

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja berasal dari kata *adolescence* yang berarti tumbuh untuk mencapai kematangan. Istilah *adolescence* berkembang lebih luas yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, fisik, intelektual (Ali & Asrori, 2015)

Remaja dapat juga disebut sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional yang dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun (Santrock, 2007). Remaja diidentifikasi oleh WHO (*World Health Organization*) sebagai periode pertumbuhan dan perkembangan manusia yang terjadi setelah masa kanak-kanak dan sebelum dewasa, terhitung dari usia 10 hingga 19 tahun.

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah usia di mana individu tumbuh untuk mencapai kematangan baik mental, emosional, sosial, fisik, intelektual dan terjadi perubahan secara biologis, kognitif, sosio-emosional dimulai usia 10 hingga 22 tahun.

2. Karakteristik Remaja

Karakteristik remaja ditandai dengan perubahan-perubahan sebagai berikut (Santrock, 2007):

a. Perubahan biologis

Perubahan biologis yang terjadi melibatkan perubahan fisik dalam tubuh individu. Faktor-faktor hormonal memiliki peran penting dalam emosi negatif atau emosi yang berubah. Pada remaja laki-laki yang mengalami peningkatan jumlah testosteron memungkinkan terjadinya perilaku beresiko pada remaja, sedangkan perubahan biologis pada remaja perempuan ditandai dengan terjadinya menstruasi di mana pada periode ini menimbulkan berbagai macam reaksi yang negatif.

b. Perubahan kognitif

Perubahan kognitif yang terjadi melibatkan perubahan dalam berpikir dan inteligensi. Menurut teori Piaget, remaja berada pada tahap operasional formal yang secara aktif membangun dunia kognitifnya sendiri. Informasi yang diterima tidak ahanya dituangkan dalam pikiran, tetapi juga mengadaptasikan pikirannya dengan pengalaman baru untuk memperoleh pemahaman.

c. Perubahan sosio-emosional

Perubahan sosio-emosional memfokuskan pada perubahan dalam berelasi dengan orang lain, dalam emosi, dalam kepribadian, dan dalam konteks sosial. Masa remaja digambarkan dengan masa badai. Perubahan

sosio-emosional yang terjadi membuat remaja tidak mengetahui cara untuk mengekspresikan perasaan secara tepat sehingga remaja seringkali memproyeksikan perasaan negatif kepada orang lain.

Pendapat lain juga membahas tentang karakteristik dalam perkembangan usia remaja. Beberapa karakteristik tersebut menyangkut perkembangan pada fisik, kognitif, emosional, sosial dan perilaku remaja (Gentry & Campbell, 2002). Karakteristik perkembangan pada usia remaja antara lain sebagai berikut:

a. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik pada remaja ditandai dengan perubahan pada tubuh, seperti pubertas dan perkembangan seksual, penampilan fisik dan citra tubuh, dan gangguan makan.

1. Pubertas dan Perkembangan Seksual

Perkembangan fisik pada perempuan ditandai dengan bertambahnya ukuran payudara yang dimulai sejak usia 10 tahun atau lebih awal dan terjadinya menstruasi yang dimulai sejak usia 12 atau 13 tahun. Perkembangan fisik pada laki-laki terjadi perubahan ukuran testis di usia 11-12 tahun dan ejakulasi pertama biasanya terjadi di usia 12-14 tahun.

2. Penampilan Fisik dan Citra Tubuh

Remaja perempuan dan remaja laki-laki banyak menghabiskan waktunya untuk memperhatikan perubahan pada diri masing-masing agar sesuai dengan kelompok yang mereka tiru.

3. Aktifitas Fisik dan Berat Badan

Kelebihan berat badan yang terjadi pada remaja memiliki resiko paling banyak terkena diabetes tipe dua, tekanan darah tinggi, hipertensi dan 70% berpeluang mengalami obesitas di usia dewasa. Hal ini dapat menjadi masalah bagi remaja, seperti terjadinya diskriminasi oleh teman sebaya yang dapat membuat remaja merasa depresi atau harga diri menurun.

4. Gangguan Makan

Pubertas merupakan peristiwa alami yang berkaitan dengan perubahan bentuk tubuh. Kelebihan pada berat badan membuat remaja melakukan diet berlebih untuk menjaga bentuk tubuhnya, sehingga terjadi gangguan makan yang dinamakan anoreksia dan bulimia.

b. Perkembangan Kognitif

Perubahan dalam cara berpikir remaja, cara membuat alasan, dan cara memahami berbeda bagi remaja perempuan dan laki-laki. Remaja perempuan cenderung lebih percaya diri akan kemampuan membaca dan

bersosialisasi dibanding laki-laki, sedangkan pada laki-laki lebih percaya diri akan kejantanan dan kemampuan berhitung.

1. Perkembangan Moral

Perkembangan kognitif pada remaja dalam hal ini meletakkan moral sebagai landasan, kejujuran, dan perilaku prososial seperti menolong, menjadi relawan dan peduli sesama.

