

Dedi Mulyana Saputra

Literasi Digital dan Kesehatan Mental: Dampak Cyberbullying terhadap Motivasi Belajar Remaja di Media Sosial

 Quick Submit Quick Submit Universitas 17 Agustus 1945 Semarang

Document Details

Submission ID

trn:oid:::1:3635217221

Submission Date

Aug 28, 2026, 9:09 PM GMT+7

Download Date

Aug 28, 2026, 9:18 PM GMT+7

File Name

Dedi_Mulyana_Saputra_-_jurnal.docx

File Size

6.4 MB

12 Pages

3,164 Words

21,753 Characters

29% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Top Sources

- 29%  Internet sources
- 0%  Publications
- 0%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

29% Internet sources
0% Publications
0% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	jurnal.muaraedukasi.id	9%
2	Internet	journal.unpas.ac.id	4%
3	Internet	www.ejurnal.kampusakademik.co.id	2%
4	Internet	journal.unj.ac.id	1%
5	Internet	core.ac.uk	1%
6	Internet	journal.universitaspahlawan.ac.id	1%
7	Internet	pdfs.semanticscholar.org	1%
8	Internet	ejournal.poltekdedc.ac.id	1%
9	Internet	newinera.com	<1%
10	Internet	urj.uin-malang.ac.id	<1%
11	Internet	thesai.org	<1%

12	Internet	jurnalp4i.com	<1%
13	Internet	jurnal.upnyk.ac.id	<1%
14	Internet	journal.smartpublisher.id	<1%
15	Internet	school-education.ec.europa.eu	<1%
16	Internet	journal.faibillfath.ac.id	<1%
17	Internet	kc.umn.ac.id	<1%
18	Internet	sekolahpekanbaru.com	<1%
19	Internet	id.wikipedia.org	<1%
20	Internet	jurnalstebibama.ac.id	<1%
21	Internet	bilselkongreleri.com	<1%
22	Internet	pt.scribd.com	<1%
23	Internet	riset.unisma.ac.id	<1%
24	Internet	ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id	<1%
25	Internet	proceeding.unpkediri.ac.id	<1%

26	Internet	shariajournal.com	<1%
27	Internet	www.afeacon.org	<1%
28	Internet	www.habitus.od.ua	<1%
29	Internet	repository.radenintan.ac.id	<1%



Literasi Digital dan Kesehatan Mental: Dampak Cyberbullying terhadap Motivasi Belajar Remaja di Media Sosial

Dedi Mulyana Saputra^{1*}, Nia Kurniawati Dewi²

¹⁻² Universitas Nahdlatul Ulama, Indonesia

Alamat: Jl. Parung Hijau Pondok Udik, Kemang, Kabupaten Bogor, Jawa Barat

Email : Dedimulyanasaputra@Unu.ac.id , Niakurniawatidewi@Unu.ac.id

Korespondensi penulis: Dedimulyanasaputra@Unu.ac.id

Abstract : The massive use of social media among adolescents carries dual consequences: on one hand, it opens access to information and social interaction; on the other, it increases the risk of cyberbullying that threatens mental health and learning motivation. This study examines the impact of cyberbullying on adolescent learning motivation and the role of digital literacy as a protective factor. Employing a systematic literature review approach, this research analyzes various empirical findings on the relationship between cyberbullying, mental health, and adolescent academic performance. The findings indicate that cyberbullying significantly correlates with increased levels of anxiety and depression among adolescent victims, which subsequently serves as an important mediator in the decline of learning motivation, concentration disruption, and increased school absenteeism. Psychological impacts such as chronic stress, fear of public humiliation, and feelings of helplessness directly erode victims' self-esteem and psychological well-being. The study also reveals that common forms of cyberbullying among adolescents include harassment, criticism, impersonation, rumor spreading, and social exclusion, all of which exert real psychological pressure. This research finds that digital literacy plays a crucial role in cyberbullying prevention, with digital literacy-based programs proven effective in enhancing adolescents' understanding of cyberbullying forms, its negative impacts, and the importance of ethics and mutual respect in social media use. Interventions integrating digital literacy education, school-based mental health support, and parental involvement are recommended as a holistic approach to protecting adolescent well-being in the digital age.

