

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Teori dan konsep penelitian

2.1.1 Cyberbullying

2.1.1.1 Definisi cyberbullying

Cyberbullying yaitu perilaku agresif yang dilakukan oleh individu atau kelompok melalui media digital (Borka Balas et al, 2023). *Cyberbullying* adalah bentuk intimidasi atau perilaku agresif yang dilakukan secara daring, terutama melalui platform media sosial, dengan tujuan untuk menyakiti, merendahkan, atau mengintimidasi individu lain. Menurut Riswanto & Marsinun (2020) *cyberbullying* mencakup tindakan negatif yang dilakukan oleh individu atau kelompok dengan cara mengirimkan pesan teks, foto, gambar meme, dan video ke akun media sosial seseorang, dengan maksud untuk menyindir, menghina, melecehkan, mendiskriminasi, atau bahkan mempersekusi individu tersebut. Berdasarkan uraian para ahli diatas peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa *cyberbullying* adalah tindakan agresif yang dilakukan secara berulang melalui media sosial oleh individu atau kelompok dengan tujuan mengintimidasi, menghina, atau menyakiti orang lain.

Media sosial adalah platform digital yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi, berbagi konten, dan berkomunikasi satu sama lain. Dalam konteks *cyberbullying*, media sosial menjadi sarana dimana tindakan intimidasi, penghinaan, dan pelecehan dapat terjadi secara daring. Sukmawati et al (2020) juga menyoroti bahwa perkembangan jejaring sosial media yang pesat telah menciptakan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan emosi mereka, yang terkadang berujung pada tindakan *cyberbullying*. Remaja adalah individu yang sedang berada dalam fase transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, biasanya berkisar antara usia 15 hingga 18 tahun. Pada usia ini, remaja berusaha menemukan identitas diri mereka, mengembangkan sikap hidup, dan menghadapi berbagai

tantangan yang berkaitan dengan pertumbuhan fisik, emosional, dan sosial. (Muhibburrohman & Hanafi, 2023)

Widyayanti et al. (2022) menyoroti bahwa remaja merupakan pengguna media sosial yang aktif dan rentan mengalami atau melakukan tindakan *cyberbullying*. Beberapa faktor, seperti kemampuan regulasi emosi, dapat mempengaruhi perilaku ini. Penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang tidak mampu mengelola emosi mereka dengan baik lebih cenderung terlibat dalam perilaku *bullying* di dunia maya. Sekarayu & Santoso (2022) menambahkan bahwa masa peralihan menuju dewasa membawa berbagai tantangan bagi remaja dalam mengembangkan kemampuan sosial dan emosional mereka. Penggunaan media sosial yang tidak seimbang dengan pengawasan dapat memicu perilaku *cyberbullying*. Dalam hal ini, remaja yang terlibat dalam *cyberbullying* sering kali melakukannya sebagai cara untuk mengekspresikan emosi negatif atau untuk mendapatkan pengakuan dari teman sebaya.

2.1.1.2 Bentuk-bentuk *cyberbullying*

Menurut Willard (2021) terdapat tujuh bentuk perilaku dalam *cyberbullying*, yaitu: Bentuk yang pertama adalah *flaming*, yaitu tindakan mengirimkan pesan yang sangat emosional, sering kali berupa kemarahan atau penghinaan, kepada individu lain di platform digital. Menurut Hendriani & Sukmawati (2023) *flaming* sering terjadi dalam bentuk komentar kasar atau serangan verbal yang ditujukan langsung kepada individu tertentu, dan dapat menyebabkan dampak emosional yang signifikan pada pihak yang mengalaminya.

Bentuk kedua adalah *harassment*, yaitu tindakan mengganggu atau mengintimidasi individu secara terus-menerus melalui media digital. Banowati & Nugraha (2022) menjelaskan bahwa *harassment* dapat berupa pengiriman pesan yang mengancam, pelecehan verbal, atau tindakan lain yang bertujuan untuk membuat individu merasa tidak nyaman. *Harassment* sering kali merupakan kelanjutan dari tindakan *flaming* dalam jangka panjang. Tindakan ini dilakukan melalui balas-balasan pesan

atau yang dikenal sebagai 'perang teks'. Perilaku *harassment* sering muncul dalam pemanfaatan teknologi dan media sosial di kalangan remaja.

