

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Modul Pelatihan Program “Remaja KUAT”

1. Pengertian Pelatihan

Pengertian pelatihan atau magang (Inggris: *training*) menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia,¹ adalah proses melatih; cara melatih, kegiatan atau pekerjaan melatih. Sedangkan pengertian pelatihan menurut Kartini Kartono dan Dali Gulo² adalah sejumlah instruksi; perlakuan atau manipulasi yang harus dijalani oleh seekor binatang/seorang manusia agar dapat memahami atau sanggup melaksanakan tugas atau peranan tertentu.

Selanjutnya Bernadian dan Russe³ berpendapat bahwa:

Training is defined as any attempt to improve employee performance on a currently held job or one related to it. This usually means changes in specific knowledges, skills, attitudes, or behaviors. To be effective, training should involve a learning experience, be a planned organizational activity, and be designed in response to identified needs.

¹Alwi, Hasan, dkk. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Edisi 3. 2002. Jakarta: Balai Pustaka. hal. 644.

²Kartini Kartono dan Dali Gulo. 2003. *Kamus Psikologi*. Bandung: Pioner Jaya. hal. 517.

³Bernardin And Russell. 1998. *Human Resource Managemen*. Second Edition. Singapore: McGraw-Hill Book Co. hal.172.

Jadi pelatihan didefinisikan sebagai berbagai usaha pengenalan untuk mengembangkan kinerja tenaga kerja pada pekerjaan yang dipikulnya atau juga sesuatu berkaitan dengan pekerjaannya. Hal ini biasanya berarti melakukan perubahan perilaku, sikap, keahlian, dan pengetahuan yang khusus atau spesifik. Dan agar pelatihan menjadi efektif maka di dalam pelatihan harus mencakup suatu pembelajaran atas pengalaman-pengalaman, pelatihan harus menjadi kegiatan keorganisasian yang direncanakan dan dirancang di dalam menanggapi kebutuhan-kebutuhan yang teridentifikasi.

Adapun menurut Andrew E. Sikula,⁴ menjelaskan bahwa *Training is short-term educational process utilizing a systematic and organized procedure by which non-managerial personal learn technical knowledge and skills for a definite purpose*. Artinya bahwa pelatihan (*training*) adalah suatu proses pendidikan jangka pendek yang mempergunakan prosedur sistematis dan terorganisir di mana pegawai non managerial mempelajari pengetahuan dan ketrampilan teknis dalam tujuan terbatas.

Jadi yang dimaksud pelatihan adalah sejumlah kegiatan yang dirancang secara sistematis dan terorganisir, berupa instruksi dan perlakuan yang harus

⁴Andrew E. Sikula 1981. *Personnel Administration and Human Resources Management*. John Wiley & Sons, Inc. hal. 227.

dijalani seorang manusia agar dapat memahami atau sanggup melakukan perubahan perilaku, sikap, keahlian, dan pengetahuan.

2. Komponen-komponen Pelatihan

Menurut Anwar Prabu Mangkunegara⁵ komponen-komponen pelatihan adalah:

- a. Tujuan dan sasaran pelatihan harus jelas dan dapat diukur.
- b. Para pelatih (*trainers*) harus memiliki kualifikasi yang memadai.
- c. Materi pelatihan harus disesuaikan dengan tujuan yang hendak dicapai.
- d. Metode pelatihan harus disesuaikan dengan tingkat kemampuan peserta.

Peserta pelatihan (*trainee*) harus memenuhi persyaratan yang ditentukan.

3. Prinsip-prinsip Pelatihan

Menurut Werther dan Davis dalam Sofyandi⁶ mengemukakan prinsip-prinsip pelatihan sebagai berikut :

- a. *Participation*, artinya dalam pelaksanaan pelatihan para peserta harus ikut aktif karena dengan partisipasi peserta maka akan lebih cepat menguasai dan mengetahui berbagai materi yang diberikan.

⁵Anwar Prabu Mangkunegara. 2008. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bandung: Remaja Rosdakarya. hal. 51.

⁶Herman Sofyandi. 2008. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu. hal. 115.

