

Bertahan di Dunia Digital: Koping Religius dengan Penerimaan Diri Korban Perundungan Siber

Indirahma Arifi^{a1}, Puti Archianti Widiasih^{b2*}

^aUniversitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, Kota Jakarta Selatan, DKI Jakarta, 12210, Indonesia

¹indirahmaarifi@gmail.com ; ²puti@uhamka.ac.id

| | |
|--|---|
| <p>SEJARAH ARTIKEL Diterima: 13 Mei 2024 Direvisi: 8 Juli 2024 Disetujui: 18 Juli 2024 Diterbitkan: 31 Oktober 2024</p> <p>*Corresponding puti@uhamka.ac.id</p> <p> 10.22219/satwika.v8i2.33590</p> <p> jurnalsatwika@umm.ac.id</p> <p>How to Cite: Arifi, I., & Widiasih, P. A. (2024). Bertahan di Dunia Digital: Koping Religius dengan Penerimaan Diri Korban Perundungan Siber. <i>Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial</i>, 8 (2), 331-342. https://doi.org/10.22219/satwika.v8i2.33590</p>  | <p>ABSTRAK</p> <p>Perkembangan internet dan penggunaan media sosial yang semakin meningkat menjadi alasan terjadinya perundungan siber, yang merupakan tindakan agresif terus menerus dan seringkali tanpa tujuan yang jelas. Korban perundungan siber cenderung mengalami dampak negatif terhadap penerimaan diri, yang merupakan landasan penting dalam menerima dan memahami kemampuan diri, pengalaman pribadi, dan pengalaman orang lain. Pengalaman negatif korban, dapat dihadapi dengan strategi koping efektif, yakni koping religius sebagai upaya memahami dan menghadapi stresor dengan cara yang dianggap sakral. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu hubungan koping religius dengan penerimaan diri. Penelitian ini menggunakan <i>The Brief Religious Coping (BRCOPE)</i> dan <i>Berger's Self Acceptance Scale</i> yang keduanya telah diadaptasi. Jumlah subjek sebanyak 206 orang berusia 18-25 tahun. Teknik analisis menggunakan <i>spearman correlation</i> yang menunjukkan hubungan positif antara koping religius positif dengan penerimaan diri ($r = 0,160, p = 0,021, p < 0,05$) dan hubungan negatif antara koping religius negatif dengan penerimaan diri ($r = 0,516, p = 0,000, p < 0,01$). Artinya, penelitian ini menemukan bahwa koping religius positif berhubungan dengan peningkatan penerimaan diri pada dewasa awal korban perundungan siber, sementara koping religius negatif berhubungan dengan penurunan penerimaan diri.</p> <p>Kata kunci: Dewasa Awal; Koping Religius; Penerimaan Diri; Perundungan Siber</p> <p>ABSTRACT</p> <p><i>The development of the internet and the increasing use of social media are the reasons for cyberbullying, which is a continuous aggressive action and often without a clear purpose. Victims of cyberbullying tend to experience a negative impact on self-acceptance, which is an important foundation in accepting and understanding one's abilities, personal experiences, and the experiences of others. Victims' negative experiences can be faced with effective coping strategies, namely religious coping as an effort to understand and deal with stressors in a way that is considered sacred. Therefore, this study aims to find out the relationship between religious coping and self-acceptance. This study used The Brief Religious Coping (BRCOPE) and Berger's Self Acceptance Scale, both of which have been adapted. The number of subjects was 206 people aged 18-25 years. The analysis technique used Spearman correlation which showed a positive relationship between positive religious coping and self-acceptance ($r = 0.160, p = 0.021, p < 0.05$) and a negative relationship between negative religious coping and self-acceptance ($r = 0.516, p = 0.000, p < 0.01$). That is, this study found that positive religious coping is associated with increased self-acceptance in early adult victims of cyberbullying, while negative religious coping is associated with decreased self-acceptance.</i></p> <p>Keywords: Early Adulthood; Religious Coping; Self Acceptance; Cyberbullying</p> |
|--|---|

© 2024 This is an Open Access Research distributed under the term of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original works are appropriately cited.



PENDAHULUAN

Dewasa ini, perkembangan informasi di media sosial semakin berkembang pesat yang disebabkan oleh meningkatnya pengguna internet di Indonesia. Hal ini berdasarkan informasi yang dilansir oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada 7 September 2022, pengguna internet di Indonesia sudah mencapai 62,1% dari jumlah populasi di tahun 2021, sedangkan berdasarkan laporan hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia (APJII) pada 9 Juni 2022, pengguna internet di Indonesia meningkat dari 62,1% menjadi 77,02% dari jumlah penduduk di Indonesia ([Setiawan, 2022](#)). Angka tersebut hampir serupa dengan data yang dilansir oleh [We Are Social \(2023\)](#), menunjukkan bahwa 77% dari total populasi di Indonesia sudah menggunakan internet.

Selain perkembangan informasi yang begitu cepat, pengguna media sosial juga sudah hampir menyeluruh di masyarakat Indonesia. Salah satu media sosial yang masih diminati di masyarakat Indonesia adalah Instagram. Berdasarkan data yang dilansir [We Are Social \(2023\)](#), Instagram berada di posisi kedua pengguna terbanyak setelah WhatsApp, yakni dengan persentase 86,5% pengguna setiap bulannya dan menjadi media sosial kedua paling diminati dengan persentase 18,2% di atas TikTok dengan persentase 14,9%.

Data tersebut dihasilkan dari survei kepada pengguna internet di Indonesia dengan rentang usia 16-64 tahun. Kemudian, terdapat data yang dilansir dari [Napoleon Cat \(2023\)](#), menunjukkan bahwa kelompok usia 18-24 tahun menjadi kelompok dengan jumlah terbanyak dari seluruh pengguna Instagram. Hal tersebut menunjukkan bahwa kelompok usia beranjak dewasa (*emerging adulthood*) mendominasi pengguna Instagram di Indonesia, yang dimana menurut [Arnett \(2000\)](#), yakni mereka dengan rentang usia 18-25 tahun.

Masa beranjak dewasa (*emerging adulthood*) ini juga disebut sebagai masa transisi. Bukan hanya masa remaja yang dikenal sebagai masa transisi, dimana individu mengalami perubahan dalam dirinya hingga dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya. Hal ini juga terjadi pada saat individu memasuki masa beranjak dewasa, dimana mereka harus mengalami perubahan. Salah satunya, perubahan secara kognitif.