Bentuk ketiga adalah *denigration*, yaitu tindakan menyebarkan informasi yang merendahkan atau menghina individu lain, baik secara langsung maupun melalui komentar publik. Eliya et al. (2023) mencatat bahwa *denigration* sering terjadi di media sosial, dimana individu yang melakukan tindakan ini dapat dengan mudah menyebarkan rumor atau informasi palsu tentang pihak lain.

Bentuk perilaku ini dapat menyebabkan kerusakan reputasi dan dampak psikologis yang serius bagi individu yang mengalaminya. Bentuk keempat adalah *impersonation*, yaitu tindakan meniru identitas individu lain untuk merusak reputasi atau menimbulkan kebingungan. Setyawan (2023) menjelaskan bahwa individu yang melakukan tindakan ini dapat menggunakan akun palsu untuk berpura-pura menjadi pihak lain dan melakukan tindakan yang merugikan, yang dapat memperburuk situasi bagi individu yang menjadi target.

Bentuk kelima adalah *outing*, yaitu tindakan membocorkan informasi pribadi atau rahasia individu lain tanpa izin, sedangkan *trickery* melibatkan penipuan untuk memperoleh informasi pribadi dari individu tersebut. Samsiah & Sumaryanti (2023) menunjukkan bahwa kedua bentuk ini sering digunakan oleh individu yang melakukan tindakan *cyberbullying* untuk mengeksploitasi pihak lain dan dapat menyebabkan dampak emosional yang besar.

Bentuk keenam adalah *exclusion*, yaitu tindakan mengucilkan individu dari kelompok atau komunitas *online*. Tetteng & Ramadhanti Putri Ashari (2023) menjelaskan bahwa pengucilan dapat menyebabkan perasaan kesepian dan isolasi bagi individu yang mengalaminya, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental mereka.

Bentuk ketujuh adalah *cyberstalking*, yaitu bentuk penguntitan yang dilakukan melalui media digital, dimana individu yang melakukan tindakan ini secara terus-menerus mengawasi atau mengintimidasi pihak lain. Mischel & Kitsantas (2023) menjelaskan bahwa *cyberstalking* dapat menyebabkan ketakutan yang berkepanjangan bagi individu yang mengalaminya, karena mereka merasa tidak aman dan terancam oleh tindakan tersebut.

2.1.1.3 Faktor *cyberbullying*

Perilaku *cyberbullying* pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal dari individu yang melakukan maupun yang mengalami tindakan tersebut, maupun faktor eksternal yang turut berkontribusi terhadap perilaku ini. Salah satu faktor internal yang memengaruhi *cyberbullying* adalah persepsi individu. Persepsi dalam *cyberbullying* dapat didefinisikan sebagai pandangan atau penilaian individu terhadap tindakan agresif yang dilakukan melalui platform digital, seperti media sosial, pesan instan, atau forum *online*. Persepsi ini mencakup bagaimana individu memahami, menilai, dan merespons perilaku yang dianggap sebagai *cyberbullying*, baik sebagai pihak yang melakukan maupun yang mengalami tindakan tersebut (Aini et al, 2024). Menurut Cantika Samha et al. (2023), persepsi individu terhadap *cyberbullying* dapat memengaruhi sikap dan tindakan mereka dalam konteks digital. Individu yang menganggap *cyberbullying* sebagai perilaku yang tidak dapat diterima cenderung lebih aktif dalam melaporkan atau menanggapi tindakan tersebut, sedangkan mereka yang memiliki persepsi yang lebih permisif lebih cenderung terlibat dalam melakukan tindakan tersebut.