2. Kesulitan Belajar

Remaja yang mengalami kesulitan belajar sering dipandang sebagai remaja yang memiliki perilaku bermasalah. Remaja dengan kesulitan belajar banyak mengalami kegagalan saat sekolah jika tidak terdeteksi. Kesulitan belajar dalam komunikasi verbal membuat remaja sulit untuk menjalin hubungan dengan teman sebaya, sehingga perasaan erat dengan keluarga dan lingkungan sekolah serta perasaan religiusitas menjadi faktor yang dapat mencegah terjadinya resiko perilaku negatif

c. Perkembangan Emosional

Perkembangan emosional pada remaja mencakup hal-hal berikut:

1. Mengembangkan Identitas

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi proses pengembangan identitas pada remaja. Proses pengembangan identitas yang dialami oleh remaja tergantung dari pengalaman yang dimiliki. Remaja sering kali bereksperimen untuk mencari tahu apa yang tidak diketahui.

2. Menjaga Harga Diri

Karakteristik harga diri yang rendah dapat diketahui, seperti merasa depresi, kehilangan energi, tidak senang dengan penampilan sendiri bahkan menolak pujian, merasa tidak nyaman setiap waktu, memiliki harapan yang tidak rasional, ragu akan masa depan, malu, selalu mengikuti dan patuh pada keinginan orang lain. Rendahnya harga diri pada remaja memiliki hubungan dengan timbulnya perilaku negatif. Salah satunya adalah tindakan kejahatan.

3. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi menyangkut mengenali dan mengatur emosi, mengembangkan empati, belajar untuk menyelesaikan konflik secara terstruktur, mengembangkan semangat kooperatif.

4. Perbedaan Kelompok dalam Kecerdasan Emosi

Perempuan dan laki-laki memiliki perbedaan dalam pengembangan emosi. Perbedaan tersebut seperti perbedaan jenis kelamin, perbedaan budaya, kelompok minoritas (gay, lesbian dan biseksual).

d. Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial yang dialami oleh remaja menyangkut hal-hal yang berhubungan dengan teman sebaya, keluarga, sekolah, pekerjaan dan komunitas. Kelompok teman sebaya memiliki fungsi penting bagi perkembangan remaja terutama dalam pencarian identitas.

Ikatan perasaan yang kuat, kedekatan, dan pola asuh dalam keluarga memiliki pengaruh terhadap perkembangan sosial yang lebih baik. Sekolah

juga menjadi tempat yang dapat mempengaruhi dalam pengembangan hubungan oleh remaja.

Pekerjaan paruh waktu yang dijalani oleh remaja di luar jam sekolah membantu remaja untuk mendapat banyak pelajaran. Pembelajaran yang diperoleh oleh remaja seperti bagaimana cara mendapat pekerjaan, cara mengatur waktu dan uang, dan cara menyusun tujuan, sedangkan komunitas dalam hal ini termasuk dalam karakteristik lingkungan, institusi agama dan media (musik, televisi, dan internet)

e. Perkembangan Perilaku

Perkembangan remaja dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa membuat remaja ingin mencoba hal baru. Pengambilan resiko merupakan suatu cara dalam membentuk identitas remaja, mencoba kemampuan dalam mengambil keputusan, mengembangkan penilaian yang realistis terhadap diri, orang lain, dan dunia. Pengambilan resiko yang berat pada remaja menimbulkan perilaku negatif seperti penggunaan alkohol dan obat-obatan, terjadi kehamilan dan penyakit menular, kegagalan dalam sekolah dan *drop out*, kejahatan, kriminalitas dan kekerasan.

3. Klasifikasi Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Kanopka, secara umum perkembangan remaja dibagi menjadi tiga bagian (dalam Agustiani, 2006), yaitu:

a. Masa Remaja Awal (12-15 tahun)

Meninggalkan peran sebagai seorang anak-anak dan mulai mengembangkan diri untuk tidak bergantung pada orang tua dan menjadi diri yang unik merupakan hal yang terjadi pada masa remaja awal. Masa remaja awal ditandai dengan adanya penerimaan akan fisik dan sikap konformitas pada teman sebaya.

b. Masa Remaja Pertengahan (15-18 tahun)

Berkembangnya kemampuan berpikir merupakan salah satu tanda di masa ini. Remaja sudah mulai mampu untuk mengarahkan diri seperti menegmbangkan perilaku, mengendalikan impulsivitas dan membuat keputusan yang berhubungan dengan tujuan yang ingin dicapai meskipun peran teman sebaya masih penting. Penerimaan dari lawan jenis juga merupakan hal yang penting pada masa ini.

c. Masa Remaja Akhir (19-22 tahun)

Persiapan memasuki peran orang dewasa, memantapkan tujuan, mengembangkan identitas diri, keinginan menjadi matang, diterima oleh kelompok sebaya dan orang dewasa merupakan tanda pada masa ini.

4. Remaja dan Penggunaan Media Sosial

Berdasarkan pendapat Streep yang mengatakan bahwa ada beberapa alasan dalam penggunaan media sosial yang dilakukan remaja (dalam Natalia, 2016), yaitu:

a. *Sensation Seeking* (Mencari Perhatian)

Saling berbagi informasi adalah hal yang sering dilakukan oleh kebanyakan remaja di media sosial. Remaja sering membagikan informasi (mengunggah) informasi mengenai dirinya sendiri ke dalam media sosial untuk mendapatkan perhatian.

b. Meminta Sebuah Komentar

Aktivitas remaja di media sosial terkadang hanya ingin mendapatkan komentar atau pendapat dari teman-temannya. Komentar yang ada menunjukkan kepopuleran remaja tersebut.

c. Meningkatkan Citra

Media sosial dapat membantu meningkatkan citra seseorang termasuk remaja. Remaja dapat menciptakan citra yang positif di dalam media sosial.

d. Kecanduan terhadap Media Sosial

Penggunaan media sosial memberikan dampak pada remaja, salah satunya adalah kecanduan. Remaja sering kali terjebak dalam lingkaran drama di media sosial, meskipun sering kali remaja mengeluh tetapi kadang juga menjadi pelaku dalam drama.