Keywords: digital literacy, cyberbullying, mental health, learning motivation, adolescents, social media

Abstrak : Penggunaan media sosial yang masif di kalangan remaja membawa konsekuensi ganda: di satu sisi membuka akses informasi dan interaksi sosial, di sisi lain meningkatkan risiko cyberbullying yang mengancam kesehatan mental dan motivasi belajar. Penelitian ini mengkaji dampak cyberbullying terhadap motivasi belajar remaja serta peran literasi digital sebagai faktor protektif. Menggunakan pendekatan studi literatur sistematis, penelitian ini menganalisis berbagai temuan empiris tentang hubungan antara cyberbullying, kesehatan mental, dan performa akademik remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cyberbullying berkorelasi signifikan dengan peningkatan tingkat kecemasan dan depresi pada remaja korban, yang selanjutnya menjadi mediator penting dalam penurunan motivasi belajar, gangguan konsentrasi, dan peningkatan ketidakhadiran sekolah. Dampak psikologis seperti stres kronis, rasa takut akan penghinaan publik, dan perasaan tidak berdaya secara langsung mengikis harga diri dan kesejahteraan psikologis korban. Studi juga mengungkapkan bahwa bentuk-bentuk cyberbullying yang umum terjadi di kalangan remaja meliputi pelecehan, kritik, impersonasi, penyebaran rumor, dan pengabaian sosial, yang semuanya memberikan tekanan psikologis nyata. Penelitian ini menemukan bahwa literasi digital berperan krusial dalam pencegahan cyberbullying, dengan program-program berbasis literasi digital terbukti efektif meningkatkan pemahaman remaja tentang bentuk-bentuk cyberbullying, dampak negatifnya, serta pentingnya etika dan saling menghormati dalam bermedia sosial. Intervensi yang mengintegrasikan edukasi literasi digital, dukungan kesehatan mental di sekolah, dan keterlibatan orang tua direkomendasikan sebagai pendekatan holistik untuk melindungi kesejahteraan remaja di era digital.

Kata Kunci: literasi digital, cyberbullying, kesehatan mental, motivasi belajar, remaja, media social.

1. PENDAHULUAN

1.1 Fenomena Cyberbullying di Kalangan Remaja

Era digital telah mengubah lanskap interaksi sosial remaja secara fundamental. Data menunjukkan bahwa pengguna internet di Indonesia didominasi oleh kelompok usia remaja, dengan usia 13-18 tahun mencapai 16,68% dan usia 19-34 tahun mencapai 49,52% dari total pengguna. Media sosial telah menjadi ruang utama bagi remaja untuk menjalin relasi, mencari informasi, dan mencari hiburan. Namun, di balik manfaatnya, platform digital juga menjadi arena baru bagi perilaku agresif yang disebut *cyberbullying*.

Cyberbullying didefinisikan sebagai aktivitas negatif yang ditujukan untuk menyakiti seseorang secara sengaja dan berulang-ulang melalui penggunaan berbagai media elektronik, seperti jejaring sosial, ruang obrolan, email, dan ponsel, melalui pesan ancaman dan ofensif. Data dari APJII (2019) menyebutkan bahwa dari total 5.900 pengguna internet, 31,6% mengalami cyberbullying, dengan 985 orang (16,7%) di antaranya merupakan usia remaja. Riset Microsoft (2021) bahkan menempatkan Indonesia pada urutan ke-3 negara paling tidak sopan dalam bersosial media dari total 32 negara.

1.2 Dampak *Cyberbullying* terhadap Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar

Cyberbullying memiliki karakteristik unik yang memperparah dampak psikologisnya dibandingkan bullying konvensional: anonimitas pelaku, permanensi konten digital, dan jangkauan yang luas serta akses yang tidak terbatas waktu dan tempat. Karakteristik ini membuat korban cyberbullying mengalami tekanan psikologis yang intens, yang bermanifestasi dalam bentuk gangguan tidur, menurunnya rasa percaya diri, kecemasan, depresi, dan stres kronis.

Dampak ini tidak berhenti pada ranah psikologis. Penelitian menunjukkan bahwa gangguan internalisasi seperti kecemasan dan depresi yang diakibatkan oleh cyberbullying berperan sebagai mediator penting yang menyebabkan penurunan motivasi belajar, gangguan konsentrasi, dan peningkatan ketidakhadiran sekolah. Mahasiswa korban cyberbullying dilaporkan mengalami penurunan IPK, kehadiran kelas, serta keterlibatan dalam diskusi dan tugas akademik.