Faktor internal lainnya yang berpengaruh adalah harga diri rendah. Harga diri rendah adalah kondisi dimana individu memiliki penilaian negatif terhadap diri mereka sendiri, merasa tidak berharga, dan kurang percaya pada kemampuan serta potensi yang dimiliki. Dalam konteks *cyberbullying*, harga diri rendah sering kali menjadi faktor yang memengaruhi bagaimana remaja merespons pengalaman *cyberbullying* yang mereka alami (Adam & Alwi, 2023). Penelitian Ristie Hatta (2022) menunjukkan bahwa remaja yang mengalami tindakan *cyberbullying* sering

mengalami penurunan harga diri yang drastis. Ketika remaja menerima penghinaan, sindiran, atau perlakuan buruk lainnya secara daring, hal ini dapat menyebabkan mereka merasa tidak berharga dan meragukan kemampuan diri mereka. Sebaliknya, remaja yang memiliki harga diri tinggi cenderung lebih mampu menghadapi situasi *cyberbullying* dan tidak mudah terpengaruh oleh komentar negatif. Mereka lebih mungkin untuk melaporkan tindakan *cyberbullying* yang mereka alami dan mencari dukungan dari teman atau orang dewasa, sehingga harga diri dapat berfungsi sebagai pelindung yang membantu remaja mengatasi dampak *bullying* (Budi & Fauziah, 2023).

Pelepasan moral juga menjadi faktor yang berperan dalam *cyberbullying*. *Pelepasan moral (moral disengagement)* adalah proses psikologis dimana individu melepaskan tanggung jawab moral mereka atas tindakan yang dianggap salah atau merugikan. Dalam *cyberbullying*, pelepasan moral memungkinkan individu yang melakukan tindakan tersebut untuk bertindak agresif tanpa merasa bersalah atau menyesal. Menurut Abdülaliam (2024) individu yang terlibat dalam *cyberbullying* sering kali menggunakan mekanisme pelepasan moral untuk membenarkan perilaku mereka, seperti dengan menganggap bahwa tindakan tersebut tidak berbahaya atau dengan menyalahkan pihak yang mengalami tindakan tersebut. Pelepasan moral dapat terjadi melalui berbagai cara, termasuk justifikasi tindakan *cyberbullying* sebagai hal yang wajar atau bahkan lucu, pengalihan tanggung jawab dengan merasa tidak bertanggung jawab atas tindakan mereka karena beroperasi dalam lingkungan anonim di internet, serta meremehkan atau mengabaikan dampak emosional dari tindakan mereka terhadap pihak lain. (Ru'iyah et al, 2022).

Selain faktor internal, terdapat pula faktor eksternal yang memengaruhi perilaku *cyberbullying*, salah satunya adalah pengaruh teman sebaya. Pengaruh teman sebaya merujuk pada cara dimana individu, khususnya remaja, dipengaruhi oleh kelompok teman mereka dalam hal perilaku, sikap, dan keputusan. Dalam perilaku *cyberbullying*, teman sebaya dapat berperan signifikan dalam memfasilitasi atau menghambat keterlibatan dalam tindakan tersebut (Irma et al, 2022). Remaja yang

berada dalam kelompok teman sebaya yang terlibat dalam perilaku *cyberbullying* lebih mungkin untuk melakukan tindakan serupa karena keinginan untuk diterima dalam kelompok yang ada (Dinny & Fira, 2023).

Lingkungan keluarga yang tidak harmonis juga menjadi faktor yang memengaruhi perilaku *cyberbullying*. Kondisi ini mencerminkan adanya ketegangan, konflik, atau komunikasi yang buruk antaranggota keluarga, yang dapat berdampak negatif pada perkembangan psikologis dan sosial anak. (Windarwati et al, 2021). Rostina & Aransyah (2023) menegaskan bahwa lingkungan keluarga merupakan faktor penting dalam perkembangan individu, termasuk dalam pengambilan keputusan dan perilaku sosial. Ketika keluarga tidak memberikan dukungan atau menciptakan suasana yang harmonis, remaja mungkin merasa terasing dan lebih rentan terhadap pengaruh negatif dari teman sebaya atau lingkungan sosial lainnya, yang dapat meningkatkan kemungkinan keterlibatan dalam tindakan *cyberbullying*.

