

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Komunikasi Massa

Komunikasi massa sangat tergantung pada media massa, yang merupakan elemen esensial bagi masyarakat. Media massa berfungsi sebagai sarana menyebarkan informasi dan membuatnya tersedia bagi publik. Proses komunikasi massa melibatkan media massa yang mengirimkan informasi dengan berbagai tujuan kepada khalayak luas. (Bungin & Burhan, 2009).

Proses komunikasi sangat penting dalam kehidupan manusia melalui media, seolah – olah tidak dapat dihindari bahwa kita saat ini sangat bergantung pada media untuk berbagai aspek seperti akses kehidupan, informasi, sampai berdagang. Karena itu, masyarakat kini bersaing untuk memenuhi kebutuhan media sosial. Contohnya, *Twitter, Facebook, WhatsApp, dan Instagram* untuk berinteraksi satu sama lain.

2.1.1. Fungsi Komunikasi Massa

Ada beberapa pendapat tentang fungsi komunikasi massa, *Harold d. Lasswell* mengatakan bahwa fungsinya komunikasi massa adalah untuk memberikan sebuah informasi, mendidik, dan menghibur. *Wright* menjadikan empat bagian yaitu :

1. *Surveillance* atau Pengawasan adalah istilah lain untuk mengamati peristiwa di lingkungan. Mencari tahu, menyelidiki, mengumpulkan dan menyebarkan informasi akan terus terjadi dalam komunikasi.
2. *Correlation* atau kegiatan untuk membantu mobilisasi menggerakkan masyarakat untuk memiliki tujuan bersama.
3. Transmisi budaya karya warisan atau pengetahuan berdasarkan pertukaran ide bersama, melalui konteks atau kegiatan yang menghubungkan sebuah kegiatan tersebut, membantu meningkatkan kohesi sosial dan mengurangi kesenjangan sosial.
4. *Entertainment* atau Hiburan adalah salah satu cara untuk melepaskan rasa capek bagi masyarakat maupun individu. Fungsi ini guna meningkatkan kapasitas hiburan yang disediakan oleh media merupakan sesuatu yang bisa dinikmati banyak orang.

Banyaknya pendapat tentang aspek – aspek komunikasi massa diatas yang disebutkan para ahli menunjukkan aspek – aspek yang mempunyai efek signifikan terhadap pola sosial masyarakat. Pada pengertian ini, kecenderungan berkomunikasi di media memengaruhi perilaku manusia. Karakteristik media yang disebutkan diatas mempunyai efek yang signifikan terhadap penggunaan media sosial.

2.1.2. Hubungan Antara Komunikasi Massa Dengan Media Sosial

Proses komunikasi antara masyarakat tradisional dan masyarakat modern berbeda, terutama dalam hal alat yang digunakan. Masyarakat tradisional biasanya berkomunikasi secara langsung seperti tatap muka, sementara masyarakat modern seiring perkembangan teknologi informasi, kini bisa memanfaatkan berbagai alat komunikasi baru untuk mendukung proses komunikasi mereka. Sedangkan sekarang ini, media massa sendiri menjadi fenomena dalam komunikasi.

Oleh karena itu, pada zaman ini komunikasi massa dikatakan saling terkait dengan media sosial karena cara komunikasinya yang sederhana. Media sosial merupakan program yang informatif, menghibur, menantang, dan mengusik kesadaran penggunanya. Pada penelitian ini, media sosial memiliki peran penting dalam proses komunikasi, terutama ketika orang dan kontak menggunakannya untuk terlibat dalam *cyberbullying*.

2.2 Media Sosial

Media sosial adalah perangkat lunak yang mungkin komunitas atau orang bisa berkomunikasi, bersatu, dan berbagi satu sama lain melalui kolaborasi dan bermain dalam beberapa kasus. Media sosial adalah ranah konten buatan pengguna (UGC), di mana konten dibuat oleh pengguna, bukan editor seperti perusahaan media sosial Menurut Boyd (Nasrullah & Fakultas, 2013).

Media sosial adalah media online yang mendukung masyarakat untuk berinteraksi sosial. Media sosial memakai sebuah teknologi internet yang mengubah komunikasi menjadi percakapan. Dengan media sosial, orang dapat membuat, mengedit, dan menerbitkan cerita, posting foto dan video mereka sendiri. Selain itu, media sosial lebih mudah, lebih baik, lebih efisien, lebih cepat, interaktif, berbeda, dan lebih luas cakupannya

Sesuai dengan namanya, jenis media sosial ini bertugas membantu meningkatkan interaksi sosial antar penggunanya. Dalam kondisi seperti ini, media sosial dapat membantu anda menemukan teman baru dan mempertahankan sebuah hubungan yang sudah terbentuk. Media sosial berfungsi untuk membentuk jaringan pengguna, tidak peduli apakah pengguna saling kenal di dunia nyata, media sosial memberi mereka medium untuk terjalin melalui sistem teknologi. (Nasrullah & Fakultas, 2013).