- b. *Repetition*, artinya senantiasa dilakukan secara berulang karena dengan ulangan-ulangan ini peserta-peserta akan lebih cepat untuk memahami dan mengingat apa yang telah diberikan.
- c. *Relevance*, artinya harus saling berhubungan sebagai contoh para peserta pelatihan terlebih dahulu diberikan penjelasan secara umum tentang suatu pekerjaan sebelum mereka mempelajari hal-hal khusus dari pekerjaan tersebut.
- d. *Transference*, artinya program-program pendidikan dan pelatihan harus disesuaikan dengan kebutuhan-kebutuhan yang nantinya akan dihadapi dalam pekerjaan yang sebenarnya.
- e. *Feedback*, artinya setiap program pelatihan yang dilaksanakan selalu dibutuhkan adanya umpan balik yaitu untuk mengukur sejauh mana keberhasilan dari program pelatihan tersebut. Dengan adanya umpan balik ini maka peserta akan dapat memperoleh tentang hasil yang dicapai dan hal ini akan meningkatkan motivasi mereka dalam bekerja serta dapat mengetahui hasil kerja mereka.

Sedangkan Mc. Gehee dalam Anwar Prabu Mangkunegara,⁷ berpendapat bahwa prinsip-prinsip pelatihan sebagai berikut :

- a. Materi harus diberikan secara sistematis dan berdasarkan tahapan-tahapan.

⁷Anwar Prabu Mangkunegara. 2008. *Manajemen ...* hal. 44.

- b. Tahapan-tahapan tersebut harus disesuaikan dengan tujuan yang hendak dicapai.
- c. Penatar harus mampu memotivasi dan menyebarkan respon yang berhubungan dengan serangkaian materi pelajaran.
- d. Adanya penguat (reinforcement) guna membangkitkan respon yang positif dari peserta.
- e. Menggunakan konsep shaping (pembentukan) perilaku.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Efektivitas Pelatihan

Menurut Veithzal Rivai⁸ faktor-faktor yang menunjang efektifitas pelatihan adalah:

- a. Materi atau isi pelatihan
- b. Metode pelatihan
- c. Pelatih (instruktur/*trainer*)
- d. Peserta pelatihan
- e. Sarana pelatihan
- f. Evaluasi pelatihan

5. Ukuran Efektivitas Pelatihan

Menurut George M. Alliger dan Elizabeth A. Janak⁹ terdapat empat ukuran efektivitas pelatihan yaitu:

⁸Veithzal Rivai. 2004. *Manajemen Sumber Daya Manusia untuk Perusahaan: dari Teori ke Praktek*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. hal 240.

⁹George M Alliger & Elizabeth A. Janak. 1989. Kirkpatrick's Level of Training Criteria: Thirty Years Later. *Personal Psychology Vol. 42 Issue 2 June 1989*. pp. 331-342.

a. Reaksi

Reaksi merupakan ukuran efektivitas pelatihan yang dilihat dari reaksi para peserta pelatihan, terutama reaksi yang bersifat langsung.

b. Proses Belajar

Proses belajar merupakan ukuran efektivitas pelatihan yang dilihat dari seberapa besar peserta pelatihan mampu menyerap ilmu pengetahuan yang diberikan dalam kegiatan pelatihan.

c. Perubahan Perilaku

Perubahan perilaku terlihat dari perubahan sikap sebelum pelatihan dan sesudah pelatihan.

d. Hasil

Hasil pelatihan dapat dilihat dari pencapaian tujuan organisasi karyawan, kualitas kerja, efisiensi waktu, jumlah *out put* dan penurunan pemborosan.

6. Pemantauan Pelatihan

Pemantauan program pelatihan merupakan bagian integral dalam manajemen pelatihan. Pelaksanaan fungsi ini secara sungguh-sungguh akan memberikan sumbangan tertentu kepada upaya pengendalian, pelaksanaan dan perbaikan serta peningkatan efektivitas program pelatihan. Hal-hal yang dijadikan sasaran pemantauan adalah:¹⁰

¹⁰Oemar Hamalik. 2005. *Pengembangan Sumber Daya Manusia. Manajemen Pelatihan Ketenagakerjaan. Pendekatan Terpadu*. Jakarta: Bumi Aksara. hal. 102.

- a. Persiapan pelaksanaan pelatihan, yang meliputi lahan, saran dan prasarana, tenaga, jadwal dan waktu, biaya, dan unsur penunjang lainnya.
- b. Pelaksanaan pelatihan, yang terdiri dari program kegiatan, metode/prosedur pelatihan, media pendidikan, bimbingan dan pelayanan, penilaian, permasalahan/hambatan, sumber-sumber materi ajaran, serta penggunaan unsur-unsur lainnya.
- c. Hasil pelaksanaan pelatihan, yang terdiri dari jumlah lulusan dan kualitas lulusan dan produktivitas serta dampak program.
- d. Tindak lanjut pemanfaatan hasil diklat.