Faktor eksternal lainnya adalah norma sosial yang mendukung agresi. Norma sosial yang mendukung agresi merupakan seperangkat nilai dan keyakinan dalam suatu kelompok atau masyarakat yang mengizinkan atau mendorong perilaku agresif. Norma ini dapat menciptakan lingkungan dimana tindakan agresif dianggap sebagai cara yang wajar untuk menyelesaikan konflik, menunjukkan kekuatan, atau mendapatkan pengakuan dari teman sebaya (Nuraeni & Gunawan, 2023). Penelitian Cantika Samha et al. (2023) menyoroti bahwa *cyberbullying* sering kali dipengaruhi oleh norma sosial yang berkembang di lingkungan remaja. Ketika norma dalam kelompok mendukung atau membenarkan perilaku agresif, individu lebih mungkin terlibat dalam tindakan *cyberbullying*.

Dari berbagai faktor internal dan eksternal tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku *cyberbullying* pada remaja merupakan hasil dari interaksi kompleks antara persepsi individu, harga diri, pelepasan moral, narsisme, pengaruh teman sebaya, lingkungan keluarga, serta norma sosial yang berlaku. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan intervensi terhadap *cyberbullying* perlu mempertimbangkan

berbagai faktor ini secara holistik guna menciptakan lingkungan digital yang lebih aman bagi remaja.

2.1.1.4 Dampak *cyberbullying*

Cyberbullying memiliki dampak yang luas dan mendalam terhadap individu yang mengalaminya, mencakup berbagai aspek kehidupan mereka, baik secara psikologis, sosial, akademik, maupun fisik. Dampak *cyberbullying* mencakup berbagai konsekuensi negatif yang dapat memengaruhi individu secara psikologis, sosial, akademik, dan fisik, dengan efek jangka panjang terhadap kesehatan mental serta kesejahteraan mereka. Dampak psikologis menjadi salah satu yang paling signifikan, dimana individu yang mengalami tindakan ini sering mengalami kecemasan, depresi, dan stres berkepanjangan. Hanika et al. (2021) menunjukkan bahwa individu yang mengalami *cyberbullying* cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi serta motivasi belajar yang lebih rendah, yang dapat berlanjut hingga masa dewasa dan memengaruhi kualitas hidup mereka. Selain itu, dampak sosial dari *cyberbullying* sering kali menyebabkan individu yang mengalaminya mengalami isolasi sosial dan kesulitan membangun hubungan yang sehat, sehingga meningkatkan perasaan rendah diri serta risiko depresi.

Dalam aspek akademik, *cyberbullying* dapat menyebabkan penurunan prestasi belajar, kesulitan berkonsentrasi, dan peningkatan tingkat ketidakhadiran di sekolah, dimana individu yang mengalami tindakan ini cenderung memiliki performa akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan teman sebaya mereka (Zahra Wirani, 2024). Selain berdampak pada aspek psikologis dan sosial, dampak fisik dari *cyberbullying* juga dapat dirasakan oleh individu yang mengalaminya, seperti sakit kepala, gangguan tidur, dan masalah pencernaan akibat stres. Dalam kasus ekstrem, tekanan yang berkelanjutan dapat menyebabkan individu memikirkan untuk mengakhiri hidupnya sebagai bentuk pelarian dari situasi yang mereka alami (Syifa Mutma, 2020).

Lebih lanjut, dampak jangka panjang dari *cyberbullying* tidak hanya terbatas pada masa remaja, tetapi juga dapat memengaruhi kehidupan individu yang mengalaminya di masa depan. Mereka mungkin mengalami kesulitan dalam membangun kepercayaan diri, menghadapi permasalahan dalam hubungan interpersonal, serta memiliki risiko lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku berisiko (Septianawati et al, 2023). Penelitian lain yang dilakukan oleh Murwani (2020) menyoroti pola perilaku *cyberbullying* di kalangan remaja dan menunjukkan bahwa persepsi mereka terhadap *cyberbullying* berkontribusi terhadap keterlibatan mereka dalam tindakan tersebut. Dalam konteks ini, persepsi yang lebih negatif terhadap *cyberbullying* dapat mendorong individu untuk lebih aktif dalam melaporkan atau menanggapi tindakan tersebut, sedangkan persepsi yang lebih permisif dapat meningkatkan risiko keterlibatan dalam perilaku agresif.