Perubahan kognitif ini perlu dipahami karena berhubungan dengan perkembangan individu di masa transisi. Berdasarkan [Santrock \(2012\)](#), dalam bukunya mengenai perkembangan masa hidup, membagi masa dewasa menjadi tiga bagian, yakni dewasa awal, menengah, dan akhir. Kemudian, ia menuliskan masa beranjak dewasa masuk pada bab dewasa awal. Setelah itu, ia menjelaskan bahwa individu yang memasuki masa beranjak dewasa atau disebut dewasa awal akan mengalami perubahan pemikiran, yakni dari pemikiran yang absolut menjadi pemikiran yang lebih kompleks dan reflektif. Artinya, individu perlu memiliki kemampuan berpikir yang lebih kritis pada suatu pandangan atau mempertimbangkan perbedaan pandangan dan perspektif dari orang lain. Selain itu, pada masa perubahan pemikiran ini, terdapat tiga aspek penting yang harus dimiliki, antara lain: (1) Kemampuan individu dalam menentukan pandangan terutama yang berkaitan dengan kehidupan dunia. (2) Memahami bahwa kemampuan dalam mengenali pandangan terhadap kehidupan dunia merupakan sesuatu yang bersifat subjektif. (3) Kemampuan memahami bahwa perlu untuk mengetahui adanya perbedaan-perbedaan pandangan terhadap kehidupan dunia.

Aspek-aspek tersebut dianggap sebagai indikator penting untuk menilai individu bahwa mereka sudah beranjak dewasa. Sehingga, individu merasa adanya tanggung jawab baru untuk menunjukkan diri mereka di kehidupan sosial agar mencerminkan bahwa mereka seseorang yang sudah beranjak dewasa. Hal ini seperti yang disebutkan oleh [Arnett \(2004\)](#) berkaitan dengan lima ciri individu yang beranjak dewasa, antara lain: (1) Individu mengalami eksplorasi identitas, misalnya dalam hubungan romantis ataupun pekerjaan (2) Individu mengalami ketidakstabilan yang disebabkan oleh ketidakpastian dari berbagai aspek kehidupan, seperti hubungan romantis, pekerjaan, ataupun pendidikan. (3) Individu terlalu fokus dengan diri sendiri karena merasa memiliki kekuasaan yang besar terhadap dirinya untuk mengatur kehidupannya sendiri sehingga membuat individu menjadi kurang terlibat dalam kewajiban sosial, tugas, ataupun lemah dalam berkomitmen. (4) Individu menganggap dirinya bukan lagi remaja dan juga bukan dewasa sepenuhnya yang berpengalaman, yaitu merasa di tengah-tengah (*feeling in between*). (5) Individu memiliki

banyak peluang untuk mengubah hidupnya, baik untuk menjadi lebih sukses, ataupun memperbaiki kehidupan yang sebelumnya sulit.

Sedangkan dalam [Putri \(2019\)](#) masa dewasa awal memiliki 7 tugas yang perlu diselesaikan dengan baik, antara lain: (1) Individu berorientasi pada tugas, yakni individu tidak lagi memikirkan kepentingan pribadinya dan terhindar untuk fokus pada perasaan-perasaannya saja, melainkan fokus terhadap penyelesaian tugas untuk mencapai suatu tujuan. (2) Individu memiliki tujuan hidup yang jelas diiringi kebiasaan-kebiasaan yang efisien. Tujuan yang jelas ini sudah ditentukan oleh individu secara cermat dengan mempertimbangkan segala kemungkinannya, kemudian individu berusaha menuju tujuan itu dengan efisien. (3) Individu mampu mengendalikan emosinya, yakni mereka tidak dikendalikan oleh emosi yang dirasakannya terutama dalam mengerjakan sesuatu atau saat berhadapan dengan orang lain. (4) Individu mampu bersikap objektif, yakni melihat realitas dalam menentukan keputusan. (5) Individu mampu menerima kritik dan saran, yakni memiliki pemahaman bahwa dirinya tidak selalu benar. (6) Individu bertanggung jawab pada perbuatannya dan tidak menutup diri dari bantuan orang lain. (7) Individu mampu menyesuaikan diri sesuai realitas yang terjadi atau terhadap situasi-situasi yang baru bagi dirinya.

Tugas-tugas tersebut perlu diselesaikan individu yang berada pada masa dewasa awal agar mampu menghadapi tugas-tugas lainnya seiring bertambahnya usia agar bisa bahagia, sehingga hal ini penting untuk diperhatikan. Namun, pada prosesnya, individu tidak terlepas dari tantangan dan masalah hidup. Masalah ini dapat datang dari mana saja, salah satunya dari media sosial yang saat ini menjadi sangat dekat dengan kehidupan setiap individu. Melihat dari perkembangan penggunaan media sosial yang sangat pesat pun membawa dampak negatif bagi kehidupan individu, seperti terjadinya fenomena perundungan siber.

Seiring dengan berkembangnya penggunaan media sosial, hal ini memungkinkan peningkatan peristiwa perundungan siber di media sosial seperti Instagram. Berdasarkan data hasil survei yang dilakukan oleh [Ditch The Label \(2017\)](#) sebagai salah satu organisasi anti perundungan kepada 10.040 siswa usia 12-20 tahun di Inggris menunjukkan bahwa Instagram menjadi media sosial paling banyak kasus perundungan siber dengan persentase 42%. Kemudian, terdapat penjelasan lebih lanjut dalam [Seitz \(2024\)](#) bahwa perilaku perundungan siber juga dapat terjadi pada orang dewasa, seperti kejahatan dalam bentuk pelecehan (*harassment*) atau penguntitan (*stalking*) yang dilakukan terus menerus.

Pernyataan tersebut didukung dengan beberapa data bahwa di Amerika, 16% wanita dan 1 dari 19 pria pernah mengalami penguntitan, serta 4 dari 10 orang dewasa pernah mengalami pelecehan (*harassment*). Selain itu, di Australia berdasarkan data yang dipublikasikan oleh [Adonis \(2017\)](#), menyebutkan sekitar 10% orang dewasa pernah menjadi korban perundungan siber. Sedangkan di Indonesia, berdasarkan data hasil survei yang dilakukan [UNICEF \(2020\)](#), dari 2.777 responden dengan rentang usia 14-24 tahun ditemukan bahwa 45% dari mereka pernah menjadi korban perundungan siber. Hal ini menunjukkan perundungan siber dapat terjadi pada mereka yang beranjak dewasa atau dewasa awal.

Peristiwa perundungan siber tidak lepas dari peristiwa perundungan tradisional itu sendiri. Perundungan tradisional dijelaskan sebagai perilaku negatif yang dilakukan oleh individu atau sekelompok orang kepada individu atau sekelompok orang secara berulang-ulang dan terdapat ketidakseimbangan kekuatan di antara keduanya. Kriteria peristiwa dikatakan sebagai perundungan menurut [Olweus \(1997\)](#), antara lain: (1) Perilaku yang agresif dan berbahaya. (2) Perilaku yang dilakukan berulang-ulang dan dalam jangka waktu tertentu. (3) Terdapat ketidakseimbangan kekuatan. Sedangkan perundungan siber dijelaskan sebagai peristiwa perundungan yang terjadi di platform media elektronik. Menurut [Smith, et al \(2008\)](#) perundungan siber merupakan perilaku agresif yang dilakukan terus menerus oleh individu ataupun sekelompok orang menggunakan platform tertentu dan seringkali tanpa tujuan yang jelas kepada individu atau sekelompok orang yang tidak bisa mempertahankan dirinya.