7. Pengertian Modul Program “Remaja KUAT”

Modul “Remaja KUAT” merupakan program pengembangan ketrampilan sosial untuk remaja korban *cyberbullying*. Program “Remaja KUAT” merupakan akronim dari ***Know yourself, Upgrade your thought, Active and positive dan Trying to make a better social life***. Modul “Remaja KUAT” disusun berdasarkan teori ketrampilan sosial dari Cartledge & Milburn (1995)¹¹ dengan menggunakan pendekatan *cognitif behavior*. Penelitiannya mengembangkan modul dengan cara membuat tujuan, *learning objectif* dan *outcome* secara lebih rinci. Hal tersebut kemudian

¹¹Ayu Sulistyanyingsari. 2017. *Tesis*. “Modul Program “Remaja KUAT” untuk Meningkatkan Harga Diri Korban Bullying”. Yogyakarta: Program Magister Profesi Psikologi. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. hal.1.

diterjemahkan ke dalam aktivitas-aktivitas yang mempresentasikan materi yang diajarkan.

Penelitian ini merupakan salah satu upaya intervensi bagi remaja yang menjadi korban *cyberbullying* untuk meningkatkan harga dirinya dengan mengajarkan ketrampilan sosial melalui pendekatan kognitif-perilaku, sehingga remaja dapat membangun pemikiran yang lebih positif dan sikap yang lebih adaptif dalam menghadapi *cyberbullying*. Lebih spesifik, program “Remaja KUAT” mengajarkan remaja agar lebih mengetahui (*know*) tentang dirinya, memodifikasi (*upgrade*) pola pikirnya yang salah, kemudian aktif (*active*) mempelajari perilaku yang tepat dalam hubungan sosial serta mencoba (*try*) untuk menjadi individu yang trampil secara sosial. Ketrampilan-ketrampilan tersebut dapat membantu peserta untuk berproses bersama dalam mengubah keyakinan irasional dan perilaku *maladaptive* menjadi lebih positif dan adaptif dalam menghadapi permasalahan *cyberbullying*.

Ruang lingkup materi dalam modul ini adalah sebagai berikut: (1) pengertian ketrampilan sosial, (2) perilaku afektif, (3) strategi kognitif, (4) persepsi sosial, dan (5) ketrampilan manajemen diri. Dinamika penyampaian materi dalam modul ini menggunakan pendekatan *cognitive behavior*. Materi akan disampaikan melalui metode ceramah, diskusi dan games. Modul ini juga dilengkapi dengan booklet atau lembar kerja.

8. Tujuan Modul Program “Remaja KUAT”

Tujuan dasar dari modul ini adalah untuk melatih ketrampilan sosial yang meliputi persepsi sosial, perilaku afektif, strategi kognitif dan ketrampilan diri yang nantinya diharapkan mampu meningkatkan harga diri, yaitu:¹²

- a. Peserta dapat menyadari dan mengenali potensi dirinya.
- b. Peserta dapat meminimalisir dan mengubah pikiran negatif yang menghambat interaksi sosialnya.
- c. Peserta dapat memiliki persepsi positif terhadap hal-hal yang dialaminya.
- d. Peserta dapat memiliki sikap positif terhadap lingkungan sosialnya.
- e. Peserta dapat mencoba membangun hubungan sosial yang lebih positif dengan teman sebayanya.

9. Langkah-langkah Penggunaan Modul Program “Remaja KUAT”

Program “Remaja KUAT” dalam penelitian ini terdiri dari lima sesi yang akan dilaksanakan selama empat pertemuan dengan durasi masing-masing pertemuan 180 menit. Pengaruh pelatihan ini akan dilihat dari hasil cek manipulasi pengetahuan tentang ketrampilan sosial.

Tabel 2. 1. Alur Penggunaan Modul Program “Remaja KUAT”¹³

Hari ke-	Sesi	Materi	Metode	Waktu
----------	------	--------	--------	-------

¹²Ayu Sulistyanyingsari. 2017. Tesis. “Modul Program... hal.3.

¹³Ayu Sulistyanyingsari. 2017. Tesis. “Modul Program... hal.5.

1	<i>Getting Started</i>	- Penjelasan program - Kontrak Belajar - Orientasi konsep dasar materi program	Ceramah Diskusi	60 menit
	<i>Knowing the self</i>	<i>Affective behavior</i> - Peserta dapat menyadari potensi yang dimilikinya - Peserta dapat memahami perasaannya - Peserta dapat memahami perasaan orang lain	Permainan Ceramah Diskusi Lembar Kerja	120 menit
2	<i>Understanding problems</i>	<i>Cognitive approach</i> - Peserta menyadari pikiran negatif yang menghambatnya dalam interaksi sosial - Peserta memperoleh pola pemikiran yang dibutuhkan dalam menghadapi situasi sosial	Permainan Diskusi Lembar Kerja	180 menit
3	<i>Active and Proactive</i>	<i>Social Perception</i> Peserta dapat menginterpretasi situasi sosial secara akurat - Peserta dapat mengembangkan sikap positif terhadap lingkungan sosialnya	Permainan Ceramah Diskusi Lembar Kerja	180 menit
4	<i>Trying to make a better social life</i>	<i>Self-management</i> - Peserta mau berkomitmen untuk mempertahankan pola perilaku yang telah dipelajari	Permainan Diskusi Evaluasi	180 menit
Total Waktu				12 Jam