Tidak hanya individu yang mengalami *cyberbullying* yang merasakan dampak negatif, tetapi individu yang melakukan tindakan ini juga menghadapi konsekuensi serius akibat perilaku mereka. Dampak *cyberbullying* terhadap individu yang melakukan tindakan mencakup berbagai konsekuensi negatif yang dapat memengaruhi kesehatan mental, perilaku sosial, dan perkembangan individu. Meskipun mereka tampak memiliki kekuasaan dalam situasi perundungan, mereka juga menghadapi risiko dampak serius akibat tindakan tersebut. Salah satu dampak utama adalah gangguan psikologis, dimana individu yang melakukan tindakan *cyberbullying* sering mengalami kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku. Individu yang terlibat dalam perilaku perundungan, baik sebagai pihak yang melakukan maupun yang mengalami tindakan ini, cenderung memiliki kondisi kesehatan psikologis yang lebih buruk. Selain itu, mereka mungkin mengalami rasa bersalah dan penyesalan setelah menyakiti orang lain, yang dapat menyebabkan masalah emosional dalam jangka panjang (Riswanto & Marsinun, 2020).

Selain dampak psikologis, individu yang melakukan *cyberbullying* juga cenderung mengembangkan pola perilaku agresif yang berkelanjutan, baik di dunia maya maupun dalam interaksi sosial sehari-hari. Tindakan perundungan dapat

memperkuat kecenderungan agresif dalam diri mereka, meningkatkan kemungkinan keterlibatan dalam kekerasan di lingkungan sekolah dan hubungan interpersonal lainnya. Ironisnya, perilaku ini dapat menyebabkan isolasi sosial, karena teman sebaya dan lingkungan sekitar mungkin menjauhi mereka akibat tindakan agresif yang dilakukan. Hal ini dapat memperburuk kondisi mental mereka serta meningkatkan risiko kesepian dan depresi (Marleni Pandie et al, 202).

Selain itu, keterlibatan dalam *cyberbullying* juga berdampak negatif terhadap prestasi akademik, karena individu yang melakukan tindakan ini sering kehilangan konsentrasi dan motivasi belajar, yang berujung pada penurunan nilai serta meningkatnya tingkat ketidakhadiran di sekolah (Pramono et al, 2022). Lebih lanjut, individu yang melakukan *cyberbullying* berisiko menghadapi konsekuensi hukum dan disiplin, seperti skorsing atau dikeluarkan dari sekolah akibat kebijakan anti-perundungan yang semakin ketat. Dalam beberapa kasus, tindakan mereka bahkan dapat berujung pada tuntutan hukum yang berdampak pada reputasi dan masa depan mereka (Marleni Pandie et al, 2020). Menariknya, Muzdalifah & Putri (2021) juga menunjukkan bahwa individu yang melakukan *cyberbullying* memiliki kecenderungan untuk mengalami tindakan serupa di kemudian hari, karena mereka dapat menghadapi reaksi balik dari teman sebaya yang berusaha membalas tindakan mereka. Hal ini menciptakan siklus dimana individu yang awalnya melakukan tindakan dapat beralih peran menjadi pihak yang mengalami tindakan tersebut, yang semakin memperburuk kondisi psikologis dan sosial mereka.