Ketidakseimbangan kekuatan pada peristiwa perundungan tradisional ataupun siber bisa berupa kekuatan fisik, verbal, dan psikologis. Pada perundungan siber, hal ini berkaitan dengan kekuatan teknologi, dimana pelaku perundungan biasanya menggunakan akun anonim. Selain itu, kriteria pengulangan dalam perundungan, biasanya berupa perilaku terus menerus dari pelaku utama saja. Namun, pada perundungan siber, pengulangan ini dapat berupa unggahan terus menerus dari pelaku dan pelaku lainnya yang meneruskan konten tersebut. Jadi, pelaku lainnya bisa hanya bersifat "ikut-ikutan" atau "meneruskan", yakni tanpa tujuan yang jelas dan niat yang sama dengan pelaku utama ([Dooley et al, 2009](#)).

Korban perundungan siber pada penelitian ini, yakni mereka yang pernah memiliki pengalaman negatif, khususnya di media sosial Instagram. Dampak peristiwa perundungan siber pada mereka dapat berupa penurunan penerimaan diri. Hal ini bisa berkaitan dengan

penurunan kepercayaan diri, harga diri, timbulnya perasaan cemas, khawatir akan terjadinya peristiwa yang serupa ([Ekayamti & Lukitaningtyas, 2022](#)). Selain itu, korban perundungan juga akan sulit menerima potensi yang ada dalam dirinya, merasa tidak sebanding dengan teman-temannya sehingga cenderung merasa pantas menerima perlakuan tersebut ([Sampe & Makulua, 2023](#)). Sedangkan, penerimaan diri itu sendiri adalah landasan penting bagi individu agar mereka dapat menerima dan memahami kemampuan diri, pengalaman pribadi yang tidak mengenakan, dan pengalaman orang lain yang menjadi alasan timbulnya suatu perilaku ([Rogers, 1995](#)).

Penerimaan diri dapat terwujudkan apabila korban perundungan siber mampu menerima dan memahami bahwa peristiwa yang dialaminya tidak menghambat potensi lain dalam dirinya untuk terus berkembang. Maka dari itu, korban perundungan siber perlu melakukan upaya agar dapat memahami dan menghadapi stresor dari peristiwa perundungan siber dengan berbagai cara, salah satunya, yakni dengan hal-hal yang dianggap sakral atau berkaitan dengan agama maupun ketuhanan.

Penjelasan tersebut dikenal dengan istilah koping religius, dimana menurut [Pargament \(2011\)](#), 15 tahun terakhir banyak penelitian yang berfokus pada peran agama dalam mengatasi stres kehidupan. Selain itu, [Pargament](#) mengamati banyak penelitian yang mendapatkan bahwa orang-orang menggunakan agama sebagai sumber kekuatan untuk memahami dan menghadapi masa-masa paling sulit di kehidupan mereka. Berdasarkan penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa koping religius memiliki hubungan positif dengan penerimaan diri orang tua yang memiliki anak disabilitas fisik [Padiana, \(2021\)](#) dan juga berpengaruh signifikan pada veteran dengan disabilitas fisik ([Akbar & Aulia, 2020](#)).

Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan antara koping religius dengan penerimaan diri pada dewasa awal korban perundungan siber, dimana hal ini penting untuk diteliti karena besarnya potensi perundungan siber menurunkan penerimaan diri kelompok usia tersebut pada saat ini. Kemudian, adanya kemungkinan masyarakat Indonesia memiliki koping religius yang positif sehingga dapat menghadapi stresor tersebut, sehingga penelitian ini dapat berkontribusi dalam mempromosikan penggunaan internet yang baik dan peningkatan keterampilan koping religius untuk menjalankan kehidupan menjadi lebih baik.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode ilmiah yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, bersifat konkrit, objektif, terukur, rasional, sistematis, serta analisisnya menggunakan statistik ([Sugiyono, 2019](#)). Peneliti menggunakan instrumen penelitian dengan bentuk kuesioner (*google form*) berisikan pernyataan yang mengukur tingkat koping religius dan penerimaan diri. Pada kategori koping religius, menggunakan alat ukur *The Brief Religious Coping* (BRCOPE) yang telah diadaptasi oleh [Soffa \(2019\)](#) berjumlah 14 item dan mengukur dua dimensi, yakni koping religius positif dan koping religius negatif, serta menggunakan skala likert 1 sampai 4 (tidak pernah sampai selalu). Berikut item-item yang digunakan pada [Tabel 1](#):

Tabel 1. Item Pernyataan Koping Religius

| Koping Religius Positif | |
|-------------------------|---|
| 1. | Saya mencari hubungan yang lebih kuat dengan Tuhan. |
| 2. | Saya mencari cinta dan perhatian Tuhan. |
| 3. | Saya mencari bantuan dari Tuhan untuk melepaskan kemarahan saya. |
| 4. | Saya selalu menyertakan Tuhan dalam menjalankan hidup ini. |
| 5. | Ketika saya menghadapi situasi yang sulit, saya percaya Tuhan akan memberikan kekuatan. |
| 6. | Saya memohon ampunan Tuhan atas dosa-dosa saya. |
| 7. | Saya fokus pada agama untuk berhenti mengkhawatirkan masalah saya |
| Koping Religius Negatif | |
| 1. | Saya bertanya-tanya dalam hati apakah Tuhan telah meninggalkan saya. |
| 2. | Saya merasa dihukum oleh Tuhan karena saya kurang beribadah. |
| 3. | Saya bertanya-tanya apa yang saya lakukan sehingga Tuhan menghukum saya. |
| 4. | Saya mempertanyakan kasih sayang Tuhan untuk saya. |
| 5. | Saya mempertanyakan mengapa kelompok agama meninggalkan saya. |
| 6. | Saya berpikir bahwa masalah yang terjadi dalam hidup saya disebabkan oleh setan. |
| 7. | Saya meragukan kekuasaan Tuhan. |

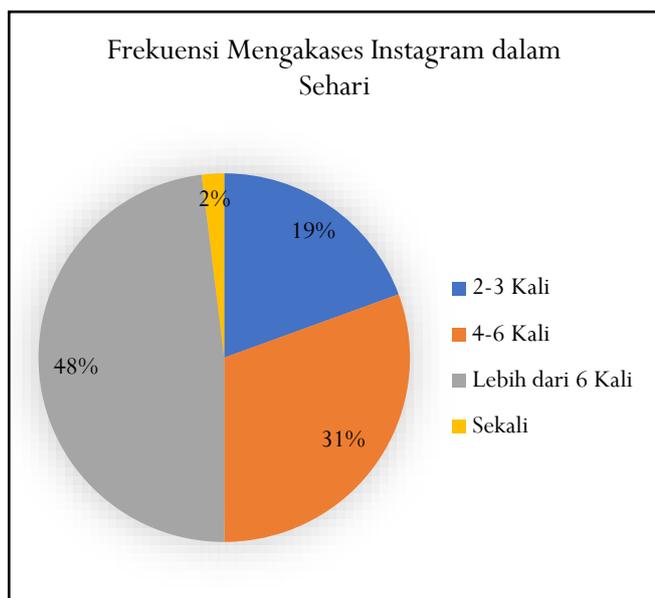
Pada kategori penerimaan diri, alat ukur yang digunakan adalah *Berger's Self Acceptance Scale* yang telah diadaptasi oleh [Islam & Hidayat \(2023\)](#) berjumlah 36 item mengandung 9 aspek, serta menggunakan skala likert 1 sampai 5 (sangat tidak setuju, tidak setuju, kadang-kadang, setuju, sangat setuju). Metode pengambilan data yang digunakan adalah *non-probability sampling*, dengan teknik *insidental sampling*, yakni tidak memberi peluang yang sama pada setiap anggota populasi dan penentuan sampel siapa saja secara kebetulan ([Amin et al., 2023](#)). Ukuran populasi tidak diketahui secara

