Perilaku *Cyberbullying*

Berdasarkan hasil penelitian ini, tampak bahwa penerapan teknik restrukturisasi kognitif merupakan teknik yang sangat efektif untuk mereduksi perilaku *cyberbullying*. Pada pemberian teknik restrukturisasi kognitif konseli dapat menghilangkan perilaku yang maladaptif seperti individu yang menonton drama korea pada saat jam pelajaran berlangsung. Untuk itu teknik restrukturisasi kognitif perlu diaplikasikan di sekolah-sekolah dalam rangka menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang terjadi pada mahasiswa khususnya masalah *cyberbullying*, sehingga terwujudlah

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

mahasiswa yang mampu meraih keberhasilan di sekolah maupun di masyarakat.

Teknik restrukturisasi kognitif membantu individu mengurangi perilaku *cyberbullying* dengan cara memodifikasi pola pikir dan perilaku tertentu. Teknik ini juga lebih memfokuskan pada upaya membelajarkan konseli agar mampu memliki cara berpikir yang lebih positif dalam berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan. teknik restrukturisasi kognitif adalah teknik yang dilakukan untuk membantu konseli menetapkan hubungan antara persepsi dan kognisinya dengan emosi dan perilakunya, dan untuk mengidentifikasi persepsi atau kognisinya yang salah atau merusak diri, dan mengganti persepsi atau kognisi tersebut dengan persepsi yang lebih meningkatkan diri.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian tentang perilaku *cyberbullying* dan penanganannya adalah sebagai berikut

1. Perilaku *cyberbullying* yang dilakukan oleh subjek N adalah *flamming* berupa menuliskan kata-kata yang penuh amarah ke postingan lawan bicaranya. Subjek N mengomentari status orang lain dengan kata-kata kasar dan menghina seperti menggunakan kata-kata kotor, dan mengedit gambar atau foto teman lalu mempostingnya di media sosial untuk ditertawakan. Kemudian subjek N juga melakukan cyberbullying dalam bentuk denigration yaitu mengedit gambar atau foto teman lalu mempostingnya di media sosial untuk ditertawakan serta *cyberstalking* yaitu memata-matai media sosial orang yang tidak disenangi dan memberikan komentar negatif seperti menyindir pada setiap postingan orang tersebut sehingga ia merasa terganggu, dan impersionation yaitu berpura-pura menjadi orang lain melalui pembuatan akun palsu yang menyembunyikan identitas dirinya dan mengomentari status orang lain menggunakan akun tersebut.
2. Faktor yang memengaruhi *cyberbulying* pada subjek N yaitu faktor intenal meliputi karkateristik kepribadian, persepsi terhadap korban, dan rasa empati. Sedangkan faktor yang memengaruhi perilaku *cyberbullying* subjek N yaitu selalu membuka media sosial dimanapun dan kapanpun sehingga ia memiliki kesempatan untuk melakukan *bully* di media sosial serta kurangnya pengawasan yang dilakukan oleh orang tua N terkait penggunaan media sosial karena kedua orang tua N tidak tau menggunakan media sosial dan karena kesibukan masingmasing sehingga N bebas menulis ataupun memberikan komentar negatif mengenai status postingan orang lain tanpa ada pengawasan.
3. Penanganan perilaku *cyberbullying* pada konseli dilakukan dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif terdiri atas 6 tahap yaitu *rational treatment*, identifikasi pikiran kedalam situasi, Pengenalan dan latihan *coping thought*, Peralihan pikiran negatif ke *coping tought*, Latihan penguatan positif, dan evaluasi. Setelah intervensi diberikan, terjadi perubahan pikiran konseli dari irrasional ke rasional.

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian di atas, diajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi Konselor. Konselor dapat mempergunakan teknik restrukturisasi kognitif sebagai teknik layanan untuk mengurangi perilaku cyberbulying. Teknik restrukturisasi kognitif dapat dikembangkan menjadi penelitian tindakan konseling dengan menerapkannya pada permasalahan yang berbeda.
2. Bagi Sekolah. Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan bahan pertimbangan bagi pihak sekolah sebagai model bimbingan pribadi sosial dalam menyelesaikan setiap masalah yang timbul di SMAN 1 Makassar khususnya mengurangi perilaku cyberbullying.
3. Bagi peneliti selanjutnya. Teknik restrukturisasi kognitif dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengaitkan variable terikat lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

Corey, G. (2015). Teori Dan Praktek Dari Konseling Dan Psikoterapi. Alihabahasa Mulyarto. Bandung: PT. Refika Aditama.

Erford, B.T. (2016). 40 Teknik yang harus diketahui setiap konselor. Edisi kedua. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Fazry, L. & Apsari, N. (2021). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Cyberbullying Di Kalangan Remaja : Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM). 2(1).

Hurlock,E.B. (2002). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Erlangga.

Imani, F.T., Kusmawati, A., & Tohari, H. (2021). Pencegahan Kasus Cyberbullying Bagi Remaja Pengguna Sosial Media : Journal of Social Work and Social Services. 2(1).

Jaffray. (2016). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelaku Maupun Sebagai Korban Cyberbullying pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar. 14(1)

Jamil, A., & Kurniasari, L. (2022). Hubungan Perilaku Cyberbullying di Media Sosial dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa S1 Keperawatan UMKT : Jurnal Borneo Student Research. 3(3).

Kowalski, R.M., dkk. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. Psychological Bulletin. 1-65

Mardianty. (2015). Studi Kasus Tentang Perilaku Bullying Siswa dengan Menggunakan Teknik Restrukturisasi Kognitif. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Makassar: Tidak diterbitkan.

Marsinun, R ., & Riswanto, D. (2020). Perilaku Cyberbullying Remaja di Media Sosial : Jurnal Magister Psikologi UMA, 12 (2) : 98 – 111.

Maya, N. (2015). Fenomena Cyberbullying dikalangan Pelajar. 4(3

Nursalim, M. (2013). Teknik-teknik Konseling. Yogyakarta: Andi

Nursalim, M. (2014). Strategi Intervensi Konseling. Jakarta: Akademia Permata.

Putranto, M.D. (2018). Cyberbullying Di Kalangan Remaja Urban (Studi Tentang Tindakan Pelaku Cyberbullying Di Kalangan Remaja Urban): Jurnal Fakultas Ilmu Sosial dan Politik. 51.

Patchin, J. W., & Hinduja, S. 2012. Cyberbullying Prevention and Respons. New York: Routledge

Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application and Development
Volume III Nomor I April 2023. Pages 163-168
p-ISSN: 2775-1708 e-ISSN: 2775-555X
Homepage: http://ojs.unm.ac.id/index.php/IJOSC
DOI: https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60820

Pratiwi, M.D. 2011. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Cyberbullying. Paper Seminar. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Rachmatan, R. (2017). Cyberbullying pada Remaja SMA di Banda Aceh. 13(2

Rohmadi, M. (2018). Fenomena Media Sosial : Jurnal Pustaka Ilmiah UPT Perpustakaan UNS, 4(1)

Safari, T., & Saputra. (2004). Terapi Kognitif-Perilaku untuk Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. Bandung: Alfabeta.

Sukmawati, A., & Kumala. A.P. (2020). Cyberbullying Pada Remaja Di Media Sosial : Alauddin Scientific Journal of Nursing. 1(1), 55-65.

Surya, M. (2004). Teori-Teori Konseling. Bandung: Bani Quraizy.

Willard, N. (2005). Cyberbullying and Cyberthreats. Washington: U.S. Departement of Education.