2.2.1 Jenis – Jenis Media Sosial

Media sosial adalah cara mengubah seseorang untuk berinteraksi dengan individu, organisasi, dan komunitas. Berbagai jenis media sosial mempunyai karakteristik yang berbeda, seperti yang dijelaskan oleh (Fandi dalam Nurudin, 2012) :

- a. Proyek kolaboratif adalah media sosial yang bisa dimanfaatkan untuk membikin konten. Program ini juga bisa diakses oleh pengguna di seluruh dunia. Terdapat dua subkategori kolaborasi media sosial, yaitu *Wiki dab bookmark social*.
- b. *Blogs dan microblogs*, merupakan situs web yang memungkinkan pengguna untuk mengekspresikan pikiran, pengalaman, atau aktivitas sehari - hari. Contohnya antara lain, blog dan microblog seperti Kaskus, Blogger, WordPress, Multiply, dan Plurk.
- c. *Content communitie*, adalah platform pengguna untuk berbagi video maupun foto dengan siapa saja yang memerlukannya. Salah satu contoh media sosial dalam komunitas konten adalah Youtube.
- d. *Social Networking Sites*, adalah aplikasi yang memungkinkan pengguna untuk terhubung dengan orang lain melalui profil atau akun pribadi. Profil ini biasanya berisi informasi seperti foto, video, file audio, dan blog. Sebagian besar situs juga menyediakan fitur pesan instan dan e-mail. Contoh situs jejaring sosial adalah *Geocities, Six Degrees, Friendster, , Facebook, Yahoo Messenger, Twitter, MySpace, Blackberry Messenger, WhatssApp, Google Plus, , Skype, Instagram, Camfrog, Yahoo Koprol, Gizmo, Yuwie*.
- e. Virtual Game Worlds, permainan multipemain yang melibatkan banyak pemain yang saling mendukung dalam waktu yang bersamaan. Dalam dunia permainan virtual ini, pengguna dapat berinteraksi dengan avatar yang mereka ciptakan sendiri. Permainan ini juga terdapat aturan – aturan yang harus dipatuhi dalam

permainan MMORPG. Permainan terkenal dalam kategori ini adalah EverQuwsr, World of Warcraft, dan Dota.

- f. Virtual social worlds, merupakan program mensimulasikan pengguna untuk berinteraksi di dunia maya melalui internet, menggunakan avatar 3D yang menyerupai kehidupan nyata. (Nurudin, 2012:87).

2.2.2 Ciri – Ciri Media Sosial

Ciri – ciri media sosial sebagai berikut :

- a. Konten yang akan disampaikan dan dibagikan kepada khalayak umum.
- b. Isi pesan muncul tanpa dihalangi oleh penghalang
- c. Konten didistribusikan baik secara online maupun offline
- d. Konten dapat diterima secara online lebih cepat dan dapat ditunda tergantung pada waktu interaksi pengguna
- e. Media sosial memungkinkan pengguna membuat konten, memungkinkan mereka untuk beraktualisasi.
- f. Konten media sosial memiliki banyak fungsi, seperti identitas, percakapan (interaksi), kehadiran (eksis), berbagi (sharing), hubungan (relasi), reputasi (status) dan kelompok (group). Kemendagri dalam(Surya, 2019)

2.2.3 Dampak Positif dan Negatif dari Penggunaan Media Sosial

Dampak Positif :

- a. Memberi informasi dengan sangat cepat, berkat teknologi yang tidak terhalang oleh jarak dan biaya.
- b. Lebih akurat dan efisien, informasi yang disebarkan lebih dari satu sumber informasi.
- c. Mudah diakses dimanapun, karena media sosial membuat informasi mudah diakses dimanapun.
- d. Sangat bermanfaat dalam membangun bisnis baru karena pengusaha tidak perlu khawatir untuk menyebar luaskan produknya. Dengan memanfaatkan media sosial, mereka dapat dengan mudah mempromosikan produk mereka agar dikenal masyarakat lokal bahkan seluruh dunia.

Dampak Negatif :

- a. Menjadi pasif, karena semua kebutuhan manusia tersedia di media sosial, sehingga mereka menjadi malas atau bahkan antisosial.
- b. Menjadi konsumtif, banyak orang yang tergiur untuk membeli barang produk iklan di media sehingga membuat mereka untuk malas menabung.
- c. Maraknya penipuan, kupon undian atau promo belanja dapat ditemukan di media sosial. Hal ini dengan mudah dimanfaatkan oleh para penjahat dunia maya untuk melakukan tindakan kriminal dan dapat merugikan banyak orang.
- d. Kekerasan dan kejahatan serta kecanduan internet manusia lebih cenderung untuk berkesplorasi dalam dunia maya, hal ini menjelaskan bahwa adanya tindakan *cyberbullying*.
- e. Situs pornografi yang sangat mudah diakses. Bahkan individu tertentu sering memasang di blog atau situs yang tidak bersifat pornografi.