pasti, sedangkan jumlah sampel sebanyak 206 orang. Jumlah sampel ini sudah memenuhi standar minimal penelitian korelasional, yakni 30 subjek, sehingga dapat merepresentasikan populasi dengan baik, karena semakin besar jumlah sampel, semakin representatif hasil penelitian terhadap populasi (Gay & Diehl, 1992). Kemudian, analisa data menggunakan uji korelasi IBM SPSS Statistics 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan latar belakang penelitian ini, dewasa awal disebutkan sebagai kelompok usia paling banyak menggunakan Instagram. Sebagai pengguna Instagram, saat ini sudah menjadi sebuah kebutuhan sehingga tidak dapat dihindari. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Gultom & Rohani (2024), bahwa media sosial penting bagi eksistensi dan keterbukaan diri individu. Selain itu, menurut eksperimen yang dilakukan oleh Ma, et al (2024) mendapatkan bahwa unggahan di media sosial berpotensi menciptakan efek psikologis, seperti kedekatan, kepercayaan, sampai pada tahap bekerja sama untuk suatu kepentingan. Hal ini juga dipengaruhi oleh jenis konten yang digunakan, apabila semakin bersifat pribadi, maka efek psikologisnya semakin besar antar pengguna media sosial.

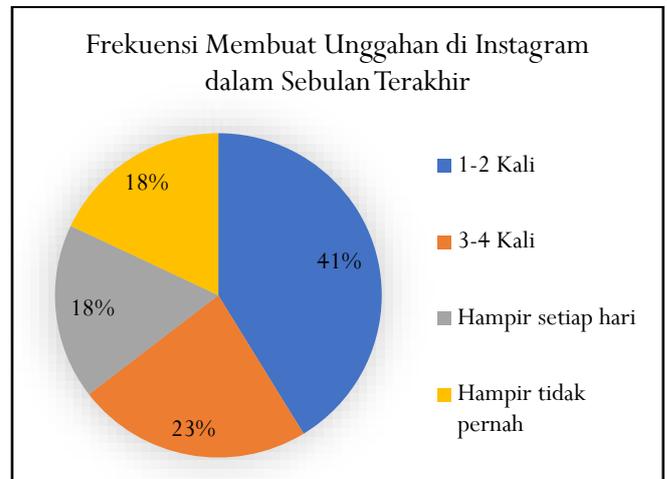
Penelitian ini dapat melihat kedekatan media sosial, dengan data yang didapatkan dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari 206 responden, 48% diantaranya melakukan akses internet lebih dari 6 kali.



Gambar 1. Menunjukkan jumlah sampel berdasarkan frekuensi mengakses Instagram dalam sehari

Kemudian, 82% diantaranya membuat unggahan paling sedikit 1-2 kali dan paling banyak hampir setiap

hari di Instagram dalam sebulan terakhir. Hal ini menyisakan hanya 18% diantaranya yang hampir tidak pernah membuat unggahan di Instagram dalam sebulan terakhir.



Gambar 2. Menunjukkan jumlah sampel berdasarkan frekuensi membuat unggahan di Instagram dalam sebulan terakhir

Kedua gambar 1 dan 2 tersebut mendukung bahwa Instagram merupakan media sosial yang masih sering digunakan berdasarkan responden penelitian ini, dan sudah menjadi bagian dari keseharian responden. Selain itu, 82% responden penelitian mungkin memiliki kedekatan, kepercayaan, ataupun kerja sama di dunia Instagram yang dimiliki.

Namun, frekuensi penggunaan Instagram yang ditunjukkan bisa berdampak negatif bagi kesejahteraan psikologis individu. Hal ini sejalan dengan penelitian pertama tentang hubungan penggunaan Instagram dengan gejala depresi yang juga mempertimbangkan moderasi, dilakukan oleh Lup, et al (2015), mendapati bahwa penggunaan Instagram berhubungan positif dengan gejala depresi. Begitu pula, hasil hubungan antara perbandingan sosial dengan gejala depresi.

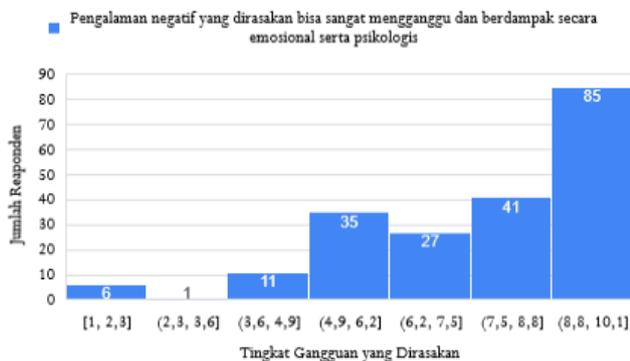
Penggunaan Instagram secara intens, bukan hanya menciptakan perbandingan sosial, melainkan dapat membawa kondisi tradisional ke dalam dunia digital, seperti adanya peristiwa perundungan di dunia digital, atau disebut sebagai perundungan siber. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alipan, et al (2020) pada dewasa awal usia 18-25 tahun, perspektif target perundungan menyatakan bahwa individu dapat menjadi korban perundungan siber tidak hanya ketika telah mengalami tindak kejahatan, tetapi juga ketika mereka tidak mengetahui niat pelaku. Mereka mungkin merasa menjadi target bahkan tanpa ada kejadian konkret, yang menyebabkan mereka mengidentifikasi diri sebagai korban.