2.1.2 Kepercayaan diri

2.1.2.1 Definisi kepercayaan diri

Kepercayaan diri merupakan konsep psikologis yang merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuan dan potensi dirinya dalam mencapai tujuan tertentu. Menurut Wardani et al. (2021), kepercayaan diri dapat didefinisikan sebagai keyakinan atau kemampuan positif yang dimiliki individu untuk melaksanakan berbagai hal dengan tujuan tertentu. Pendapat ini sejalan dengan pandangan Lauster 1995 yang dikutip dalam (Ishmah et al, 2023) yang menyatakan bahwa kepercayaan

diri diperoleh melalui pengalaman hidup dan mencakup keyakinan terhadap kemampuan diri, sehingga individu tidak mudah terpengaruh oleh orang lain serta mampu berperilaku sesuai dengan keinginannya. Pada remaja kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dan potensi dirinya dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa remaja, individu mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial yang dapat memengaruhi tingkat kepercayaan diri mereka. Menurut Hartanti & Yulia (2022) kepercayaan diri memiliki peran penting dalam memberikan kontribusi yang berarti bagi kehidupan manusia dan dapat terlihat dari sikap remaja yang mampu menerima dirinya sendiri apa adanya. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri yang positif dapat membantu remaja dalam menjalani aktivitas belajar serta berinteraksi secara sosial.

Kepercayaan diri pada remaja sangat dipengaruhi oleh penggunaan media sosial, yang dapat memberikan dampak baik positif maupun negatif. Penelitian Sonia et al. (2020) menunjukkan bahwa kepercayaan diri berpengaruh terhadap komunikasi interpersonal remaja, yang berarti bahwa kepercayaan diri juga memengaruhi cara remaja berkomunikasi melalui media sosial. Remaja dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih aktif dan percaya diri dalam berinteraksi di platform media sosial, sedangkan mereka yang memiliki kepercayaan diri rendah mungkin merasa tertekan untuk tampil sempurna atau menyesuaikan diri dengan ekspektasi sosial yang ada. Di sisi lain, Qodariyah et al. (2024) menemukan bahwa penggunaan media sosial memungkinkan remaja memperoleh validasi dan pengakuan dari teman sebaya melalui interaksi seperti tanda suka (*likes*) dan komentar. Pujian yang diterima dapat meningkatkan harga diri remaja, namun sebaliknya, perbandingan sosial yang sering terjadi di media sosial dapat menurunkan tingkat kepercayaan diri mereka.

2.1.2.2 Faktor kepercayaan diri

Kepercayaan diri pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor internal yang dapat memengaruhi cara mereka memandang diri sendiri dan kemampuan mereka dalam

menghadapi tantangan. Salah satu faktor internal utama yang memengaruhi kepercayaan diri adalah harga diri. Harga diri dapat didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri, yang mencakup perasaan berharga, kompetensi, serta kemampuan dalam menghadapi berbagai tantangan (Sana et al, 2023).

Selain harga diri, kecerdasan emosional juga berperan penting dalam memengaruhi kepercayaan diri remaja. Kecerdasan emosional (KE) merupakan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta emosi orang lain. Menurut Mayer dan Salovey, kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk memantau perasaan dan emosi, membedakan berbagai jenis emosi, serta menggunakan informasi tersebut untuk membimbing pemikiran dan tindakan seseorang (Kadeni, 2022). Dalam remaja, kecerdasan emosional memiliki peran yang sangat penting karena dapat memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan teman sebaya, menghadapi tekanan sosial, dan mengelola stres. Remaja dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih mampu beradaptasi terhadap perubahan dan tantangan yang mereka hadapi. Selain itu, mereka juga lebih terampil dalam membangun hubungan yang positif dengan orang lain, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan kepercayaan diri (Ridianto 2023).

Pengalaman pribadi juga mempengaruhi tingkat kepercayaan diri remaja. Pengalaman pribadi dalam kepercayaan diri dapat didefinisikan sebagai hasil dari interaksi individu dengan berbagai situasi yang membentuk persepsi serta keyakinan terhadap kemampuan diri. Kepercayaan diri itu sendiri merupakan sikap positif yang mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mencapai tujuan dan menghadapi tantangan. Menurut Rahayu & Sugiarti (2023) kepercayaan diri muncul dari pengalaman yang telah dimiliki seseorang, yang memungkinkan individu untuk menilai kemampuan diri secara positif serta bertindak secara mandiri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pengalaman positif dalam situasi tertentu dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang (Riyanti & Darwis, 2020). Pengalaman pribadi yang berkontribusi

terhadap kepercayaan diri sering kali melibatkan interaksi sosial dan pencapaian individu.