10. Ketrampilan Sosial

Menurut Combs & Slaby dalam Cartledge & Milburn, ketrampilan sosial merupakan ketrampilan untuk dapat berinteraksi dengan orang lain dalam konteks sosial dengan cara-cara khusus yang dapat diterima oleh lingkungan.¹⁴

Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa pelatihan ketrampilan sosial yang diberikan pada korban *bullying* terbukti dapat

¹⁴G. Cartledge & Milburn, J. F. 1995. *Teaching social skills to children and youth: innovative approach* (3rd ed.). Massachusetts: Allyn and Bacon. hal. 30

meningkatkan harga diri¹⁵ dapat menurunkan resiko menjadi korban *bullying*¹⁶ serta dapat menurunkan frekuensi *bullying* yang dialami oleh korban.¹⁷

Pengembangan ketrampilan sosial pada korban *bullying* bertujuan untuk meningkatkan kualitas pribadi individu sebagai suatu metode pertahanan diri jika terjadi *bullying* padanya. Penelitian Ramadhani¹⁸ menyatakan bahwa pengembangan ketrampilan sosial terbukti dapat mengatasi kecemasan dan dapat menurunkan stress, serta dapat meningkatkan kualitas pribadi individu, seperti konsep diri. Sedangkan dalam penelitian Rachmawatie¹⁹ disebutkan bahwa pengembangan ketrampilan sosial dapat meningkatkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri sosial di sekolah.

11. Harga Diri

Menurut Santrock²⁰ harga diri (*self esteem*) adalah keseluruhan cara yang digunakan individu untuk mengevaluasi diri – membandingkan antara

¹⁵P. A. Kashani & Bayat, M. 2010. The effect of social skills training (assertiveness) on assertiveness and self-esteem increase of 9 to 11 year-old female students in Tehran, Iran. *World Applied Sciences Journal* 9(9).

¹⁶Parahita Wati. 2012. *Hubungan Keterampilan Sosial dengan Korban Bullying di Sekolah Dasar*. Naskah Publikasi Universitas Muhammadiyah Surakarta. hal. 4.

¹⁷K. Kõiv. 2012. Social skills training as a mean of improving intervention for bullies and victims. *Social and Behavioral Sciences*. 45. hal. 239-246.

¹⁸N. Ramadhani. 1995. *Tesis*. Pelatihan Ketrampilan Sosial pada Mahasiswa yang Sulit Bergaul. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada. hal. 9.

¹⁹ Rachmawatie. 2006. *Tesis*. Pengaruh pelatihan keterampilan sosial terhadap efektivitas komunikasi interpersonal pada remaja. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia. hal. 28.

²⁰ JW. Santrock. 2012. *Life-Span Development*. Edisi Ketigabelas. Yogyakarta: Penerbit Erlangga. hal.361

konsep diri dan ideal (*ideal-self*) dengan konsep diri yang sebenarnya (*real-self*). Sedang Coopersmith menyebut harga diri merupakan hasil evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan dalam sikap terhadap dirinya sendiri. Evaluasi ini menyatakan suatu sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, dan berharga menurut standar dan penilaian pribadinya.

Adapun Baron dan Byrne²¹ memiliki pendapat, harga diri merupakan evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu - sikap orang terhadap dirinya dalam rentang dimensi positif sampai negatif. Selanjutnya dijelaskan bahwa harga diri seringkali diukur sebagai sebuah peringkat dalam dimensi yang berkisar dari negatif sampai positif atau rendah sampai tinggi. Manakala individu diminta untuk membandingkan konsep diri yang ideal dengan konsep diri yang sebenarnya, semakin besar perbedaan antara konsep diri yang ideal dengan konsep diri yang sebenarnya, semakin rendah pula harga dirinya. Apabila jarak antara konsep diri yang ideal dengan konsep diri yang sebenarnya terlalu besar, individu cenderung merasa menjalani dinamika kehidupan yang semakin rumit dan kompleks adalah suatu hal yang sangat berat. Dalam perkembangannya, seseorang dapat memperbaiki harga diri dengan mempersempit perbedaan antara konsep diri yang ideal dan konsep