2.2.4 Etika Dalam Bermedia Sosial

Pemakaian akun media sosial harus bijaksana Menurut Kemendagri (Surya, 2019). Berikut ini adalah prinsip, acuan dan standar yang dapat digunakan sebagai dasar dalam penggunaan media sosial:

- a. Sebaiknya berhati – hati dalam memberikan informasi pribadi dan keluarga dengan hati - hati atau menghindari mengungkapkan informasi yang sensitif.
- b. Berkomunikasi dengan sopan dengan menghindari menggunakan kalimat kasar lebih baik menggunakan bahasa dengan baik dan benar.
- c. Hindari menyebarkan konten yang mengandung pornografi atau menyinggung ras, suku, agama, atau antar golongan (SARA), dalam bentuk foto, tulisan, video, gambar, atau ilustrasi.
- d. Pastikan untuk mengecek kebenaran konten, informasi berita atau suatu peristiwa sebelum menyebarkan kembali melalui media sosial.
- e. Terkait dengan hak kepemilikan intelektual, seseorang harus memberikan penghargaan kepada pekerjaan orang lain dengan menyebutkan sumbernya.
- f. Seharusnya mengomentari tentang subjek, topik, atau masalah setelah paham tentang isinya secara menyeluruh sebelum memberikan komentar.
- g. Berpikir dengan bijak tentang fakta dan data yang valid.

- h. Dilarang menyerang, menuduh, menyebarkan informasi serta beropini negatif yang tidak benar di media sosial.
- i. Dilarang memakai media sosial saat pikiran jenuh, emosi dan kondisi kejiwaan labil.
- j. Jangan terpengaruh, atau ikut – ikutan demi solidaritas buta saat berkomentar atau beropini di media sosial
- k. Kita harus bisa menyaring dan membatasi konten di media sosial secara pribadi.
- l. Dilarang memakai nama samaran atau akun samaran dengan tujuan apapun.
- m. Gunakan media sosial untuk tujuan positif baik dari segi konten atau segi penyampaian.

2.3 Cyberbullying

A. Pengertian *Cyberbullying* pada Remaja

Cyberbullying adalah tindakan yang ditujukan kepada seseorang dan dilakukan berulang dan sengaja dengan cara mengirimkan pesan teks, e-mail, gambar atau video melalui media internet maupun teknologi digital lainnya. (Tippett, 2016). Tindakan ini melibatkan pelaku (*the bully*) yang bertujuan untuk menghina, memaki, mempermalukan dan mengancam kepada korban secara *online*, dan korban (*the victim*) (Hernandika, 2012).

Penggunaan kata – kata kasar atau penghinaan saat berkomentar, mengintimidasi, mengejek dan memposting foto atau konten di media sosial yang dapat mempermalukan korban di depan publik termasuk jenis kekerasan dari *cyberbullying* (Hertz, 2008).

Menurut penjelasan tersebut, bisa disimpulkan bahwa *cyberbullying* suatu tindakan kekerasan di internet yang dilakukan oleh pelaku *bullying* kepada korban yang bisa menimbulkan rasa malu kepada masyarakat yang menjadi korban melalui media sosial.

B. Faktor *Cyberbullying* Remaja di Media Sosial

Faktor berikut kemungkinan meningkatkan *cyberbullying* pada remaja yang menggunakan media sosial :

1. Para penggunaan media sosial cenderung menghabiskan lebih banyak waktu di internet dibandingkan menghabiskan waktu kegiatan bersama teman di luar

atau beraktivitas lain yang dapat memberikan dampak negatif. (Fabio Sticca, dkk, 2013).

2. Mempunyai rasa empati yang rendah ialah kemampuan seseorang untuk memahami perasaan orang lain dan memposisikan dirinya pada posisi mereka. Rasa empati yang rendah adalah kemampuan seseorang untuk memahami perasaan orang lain dan menempatkan dirinya pada posisi mereka. Ini dapat berdampak pada perilaku seseorang untuk dapat melakukan tindakan yang diperlukan. (Baker, 2010).
3. Pernah menjadi korban *bullying* sebelumnya merupakan salah satu aktivitas pribadi yang membuat orang – orang di sekitar merasa takut. Orang dianggap lemah atau harga diri yang rendah berusaha mencari jati diri mereka sebagai orang yang kuat atau menakutkan dengan melakukannya di media sosial. (Pratiwi, 2011).
4. Karakteristik korban *bullying* terjadi karena pemahaman pelaku terhadap korban cenderung mendorong pelaku untuk menindas korban melalui media sosial, atau melakukannya dengan benar. (Pratiwi, 2011).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa internet sedang mengalami gangguan dikarenakan adanya penggunaan media sosial yang berlebihan, lunturnya nilai – nilai moral dan rendahnya rasa empati, maraknya remaja di media sosial, banyaknya anak muda yang mengalami *bullying*, dan ciri – ciri korban yang melakukan *bullying* terhadap dirinya sendiri.

Beberapa hal yang membedakan tradisional *Bullying* dengan *cyberbullying*, antara lain :

- a. Tradisional *bullying* adalah perilaku secara langsung atau tatap muka, seperti mencaci maki, menghina atau melakukan kekerasan fisik terhadap korban.
- b. *Cyberbullying* bukan merupakan tindakan kekerasan (tatap muka), tetapi melalui media sosial seperti instagram untuk menyindir atau mengirim pesan.
- c. *Cyberbullying* dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja untuk menindas korbannya, termasuk mengajak orang untuk membunuh korban dengan menyebarkan informasi negatif tentang orang yang disakitinya, yang mengakibatkan korban bisa mengalami gangguan jiwa seperti sakit hati,

depresi, dan menjadi pribadi yang takut membuka diri di akun media sosial mereka.