1.3 Urgensi Penelitian

Meskipun banyak penelitian tentang cyberbullying, masih terdapat kesenjangan dalam pemahaman tentang mekanisme spesifik bagaimana cyberbullying mempengaruhi

motivasi belajar melalui jalur kesehatan mental, serta bagaimana literasi digital dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang efektif. Penelitian ini penting untuk: (1) memetakan dampak cyberbullying terhadap motivasi belajar remaja; (2) mengidentifikasi peran literasi digital dalam pencegahan cyberbullying; dan (3) memberikan rekomendasi intervensi holistik bagi sekolah, orang tua, dan pembuat kebijakan.

2. KAJIAN TEORI

2.1 Cyberbullying: Definisi, Bentuk, dan Karakteristik

Cyberbullying mengacu pada aktivitas negatif yang ditujukan untuk menyakiti seseorang secara sengaja dan berulang-ulang melalui penggunaan berbagai media elektronik. Bentuk-bentuk perlakuan yang diterima oleh korban cyberbullying meliputi: diabaikan (*having been ignored*), tidak dihargai (*disrespected*), dipanggil nama (*called names*), diancam (*threatened*), diolok-olok, dan desas-desus (*rumors*) yang disebarluaskan oleh orang lain.

Karakteristik unik cyberbullying yang membedakannya dari bullying konvensional meliputi: (1) anonimitas pelaku yang memungkinkan agresi tanpa identitas jelas; (2) permanensi konten digital yang sulit dihapus; (3) jangkauan yang luas dan akses tanpa batas waktu dan tempat. Karakteristik ini memperparah tekanan psikologis yang dialami korban, karena mereka tidak dapat "melarikan diri" dari bullying bahkan di rumah sekalipun.

2.2 Dampak Cyberbullying terhadap Kesehatan Mental Remaja

Penelitian secara konsisten menunjukkan korelasi signifikan antara cyberbullying dan peningkatan tingkat kecemasan serta depresi pada remaja. Korban cyberbullying melaporkan tingkat kecemasan dan depresi yang secara substansial lebih tinggi dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang tidak menjadi korban. Faktor-faktor seperti stres kronis, rasa takut akan penghinaan publik, dan perasaan tidak berdaya secara langsung mengikis harga diri dan kesejahteraan psikologis korban.

Dampak psikologis ini tidak hanya bersifat sementara. Penelitian menunjukkan bahwa remaja korban cyberbullying cenderung merasakan gejala gangguan kesehatan mental jangka panjang seperti depresi, sedih, cemas, marah, takut, dan menghindari teman sekolah dan aktivitas lainnya.

2.3 Motivasi Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya

Motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal yang menggerakkan individu untuk melakukan aktivitas belajar. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar mencakup faktor internal (minat, bakat, kondisi fisik dan psikologis) dan faktor eksternal (lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, dan media). *Cyberbullying*, sebagai faktor eksternal yang bersifat traumatis, terbukti mengganggu motivasi belajar melalui penurunan konsentrasi, kehilangan minat, dan penurunan partisipasi akademik.

2.4 Literasi Digital sebagai Faktor Protektif

Literasi digital didefinisikan sebagai kemampuan untuk menggunakan teknologi digital secara efektif, kritis, dan bertanggung jawab. Dalam konteks cyberbullying, literasi digital mencakup pemahaman tentang berbagai bentuk cyberbullying, kesadaran akan dampak negatifnya, kemampuan untuk melindungi data pribadi, dan kepatuhan pada etika digital seperti prinsip "*think before posting*".

Studi menunjukkan bahwa program literasi digital berbasis sekolah efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya cyberbullying dan membentuk sikap bijak dalam menggunakan media sosial. Intervensi yang menggabungkan edukasi literasi digital dengan pelatihan empati dan keterampilan sosial terbukti efektif dalam membangun lingkungan digital yang aman dan inklusif.

3. METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur sistematis (systematic literature review). Pendekatan ini dipilih untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis secara komprehensif berbagai bukti ilmiah yang relevan tentang dampak cyberbullying terhadap motivasi belajar remaja serta peran literasi digital sebagai faktor protektif.