B. Media Sosial

1. Pengertian Media Sosial

Media sosial bisa dikatakan sebagai sebuah media online, di mana para penggunanya melalui aplikasi berbasis internet dapat berbagi, berpartisipasi, dan menciptakan konten berupa blog, wiki, forum, jejaring sosial, dan ruang dunia virtual yang disokong oleh teknologi multimedia yang semakin canggih (Mulyati dkk, 2014). Media sosial disebut juga jejaring sosial yang merupakan bagian dari new media di mana penggunanya diberikan kemudahan untuk berpartisipasi, berbagi maupun menciptakan isi melalui blog, wiki, forum dan dunia virtual (Watie, 2011).

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa media sosial adalah sebuah media yang memungkinkan penggunanya untuk berpartisipasi, berbagi dan menciptakan konten atau isi di dalam blog, wiki, forum serta dunia virtual.

2. Komunikasi dalam Media Sosial

Komunikasi dapat dilakukan melalui sebuah media, seperti media sosial. Media sosial menekankan adanya aktivitas percakapan, keterlibatan dan partisipasi, sehingga terjadi sebuah interaksi di dalamnya. Interaksi di dalam media sosial dilakukan dengan cara memberi komentar di postingan orang lain, sedangkan pemilik akun media sosial berhak untuk menghapus komentar yang tidak disukai atau memblokir akun orang lain yang dianggap mengganggu.

Komentar yang diberikan tidak selalu komentar positif, tetapi juga komentar negatif seperti merendahkan atau mengejek orang lain (Natalia, 2016).

Media sosial juga membawa berbagai masalah dalam etika berkomunikasi, seperti penggunaan identitas palsu untuk keperluan negatif, menyebarkan dan mengunduh materi yang dilindungi. Seseorang akan dengan mudah untuk mengomentari status, foto dan postingan setiap orang. Pelaku *cyberbullying* tidak melihat bagaimana ekspresi atau bagaimana perasaan korban saat pelaku berkomentar negatif, sehingga dengan mudah dan tanpa rasa bersalah pelaku berulang kali melakukan aksinya pada korban. Sifat media sosial yang bebas tanpa ada suatu pembatas membuat matinya kepekaan etika, sehingga hal yang tidak seharusnya dilakukan akan nampak wajar dan seseorang menganggap hal yang dilakukan bukan suatu kesalahan (Watie, 2011).

3. Sifat-sifat Media Sosial

Menurut Rifauddin (2016), media sosial memiliki sifat-sifat sebagai berikut:

- a. Konten dapat dibagikan kepada banyak orang dan tidak terbatas pada satu orang tertentu.
- b. Isi pesan muncul tanpa melalui *gatekeeper* dan tidak ada penghambat.
- c. Isi pesan disampaikan secara online dan langsung.
- d. Konten dapat diterima secara online dalam waktu lebih cepat dan bisa juga tertunda penerimaannya tergantung pada waktu interaksi yang ditentukan oleh pengguna

- e. Media sosial menjadikan penggunaanya sebagai kreator dan aktor yang memungkinkan seseorang untuk beraktualisasi
- f. Terdapat sejumlah aspek fungsional seperti identitas, percakapan, berbagi, eksis, hubungan, reputasi dan kelompok.

4. Dampak Komunikasi dalam Media Sosial

Komunikasi adalah sebuah proses atau sebuah aktivitas yang berlangsung secara kontinu. Komunikasi memiliki dampak terhadap kognitif, afektif dan konatif seseorang. Dampak kognitif berarti komunikasi memberikan informasi, sedangkan. Dampak afektif dapat menumbuhkan perasaan tertentu. Dampak konatif lebih menimbulkan pada perubahan sikap (Suprpto, 2009).

C. Cyberbullying

1. Pengertian *Cyberbullying*

Cyberbullying terjadi ketika seseorang menggunakan teknologi, seperti telepon seluler dan komputer untuk menyakiti seseorang (Nelson, 2013). *Cyberbullying* diartikan sebagai penggunaan teknologi untuk menyakiti, menakuti, mengolok-olok, memalukan seseorang (Tracy, 2014).

Pendapat lain juga *cyberbullying* adalah bentuk *bullying* yang menggunakan alat bantu seperti *handphone*, SMS, video, e-mail, pesan instan, *chat rooms*, *website*, *game online*, sedangkan menurut (Priyatna, 2010). Senada dengan pendapat sebelumnya yang mengatakan *cyberbullying* merupakan salah satu bentuk dari tindakan *bullying* yang menggunakan media elektronik. Seseorang

yang melakukan tindakan *cyberbullying* biasanya menggunakan *email*, *instant messenger*, pesan teks dan foto yang diakses melalui *handphone* atau komputer. *Web page*, *blog*, *chat rooms*, dan situs jaringan sosial juga mendukung terjadinya *cyberbullying* (Hunter, 2012).