²¹ Komarudin Hidayat dan Khoirudin Bashori. 2016. *Psikologi Sosial. Aku, Kami, dan Kita*. Yogyakarta: Penerbit Erlangga. hal.43

diri yang sebenarnya. Pada kenyataannya, meskipun perbedaannya dapat bervariasi, tetapi lambat laun perbedaan antara konsep diri yang ideal dan konsep diri yang sebenarnya cenderung akan stabil. Idealnya, tidak lagi ada perbedaan antara konsep diri yang sebenarnya dan konsep diri yang ideal. Harga diri yang rendah, menurut Eoleiochta, Leanai, dan Dei²² berasal dari pengalaman kurang menguntungkan seseorang di sepanjang rentang kehidupannya, seperti tidak mendapatkan cukup kasih sayang dorongan dan tantangan; cinta dan penerimaan bersyarat; selalu mendapatkan kritik, ejekan, sarkasme, dan sinisme; mengalami pemukulan fisik dan pelecehan; tidak adanya pengakuan dan pujian atas prestasi yang didapat; serta kelebihan dan keunikan diri selalu diabaikan. Keadaan demikian biasanya diperparah dengan adanya sistem yang bermasalah, baik di rumah maupun di sekolah, yang mendorong rendahnya harga diri. Kesalahan sistem yang dimaksud dapat berupa kritik yang selalu diberikan jika individu melakukan hal-hal yang tidak umum, selalu menomorsatukan hukuman dalam merespon kesalahan yang dilakukan seseorang, terjadi distorsi komunikasi, dan penerapan peraturan yang kaku dan infleksibel.

Pelham dan Swan²³ berpendapat bahwa dalam konteks kesehatan mental, harga diri memiliki peran yang sangat penting. Individu yang memiliki harga diri tinggi memandang dirinya dengan cara yang positif.

²² Komarudin Hidayat dan Khoirudin Bashori. 2016. *Psikologi Sosial*. ... hal.43

²³ Komarudin Hidayat dan Khoirudin Bashori. 2016. *Psikologi Sosial*. ... hal.44

Mereka lebih dapat mensyukuri berbagai kelebihan yang dimiliki daripada mengeluhkan kekurangan mereka. Dengan kata lain, individu dengan harga diri tinggi sadar akan kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan memandang kelebihan-kelebihan tersebut lebih penting dibanding kelemahannya. Keadaan demikian berbanding terbalik bila dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri yang rendah. Individu dengan harga diri rendah biasanya memiliki nyali kecil bila dihadapkan pada kompetisi yang ada dalam kehidupan. Orang dengan harga diri tinggi akan memaknai pengalaman tidak menyenangkan secara lebih tepat.

a. Aspek-Aspek Harga Diri

Rosenberg²⁴ menyatakan bahwa harga diri memiliki dua aspek, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua aspek tersebut memiliki lima dimensi, yaitu :

- 1) Dimensi akademik yang mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas pendidikannya.
- 2) Dimensi sosial yang mengacu pada persepsi individu terhadap hubungan sosialnya.
- 3) Dimensi emosional yang merupakan hubungan keterlibatan individu terhadap emosi yang dirasakan.

²⁴ Komarudin Hidayat dan Khoirudin Bashori. 2016. *Psikologi Sosial*. ... hal.44

- 4) Dimensi keluarga yang mengacu pada keterlibatan individu dalam partisipasi dan integrasi dalam keluarga.
- 5) Dimensi fisik yang mengacu pada persepsi individu terhadap kondisi fisiknya.

Menurut Coopersmith²⁵, terdapat empat faktor yang mempengaruhi harga diri, yaitu:

- 1) Penerimaan atau penghinaan terhadap diri. Individu yang merasa dirinya berharga akan memiliki penilaian yang lebih baik atau positif terhadap dirinya dibandingkan dengan individu yang tidak merasa seperti itu. Individu dengan harga diri yang baik akan mampu menghargai dirinya sendiri, menerima diri, dan tidak menganggap rendah dirinya. Individu dengan harga diri yang baik mengenali keterbatasan dirinya sendiri dan mempunyai harapan untuk maju dengan memahami potensi yang dimilikinya. Sebaliknya, individu dengan harga diri rendah umumnya akan menghindari persahabatan, cenderung menyendiri, dan tidak puas akan dirinya, walaupun mereka yang memiliki harga diri rendah sesungguhnya memerlukan dukungan.
- 2) Kepemimpinan atau popularitas. Seseorang mendapatkan validasi atas penilaian atau keberartian dirinya ketika ia menunjukkan perilaku yang sesuai dengan ekspektasi lingkungan. Pembuktian akan kepopuleran

²⁵ Komarudin Hidayat dan Khoirudin Bashori. 2016. *Psikologi Sosial*. ... hal.46.

individu di dalam lingkungan persaingan dapat ditunjukkan dengan sikap berani menghadapi persaingan dan berani menjadi pemimpin.