2.3.1 Jenis – jenis Cyberbullying:

Menurut (Willard, 2007) jenis – jenis *cyberbullying* sebagai berikut:

1. *Flaming*, mengirim pesan yang berisi kalimat marah dan langsung menyerang.
2. *Harassment*, mengirim pesan ancaman melalui e-mail atau media sosial.
3. *Denigration*, tindakan mencemarkan nama baik seseorang dengan cara memamerkan nama buruk seseorang di media sosial.
4. *Impersonation*, pura – pura sebagai orang lain dengan mengirim status atau pesan ke orang lain yang tidak baik.
5. *Outing*, menyebarkan foto, data dan rahasia orang lain di internet.
6. *Trickery*, merayu seseorang dengan tipu daya untuk memperoleh informasi atau gambar pribadi orang tersebut.
7. *Exclusion*, sengaja mengeluarkan seseorang dari grup online.
8. *Cyberstalking*, mengganggu terus menerus sehingga dapat membuat seseorang merasa takut.

2.3.2 Aspek – Aspek *Cyberbullying*

a). Karakteristik kepribadian

Anak – anak yang menjadi pelaku *bullying* memiliki karakteristik seperti yang dipaparkan oleh (Camodeca & Goossens, 2005) dan (Kowalski et al., 2014) adalah sebagai berikut :

1. Memiliki kepribadian yang dominan dan senang melakukan kekerasan.
2. Cenderung temperamental, agresif, dan mudah frustrasi
3. Mempunyai sikap positif terhadap kekerasan dibandingkan dengan anak lainnya.
4. Sulit untuk mengikuti peraturan.
5. Terlihat kuat tetapi tidak menunjukkan rasa belas kasihan maupun empati sama orang yang di *bully* di internet.
6. Sering mengganggu orang lain.
7. Kemampuan untuk bertahan dalam situasi sulit.
8. Berpartisipasi dalam agresi reaktif (seperti reaksi *defensive* ketika diprovokasi) dan proaktif (seperti agresi dengan maksud tertentu)

b). Persepsi terhadap korban

Seorang remaja yang biasanya menjadi target *cyberbullying* mereka yang berbeda dalam segi ras, pendidikan, berat badan, cacat, agama dan mereka yang cenderung sensitif, pasif, dianggap lemah dan biasanya mereka yang jarang bergaul atau keluar rumah. Karakteristik remaja yang menjadi target atau korban *cyberbullying* adalah sensitif, pasif, mempunyai masalah dengan keterbelakangan mental, sering membiarkan orang lain untuk mengendalikan dirinya, dan cenderung depresi.

d). Saksi (Bystander)

saksi peristiwa adalah seseorang yang menyaksikan penyerangan perilaku *bullying* pada korbannya. Saksi peristiwa dapat dengan bergabung dalam web dan meninggalkan komentar yang menyakitkan atau tanpa melakukan apapun kecuali, mengamati perilaku *bullying*. Saksi sendiri dibagi menjadi dua, yaitu :

1. *Harmful Bystander* : pengamat yang mendukung peristiwa *bullying* atau terus mengamati kejadian tersebut dan tidak memberi bantuan apapun kepada korban
2. *Helpful Bystander* : pengamat yang berusaha untuk menghentikan *bullying* dengan cara memberikan dukungan kepada korban atau memberi tahu orang yang lebih mempunyai kebijakan.

e). Peran interaksi orang tua dan anak

Peran penting orang tua dalam mengawasi perkembangan anak yang kecanduan internet, karena bisa saja anak terlibat sebagai pelaku maupun korban *cyberbullying*.

Kesimpulannya, *cyberbullying* adalah bentuk kekerasan yang terjadi di dunia maya, dimana tindakan tersebut memiliki banyak penyebab, yang pertama adalah lingkungan dapat mempengaruhi. Jika lingkungan atau teman - teman di sekitarnya tidak melakukan *bullying* atau *cyberbullying* maka tidak akan terjadi *bullying* di dunia maya maupun dunia nyata. Kedua adalah tentang kepribadian seseorang, jika seseorang menyukai kekerasan, maka ia mungkin lebih melakukan *cyberbullying*. Ketiga adalah seseorang ingin menarik perhatian korban atau hanya sekedar menarik perhatian publik. Keempat adalah kurangnya rasa percaya diri korban *bullying* di dunia nyata dan akan terbawa ke dunia maya.

2.3.3. Karakteristik Pelaku *Cyberbullying*

a) Agresif

Para ahli menyimpulkan bahwa perilaku agresif adalah salah satu komponen individu yang menyebabkan terjadinya *bullying*. Menurutnya, perilaku agresif adalah perilaku yang dilakukan seseorang dengan cara memaksa, tetapi kendalinya terhadap korban bersifat tidak disengaja dan disengaja. Pada titik ini, *bullying* merupakan salah satu bentuk tujuan positif, yang dicapai melalui penggunaan kekerasan dan niat untuk menyakiti orang lain serta menggunakan kekuasaan terhadap orang lain. Dalam penelitian ini dapat dilihat ciri – ciri keagresifan pelaku terhadap korban, yaitu :

- a. Pelaku mengirimkan pesan atau komentar yang mengandung unsur *cyberbullying* secara berulang.
- b. Pelaku menggunakan bahasa yang kasar dalam pesan yang mengandung unsur *cyberbullying*
- c. Pelaku sering menambah komentar dari pelaku lain yang bersifat *cyberbullying*.
- d. Pelaku biasanya mengirim pesan menggunakan bahasa kasar untuk mengganggu korban.