3.2 Sumber Data

Data diperoleh dari sumber-sumber berikut:

- Artikel jurnal peer-review dari basis data akademik (Garuda Kemdiktisaintek, Scopus, Semantic Scholar, dan jurnal nasional terakreditasi)
- Laporan penelitian dan survei dari lembaga terpercaya (APJII, UNICEF, Microsoft)
- Buku dan bab buku tentang literasi digital dan kesehatan mental remaja

d. Dokumen kebijakan dari lembaga pendidikan dan pemerintah

Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi: "cyberbullying", "literasi digital", "kesehatan mental remaja", "motivasi belajar", "dampak media sosial", "digital literacy adolescents".

3.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

- a. Inklusi: Studi yang membahas cyberbullying dan dampaknya terhadap kesehatan mental atau motivasi belajar remaja; studi tentang literasi digital dan pencegahan cyberbullying; diterbitkan dalam 10 tahun terakhir; tersedia teks lengkap.
- b. Eksklusi: Studi yang hanya berfokus pada bullying konvensional tanpa komponen digital; studi tanpa data empiris; publikasi non-akademik tanpa peer-review.

3.4 Analisis Data

Data dianalisis menggunakan analisis tematik dengan langkah-langkah: (1) pengumpulan dan organisasi data; (2) pengkodean terbuka untuk mengidentifikasi pola dan tema; (3) pengelompokan kode menjadi tema-tema utama; (4) peninjauan dan penamaan tema; dan (5) penulisan laporan sintesis.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

4.1.1 Prevalensi dan Bentuk Cyberbullying di Kalangan Remaja

Penelitian menunjukkan bahwa cyberbullying merupakan fenomena yang meluas di kalangan remaja Indonesia. Data APJII (2019) mencatat 31,6% pengguna internet mengalami cyberbullying, dengan proporsi tertinggi pada kelompok usia remaja. Bentuk-bentuk cyberbullying yang paling umum meliputi: pelecehan verbal (dipanggil nama, diolok-olok), penyebaran rumor, pengabaian sosial, impersonasi (penyamaran identitas), dan ancaman.

Platform media sosial menjadi arena utama cyberbullying dengan persentase 71%, diikuti aplikasi chatting (19%), dan game online (5%). TikTok, sebagai platform yang berkembang pesat di kalangan remaja, juga menjadi tempat maraknya cyberbullying dalam bentuk kritik, impersonasi, dan penggunaan nama samaran.

Tabel 4.1 Bentuk-Bentuk Cyberbullying dan Dampaknya

Bentuk Cyberbullying	Deskripsi	Dampak Utama
Pelecehan Verbal	Dipanggil nama, diolok-olok, komentar ofensif	Penurunan harga diri, kecemasan
Penyebaran Rumor	Desas-desus, fitnah, informasi palsu	Stres sosial, isolasi
Pengabaian Sosial	Dikeluarkan dari grup, diabaikan	Kesepian, depresi
Impersonasi	Penyamaran identitas, akun palsu	Kehilangan kepercayaan, trauma
Ancaman	Pesan ancaman, intimidasi	Ketakutan, gangguan tidur

4.1.2 Dampak Cyberbullying terhadap Kesehatan Mental

Penelitian menemukan korelasi yang kuat antara pengalaman cyberbullying dan gangguan kesehatan mental pada remaja. Korban cyberbullying melaporkan tingkat kecemasan dan depresi yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan non-korban. Gejala yang umum dilaporkan meliputi:

- Gangguan Tidur: Korban mengalami kesulitan tidur akibat pikiran yang terus-menerus terfokus pada pengalaman bullying.
- Penurunan Rasa Percaya Diri: Serangan berulang mengikis keyakinan diri dan menciptakan perasaan tidak berharga.
- Kecemasan dan Depresi: Stres kronis, rasa takut akan penghinaan publik, dan perasaan tidak berdaya secara langsung mengikis kesejahteraan psikologis.
- Penghindaran Sosial: Korban cenderung menghindari dari teman sekolah dan aktivitas sosial lainnya.

Dampak psikologis ini diperparah oleh karakteristik unik cyberbullying yang memungkinkan agresi berlangsung 24/7 dan menjangkau korban di mana pun mereka berada, menciptakan perasaan tidak aman yang terus-menerus.