Maka dari itu, pada penelitian ini didapatkan sejumlah 206 orang yang sesuai dengan kriteria, yakni dewasa awal, usia 18-25 tahun dan merasa memiliki pengalaman negatif di Instagram atau mereka yang mengidentifikasi diri sebagai korban perundungan siber. Seperti pada [tabel 2](#) dibawah ini

Tabel 2. Frekuensi jumlah responden berdasarkan usia

| Usia (Tahun) | Frekuensi | Presentase % |
|--------------|------------|--------------|
| 18 | 4 | 2% |
| 19 | 11 | 5% |
| 20 | 15 | 7% |
| 21 | 35 | 17% |
| 22 | 53 | 26% |
| 23 | 23 | 11% |
| 24 | 21 | 10% |
| 25 | 44 | 22% |
| Total | 206 | 100% |

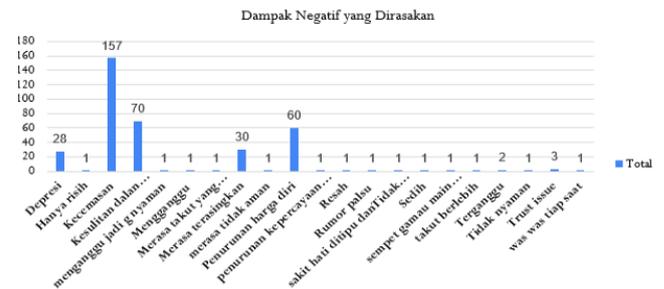
Kemudian, 85 dari 206 orang sampel mengindikasikan bahwa pengalaman negatif yang mereka alami memiliki tingkat gangguan dan dampak emosional serta psikologis yang signifikan, dengan skor antara 8,8 hingga 10. Demikian juga dengan 41 orang lainnya memilih skor 7,5 hingga 8,8 untuk menggambarkan pengalaman negatif yang mereka alami mengganggu dan berdampak pada emosional, serta psikologis diri mereka. Bisa dilihat pada [Gambar 3](#) dibawah ini.



Gambar 3. Menunjukkan jumlah sampel berdasarkan tingkat gangguan yang dirasakan

Responden yang sesuai dengan kriteria penelitian, juga diberikan kesempatan untuk memilih beberapa kondisi psikologis yang kemungkinan sesuai dengan apa pernah dialaminya. Responden dapat menambahkan kondisi psikologis lainnya pada kuesioner penelitian. Pilihan kondisi psikologis pada kuesioner ini ditentukan dari penelitian sebelumnya yang dianggap masih sesuai dengan fokus penelitian ini, yakni

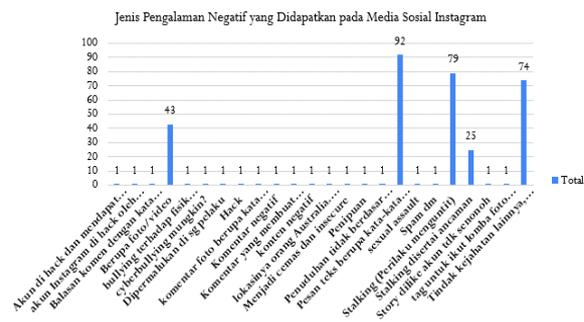
penurunan harga diri, kecemasan [Ekayanti & Lukitaningtyas, \(2022\)](#), depresi [Lup et al, \(2015; Maurya et al, \(2022\)](#), kesulitan membangun hubungan dengan orang lain, dan merasa terasingkan ([Anderson et al., 2014](#)).



Gambar 4. Menunjukkan frekuensi dari berbagai jenis kondisi psikologis yang dirasakan

[Gambar 4](#) tersebut merupakan salah satu hasil yang didapatkan pada penelitian ini, menunjukkan bahwa “kecemasan” dipilih 157 kali sebagai kondisi psikologis yang paling umum dirasakan karena dampak dari pengalaman negatif. Kemudian, diikuti “kesulitan dalam membangun hubungan dengan orang lain” sejumlah 70 kali dan “penurunan harga diri” sejumlah 60 kali dipilih. Selain itu, dampak lainnya berupa “merasa terasingkan” mendapati 30 kali dipilih, serta “depresi” sejumlah 28 kali dipilih. Hasil ini menunjukkan kesesuaian dengan teori sebelumnya mengenai dampak psikologis korban perundungan siber. Maka, penelitian ini sejalan dengan temuan dari [Salazar, \(2021\)](#) yang mengidentifikasi perundungan siber sebagai masalah kesehatan masyarakat dan peradilan pidana, sehingga merekomendasikan diciptakannya kebijakan yang efektif untuk mengelola masalah perundungan siber. Begitu juga dengan penelitian dari [Laora & Sanjaya, \(2021\)](#), bahwa perlu ada pendidikan kepada masyarakat sebelum mereka berusia 20 tahun, agar dapat mengurangi peristiwa yang serupa.

Selanjutnya, responden dapat mengisi kuesioner dengan memilih beberapa jenis pengalaman negatif yang mungkin pernah dialaminya. Responden dapat menambahkan jenis pengalaman negatif lainnya pada kuesioner penelitian.



Gambar 5. Menunjukkan frekuensi dari berbagai jenis pengalaman negatif yang didapatkan

Gambar 5 tersebut dapat menunjukkan berbagai jenis pengalaman negatif yang pernah dialami oleh responden pada penelitian ini. Hasil yang didapatkan berupa jumlah pengalaman mendapatkan “pesan teks berupa kata-kata kasar” paling banyak, yakni berjumlah 92 kali dipilih. Kemudian, diikuti dengan pengalaman mendapati “perilaku penguntitan (*stalking*)” sebanyak 79 kali, serta pengalaman mendapati “tindak kejahatan lainnya, seperti penipuan atau pemerasan”, yakni berjumlah 74 kali dipilih. Selain itu, gambar tersebut juga menunjukkan pengalaman negatif “berupa foto/video” dengan angka yang cukup besar, yakni 43 kali dipilih, dan pengalaman mendapatkan “penguntitan disertai ancaman” berjumlah 25 kali dipilih. Hasil ini membuktikan bahwa dewasa awal juga bisa mendapatkan perundungan siber, atau dijelaskan oleh [Wozencroft, et al \(2015\)](#) bahwa perundungan siber bisa berlanjut dan meningkat hingga usia dewasa. Selain itu, hasil ini sesuai dengan data pada bab pendahuluan bahwa jenis perundungan siber yang mungkin didapatkan oleh dewasa awal adalah “kata-kata kasar” (*harassment*) dan “penguntitan” (*stalking*).

Pilihan jenis perundungan siber pada kuesioner tersebut, antara lain (1) *Stalking* (perilaku menguntit), (2) *Stalking* disertai ancaman, (3) Pesan teks berupa kata-kata kasar disertai amarah, (4) Berupa foto/video, (5) Tindakan kejahatan lainnya, seperti penipuan atau pemerasan. Hal ini disesuaikan dengan jenis perundungan siber yang dijelaskan oleh [Williard \(2007\)](#), dalam bukunya berjudul “Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to The Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress”, antara lain (1) *Flaming* (kata-kata kasar disertai amarah), biasanya berupa perselisihan antara dua orang atau lebih, bisa dalam jangka waktu pendek atau panjang. Umumnya, disertai perdebatan di media sosial dengan bahasa yang menyinggung (sindiran), kasar, vulgar, penghinaan, atau berupa pengancaman. Hal ini bisa terjadi di publik media sosial ataupun secara pribadi (*private*) melalui pesan pribadi. (2) *Harassment* (pengulangan kata-kata kasar disertai amarah), jenis ini merupakan bentuk jangka panjang dari *flaming*. Biasanya, berupa pesan-pesan bersifat ancaman atau pelecehan yang dilakukan terus menerus ke satu target perundungan. Jenis ini lebih umum dikirim melalui pesan pribadi. (3) *Denigration* (pencemaran nama baik), merupakan ucapan yang berkaitan dengan target perundungan dan bersifat merugikan, informasi tidak benar, serta kejam. Ucapan atau informasi tidak benar ini bisa diunggah oleh pelaku