b) Intimidatif

Perilaku intimidatif menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah tindakan gertakan, ancaman, menakut – nakuti, atau hinaan orang lain. Intimidatif adalah perilaku agresif yang dimaksudkan untuk menempatkan tekanan fisik dan psikologis pada orang lain dengan tujuan yang disengaja Randal dalam Person (2009). Bentuk intimidatif yang ditemukan yaitu :

- a. Bebasnya berinternet yang mengancam
- b. Keselamatan terancam
- c. Orang lain mendominasi
- d. Jarak waktu yang cukup lama
- e. Munculnya kelompok superior
- f. Rasa tidak peduli dengan orang lain

2.3.4 Pengaruh Korban *Cyberbullying*

Korban *cyberbullying* pada umumnya mengalami masalah kesehatan secara fisik dan mental. Gejala fisik yang dialaminya adalah hilangnya selera makan, sulit untuk tidur/gangguan tidur, keluhan masalah kulit, pencernaan dan jantung terasa berdebar – debar. Gejala psikologisnya dapat merasakan gelisah, depresi, kelelahan, rasa harga diri berkurang, sulitnya untuk berkonsentrasi, murung, menyalahkan diri sendiri, mudah marah, hingga berfikir untuk bunuh diri.

2.4 Kesehatan Mental (*Mental Health*)

A. Pengertian Kesehatan Mental (*Mental Health*)

Kesehatan Mental merupakan suatu keadaan atau kondisi yang dimana seseorang tidak dapat merasakan perasaan bersalah mengenai dirinya, mampu menerima kekurangan maupun kelebihan serta memiliki kemampuan untuk menghadapi masalah hidupnya dan memiliki kebahagiaan yang ada dalam dirinya (Erfianto, 2021).

Kesehatan mental adalah suatu kondisi kesejahteraan seorang individu yang menyadari kemampuannya sendiri. Kesehatan mental tampak dalam keharmonisan kata dan tindakan, adanya kemampuan dalam menghadapi permasalahan yang terjadi dan dapat merasakan kebahagiaan secara positif serta dapat merasakan kemampuan dalam diri. Kesehatan mental setiap orang dapat berubah karena adanya 2 faktor diantaranya adalah faktor internal dan eksternal yang kemudian dapat mempengaruhi kesehatan mental pada remaja.

B. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Kesehatan mental dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal itu sendiri terdiri dari faktor biologis dan psikologis yang dimana faktor biologis ini secara langsung dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental yaitu, otak, sistem endokrin, genetika, sensori, dan faktor psikologis yang secara langsung berhubungan dengan kesehatan mental adalah pengalaman awal dari sebuah proses pembelajaran dan kebutuhan (Muhyani, 2021).

Faktor eksternal yang mempengaruhi kesehatan mental yaitu sosial budaya, diantaranya (Ayuningtyas et al., 2018) :

1. Interaksi sosial mengungkapkan mengenai kualitas interaksi sosial individu sangat mempengaruhi terhadap kesehatan mentalnya.
2. Keluarga adalah salah satu lingkungan mikrosistem yang menentukan kepribadian dan kesehatan mental remaja.
3. Sekolah juga merupakan salah satu lingkungan yang turut mempengaruhi perkembangan kesehatan mental.

2.4.1 Indikator – Indikator Kesehatan Mental

Kondisi kesehatan mental adalah kondisi seseorang yang dimana terbebas dari sakit gangguan jiwa. Adapun indikator dari kesehatan mental diantaranya (Ningrum et al., 2022) :

1. Sehat secara emosi

Seseorang dibidang sehat secara emosi akan sangat cepat merasakan kepuasan yang terdapat dalam dirinya, mudah merasakan kebahagiaan, menyenangkan, tenang dan mudah mengontrol diri serta akan pandai dalam mengendalikan dirinya, pikiran, perasaan maupun perilakunya dan siap berhubungan dengan orang lain.

2. Sehat secara psikologis

Individu yang dikatakan sehat secara psikologis akan mudah menerima kekurangan yang ada dalam dirinya, dan akan sangat mudah untuk menyadari kekurangan maupun kelebihan yang ada pada dirinya serta dapat mengatasi tekanan yang dialami.

3. Sehat secara sosial

Individu yang dikatakan sehat secara sosial adalah individu yang mudah diterima, mudah bergaul dan mudah diterima di lingkungan sosialnya mudah menjalin hubungan dengan orang lain secara baik serta cepatnya berinteraksi dengan orang lain.

4. Bebas dari mental *illnes*

Bebas dari mental *illnes* adalah seorang individu yang bebas dari suatu penyakit dan dapat menyebabkan perubahan terhadap cara berfikir, mood dan perilaku.