Menurut Belsey, *cyberbullying* merupakan keterlibatan dalam penggunaan teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung perilaku yang disengaja, diulang, dan memusuhi oleh individu atau kelompok sebagai pelaku untuk menyakiti orang lain (dalam Sheri, 2011). Definisi lain dikatakan oleh Smith dkk bahwa *cyberbullying* adalah sebuah tindakan yang disengaja, tindakan intens yang dilakukan oleh kelompok atau individu, menggunakan daftar kontak elektronik, secara berulang dan dalam waktu yang berlebihan pada korban yang tidak bisa melindungi diri sendiri (dalam Li, dkk, 2012). Selain beberapa pendapat di atas, ada juga pendapat lain yang mengatakan bahwa *cyberbullying* merupakan bentuk baru dari tindakan agresi yang memanfaatkan ICT (*Information and Communication Technologies*) dan media sosial baru (Lazuras, dkk, 2012).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *cyberbullying* adalah sejauh mana individu melakukan tindakan *bullying* menggunakan suatu media elektronik (*smartphone*, komputer, laptop, tablet) dengan memanfaatkan situs jaringan sosial untuk tujuan melukai individu lain (korban) yang dilakukan secara berulang.

2. Dimensi-dimensi *Cyberbullying*

Cyberbullying memiliki dimensi-dimensi sebagai berikut (Williard, 2007):

- a. *Flaming*: perkelahian *online* dengan mengirim pesan elektronik dengan bahasa yang penuh amarah dan frontal
- b. *Harassment*: berulang kali mengirim pesan jahat, berarti, dan menghina melalui email, sms, maupun pesan teks di jejaring sosial dilakukan secara terus menerus.
- c. *Denigration*: mengirim atau *posting* gosip atau rumor tentang seseorang untuk merusak atau reputasi atau nama baik target.
- d. *Impersonation*: berpura-pura menjadi orang lain dan mengirim atau mengirim pesan untuk mendapatkan target dalam kesulitan atau bahaya atau merusak reputasi atau persahabatan orang itu
- e. *Outing*: berbagi rahasia seseorang atau menyebarkan informasi atau gambar secara online untuk mempermalukan seseorang
- f. *Trickery*: menipu seseorang untuk mengungkapkan kerahasiaan atau menyebarkan informasi yang memalukan, kemudian berbagi secara online
- g. *Exclusion*: sengaja dan kejam memasuki akun seseorang secara online
- h. *Cyberstalking*: menguntit atau mengikuti orang lain dalam dunia maya dan menimbulkan gangguan bagi orang lain.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Cyberbullying*

a. Empati

Empati merupakan prediktor individu yang signifikan dalam perilaku

cyberbullying. Intervensi dengan orientasi empati dapat mengatasi *cyberbullying*, sehingga jika empati menurun maka perilaku *cyberbullying* meningkat (Brewer & Kerslake, 2015).

b. *Self Esteem*

Self esteem merupakan prediktor individu yang signifikan dalam perilaku *cyberbullying* bagi pelaku dan korban. Orang dengan *self esteem* yang rendah banyak melaporkan pengalaman *cyberbullying* (Brewer & Kerslake, 2015).

c. Perilaku Emosi Bermasalah

Perilaku emosi bermasalah memiliki hubungan yang signifikan positif terhadap perilaku *cyberbullying*. Masalah emosional dalam individu lebih meningkatkan kemungkinan perilaku *cyberbullying* (Ashiq dkk, 2016).

d. Usia

Menurut penelitian dari Goebert, dkk., Li, dan Schneider, *cyberbullying* terjadi pada usia 15-18 tahun (dalam Safaria, 2015).

e. Jenis Kelamin

Beberapa studi dari Smith, dkk., Slonje & Smith, Agatston, Kowalski & Limber menunjukkan bahwa pelaku *cyberbullying* sering dilakukan oleh siswa laki-laki, dan kejahatan *cyberbullying* juga banyak terjadi pada laki-laki dibanding dengan perempuan (dalam Safaria, 2015).

f. Spiritualitas

Underwood & Teresi mengatakan bahwa pengalaman spriritual sehari-hari memiliki hubungan dengan pengurangan jumlah konsumsi alkohol, meningkatkan kualitas hidup dan status psikososial (dalam Safaria, 2015).

4. Pengaruh *Cyberbullying* terhadap Kesehatan Mental Remaja

Pengaruh *cyberbullying* terhadap kesehatan mental remaja adalah sebagai berikut (Nixon, 2014):

a. Gangguan Afektif

Keterlibatan seseorang dengan *cyberbullying* berhubungan dengan gangguan afektif. Gangguan afektif ini dapat terlihat dari munculnya perasaan depresi, kesedihan mendalam, hilangnya harapan, hilangnya kekuatan, perasaan stress, perasaan sendiri.

b. Perilaku Bunuh Diri

Cyberbullying memiliki pengaruh kuat pada tindakan bunuh diri. Korban *cyberbullying* mengalami kehilangan harapan. Remaja yang menjadi korban dan pelaku *cyberbullying* mengalamii resiko terbesar untuk memiliki niat bunuh diri, tetapi resiko terbesar lebih dialami oleh korban.

c. Kesehatan Fisik

Cyberbullying berdampak pada masalah psikosomatik. Hal ini terjadi pada pelaku dan korban. Masalah-masalah tersebut seperti gangguan tidur, sakit kepala, nafsu makan yang buruk, masalah kulit, dan gangguan pencernaan.

