

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kementerian Kesehatan tahun 2021 mengungkapkan, remaja di Indonesia saat ini menghadapi masalah kesehatan mental yang signifikan khususnya gangguan kecemasan. Menurut data Kemenkes, hampir 25% remaja Indonesia mengalami gangguan kecemasan. Angka ini sangat mengkhawatirkan dan menunjukkan bahwa masalah kecemasan remaja sangat serius. Remaja sulit mendapatkan bantuan profesional karena kesadaran masyarakat yang rendah akan pentingnya kesehatan mental dan stigma negatif terhadap gangguan kecemasan. Faktor utama yang menjadi penyebab gangguan kecemasan pada remaja yaitu lingkungan sosial. Pengaruh lingkungan sekitar, terutama teman sebaya, sangat kuat pada remaja yang sedang mencari identitas mereka. Remaja dapat mengalami kecemasan yang berkepanjangan akibat peristiwa negatif seperti, pengucilan, kekerasan verbal, juga perundungan atau *cyberbullying* (Muhammad Ali Faisal, 2023).

Menurut Smith et al., (Azhar, 2023) *cyberbullying* (perundungan digital) merupakan tindakan agresif yang disengaja di dunia maya. Pelaku perundungan digital seringkali mengincar individu yang sulit membela diri untuk kemudian melakukan serangan secara berulang. Serangan ini dapat berupa penyebaran pesan atau gambar yang menyakitkan dan memalukan, dengan tujuan utama untuk melukai korban secara emosional dan merusak reputasinya di mata orang lain.

Perundungan digital remaja telah menjadi perhatian dunia, hal ini karena masalah perundungan digital terjadi di sejumlah besar negara termasuk di Indonesia. Data United Nations Children's Fund (UNICEF) menjelaskan bahwa 70,6% perundungan digital terjadi pada remaja berusia 15 hingga 24 tahun. Angka perundungan digital yang tinggi pada remaja, seperti yang dilaporkan oleh UNICEF, menyoroti betapa seriusnya masalah ini. Konsekuensi dari tindakan ini dapat sangat merusak, baik bagi pelaku maupun korban (Lekatompessy et al., 2022).

Kasus Popy Nurmaeni mahasiswi asal Tuban (Istihar, 2023) merupakan contoh nyata dari perundungan digital, yaitu intimidasi dan penyalahgunaan identitas orang di internet. Dalam kasus ini, pembuatan akun duplikat yang menggunakan foto dan identitas Popy secara tanpa izin dan menyebarkan aktivitas seolah-olah berasal dari dirinya sendiri telah menyebabkan banyak kekacauan dan ketidakpastian. Fenomena ini menunjukkan bahwa remaja rentan terhadap perundungan digital, di mana identitas mereka dapat dengan mudah disalahgunakan untuk tujuan yang merugikan, seperti pencemaran nama baik atau penipuan. Tindakan tersebut memiliki konsekuensi psikologis yang signifikan selain berpotensi menyebabkan kerugian sosial dan hukum. Kasus ini menunjukkan betapa pentingnya mengetahui tentang ancaman di dunia maya dan seberapa penting literasi digital untuk menghindari penyalahgunaan teknologi informasi.

Teknologi informasi yang sangat pesat ini biasa dikenal dengan media sosial. Teknologi hadir dalam bentuk perangkat lunak seperti Internet, Facebook, Twitter, WhatsApp, TikTok dan perangkat keras seperti laptop, dan telepon

(Masriadi, 2024). Platform-platform ini memungkinkan orang berinteraksi sosial, berbagi informasi, dan membangun komunitas. Kemudahan penggunaan perangkat mobile oleh remaja memungkinkan mereka untuk terhubung ke internet kapan saja dan di mana saja. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengumumkan jumlah pengguna internet Indonesia tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa penduduk Indonesia tahun 2023.(Subhi Nur Azmi Saleh & Lucky Nurhadiyanto, 2024)

Berdasarkan *We Are Social* (Riyanto, 2024) Instagram menduduki peringkat kedua tertinggi di Indonesia dengan 85,3% populasi. Ini menunjukkan bahwa Instagram merupakan salah satu platform online terbaik. Instagram merupakan aplikasi berbasis internet yang memungkinkan pengguna mengambil foto, menggunakan filter digital, melakukan streaming live, dan berbagi cerita tentang liburan, pencapaian, teman, dan keluarga. Selain itu, dapat digunakan untuk berkomunikasi dengan teman melalui DM atau pesan langsung, mempromosikan bisnis, dan melakukan branding pribadi di internet. Selain itu, para pengguna biasanya menggunakan fitur like dan komentar untuk memberikan pujian, cacian, atau hinaan. Perilaku dengan mengetik kata-kata yang menjelek-jelekkan dan menyudutkan seseorang melalui fitur komentar Instagram dan kemudian berlanjut pada DM atau pesan langsung adalah salah satu jenis perundungan digital (Wulandah, 2023).