2.4.2 Jenis – Jenis Gangguan Kesehatan Mental

a. Gangguan Kecemasan

Gangguan dari kecemasan dapat ditandai dengan adanya perasaan rasa takut, khawatir, cemas secara berlebihan dan yang cukup parah dapat mengganggu fungsi – fungsi pada individu yang berbeda – beda. Gangguan kecemasan dapat berupa gejala ketakutan seperti (rangsangan fisiologis dan pikiran terhadap ancaman dalam waktu dekat) gejala kecemasan terdiri dari (perilaku menghindar, ketegangan, pikiran ancaman terhadap masa depan). Gangguan kecemasan sendiri dapat diartikan sebagai gangguan dimana terdapat gambaran atau kondisi yang sangat penting tentang kecemasan yang berlebihan dan dapat disertai dengan respon perilaku, emosional dan fisiologis (Oktamarina et al., 2022).

b. Bipolar

Bipolar merupakan suatu penyakit yang dapat menyebabkan terjadinya suatu perubahan pada perasaan (mood), energi, derajat aktivitas, dan kemampuan untuk melakukan suatu kegiatan sehari – hari. Gangguan bipolar merupakan suatu kondisi dimana berhubungan dengan perubahan suasana hati mulai dari posisi depresi terendah yang kemudian tiba – tiba menjadi sangat bahagia (Sanker et al., 2019).

c. Depresi

Depresi adalah bagian dari penyakit mental yang sangat serius di dunia. Dampak negatif yang muncul akibat depresi seperti sulitnya berkonsentrasi, terbatasnya interaksi sosial, terganggunya penyesuaian diri bahkan munculnya resiko bunuh diri, membuat masalah ini perlu penanganan serius. Gejala depresi yang muncul pada remaja meliputi perasaan sedih yang berkepanjangan, mengisolasi diri, lebih banyak melamun saat sedang dalam kelas (Nevid, & Taylor, et al. 2006).

d. Stress

Stress adalah respon individu terhadap perubahan dalam situasi yang mengancam. Stress adalah reaksi yang tidak diinginkan orang terhadap tekanan berat atau jenis tuntutan lainnya. Banyak literatur yang menunjukkan penyebab stress, seperti lingkungan kerja, dukungan manajemen, beban kerja, dan lain – lain. Stress adalah perubahan dalam kehidupan seseorang atau situasi yang mengancam.

e. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)*

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah salah satu gangguan yang paling umum dan paling banyak ditemui di sekolah yang menjadi pusat perhatian pada gangguan perilaku yang dialami oleh anak dan dapat menjadikan anak tidak dapat untuk mengatur perilakunya sendiri sehingga menyebabkan anak sangat kesulitan dan tidak bisa untuk mengontrol dirinya sehingga membutuhkan tenaga yang sangat besar untuk melakukan interaksi dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya (Gunawan, 2021).

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan suatu kondisi atau keadaan yang menyebabkan gangguan pada perkembangan sehingga menyebabkan individu tidak bisa untuk mengatur perilakunya sendiri, tidak bisa menahan tindakan secara tiba – tiba, tidak bisa dengan mudah untuk menentukan keputusan serta tidak bisa dengan mudah menentukan keputusan serta tidak bisa untuk menahan diri agar tidak memberikan respon terhadap situasi yang sedang terjadi dan berlangsung (Oktamarina et al., 2022).

f. *Obsessive Compulsive Disorder (OCD)*

Obsessive Compulsive Disorder (OCD) adalah suatu kondisi yang terjadi pada gangguan psikologis yang terdiri dari dua bentuk sikap obsesif dan kompulsif. Obsesif sendiri adalah suatu bentuk pikiran yang muncul secara terus menerus dan berulang – ulang sehingga menyebabkan timbul rasa cemas dan tidak dapat dikendalikan secara cepat. Sedangkan kompulsif merupakan suatu kemauan yang sangat mudah dan bisa dikendalikan dengan cepat dan bisa ditahan dari individu untuk melakukan sesuatu (Ikhsan et al., 2019).

Obsessive Compulsive Disorder merupakan sebuah gangguan mental dimana penyandang melakukan perilaku repetitif (kompulsi) untuk mengurangi atau mencegah kecemasan dari pikiran yang muncul secara terus – menerus (obsesi). Setiap manusia pernah merasa cemas akan sesuatu, tetapi kecemasan atau obsesi yang ada dalam pikiran penyandang OCD tidak sama dengan biasanya. Obsesi dalam OCD merupakan pikiran atau gambaran yang tidak diinginkan, mengganggu, muncul terus – menerus, tidak dapat dikendalikan dan menyebabkan stres pada penyandang (Wulandari et al., 2021).

g. *Skizofrenia*

Skizofrenia adalah suatu gangguan yang berhubungan dengan perilaku sosial yang abnormal dan suatu gangguan yang tidak bisa membedakan mana yang nyata. Gangguan jiwa *skizofrenia* merupakan suatu penyakit jiwa yang berat dan gawat yang bisa terjadi oleh setiap individu dari masa muda hingga masa tua dan bisa berlanjut menjadi kronis yang berhubungan pada segi fisik, psikologis dan sosial budaya. Gejalanya berupa dengan pola pikir yang mulai tidak jelas, munculnya rasa halusinasi yang berlebihan, pendengaran yang tidak jelas, ekspresi emosional, kurangnya motivasi hingga hubungan sosial terhadap sesama berkurang (Indarjo, 2009).

Berdasarkan dari pengamatan dan pengalaman pada perilaku seseorang, *skizofrenia* bukan merupakan suatu penyakit jiwa yang dapat di sembuhkan namun membutuhkan semangat dukungan dari pihak keluarga (Oktamarina et al., 2022).