5. *Cyberbullying* Ditinjau dari Teori Agresi

Agresi didefinisikan sebagai sebuah bentuk perilaku yang disengaja untuk mencelakakan orang lain dalam banyak bentuk tindak kekerasan oleh (Baron & Byrne, 2005). Agresi juga merupakan tindakan yang disengaja untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun psikologis. Agresi dan kekerasan merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan (Breakwell, 1998). Menurut pendapat lain agresi didefinisikan sebagai suatu tindakan untuk melukai orang lain (Sears, dkk, 1985).

Agresi dalam jangka panjang disebut sebagai *bullying*, yaitu sebuah perilaku di mana terdapat seorang individu yang dipilih sebagai target tindakan agresi berulang yang dilakukan oleh satu individu atau lebih (Baron & Byrne, 2005). *Bullying* tidak hanya dilakukan secara konvensional atau berhubungan langsung dengan fisik, tetapi bisa juga melalui media online. Bentuk *bullying* seperti ini disebut dengan *cyberbullying* (Priyatna, 2010). *Cyberbullying* adalah sebuah tindakan atau perilaku agresi dengan menggunakan media elektronik yang dilakukan oleh kelompok maupun individu secara berulang (Smith & Steffgen , 2013).

6. Media Sosial dan *Cyberbullying*

Media sosial memiliki karakteristik kemampuan yang unik, seperti real-time dalam hal updating, penyebaran informasi yang luas, menjadi pusat untuk melihat informasi, terdapat fitur untuk saling mengomentari, dan identitas pengguna yang privasi. Media sosial yang didukung oleh teknologi *mobile*

membuat informasi dapat tersebar secara luas di mana pun dan kapan pun. Penyebaran informasi yang cepat dan adanya sifat anonimitas menimbulkan kecenderungan untuk terjadi perilaku *cyberbullying* (Hidajat, dkk, 2015).

Cyberbullying yang terjadi pada remaja muncul karena seseorang yang kecanduan internet atau yang intens dalam penggunaan internet. Remaja yang menggunakan media internet sebagai tempat berinteraksi akan merasa nyaman untuk mengungkapkan hal-hal yang bersifat pribadi dibanding dengan melakukan komunikasi secara nyata (Rahayu, 2012). Peneliti lain juga mengatakan bahwa remaja yang menghabiskan waktunya untuk menggunakan internet memiliki kecenderungan dalam *cyberbullying* (Nazriani & Zahreni, 2017).

D. Empati

1. Pengertian Empati

Empati sebagai salah satu ketrampilan yang ketika muncul dapat memanusiakan manusia dan hubungan-hubungan yang terjadi di antara manusia. Secara pasif, empati didefinisikan sebagai kesamaan psikologi antar individu, kerentanan individu untuk dipengaruhi oleh perasaan individu lain. Definisi secara aktif lebih memandang manusia atas usaha untuk memahami individu lain, semangat untuk membantu ketika individu melihat dari sudut pandang individu lain. Empati tidak hanya mengetahui dan merasakan apa yang dirasakan oleh individu lain, tetapi juga mengkomunikasikan dengan sikap dan cara yang yang

baik, pengalaman dan pemahaman mengenai pengalaman emosional individu lain (Howe, 2015).

Empati juga dipandang sebagai jiwa demokrasi, di mana ketika empati menurun, demokrasi juga menurun (Rifkin, 2009). Empati merupakan kemampuan individu untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, termasuk merasakan keadaan emosional individu lain, memiliki simpati pada orang lain, mencoba membantu menyelesaikan masalah orang lain, serta mengambil sudut pandang orang lain (Baron & Byrne, 2005). Empati juga didefinisikan sebagai adanya perasaan simpati dan perhatian terhadap individu lain dalam merasakan penderitaan individu lain (Sears, dkk, 1985). Empati juga berarti terjadinya reaksi terhadap perasaan orang lain disertai dengan adanya respons emosional yang sama dengan perasaan orang lain (Santrock, 2007).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa empati adalah sejauh mana individu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mengambil sudut pandang orang lain, dan membantu menyelesaikan permasalahan orang lain.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati

Beberapa faktor yang mempengaruhi empati, yaitu faktor jenis kelamin, kepribadian dan temperamen, serta kebudayaan (Howe, 2015).

a. Jenis Kelamin

Laki-laki cenderung memiliki kemampuan empati yang rendah jika dibandingkan dengan perempuan. Hal ini diperoleh dari skor empati, tetapi tidak semua laki-laki kurang berempati.

b. Kepribadian dan Temperamen

Kepribadian dan temperamen individu akan memberikan respons yang berbeda-beda pada masing-masing individu ketika menghadapi situasi tertentu.

c. Kebudayaan

Peningkatan akan ketertarikan empati terjadi karena adanya keberagaman masyarakat dalam etnisitas dan kebudayaan. Individu dari kebudayaan yang berbeda akan memahami suatu keadaan dari sudut pandang yang berbeda pula.

Selain beberapa faktor yang diungkapkan oleh Howe, ada pula peneliti lain yang mengatakan bahwa penggunaan sosial media, durasi waktu *online* dan *chatting* memiliki dapat mempengaruhi empati seseorang (Collins, 2014). Hal ini didukung oleh penelitian yang juga mengatakan bahwa terdapat efek dari penggunaan media sosial terhadap empati (Whited, 2016).