- 3) Keluarga dan orang tua. Perasaan dihargai oleh keluarga merupakan nilai penting dalam perkembangan harga diri.
- 4) Keterbukaan dan kecemasan. Individu cenderung terbuka dalam menerima keyakinan, nilai-nilai, sikap, dan moral dari orang maupun lingkungan lain jika dirinya diterima dan dihargai. Sebaliknya, seseorang akan mengalami kekecewaan bila ditolak oleh lingkungannya.

B. Cyberbullying

1. Pengertian Cyberbullying

Cyberbullying berasal dari kata *cyber* dan *bullying*. Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris, yaitu dari kata *bull* yang berarti banteng yang senang menyeruduk kesana kemari. Istilah ini akhirnya diambil untuk menguraikan suatu tindakan destruktif.

Dalam bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Istilah *bullying* dalam bahasa Indonesia bisa menggunakan menyakat (berasal dari kata sakat) dan pelakunya (*bully*) disebut penyakat. Menyakat berarti mengganggu, mengusik, dan merintangi orang lain.²⁶ Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia edisi ke-3, *bullying* juga

²⁶ Novan Ardy Wiyani. 2014. *Save Our Children from School Bullying*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media. hal.12

dapat diartikan perundungan yaitu mengganggu; mengusik terus menerus; menyusahkan.²⁷

Bullying menurut Dan Olweus: “A student is being bullied or victimized when he or she is exposed, repeatedly and over time, to negative actions on the part of one or more other students”.²⁸ Inti dari pendapat Olweus, *bullying* adalah siswa yang diganggu atau menjadi korban secara berulang-ulang berupa tindakan negatif yang dilakukan oleh siswa atau sekelompok siswa. Menurut American Psychological Association²⁹ *bullying* adalah bentuk perilaku agresif seseorang yang dengan sengaja dan menyebabkan luka atau ketidaknyamanan pada orang lain. Biasanya *bullying* dilakukan oleh satu atau sekelompok orang yang lebih kuat pada orang yang lebih lemah.

Bullying menurut SEJIWA (Yayasan Semai Jiwa Amini) adalah sebuah situasi di mana terjadi penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang/sekelompok yang tidak seimbang antara si kuat dan si lemah.³⁰ Dapat disimpulkan bahwa *bullying* adalah suatu perilaku negatif yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang kepada orang lain yang tidak seimbang dan terjadi berulang-ulang.

²⁷ Kamus Besar Bahasa Indonesia edisi ke-3. 2002. Jakarta: Balai Pustaka. hal. 175

²⁸ Dan Olweus. 2005. *Bullying at school: what we know and what we can do*. USA: Blackwell Publishing. hal. 9.

²⁹ Kawanku. 2014. *Celebrate Your Weirdness. Positeens: Positive Teens Against Bullying*. Jakarta: Ice Cube. hal. 8.

³⁰ Tim Yayasan SEJIWA. 2008. *Bullying Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*. Jakarta: Grasindo. hal. 2.

Cyberbullying adalah jenis *bullying* yang sering terjadi pada era teknologi saat ini. *Cyberbullying* bisa digambarkan sebagai bentuk intimidasi yang menggunakan teknologi. Semakin maraknya *social media* di kalangan remaja, semakin banyak pula terjadi kasus *cyberbullying*. Perilaku *cyberbullying* secara harafiah berarti *cyber* – dunia maya dan *bullying* – mengganggu, menggertak, maka *cyberbullying* bermakna sebagai perilaku yang mengganggu yang dilakukan di dunia maya. Tidak seperti *bullying*, *cyberbullying* memungkinkan pelaku untuk menutupi identitasnya melalui teknologi informasi. Anonimitas ini membuat lebih mudah bagi pelaku untuk menyerang korban tanpa harus melihat respons fisik korban. Pengaruh perangkat teknologi sering menyebabkan remaja untuk melakukan hal-hal kejam dibandingkan dengan apa yang didapati dalam tatap muka pelaku *bullying*.³¹

Menurut Terry Brequet³² *cyberbullying* adalah bentuk intimidasi yang pelaku lakukan untuk melecehkan korbannya melalui perangkat teknologi. Pelaku ingin melihat seseorang terluka, ada banyak cara yang mereka lakukan untuk menyerang korban dengan pesan kejam dan gambar yang mengganggu dan disebar untuk mempermalukan korban bagi orang lain yang melihatnya. Sedang Ellen P. Ryan berpendapat bahwa *cyberbullying*

³¹ Richard Donegan. 2012. "Bullying and Cyberbullying: History, Statistics, Law, Prevention and Analysis". *The Elon Journal of Undergraduate Research in communication* 3 No. 1 hal. 34.