2.5 Teori Uses and Gratifications

Digunakan *Teori Uses and Gratifications* dalam penelitian ini yang diusulkan oleh *Michael Gurevitch, Elihu Katz, dan Jay G. Blumberg* (Trowbridge, 1976) mengatakan pengguna media berperan aktif atas terlibatnya proses pemilihan komunikasi serta mempunyai tujuan tertentu dalam menggunakan media.

Teori uses and gratifications memberikan kekuasaan kepada pengguna media untuk memilih dan menggunakannya dengan cara mereka inginkan. Pengguna media bertanggung jawab untuk memilih media yang bisa memenuhi kebutuhannya dalam hal penggunaan dan keuntungan. *Harold D Lasswell*. Mengemukakan tiga fungsi utama media terhadap masyarakat:

1. Media digunakan sebagai memberi informasi kepada masyarakat sesuai dengan situasi yang sedang terjadi di sekitar mereka (*surveying the environment*)
2. Mengenai opini tentang jenis kegiatan yang sedang dilakukan. Dengan demikian, khalayak dapat memahami hakikat lingkungan (hubungan antar unsur lingkungan) khalayak (memberikan norma sosial dan budaya) memenuhi segala kebutuhan pengguna media sosial berdasarkan motivasi dan tujuan.

3. Penggunaan media merupakan cara untuk memenuhi kebutuhan masyarakat, dan efek media dianggap sebagai tempat terpenuhinya kebutuhan tersebut. Masyarakat sangat cerdas dalam memilih dan menggunakan sarana tertentu untuk memenuhi kebutuhannya.

Kepuasan terpenuhinya sebuah kebutuhan khalayak pengguna media massa sesuai dengan tujuan dan motifnya. Cara untuk memenuhi kebutuhan manusia salah satunya adalah melalui penggunaan media, dampak media dianggap sebagai situasi dimana kebutuhan ini terpenuhi. Orang – orang memilih menggunakan metode tertentu untuk memenuhi kebutuhan mereka sepenuhnya menyadari diri mereka sendiri.

Teori *uses and gratification* menjelaskan bahwa setiap orang mempunyai kebutuhan yang harus dipenuhi. Harzog menjelaskan bahwa jenis kepuasan yang dicari oleh penonton bisa memengaruhi minat mereka terhadap pesan media. Media populer dapat memenuhi kebutuhan mereka sesuai dengan kepercayaan masing – masing individu. Motivasi ini mempengaruhi penilaian dan keyakinan individu tentang media dan mendorong penggunaannya.

Peneliti berpendapat bahwa teori *uses and gratification* dapat digunakan untuk menyelidiki penelitian ini, karena lebih memfokuskan pada peran aktif pengguna media dalam memilih dan menggunakan media sosial serta bagaimana mereka berperan dalam proses tersebut, dibandingkan dengan fokus pada pesan itu sendiri. Menurut peneliti, untuk menjawab pertanyaan dari rumusan masalah tentang bagaimana media sosial mempengaruhi perilaku *cyberbullying* di kalangan remaja dapat menggunakan teori *uses and gratification*.

2.6 Penelitian Terdahulu

Judul penelitian “Pengaruh Perilaku *Cyberbullying* Di Media Sosial Terhadap Mental Health Kalangan Pelajar (Studi Pada Siswa SMK Negeri 1 Banyuwangi)”. Penelitian terdahulu yang mempunyai keterkaitan dengan penelitian ini :

1. Penelitian 1 - Indah Setyawati (2016)

Berjudul “Pengaruh *Cyberbullying* Di Media Sosial ASK.FM Terhadap Gangguan Emosi Remaja (Studi Pada Siswa - Siswi SMAN 10 Bandar Lampung)” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *cyberbullying* di

Media Sosial *ask.fm* terhadap gangguan emosi remaja dan emosi mereka cukup tinggi untuk melakukan *cyberbullying* , terutama karena ada media sosial *ask.fm* yang mendukung remaja. Penelitian ini mengumpulkan data melalui metode survei yang menggunakan kuesioner sebagai alat bantu.

2. Penelitian 2 - Listiani (2019)

Berjudul “**Pengaruh *Cyberbullying* Di Media Youtube Terhadap Viral Artis TikTok Bowo Alpenliebe Di Masyarakat (Survey pada Siswa Kelas X, XI, dan XII Seni Teater SMK Negeri 13 Jakarta Barat)**” Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah *cyberbullying* media YouTube berdampak pada artis Tiktok Bowo Alpenliebe yang viral. Paradigma positivistic, pendekatan kuantitatif, digunakan dalam penelitian ini. Kuesioner adalah instrumen pengumpulan datanya.