3. Dimensi-dimensi Empati

Empati memiliki dua komponen, yaitu komponen afektif dan kognitif. Komponen afektif berarti merasakan (emosi-emosi) apa yang dirasakan oleh

orang lain, sedangkan komponen kognitif berarti melihat, membayangkan, dan memikirkan situasi dari sudut pandang orang lain (Howe, 2015).

Pendapat lain mengatakan bahwa terdapat dua dimensi dari empati, yaitu dimensi afektif yang berarti individu dapat merasakan apa yang orang lain rasakan dan dimensi kognitif yang berarti memahami apa yang dirasakan orang lain dengan alasannya (Sarwono & Meinarno, 2009).

Empati juga memiliki dua komponen, yaitu komponen afektif dan komponen kognitif (Baron & Byrne, 2005):

a. Komponen Afektif

Komponen afektif berarti kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk merasakan sebuah penderitaan yang dirasakan individu lain. Selain itu, komponen afektif juga berarti individu mengekspresikan kepedulian dengan cara mencoba menyelesaikan penderitaan individu lain.

b. Komponen Kognitif

Komponen kognitif berarti individu memiliki kemampuan dalam mempertimbangkan perspektif individu lain.

Menurut Hoffman; Colley; Richendoller & Weaver; Wang, dkk, empati memiliki beberapa komponen sebagai berikut (dalam Taufik 2012):

a. Komponen Kognitif

Komponen kognitif sebagai kemampuan untuk memperoleh kembali pengalaman-pengalaman masa lalu dari memori dan kemampuan untuk memproses informasi semantik melalui pengalaman-pengalaman.

b. Komponen Afektif

Empati afektif adalah merupakan suatu kondisi di mana pengalaman emosi yang sedang dirasakan oleh orang lain, atau perasaan mengalami bersama dengan orang lain. Aspek empati ini terdiri atas simpati, sensitivitas, dan sharing penderitaan yang dialami orang lain seperti perasaan dekat terhadap kesulitan-kesulitan orang lain yang diimajinasikan seakan akan dialami oleh diri sendiri.

c. Komponen Kognitif dan Afektif

Empati sebagai komponen afektif dan kognitif secara bersama-sama merupakan suatu konsep multidimensional.

d. Komponen Komunikatif

Komponen empati komunikatif adalah ekspresi dari pemikiran-pemikiran empatik (*intellectual empathy*) dan perasaan-perasaan (*emphatic emotions*) terhadap orang lain yang dapat diekspresikan melalui kata-kata dan perbuatan.

4. Proses Empati

Menurut Davis, proses empati digolongkan menjadi empat tahapan, yaitu *antecedents, processes, interpersonal outcomes, intrapersonal outcomes* (dalam Taufik, 2012).

a. *Antecedents*

Antecedents adalah keadaan-keadaan sebelum terjadinya proses empati yang meliputi karakteristik personal, target atau keadaan yang terjadi saat

itu. Kapasitas untuk berempati berbeda-beda pada tiap individu. Kapasitas berempati dipengaruhi oleh intelektual, pengalaman pendidikan.

Kondisi yang dapat mempengaruhi seluruh respons terhadap orang lain terbagi menjadi dua, yaitu kekuatan situasi dan sejauh mana persamaan dengan target.

b. Processes

Proses empati terdapat tiga jenis, yaitu *non-cognitive processes* (tanpa memerlukan pemahaman akan situasi yang terjadi), *simple cognitive processes* (empati yang dimunculkan tidak membutuhkan proses yang mendalam), dan *advance cognitive processes* (munculnya empati seseorang diakibatkan oleh bahasa yang disampaikan oleh orang lain).

c. Interpersonal Outcomes

Perilaku menolong muncul pada tahap ini. Hal ini berarti *interpersonal outcomes* tidak hanya berbicara tentang apa yang dialami oleh orang lain, tetapi lebih kepada perilaku menolong.

d. Intrapersonal Outcomes

Intrapersonal outcomes terbagi menjadi dua, yaitu *affective outcomes* (reaksi emosional yang dialami oleh seseorang dalam merespons pengalaman orang lain) dan *non affective outcomes* (seseorang menangkap dan menganalisa situasi yang dihadapi).

5. Empati Ditinjau dari Teori Pikiran (*Theory of Mind*)

ToM (*Theory of Mind*) adalah suatu teori berisi tentang kesadaran individu yang secara bertahap menyadari bahwa individu lain juga memiliki pikiran yang sama pula. Individu menyadari adanya pikiran tentang individu sebagai perbedaan mental yang kompleks. Peran ToM yaitu membantu individu untuk menghubungkan kondisi-kondisi mental antara diri sendiri dan orang lain. Hal ini berarti perilaku dapat diprediksikan dengan bantuan ToM. ToM dan empati harus berjalan bersama-sama karena keduanya meramalkan kemampuan pengaturan diri seseorang, sehingga kompetensi sosial seseorang dapat meningkat. Penguasaan terhadap ToM orang lain memungkinkan untuk mengalami sebagian besar emosi-emosi sosial (Howe, 2015).

E. Hubungan antara Empati dan *Cyberbullying* pada Remaja Pengguna

Media Sosial Online

Remaja merupakan masa di mana individu memiliki keinginan kuat untuk mencoba hal-hal baru. Rasa penasarannya yang kuat membuat remaja ingin mencoba hal baru tersebut, tidak peduli hal positif atau negatif (Malahayati, 2010). Salah satu bentuk penasarannya adalah menggali informasi secara *online* dengan cara mengakses media sosial (Morgan, 2014).