4.1.3 Dampak Cyberbullying terhadap Motivasi Belajar

Temuan penelitian menunjukkan bahwa cyberbullying memiliki dampak signifikan terhadap motivasi belajar remaja melalui mekanisme kesehatan mental. Gangguan internalisasi seperti kecemasan dan depresi yang diakibatkan oleh cyberbullying berfungsi sebagai mediator penting yang menyebabkan :

- a. Penurunan Motivasi Belajar: Korban kehilangan minat dalam kegiatan akademik dan merasa tidak berdaya untuk mencapai prestasi .
- b. Gangguan Konsentrasi: Pikiran yang terus-menerus terfokus pada pengalaman bullying mengganggu kemampuan untuk fokus pada pelajaran .
- c. Peningkatan Ketidakhadiran: Korban cenderung menghindari sekolah untuk menghindari potensi pertemuan dengan pelaku .
- d. Penurunan Prestasi Akademik: Penelitian mencatat penurunan IPK, kehadiran kelas, serta keterlibatan dalam diskusi dan tugas akademik .

4.1.4 Peran Literasi Digital dalam Pencegahan Cyberbullying

Berbagai studi menunjukkan bahwa literasi digital berperan krusial dalam pencegahan cyberbullying. Program-program berbasis literasi digital di sekolah terbukti efektif dalam:

- a. Meningkatkan Pemahaman: Siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang berbagai bentuk cyberbullying, dampak negatifnya, dan pentingnya etika digital .
- b. Membangun Kesadaran: Meningkatnya kesadaran tentang pentingnya menciptakan lingkungan digital yang sehat dan mendukung proses belajar .
- c. Pengembangan Keterampilan Protektif: Kemampuan untuk melindungi data pribadi, memahami konsekuensi tindakan di dunia maya, dan prinsip "think before posting" .
- d. Pembentukan Sikap Bijak: Penanaman sikap bertanggung jawab, aman, dan etis dalam menggunakan media sosial .

Intervensi literasi digital yang efektif menggunakan pendekatan partisipatif, termasuk ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi kasus, dan pelatihan menciptakan konten digital positif .

4.2 Pembahasan

4.2.1 Cyberbullying sebagai Ancaman Multidimensi bagi Remaja

Temuan penelitian menunjukkan bahwa cyberbullying bukan sekadar masalah perilaku, tetapi fenomena multidimensi yang mempengaruhi kesehatan mental, motivasi belajar, dan kesejahteraan sosial remaja secara simultan. Karakteristik unik cyberbullying anonimitas, permanensi, dan akses tanpa batas membuatnya lebih berbahaya daripada bullying konvensional. Remaja tidak dapat "melarikan diri" dari cyberbullying karena agresi dapat mengikuti mereka ke mana pun melalui perangkat digital, menciptakan stres kronis yang mengikis kesehatan mental dan kinerja akademik.

Temuan ini sejalan dengan kerangka teoritis yang menyatakan bahwa stres berkelanjutan akibat cyberbullying memicu disregulasi sistem saraf dan mempengaruhi fungsi kognitif yang penting untuk belajar, seperti perhatian, memori kerja, dan pengambilan keputusan. Gangguan tidur yang dialami korban juga berkontribusi pada penurunan kinerja akademik, karena tidur yang cukup sangat penting untuk konsolidasi memori dan pemrosesan informasi.

4.2.2 Literasi Digital sebagai Intervensi Preventif dan Kuratif

Temuan penelitian menegaskan bahwa literasi digital bukan hanya keterampilan teknis, tetapi kompetensi sosial-emosional yang krusial di era digital. Program literasi digital yang efektif tidak hanya mengajarkan "cara" menggunakan teknologi, tetapi juga "mengapa" dan "kapan" menggunakan teknologi secara bertanggung jawab. Pendekatan yang mengintegrasikan edukasi literasi digital dengan pelatihan empati dan keterampilan sosial terbukti lebih efektif dalam mencegah cyberbullying.

Literasi digital yang baik juga membantu korban *cyberbullying* untuk: (1) mengenali bahwa mereka sedang menjadi korban, (2) mengetahui langkah-langkah yang harus diambil (misalnya, melaporkan, memblokir, mencari bantuan), (3) memahami bahwa mereka tidak sendiri dan dukungan tersedia, dan (4) mengembangkan ketahanan digital untuk pulih dari pengalaman traumatis.