di media sosial ataupun dikirimkan ke orang lain juga melalui media sosial tertentu. Biasanya, tujuan jenis perundungan ini adalah untuk mengadu domba atau merusak reputasi target perundungan. Jenis ini juga termasuk penyebaran gosip atau rumor seseorang, dan bisa terjadi di dalam pesan grup tertentu. (4) *Impersonation* (peniruan identitas), merupakan jenis perundungan yang sering terjadi di media sosial berupa penggunaan profil orang lain, beraktivitas di media sosial seperti orang tersebut, sehingga merugikan korban. Lebih lanjut, penggunaan profil atau identitas orang lain di media sosial ini, bisa mengunggah hal yang tidak senonoh terkait orang tersebut, atau merugikan orang lain, seperti penipuan menggunakan identitas korban. (5) *Outing and Trickery* (penyebaran video/foto pribadi dan pembohongan), merupakan jenis perundungan di media sosial yang biasanya bersifat seksual atau intim. Pelaku perundungan, pada awalnya dapat melakukan *trickery* atau pengelabuan korban, dengan berpura-pura berjanji bahwa video/foto pribadi korban akan dirahasiakan, tetapi pada akhirnya pelaku bisa melakukan pengancaman dan menyebarkan video/foto tersebut. Kemudian, perundungan ini berlanjut dengan bentuk *outing* (penyebaran), yang merupakan kondisi pelaku utama mengunggah, mengirim, dan menarik pelaku lainnya untuk meneruskan video/foto tersebut, sehingga hal ini akan sangat merugikan korban perundungan. (6) *Exclusion* (pengecualian atau pengasingan), jenis ini bisa berupa isolasi atau pengasingan di media sosial, dimana korban perundungan biasanya dikeluarkan dari suatu grup tertentu. Hal ini bisa disebabkan adanya rasisme, yakni pengelompokan berdasarkan ras (perbedaan warna kulit, rambut, penampilan, dan lain-lain), serta diskriminasi berdasarkan perbedaan suku atau agama. Jenis perundungan ini bisa sangat berdampak pada kondisi psikologis korban, dimana mereka bisa sangat merasa ditinggalkan, atau diasingkan. (7) *Cyberstalking* (perilaku penguntitan siber), merupakan jenis perundungan yang biasanya pelaku di media sosial menggunakan akun anonim, sehingga terjadi ketidakseimbangan kekuatan. Pelaku perundungan bisa melakukan penguntitan berulang kali, bahkan bisa disertai pengiriman kata-kata kasar, ancaman atau perilaku yang mengintimidasi, bisa juga berupa seksual. Hal ini akan menyebabkan korban merasa tidak aman.

Maka dari itu, penelitian ini juga ingin menambah pengetahuan pembaca berkaitan dengan strategi koping, sehingga hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyampaikan perlunya mempromosikan penggunaan internet yang sehat agar menjaga aktivitas sosial dengan memberikan pengetahuan tentang keterampilan mengatasi perundungan siber dan mencari bantuan

(Maurya, 2022). Salah satu strategi koping yang dapat digunakan oleh korban perundungan siber adalah koping religius, dimana pada bab pendahuluan disebutkan bahwa Pargament (2011) mendefinisikan koping religius sebagai upaya mengatasi dan memahami stresor dengan cara yang dianggap sakral. Hal ini dapat dijelaskan lebih lanjut berlandaskan Pargament (2005), bahwa hal yang dianggap sakral tersebut dapat berupa dukungan spiritual, ritual keagamaan, mempelajari ulang agama, dan memohon ampun.

Selain itu, kondisi masyarakat di Indonesia juga mendukung keterampilan koping religius bagi mereka yang menjadi korban perundungan siber. Sejak kecil, mayoritas masyarakat Indonesia sudah dihadapkan dengan kemajemukan budaya dan agama yang tergambar dari penelitian yang dilakukan oleh Baihaqi & Birsyada, (2022) hal tersebut juga menggambarkan bahwa budaya dan agama di Indonesia hampir sudah menjadi satu kesatuan, dimana pola asuh di Indonesia sudah menanamkan keduanya sebagai nilai dan norma kehidupan, sehingga mereka sering menerapkan keduanya untuk bisa mengontrol diri, memperbaiki perilaku, dan menciptakan harapan hidup yang lebih baik (Trismayangsari et al., 2023; Ruyadi et al., 2023; Supanggih et al., 2017).

Melihat kondisi tersebut, perlu diketahui lebih lanjut bahwa koping religius tidak selalu berbentuk positif. Menurut Pargament (2011), koping religius terbagi menjadi dua bentuk, yakni koping religius positif dan koping religius negatif. Koping religius positif dijelaskan sebagai suatu kondisi, dimana individu mampu merefleksikan hubungan yang aman dengan kekuatan Tuhan, keterhubungan spiritual dengan orang lain sehingga merasa mendapat dukungan, dan dapat memandang dunia lebih baik. Koping religius negatif dijelaskan sebagai kondisi, dimana individu mencerminkan perasaan tertekan dengan pemahaman spiritual, dan adanya konflik dengan diri sendiri, serta orang lain. Meskipun dalam jurnalnya, Pargament menyatakan tidak berasumsi bahwa koping religius positif selalu bersifat efektif dan koping religius negatif selalu bersifat tidak efektif pada kehidupan individu sehari-hari. Maka dari itu, fokus penelitian ini ingin melihat bagaimana kedua bentuk koping religius tersebut berhubungan dengan penerimaan diri individu pada saat menjadi korban perundungan siber.

Penerimaan diri sudah dijelaskan pada bab pendahuluan, bahwa konsep ini merupakan landasan penting yang perlu dimiliki individu, dimana hal ini dijelaskan lebih lanjut dapat sangat berhubungan dengan kesejahteraan psikologis individu secara umum (Maclnnes, 2006). Konsep penerimaan diri ini, menurut

Berger (1952) memiliki sembilan aspek, antara lain: (1) Perilaku individu akan bergantung pada nilai internal bukan eksternal. (2) Individu perlu memiliki keyakinan akan kemampuannya. (3) Individu harus bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan. (4) Individu mampu menerima pujian atau kritikan secara objektif. (5) Individu mampu menerima perasaan, keterbatasan, dan kemampuan diri. (6) Individu sudah seharusnya menganggap diri sebagai orang berharga dan setara dengan yang lain. (7) Individu berusaha untuk menerima ketika orang lain menolak dirinya, baik mereka memberi alasan ataupun tidak. (8) Individu mampu menganggap diri sama sekali tidak berbeda dari orang lain. (9) Individu sudah seharusnya memiliki perasaan tidak malu dan rendah diri.