Media sosial memiliki karakteristik kemampuan yang unik, seperti real-time dalam hal *updating*, penyebaran informasi yang luas, menjadi pusat untuk melihat informasi, terdapat fitur untuk saling mengomentari, dan identitas pengguna yang

privasi. Media sosial yang didukung oleh teknologi *mobile* membuat informasi dapat tersebar secara luas di mana pun dan kapan pun (Hidajat, dkk, 2015).

Media sosial memiliki sifat-sifat, seperti konten dapat dibagikan kepada banyak orang dan tidak terbatas pada satu orang tertentu, isi pesan yang muncul tanpa melalui *gatekeeper* dan tidak ada penghambat, isi pesan disampaikan secara online dan langsung, konten dapat diterima secara online dalam waktu yang lebih cepat dan bisa juga tertunda penerimaannya tergantung pada waktu interaksi yang ditentukan oleh pengguna, media sosial menjadikan penggunanya sebagai kreator dan aktor yang memungkinkan seseorang untuk beraktualisasi, serta terdapat sejumlah aspek fungsional seperti identitas, percakapan, berbagi, eksis, hubungan, reputasi dan kelompok (Rifauddin, 2016).

Media sosial juga membawa berbagai masalah dalam etika berkomunikasi, seperti penggunaan identitas palsu untuk keperluan negatif, menyebarkan dan mengunduh materi yang dilindungi. Sifat media sosial yang bebas membuat matinya kepekaan etika, sehingga hal yang tidak seharusnya dilakukan akan nampak wajar dan menganggap bukan suatu kesalahan (Watie, 2011).

Kurangnya kepekaan terhadap sekitar berarti berhubungan dengan empati pada diri seseorang. Hal ini tidak sesuai dengan fungsi media sosial yang seharusnya digunakan secara positif seperti membangun interaksi sosial (Ahn, 2011). Sesuai dengan hal tersebut, sebuah penelitian mendukung pendapat tersebut mengatakan bahwa kemajuan teknologi memberi pengaruh drastis pada komunikasi seseorang secara langsung (Drago, 2015).

Padahal, interaksi sosial bisa diperlukan untuk memahami emosi orang lain sebagai suatu bentuk empati. Hal ini berarti penggunaan akan media sosial memiliki pengaruh terhadap empati seseorang. Sebuah studi mengatakan bahwa penggunaan dari media sosial memiliki korelasi terhadap empati, baik itu empati afektif maupun empati kognitif (Vossen & Valkenburg, 2016).

Empati seseorang muncul melalui beberapa tahapan. Pertama, *antecedents* yang merupakan keadaan-keadaan sebelum terjadinya proses empati yang meliputi karakteristik personal, target atau keadaan yang terjadi saat itu. *Antecedents* merupakan kondisi yang dapat mempengaruhi seluruh respons terhadap orang lain yang terbagi menjadi dua, yaitu kekuatan situasi dan sejauh mana persamaan dengan target. Kedua, *processes* yang terdiri dari tiga jenis yaitu *non-cognitive processes* (tanpa memerlukan pemahaman akan situasi yang terjadi), *simple cognitive processes* (empati yang dimunculkan tidak membutuhkan proses yang mendalam), dan *advance cognitive processes* (munculnya empati seseorang diakibatkan oleh bahasa yang disampaikan oleh orang lain). Ketiga, *interpersonal outcomes* yang tidak hanya bicara tentang apa yang dialami oleh orang lain, tetapi lebih kepada perilaku menolong. Keempat, *intrapersonal outcomes* yang terbagi menjadi dua, yaitu *affective outcomes* (reaksi emosional yang dialami oleh seseorang dalam merespons pengalaman orang lain) dan *non affective outcomes* (seseorang menangkap dan menganalisa situasi yang dihadapi).

Tahap-tahap munculnya empati di atas akan terjadi jika komunikasi dilakukan secara langsung antar individu (*face to face*). Sebaliknya, tahapan munculnya empati tidak akan terjadi jika komunikasi dilakukan melalui media sosial dimana pengirim pesan tidak bisa melihat ekspresi atau reaksi yang ditampilkan oleh orang yang dikirim pesan, sehingga komunikasi yang terjadi dalam media social tidak dapat membangkitkan empati seseorang. Hal ini ditambah dengan adanya sifat komunikasi media sosial yang lemah, seperti penggantian identitas diri secara palsu yang menambah kemudahan seseorang untuk menyembunyikan identitas diri, serta tidak adanya *gatekeeper* yang menghambat seseorang untuk mengirimkan pesan-pesan yang bersifat *bully* terhadap orang lain. Hal ini yang membuat seseorang bisa dengan mudah melakukan kejahatan *cyberbullying*.

Menurut Batson, Turk dkk bahwa perasaan empati yang kuat memberikan bukti yang valid bahwa individu tersebut akan sangat menghargai kesejahteraan orang lain (dalam Baron & Byrne, 2005). Individu dengan empati yang tinggi akan menganggap keberadaan individu lain dan menjaga hubungan antara individu satu dengan individu lainnya. Sebaliknya, individu dengan empati yang rendah akan kasar bahkan brutal (Howe, 2015). Disfungsi empati membuat remaja cenderung mengarah pada perilaku antisosial yang menimbulkan kejahatan (Santrock, 2007).