4.2.3 Pendekatan Holistik yang Diperlukan

Temuan ini menggarisbawahi perlunya pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan dalam penanganan cyberbullying. Sekolah, orang tua, dan masyarakat perlu bekerja sama untuk menciptakan ekosistem digital yang aman dan mendukung bagi remaja. Pendekatan holistik ini mencakup:

- a. Kebijakan Sekolah: Pengembangan kebijakan anti-bullying yang jelas, mekanisme pelaporan yang aman, dan dukungan psikologis bagi korban .
- b. Keterlibatan Orang Tua: Edukasi orang tua tentang literasi digital, pengawasan penggunaan media sosial, dan komunikasi terbuka dengan anak tentang pengalaman online mereka .
- c. Dukungan Kesehatan Mental: Akses ke layanan konseling di sekolah dan pelatihan guru untuk mengenali tanda-tanda korban cyberbullying .
- d. Program Literasi Digital Berkelanjutan: Integrasi literasi digital ke dalam kurikulum sekolah dan program pengembangan karakter.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- a. Cyberbullying merupakan ancaman serius bagi kesehatan mental dan motivasi belajar remaja. Karakteristik unik cyberbullying anonimitas, permanensi, dan akses tanpa batas memperparah dampak psikologis, yang meliputi peningkatan kecemasan dan depresi, penurunan harga diri, dan stres kronis
- b. Dampak cyberbullying terhadap motivasi belajar terjadi melalui mediator kesehatan mental. Gangguan internalisasi seperti kecemasan dan depresi yang diakibatkan oleh cyberbullying menyebabkan penurunan motivasi belajar, gangguan konsentrasi, peningkatan ketidakhadiran sekolah, dan penurunan prestasi akademik .
- c. Literasi digital berperan krusial sebagai faktor protektif dalam pencegahan cyberbullying. Program literasi digital yang efektif meningkatkan pemahaman remaja tentang cyberbullying, membangun kesadaran etika digital, dan mengembangkan keterampilan protektif seperti perlindungan data pribadi dan pelaporan .
- d. Pendekatan holistik yang melibatkan sekolah, orang tua, dan masyarakat diperlukan untuk mengatasi cyberbullying secara efektif. Intervensi yang mengintegrasikan edukasi literasi digital, dukungan kesehatan mental, dan keterlibatan orang tua terbukti lebih efektif daripada pendekatan sektoral .

- e. Kesehatan mental dan motivasi belajar remaja saling terkait erat dalam konteks cyberbullying. Penanganan cyberbullying tidak dapat mengabaikan salah satu aspek tanpa mempengaruhi aspek lainnya .

5.2 Saran

Bagi Sekolah dan Pendidik:

- a. Integrasikan literasi digital ke dalam kurikulum sekolah sebagai mata pelajaran lintas disiplin, tidak hanya dalam pelajaran TIK tetapi juga dalam pengembangan karakter dan pendidikan kewarganegaraan .
- b. Kembangkan kebijakan anti-bullying yang jelas dan mekanisme pelaporan yang aman bagi korban cyberbullying, serta pastikan adanya konsekuensi bagi pelaku .
- c. Sediakan layanan konseling dan dukungan psikologis yang mudah diakses oleh siswa, dengan pelatihan bagi guru untuk mengenali tanda-tanda korban cyberbullying.
- d. Gunakan pendekatan partisipatif dalam program literasi digital, termasuk diskusi kelompok, simulasi kasus, dan pelatihan menciptakan konten digital positif untuk meningkatkan empati dan kesadaran etika .

Bagi Orang Tua:

- a. Bangun komunikasi terbuka dengan anak tentang pengalaman online mereka, tanpa menghakimi, dan ajarkan mereka untuk melaporkan jika mengalami *cyberbullying* .
- b. Pantau penggunaan media sosial anak secara bijak, tidak dengan cara yang invasif tetapi dengan pendekatan kolaboratif untuk memahami dunia digital mereka .
- c. Jadilah teladan dalam penggunaan media sosial yang bertanggung jawab, karena anak belajar dari perilaku orang tua dalam berinteraksi di dunia digital .