Pada penelitian ini, telah dilakukan analisa deskriptif dan didapatkan sejumlah 50,5% dewasa awal korban perundungan siber di Instagram memiliki penerimaan diri yang rendah. Namun, hal yang mendukung penelitian untuk membuktikan hubungan koping religius dengan penerimaan diri, yakni didapatkan sejumlah 61,1% subjek memiliki koping religius positif yang tinggi. Selain itu, didapatkan sejumlah 54,3% subjek memiliki koping religius negatif yang rendah. Hasil ini mendukung teori sebelumnya, bahwa kondisi masyarakat Indonesia mayoritas masih menjadikan agama sebagai nilai dan norma untuk membantu kehidupan sehari-hari. Seperti terlihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Analisa Deskriptif

| Variabel | Frekuensi | Persentase% |
|--------------------------------|-----------|-------------|
| Koping Religius Positif | | |
| Rendah | 80 | 38,9% |
| Tinggi | 126 | 61,1% |
| Total | 206 | 100% |
| Koping Religius Negatif | | |
| Rendah | 112 | 54,3% |
| Tinggi | 94 | 45,7% |
| Total | 206 | 100% |
| Penerimaan Diri | | |
| Rendah | 104 | 50,5% |
| Tinggi | 102 | 49,5% |
| Total | 206 | 100% |

Selanjutnya, dilakukan uji korelasional dengan teknik analisa *spearman correlation* untuk mengetahui hubungan koping religius positif dengan penerimaan diri, dan koping religius negatif dengan penerimaan diri dewasa awal korban perundungan siber. Berikut Tabel 4 dan 5 data yang didapatkan untuk melihat hubungan keduanya.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasional A

| | | Koping Religius Positif | Nilai Signifikansi |
|------------------------|--------------------|-------------------------|--------------------|
| Penerimaan Diri | Koefisien Korelasi | .160* | < 0,05 |
| | Sig. (2-tailed) | .021 | |

Tabel 5. Hasil Uji Korelasional B

| | | Koping Religius Negatif | Nilai Signifikansi |
|------------------------|--------------------|-------------------------|--------------------|
| Penerimaan Diri | Koefisien Korelasi | -.516** | < 0,01 |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | |

Tabel tersebut menunjukkan bahwa hubungan koping religius positif dengan penerimaan diri dewasa awal korban perundungan siber di Instagram memiliki arah hubungan yang positif. Artinya, semakin tinggi koping religius positif, maka penerimaan diri yang dimiliki juga semakin tinggi, begitupun sebaliknya. Namun, pada koping religius negatif dengan penerimaan diri dewasa awal korban perundungan siber di Instagram memiliki arah hubungan yang negatif. Artinya, semakin tinggi koping religius negatif, maka penerimaan diri yang dimiliki dapat menurun atau semakin rendah, begitupun sebaliknya. Kemudian, koefisien korelasi hubungan koping religius positif dengan penerimaan diri menunjukkan nilai hubungan sebesar 0,160, dan koefisien korelasi hubungan koping religius negatif dengan penerimaan diri menunjukkan nilai hubungan sebesar 0,516.

Penemuan tersebut dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, seperti mencari kenyamanan dengan kekuatan Tuhan atau disebut koping religius positif dapat menjadi intervensi efektif untuk meningkatkan penerimaan diri, sedangkan perasaan negatif terhadap Tuhan atau disebut dengan koping religius negatif, dapat dihindari sebagai sebuah intervensi, karena dapat menurunkan kondisi psikologis, terlebih lagi nilai hubungannya lebih besar, sehingga dapat menurunkan kondisi psikologis lebih signifikan.

SIMPULAN

Penelitian ini dapat membuktikan bahwa terdapat hubungan antara koping religius positif dengan penerimaan diri dewasa awal korban perundungan siber di Instagram, begitu juga dengan koping religius negatif dengan penerimaan diri mereka. Artinya, hipotesis peneliti pada penelitian ini diterima. Penelitian ini juga menyampaikan bahwa perundungan siber bisa terjadi

kepada kelompok usia dewasa awal dalam bentuk *harassment* (kata-kata kasar) ataupun *stalking* (penguntitan). Pengalaman negatif tersebut mempengaruhi kondisi psikologisnya, sehingga tidak hanya remaja yang rentan terhadap peristiwa perundungan siber. Maka dari itu, penelitian ini dapat berkontribusi untuk mempromosikan penggunaan internet yang lebih baik kepada masyarakat, menyampaikan saran kepada pemerintah untuk dapat memberikan pendidikan kepada masyarakat mengenai perundungan siber dan kebijakannya, serta menambah wawasan masyarakat untuk memiliki keterampilan koping religius agar dapat membantu menghadapi dan menerima stresor kehidupan, yakni dengan menggunakan koping religius positif dan meninggalkan koping religius negatif.

Selain itu, tentunya penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Melihat dari data yang telah didapatkan, waktu terjadinya pengalaman negatif yang dialami oleh responden tidak diketahui dengan pasti. Hal ini mungkin bisa menyebabkan terjadinya bias, baik dalam mengidentifikasi apakah pengalaman negatif tersebut telah dialami atau masih dialami hingga saat ini, dimana kondisi ini bisa menyebabkan beberapa subjek sudah tidak lagi merasakan dampak dari perundungan siber terhadap penerimaan diri mereka. Maka dari itu, dapat disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk bisa mendalami perbedaan penerimaan diri korban perundungan siber berdasarkan waktu tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

- Adonis, J. (2017) 'Cyberbullying: Adults are Worse than Children', www.smh.com.au. Available at: <https://www.smh.com.au/business/small-business/cyberbullying-adults-are-worse-than-children-20170831-gy7pj8.html> (Accessed: 20 Mei 2024).
- Akbar, Z., & Aulia, R. (2020). Religious Coping And Self-Acceptance of Veterans With Physical Disabilities. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 6(2), 200-207. <https://doi.org/10.19109/psikis.v6i2.5875>
- Alipan, A., Skues, J. L., Theiler, S., & Wise, L. (2020). Defining Cyberbullying: A Multifaceted Definition Based on The Perspectives of Emerging Adults. *International Journal of Bullying Prevention*, 2, 79-92. <https://doi.org/10.1007/s42380-019-00018-6>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *PILAR*, 14(1), 15-31.