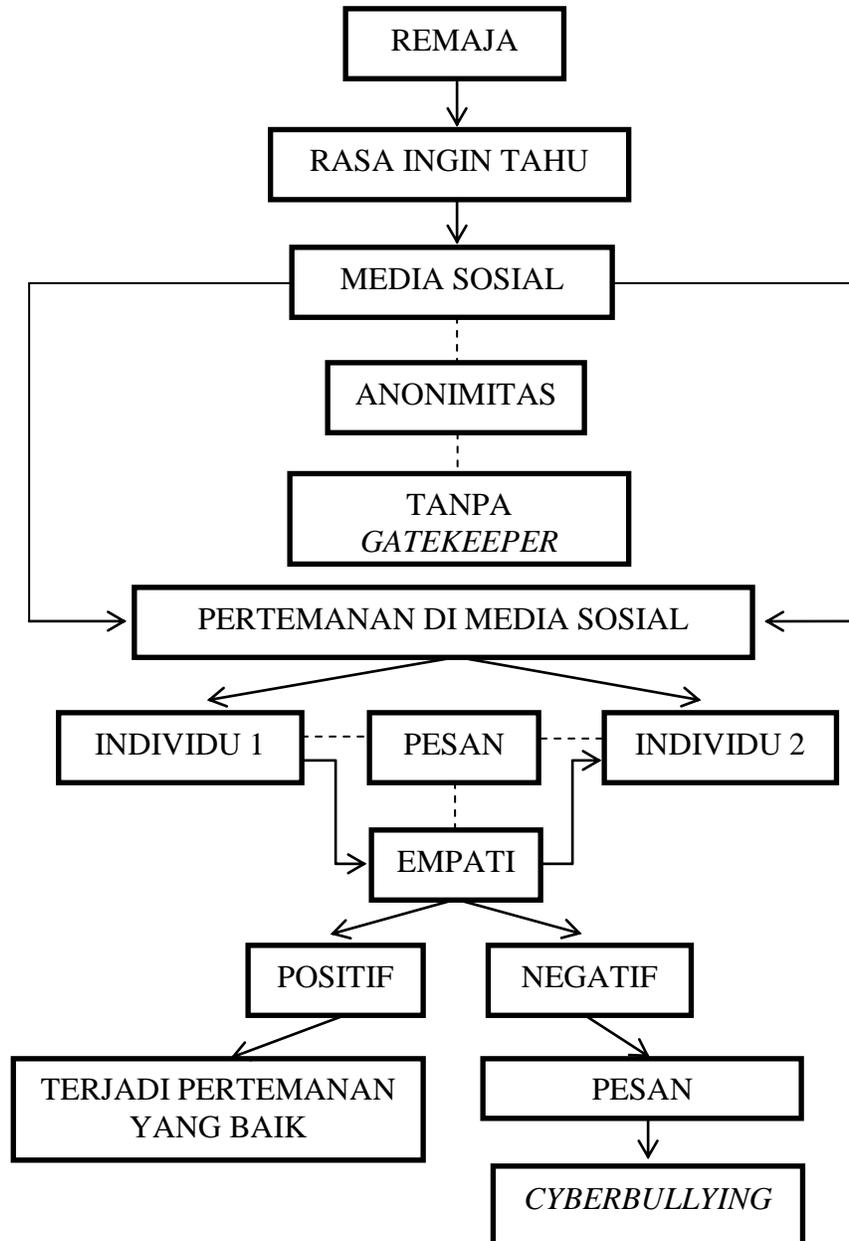
Salah satu bentuk tindakan kejahatan adalah *cyberbullying*. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara empati dan *cyberbullying* (Ashiq dkk, 2016). Empati juga merupakan prediktor individu yang signifikan terhadap terjadinya *cyberbullying* (Brewer & Kerslake, 2015). Selain dua

penelitian tersebut, peneliti lain juga menyebutkan bahwa empati berkontribusi terhadap *cyberbullying* (Ramdhani, 2016). Hasil studi juga mengindikasikan kekerasan siber berhubungan dengan karakteristik personal, seperti empati (Lazuras, dkk, 2012) .

Cyberbullying merupakan bentuk kekerasan yang disengaja. Kekerasan ini dilakukan lewat email, pesan teks, foto, *web page*, blog, *chat rooms*, dan situs jaringan sosial yang diunggah melalui komputer atau *handphone* (Hunter, 2012). *Cyberbullying* yang diakibatkan dari penyalahgunaan dalam penggunaan media sosial seperti penggunaan identitas palsu untuk keperluan negatif, menyebarkan dan mengunduh materi yang dilindungi, serta sifat media sosial yang anonimitas (Priyatna, 2010). Akibat adanya sifat anonimitas dan tidak ada *gatekeeper* dalam media sosial, maka seseorang akan dengan mudah untuk mengomentari status, foto dan postingan setiap orang. Pelaku *cyberbullying* tidak melihat bagaimana ekspresi atau bagaimana perasaan korban saat pelaku berkomentar negatif, sehingga dengan mudah dan tanpa rasa bersalah pelaku berulang kali melakukan aksinya pada korban (Watie, 2011)).

Pelaku *cyberbullying* akan memberikan dampak bagi korban, seperti depresi bagi korban, kecemasan, rasa tidak nyaman, penurunan prestasi ketika di sekolah, menarik diri dari teman sebaya, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga resiko bunuh diri (Rifauddin, 2016).

F. Kerangka Konstruk



G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara empati dengan *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial *online* di Surabaya.