³² Terry Brequet. 2010. *Cyberbullying*. USA: Rosyen Publishing. hal.37

merupakan salah satu bentuk *bullying* yang menggunakan media internet, ponsel atau alat elektronik lain untuk mengolok-olok dan merendahkan seseorang.³³ Pengertian *cyberbullying* menurut Arie Prabawati³⁴ adalah teknologi internet untuk menyakiti orang lain dengan cara sengaja dan diulang-ulang.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *cyberbullying* adalah perilaku mengganggu yang dilakukan secara sengaja di dunia maya, berupa agresi atau tindakan yang menyebabkan orang lain merasa teraniaya atau tersakiti dengan menggunakan media elektronik. Media elektronik yang bisa digunakan sangat beragam, mulai dari *e-mail*, pesan singkat, *websites*, *twitter*, *facebook*, *google plus*, *whatsapp*, *line*, *internet gaming*, dan sebagainya.

2. Bentuk-bentuk *Cyberbullying*

Bentuk-bentuk *cyberbullying* menurut Draa & Sydney:³⁵

- a. *Flaming*: mengirim pesan yang bernada marah, kasar, cabul kepada seseorang atau kepada kelompok.
- b. *Harassment*: mengirim berulang pesan yang bernada serangan.

³³Kawanku. 2014. *Celebrate Your ...* hal. 87.

³⁴Arie Prabawati. 2013. *Awat Internet Jahat Mengintai Anak Anda*. Yogyakarta: Andi Offset. hal. 4.

³⁵V.B. Draa and Sydney, T.D. 2009. *Cyberbullying: Challenges and Action*. *Journal of Family and consumer Sciences*. Vol.101 No.4. hal 40-46.

- c. *Denigration (put-downs)*: mengirim atau *posting* pernyataan berbahaya, bohong, atau kejam tentang seseorang kepada orang lain.
- d. *Cyber-stalking*: gangguan yang mengancam atau mengintimidasi dan terus-menerus.
- e. *Impersonation (masquarade)*: berpura-pura jadi orang lain dan mengirimkan atau *posting* sesuatu yang menyebabkan seseorang nampak buruk, seseorang menjadi berbahaya atau merusak reputasi seseorang.
- f. *Outing*: mengirim atau *posting* sesuatu tentang seseorang yang bersifat sensitif, pribadi, atau informasi yang memalukan, mencakup menyampaikan pesan atau gambar pribadi.
- g. *Exclusion*: secara sengaja mengeluarkan seseorang dari suatu kelompok *online (online group)*.
- h. *Cyber-threats*: ancaman langsung atau menghalangi materi *online* yang menimbulkan keprihatinan atau memberikan petunjuk bahwa seseorang bersedih dan mungkin mengarah pada mencederai seseorang, melukai diri sendiri, atau melakukan bunuh diri.

Sedangkan jenis-jenis *cyberbullying* menurut Kawanku:³⁶

³⁶Kawanku. 2014. *Celebrate Your...* hal. 90.

- a. *Flaming*: tindakan provokasi, mengejek, ataupun penghinaan yang menyinggung orang lain. *Flaming* dapat berarti memanas-manasi keadaan sehingga terjadi perdebatan.
- b. *Harrasment*: meneror pihak lain dengan pesan-pesan yang menyakiti melalui SMS atau media komunikasi *online*.
- c. *Anonymity*: mengganggu orang lain dengan menggunakan anonim. Dia bisa memakai nomor *handphone* yang disembunyikan atau memakai nomor orang lain. Bisa juga memakai nama *online* yang tidak jelas sehingga sulit terdeteksi identitas aslinya.
- d. *Masquerading*: memakai identitas orang lain untuk mem-*bully* orang.
- e. *Outing*: menyebarkan percakapan atau foto-foto pribadi seseorang yang bertujuan mengolok-olok orang tersebut.

3. Dampak *Cyberbullying*

Cyberbullying memiliki pengaruh yang sangat besar dalam kehidupan orang, terutama yang menjadi korbannya. Dampak *cyberbullying* dalam berbagai aspek kehidupan korbannya antara lain dijelaskan oleh Kizza:³⁷

- a. Efek-efek Psikologis

³⁷J.M. Kizza. 2007. *Ethical and Social Issues in the Information Age*. Third Edition. London: Springer. hal. 258-259.