2.6 Definisi Konseptual & Operasional

2.6.1 Definisi Konseptual

Definisi konseptual adalah menjelaskan bagaimana pengaruh *cyberbullying* yang terjadi di media sosial dapat berdampak langsung terhadap kesehatan mental para pelajar, termasuk potensi gangguan emosional, psikologis, dan sosial. Definisi konseptual diperlukan dalam penelitian guna mempertegas masalah apa yang akan diteliti (Suntoro, Nurmalisa, & Yusi, 2017). Definisi konseptual sebagai berikut :

a). Korban *Cyberbullying*

Korban *cyberbullying* adalah pelajar yang menerima perlakuan negatif atau agresif secara daring dari pelaku, yang meliputi tindakan penghinaan, ancaman, penyebaran rumor atau *hoax*, maupun tindakan lain yang bersifat merendahkan dan melecehkan platform media sosial seperti *Instagram*, *Twitter*, atau *WhatsApp*. Korban *cyberbullying* pada umumnya merasakan adanya tekanan sosial dan psikologis akibat perlakuan yang diterima secara publik atau pribadi di media sosial. Tindakan ini sering kali bersifat anonim atau dilakukan secara berulang, meningkatkan perasaan yang tidak aman dan tertekan pada korban.

b). *Mental Health*

Kesehatan mental (*Mental Health*) adalah kondisi emosional, psikologis, dan sosial individu yang mempengaruhi cara berfikir, merasa, dan berperilaku. Kesehatan mental yang baik penting untuk mendukung interaksi sosial, membuat

keputusan, serta menangani stres atau tekanan dalam kehidupan sehari – hari. Kesehatan mental pelajar bisa terganggu ketika mereka menjadi korban *cyberbullying*, yang memengaruhi suasana hati, rasa percaya diri, kecemasan, hingga memicu masalah yang lebih serius seperti depresi atau kecenderungan menyakiti diri sendiri. Pelajar yang mengalami *cyberbullying* cenderung menarik diri dari interaksi sosial, baik di dunia nyata maupun maya yang bisa memperburuk perasaan kesepian dan meningkatkan resiko gangguan kesehatan mental. Sehingga hubungan antara perilaku *cyberbullying* dan kesehatan mental pelajar dapat dipahami sebagai dampak negatif yang serius dan memerlukan perhatian khusus serta penanganan dari pihak keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial.

2.6.2 Definisi Operasional

Definisi operasional ialah definisi tentang variabel yang dirumuskan sesuai dengan karakteristik variabel yang diamati (Azwar, 2007:79). Pada penelitian ini definisi operasional dari variabel adalah sebagai berikut:

1. Korban *Cyberbullying* (Variabel X/Bebas)

Korban *cyberbullying* adalah seseorang atau pelajar yang telah mengalami tindakan negatif secara daring yang melalui platform sosial media, seperti penghinaan, ancaman, pengucilan, atau penyebaran rumor yang merugikan. Sedangkan kasus *cyberbullying* adalah contoh nyata dan spesifik dari perilaku *cyberbullying* yang terjadi pada individu atau kelompok tertentu, di tempat dan waktu tertentu. Hal ini mengacu pada kejadian faktual yang bisa dipelajari lebih dalam, termasuk pelaku, korban, dan konteks kejadian. Dalam penelitian ini, kasus yang diteliti adalah pengaruh korban *cyberbullying* yang dilakukan oleh siswa-siswi Kelas X dan XII SMK Negeri 1 Banyuwangi. Adapun indikator variabel ini adalah :

a. Frekuensi

Merupakan seberapa sering korban memperoleh tindakan penghinaan atau sebuah ancaman yang diterima

b. Intensitas tindakan

Seberapa intens pelaku atau kelompok yang melakukannya

c. Media yang digunakan

Media apa yang dipakai untuk melakukannya

d. Durasi

Seberapa lama korban mendapatkan perlakuan *cyberbullying*

2. *Mental Health* (Variabel Y/Terikat)

Kesehatan mental adalah kondisi emosional, psikologis, dan sosial pelajar yang mempengaruhi cara berpikir, merasa, dan berperilaku. Kesehatan mental yang baik membantu pelajar mengelola stres, membangun hubungan sosial, dan mengambil keputusan. Komponen – komponen yang terdapat pada kesehatan mental ini sebagai berikut :

- a. Depresi atau putus asa, kesedihan dan tidak berdaya yang muncul setelah mendapatkan tindakan *cyberbullying*
- b. Rasa percaya diri atau harga diri menurun akibat dari penghinaan atau tindakan merendahkan yang dialami di media sosial.
- c. Terganggunya pola makan atau tidur yang diakibatkan dari tekanan emosional dari tindakan *cyberbullying*.
- d. Isolasi sosial perubahan interaksi sosial baik daring maupun langsung yang dihindari maupun dikurangi.

Tabel 2.1 Variabel Operasional

Variabel	Indikator Variabel	Definisi	Skala Data
Korban <i>Cyberbullying</i>	Frekuensi	Terkait jumlah korban memperoleh tindakan penghinaan atau sebuah ancaman yang diterima	Skala likert
	Intensitas tindakan	Terkait seberapa sering pelaku yang melakukan tindakan <i>cyberbullying</i>	Skala likert

	Media	Terkait media yang dipakai	Skala likert
	Durasi	Terkait seberapa lama korban mendapatkan perilaku <i>cyberbullying</i>	Skala likert
Mental Health	Depresi	Terkait seberapa sering muncul rasa putus asa, sedih berlebihan, atau tidak berdaya	Skala likert
	Harga Diri	Seberapa sering merasakan perubahan rasa percaya diri yang menurun	Skala likert
	Gangguan Tidur atau Pola Makan	Seringnya muncul atau merasakan gangguan tidur dan pola makan	Skala likert
	Isolasi Diri	Terkait dengan pengurangan berinteraksi sosial baik secara daring maupun tatap muka	Skala likert