Berdasarkan observasi awal mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Malikussaleh, peneliti menemukan adanya penyebaran perundungan digital yang tinggi di kalangan mahasiswa Universitas Malikussaleh, pada rentang usia 18-22 tahun. Faktor yang mempengaruhi meningkatnya kasus perundungan

digital yaitu penggunaan media sosial khususnya Instagram dengan penggunaan 4-7 jam per hari. Perundungan digital yang umum ditemukan meliputi komentar negatif atau menghina, ancaman, pelecehan atau diskriminasi, pencemaran nama baik, pengungkapan informasi pribadi tanpa izin, pengucilan atau pengecualian serta peniruan. Pelaku perundungan digital seringkali kurang menyadari dampak psikologis yang ditimbulkan oleh tindakan mereka, serta kesulitan dalam mengelola emosi saat berinteraksi di dunia maya. Di sisi lain, korban mengalami trauma psikologis akibat tindakan perundungan tersebut. Selain itu, kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar baik bagi pelaku maupun korban menjadi faktor yang memperparah situasi.

Melalui observasi awal, UN (21) sebagai korban yang sekaligus menjadi informan dalam penelitian ini, mengungkapkan sejumlah dampak psikologis yang dialaminya akibat tindakan tersebut. UN menerima pesan ancaman dari pelaku, disertai dengan pesan kasar yang merendahnya, serta merasa diawasi secara terus-menerus di media sosial. Selain itu, pelaku juga mengganggu teman-temannya, menambah tekanan yang ia rasakan. Akibatnya, UN mengalami gangguan tidur, kehilangan motivasi dalam menjalani aktivitas sehari-hari, serta merasa malu dan enggan bersosialisasi, termasuk menghindari kegiatan perkuliahan.

UN juga mengalami ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, yang menyebabkan penurunan performa akademik. Selanjutnya, pelaku juga mengancam korban, yang membuat UN mengalami trauma mendalam, dengan gejala kecemasan situasional (*state anxiety*) seperti jantung berdebar, keringat dingin, dan ketegangan otot saat mengingat kejadian tersebut. Awalnya, UN

memiliki hubungan yang cukup baik dengan pelaku, namun mereka memiliki pandangan atau pendapat yang berbeda sehingga memicu perselisihan yang berujung pada tindakan perundungan digital.

Berkaitan dengan adanya fenomena perundungan digital yang saat ini masih terjadi, dan dapat memiliki efek psikologis yang serius, salah satunya adalah kecemasan karena ancaman online, penghinaan, dan rumor. Kehidupan sehari-hari remaja dapat terganggu oleh kecemasan yang berkepanjangan akibat perundungan digital, baik dalam hal sosial, akademik, maupun emosional. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang **“Kecemasan Remaja dalam Menggunakan Media Sosial”**

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti hanya memfokuskan penelitian ini pada:

1. Kecemasan konsep Spielberger (Setyananda et al., 2021), *Strait Anxiety* dan *Trait Anxiety*.
2. *Cyberbullying* (perundungan digital) konsep Willard (Sinta et al., 2021), *flaming* (amarah), *harassment* (pelecehan), *impersonation* (peniruan), *trickey* (penipuan), *exclusion*, dan *cyberstalking*.
3. Remaja Konsep *World Health Organization* (WHO).

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dideskripsikan diatas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana

kecemasan remaja dalam menggunakan media sosial akibat perundungan digital instgaram?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam kecemasan remaja dalam menggunakan media sosial akibat perundungan digital di Instagram, penelitian ini akan mengidentifikasi jenis kecemasan yang dialami korban, yaitu *state anxiety* (kecemasan situasional) dan *trait anxiety* (kecemasan ciri kepribadian). Selain itu, penelitian ini juga akan menganalisis jenis perundungan digital yang dialami remaja. Selanjutnya, penelitian ini akan menjelaskan dampak cyberbullying terhadap remaja, sesuai dengan definisi remaja menurut WHO.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan teori komunikasi, khususnya mengenai dampak psikologis dari komunikasi online, terutama pada kelompok rentan seperti remaja.
2. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan perundungan digital dan kecemasan remaja.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Memberikan masukan penting dalam pengembangan program pendidikan media untuk remaja, sehingga mereka dapat menggunakan media sosial secara lebih sehat dan bertanggung jawab.

2. Dapat menjadi dasar untuk meningkatkan literasi digital remaja, sehingga mereka dapat mengenali tanda-tanda perundungan digital, melindungi diri dari bahaya online, dan mencari bantuan jika diperlukan.