<https://journal.unismuh.ac.id/index.php/pilar/article/view/10624>

- Anderson, J., Bresnahan, M., & Musatics, C. (2014). Combating Weight-Based Cyberbullying on Facebook with The Dissenter Effect. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(5), 281-286. <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0370>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development from The Late Teens through The Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging Adulthood* Second Edition. Oxford University Press
- Baihaqi, M. K., & Birsyada, M. I. (2022). Agama dan Ritual: Dinamika Konflik Dusun Mangir Lor Sendangsari Pajangan. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 6(2), 299-310. <https://doi.org/10.22219/satwika.v6i2.21657>
- Berger, E. M. (1952). The Relation between Expressed Acceptance of Self and Expressed Acceptance of Others. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(4), pp. 778. <https://doi.org/10.1037/h0061311>
- Ditch The Label. (2017) 'The Annual Bullying Survey 2017', www.ditchthelabel.org. Available at: <https://ditchthelabel.org/research-report/The%20Annual%20Bullying%20Survey%202017> (Accessed: 10 Mei 2024).
- Dooley, J. J., Pyżalski, J., & Cross, D. (2009). Cyberbullying Versus Face-To-Face Bullying: A Theoretical and Conceptual Review. *Zeitschrift für Psychologie/Journal of Psychology*, 217(4), 182–188. <https://doi.org/10.1027/0044-3409.217.4.182>
- Ekayamti, E., & Lukitaningtyas, D. (2022). Bullying Verbal Berhubungan dengan Penerimaan Diri Dan Harga Diri Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(1), 53-64. <https://journal.pppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/1303>
- Gay, L.R. & Diehl, P.L. (1992) *Research Methods for Business and Management*. Mc. Millan Publishing Company, New York.
- Gultom, S. F., & Rohani, L. (2024). Pengaruh Aktualisasi Konsep Diri dalam Self-Disclosure Terhadap Second Account pada Aplikasi Instagram di Kota Medan. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 8(1), 1-9. <https://doi.org/10.22219/satwika.v8i1.33098>
- Islam, D. N., & Hidayat, A. (2023). Kesabaran terhadap Self Acceptance pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(3), 194-208. <http://dx.doi.org/10.24014/pib.v4i3.23822>
- Laora, A. Y., & Sanjaya, F. (2021). Fenomena Cyberbullying di Media Sosial Instagram (Studi Deskriptif tentang Kesehatan Mental pada Generasi Z Usia 20-25 Tahun di Jakarta). *Oratio Directa (Prodi Ilmu Komunikasi)*, 3(1) pp.346-368. <http://www.ejurnal.ubk.ac.id/index.php/oratio/article/view/160>
- Lup, K., Trub, L., & Rosenthal, L. (2015). Instagram# Instasad?: Exploring Associations Among Instagram Use, Depressive Symptoms, Negative Social Comparison, and Strangers Followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 247-252. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0560>
- Ma, J., Gao, S., Wang, P., & Liu, Y. (2024). High Level of Self-Disclosure on SNSs Facilitates Cooperation: A Serial Mediation Model of Psychological Distance and Trust. *Computers in Human Behavior*, 150, 107976. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107976>
- MacInnes, D. L. (2006). Self-Esteem and Self-Acceptance: an Examination Into Their Relationship and Their Effect on Psychological Health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 13(5), 483-489. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2006.00959.x>
- Maurya, C., Muhammad, T., Dhillon, P., & Maurya, P. (2022). The Effects of Cyberbullying Victimization on Depression and Suicidal Ideation Among Adolescents and Young Adults: a Three Year Cohort Study from India. *BMC Psychiatry*, 22(1), 599. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04238-x>
- Napoleon Cat. (2023) 'Instagram Users in Indonesia', www.napoleoncat.com. Available at: <https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2023/01/> (Accessed: 10 Mei 2024).
- Olweus, D. (1997). Bully/Victim Problems in School: Facts and Intervention. *European Journal of Psychology of Education*, 12(4), 495–

510. <https://doi.org/10.1007/BF03172807>
- Padiana, D. (2021). *Hubungan Coping Religius dengan Penerimaan Diri pada Orang Tua yang Memiliki Anak Disabilitas Fisik di Kota Aceh Besar dan Banda Aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2005). THEORY: "Sacred Matters: Sanctification as a Vital Topic for The Psychology of Religion". *The International Journal for The Psychology of Religion*, 15(3), 179-198. http://dx.doi.org/10.1207/s15327582ijpr1503_1
- Pargament, K., Feuille, M., & Burdzy, D. (2011). The Brief RCOPE: Current Psychometric Status of a Short Measure of Religious Coping. *Religions*, 2(1), 51–76. <https://doi.org/10.3390/rel2010051>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Ramos Salazar, L. (2021). Cyberbullying Victimization as a Predictor of Cyberbullying Perpetration, Body Image Dissatisfaction, Healthy Eating and Dieting Behaviors, and Life Satisfaction. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(1-2), 354-380. <https://doi.org/10.1177/0886260517725737>
- Rogers, C. R. (1995). What Understanding and Acceptance Mean To Me. *Journal of Humanistic Psychology*, 35(4), 7–22. https://doi.org/10.1177/00221678950354_002
- Ruyadi, Y., Fadillah, A., & Azis, A. (2023). Perubahan Perilaku Mantan Preman melalui Pendekatan Religi Pada Pencak Silat Kebatinan. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 7(2), 320-327. <https://doi.org/10.22219/satwika.v7i2.26451>
- Sampe, N. P., & Makulua, T. S. (2023). Dampak Psikologis Siswa Korban Bullying. *Jurnal Geografi, Lingkungan dan Kesehatan*, 1(2), 116-121. <https://ojs3.unpatti.ac.id/index.php/jglk/article/view/12128>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* Edisi Ketigabelas Jilid 2. Erlangga
- Seitz, L. (2024) 'All the Latest Cyberbullying Statistics for 2024', www.broadbandsearch.net. Available at: <https://www.broadbandsearch.net/blog/cyber-bullying-statistics> (Accessed: 10 Mei 2024).
- Setiawan, A. (2022) 'Kemkominfo Lanjutkan Lima Program Prioritas di 2023', www.indonesia.go.id. Available at: <https://indonesia.go.id/kategori/editorial/5979/kemkominfo-lanjutkan-lima-program-prioritas-di-2023?lang=1> (Accessed: 10 Mei 2024).
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its Nature and Impact in Secondary School Pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376-385. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>
- Soffa, N. (2019). *Pengaruh Gratitude, Koping Religius, dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Penderita Diabetes Mellitus Tipe Dua* (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Supanggih, E. A. M., Ferdyani, C., & Dwi, A. A. (2017). Nilai Religiositas dalam Tembang "Tak Lela-Lela Ledhung". *SATWIK: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 1(2), 20-28. <https://doi.org/10.22219/satwika.v1i2.7015>
- Trismayangsari, R., Hanami, Y., Agustiani, H., & Novita, S. (2023). Gambaran Nilai dan Kebiasaan Budaya Jawa dan Batak pada Pengendalian Diri: Analisis Psikologi Budaya. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 7(1), 113-125. <https://doi.org/10.22219/satwika.v7i1.25225>
- Unicef. (2020) 'Perundungan Di Indonesia: Fakta-Fakta Kunci, Solusi, dan Rekomendasi', www.unicef.org. Available at: <https://www.unicef.org/indonesia/media/5691/file/Fact%20Sheet%20Perkawinan%20Anak%200di%20Indonesia.pdf> (Accessed: 10 Mei 2024).
- We Are Social. (2023) 'Special Report – Digital 2023 Your Ultimate Guide to The Evolving Digital World', www.wearesocial.com. Available: <https://wearesocial.com/id/blog/2023/01/digital-2023/> (Accessed at: 10 Mei 2024).
- Williard. (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to The Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress*. Research Press
- Wozencroft, K., Campbell, M., Orel, A., Kimpton, M., & Leong, E. W. (2015). *University Students'*

Intentions to Report Cyberbullying. *Australian Journal of Educational and Developmental Psychology*, 15, 1-12.
<https://eprints.qut.edu.au/87458/>