Efek psikologis ini tergantung dari motif *cyberbullying* dan secara psikologis dapat berdampak lama, seperti rasa benci, selain itu dapat menyebabkan individu menutup diri dan mengisolasi diri. Kecenderungan tersebut dapat memiliki dampak yang berbahaya bagi individu, perusahaan, dan masyarakat pada umumnya.

b. Pembusukan Moral

Tindakan manusia yang dilakukan berulang kali, apakah baik atau buruk maka pada dasarnya menciptakan tingkat keakraban dan hal itu mengarah untuk penerimaan tindakan tersebut sebagai sesuatu yang “normal”. Hal ini dapat sebagai penerimaan dari tindakan yang sebelumnya dipandang sebagai tidak bermoral dan buruk oleh masyarakat. Namun sebenarnya yang terjadi adalah pembusukan moral. Ada banyak serangan elektronik (*e-attack*) yang dapat menyebabkan pembusukan moral.

b. Kehilangan Privasi

Lalu lintas informasi surat elektronik (*e-mail*) dapat terjadi tanpa kontrol, sehingga *e-mail* dapat dikirimkan kepada siapa pun. Oleh karena itu ada kebutuhan untuk mengatasi masalah secara cepat untuk masalah yang tampaknya telah mulai memasuki setiap rumah bahkan personal, akibatnya pengguna akan kehilangan harga diri.

c. Kehilangan Kepercayaan

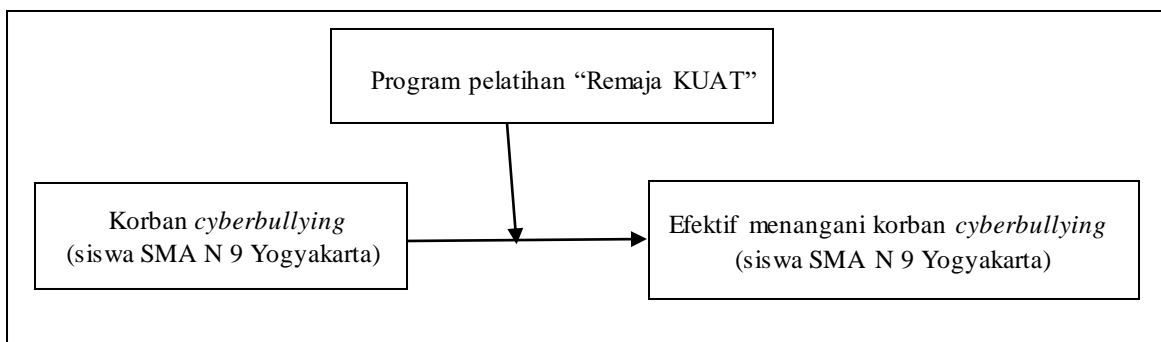
Seiring dengan privasi yang hilang, kepercayaan juga hilang. Serangan elektronik memang tidak terlihat secara fisik, namun dapat menyebabkan individu kehilangan kepercayaan pada pelaku (individu, kelompok, atau bisnis).

Menurut Kawanku dampak *cyberbullying* paling nyata yang pernah dialami remaja adalah: 38,10% merasa terasing dan tidak punya teman, 35,71% malas membuka *Twitter* dan *Facebook*, 14,29% tidak mau masuk sekolah, dan 11,90% merasa depresi.³⁸

C. Kerangka Berpikir

Melalui program pelatihan “Remaja KUAT” diharapkan dapat menanganikan korban *cyberbullying* yang terjadi pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta. Adapun kerangka berpikir dalam penelitian ini adalah:

Gambar 2.1.
Kerangka Berpikir



³⁸Kawanku. 2014. Celebrate Your... hal. 91.

D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah modul “Remaja KUAT” efektif dapat meningkatkan harga diri pada korban *cyberbullying*. Hipotesis yang diajukan adalah hipotesis komparatif yang menyatakan bahwa ada perbedaan peningkatan harga diri pada subyek yang mendapat perlakuan berupa program “Remaja KUAT” (kelompok eksperimen) dibandingkan dengan subyek yang tidak mendapat perlakuan (kelompok kontrol). Berdasarkan hal di atas dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut :

Ho : Tidak terdapat perbedaan efektivitas pelatihan “Remaja KUAT” ” antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dalam menangani korban *cyberbullying* pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta.

Ha : Terdapat perbedaan efektivitas pelatihan “Remaja KUAT” antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol dalam menangani korban *cyberbullying* pada siswa SMA Negeri 9 Yogyakarta.