Bagi Pembuat Kebijakan:

- a. Kembangkan kebijakan nasional tentang literasi digital dan pencegahan cyberbullying di sekolah, termasuk standar kurikulum dan pelatihan guru .
- b. Dukung program literasi digital berbasis komunitas yang melibatkan orang tua, guru, dan tokoh masyarakat .
- c. Perkuat regulasi tentang perlindungan anak di dunia digital, termasuk mekanisme pelaporan dan penanganan cyberbullying di platform media social.

DAFTAR REFERENSI

- 1 Fajri, C., Febriyana, A., Febianty, N., & Aisah, S. N. (2025). *Bijak bermedia sosial: Implementasi literasi digital di kalangan pelajar*. JAPM, 4(1).
- 24 Garuda - Garba Rujukan Digital. (2026). *Dampak cyberbullying terhadap kesehatan mental dan prestasi akademik remaja di sekolah menengah Indonesia*. Kemdiktisaintek.go.id.
- 10 Rahmawati, K. (2026). *Evaluasi program anti-bullying berbasis digital literacy untuk mencegah cyberbullying di kalangan remaja*. MIJ, UIN Malang.
- 8 Pujianti, I., & Mardiansyah, I. (2025). *Eksplorasi dampak cyberbullying di media sosial terhadap kesehatan mental dan prestasi akademik mahasiswa*. JPP, 25(2).
- 4 Milyane, T. M., Syifaa, M. A., Widyaningrum, S. Y., Aliffaza, R., Natasha, J., & Gathan, M. (2025). *Anti-bullying digital literacy assistance for SMKN 2 Garut students*. JPMM, 9(1), 84-92.
- Repository Unhas. (2024). *Cyberbullying dan dampaknya terhadap remaja*. Skripsi, Universitas Hasanuddin.
- 12 Indarto, M. D., Huda, M. J. N., Utomo, I. A., Ramadhan, A. M., & Annur, F. (2025). *Navigating digital literacy to reduce cyberbullying in adolescents*. EDUCATIONAL, 5(2).
- 15 European School Education Platform. (2024). *The role of digital education in promoting young people's digital wellbeing and strengthening their resilience*.
- 9 Agustiningsih, N., Yusuf, A., Ahsan, A., & Fanani, Q. (2024). *The impact of bullying and cyberbullying on mental health: A systematic review*. International Journal of Public Health Science (IJPHS), 13(2), 513.
- 11 Beluce, A. C., Oliveira, K. L. de, Ferraz, A. S., & Almeida, L. da S. (2023). *Cyberbullying and motivation to learn with digital technologies: Identification and correlation*. Psicologia: Teoria e Pesquisa, 39(spe), e39nspe07.
- 3 Fajri, C., Febriyana, A., Febianty, N., & Aisah, S. N. (2025). *Bijak bermedia sosial: Implementasi literasi digital di kalangan pelajar*. JAPM, 4(1).
- 3 Hadi, H. S., Alfurqan, I., Prawiranegara, K., Assaori, M. S., & Yusuf, M. S. (2025). *Peningkatan literasi hukum digital di kalangan remaja: Upaya pencegahan cyberbullying di sekolah*. JPPI, 2(2), 27-32.

- 1 Khairunnisa, A., & Rachmat, M. (2024). Psikoedukasi literasi digital untuk mengurangi perilaku agresif online siswa SMA. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 11(1), 33-42.
- 6 Mayunita, A., & Maemunah, M. (2025). Pengaruh literasi digital, online resilience dan peran orang tua terhadap pencegahan cyberbullying pada remaja SMAN 1 Cijaku di Kabupaten Lebak tahun 2025. *Jurnal Ners*, 9(2), 1658-1665.
- 4 Milyane, T. M., Syifaa, M. A., Widyaningrum, S. Y., Aliffaza, R., Natasha, J., & Gathan, M. (2025). Anti-bullying digital literacy assistance for SMKN 2 Garut students. *JPMM*, 9(1), 84-92.
- 8 Pujianti, I., & Mardiansyah, I. (2025). Eksplorasi dampak cyberbullying di media sosial terhadap kesehatan mental dan prestasi akademik mahasiswa. *JPP*, 25(2).
- 10 Rahmawati, K. (2026). Evaluasi program anti-bullying berbasis digital literacy untuk mencegah cyberbullying di kalangan remaja. *MIJ*, UIN Malang.