Selain faktor internal, faktor eksternal juga turut mempengaruhi kepercayaan diri remaja. Media sosial, sebagai salah satu saluran komunikasi utama saat ini, dapat memiliki dampak positif maupun negatif terhadap kepercayaan diri remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Valentina et al. (2022) menunjukkan bahwa media sosial dapat membantu remaja menemukan jati diri dan meningkatkan keterampilan sosial mereka. Namun, penggunaan media sosial juga dapat menyebabkan rasa kurang percaya diri, terutama ketika remaja membandingkan diri mereka dengan standar yang ditampilkan di platform tersebut. Selain itu, standar sosial yang ditetapkan oleh masyarakat atau kelompok sosial mengenai perilaku yang dianggap dapat diterima juga dapat menciptakan tekanan bagi remaja untuk memenuhi harapan tertentu, baik dalam hal penampilan fisik, prestasi akademik, maupun interaksi sosial. Penelitian oleh Sonia et al. (2020) menunjukkan bahwa norma sosial yang berlaku di kalangan teman sebaya dapat memengaruhi tingkat kepercayaan diri remaja. Ketika remaja merasa bahwa mereka tidak memenuhi standar yang ditetapkan oleh kelompok sosial mereka, hal ini dapat menyebabkan penurunan kepercayaan diri.

Pengaruh pola asuh orang tua juga sangat besar terhadap perkembangan kepercayaan diri remaja. Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, baik yang otoriter, permisif, maupun demokratis, memengaruhi kepercayaan diri anak. Pola asuh demokratis, yang ditandai dengan komunikasi terbuka, memberikan kebebasan kepada anak untuk mengekspresikan diri dan membuat keputusan dengan bimbingan yang tetap terjaga, dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka (Praticia, 2022). Sebaliknya, pola asuh otoriter yang menekankan kontrol ketat dan minim komunikasi dapat menghambat perkembangan kepercayaan diri anak, karena anak merasa tidak berdaya dan kurang mandiri. Sementara itu, pola asuh permisif yang memberikan kebebasan berlebihan tanpa pengawasan yang memadai

dapat berdampak negatif terhadap kepercayaan diri anak, karena anak kesulitan menetapkan batasan dan mengelola emosi mereka (Faizin , 2021).

Pendidikan juga berperan penting dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Pendidikan yang berkualitas dapat membekali remaja dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi berbagai tantangan serta membangun rasa percaya diri yang kuat (Monitasari, 2024). Remaja yang mencapai prestasi akademik yang baik cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi karena mereka merasa dihargai dan diakui atas usaha serta kemampuan mereka (Khusnul Dwihestie, 2024). Penelitian oleh Sappaile & Pahrijal (2023) menunjukkan bahwa kemampuan kepemimpinan diri berpengaruh positif terhadap penyesuaian akademik mahasiswa baru, yang selanjutnya dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka. Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa prestasi akademik yang baik tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri, tetapi juga memengaruhi sikap dan perilaku siswa dalam berbagai situasi sosial.

2.1.2.3 Aspek-aspek pada kepercayaan diri

Menurut Lautser 1995 dalam (Ishmah et al., 2023) aspek-aspek kepercayaan diri terdiri dari beberapa komponen penting yang saling berkaitan. Pertama, kepercayaan pada kemampuan diri, atau *self-confidence*, merupakan konsep yang merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menghadapi tantangan dan meraih tujuan dalam hidup. Konsep ini mencakup beberapa aspek, termasuk keyakinan dalam mengambil risiko, penilaian yang realistis terhadap kemampuan pribadi, dan kemampuan untuk mengatasi hambatan dalam mencapai tujuan. Kepercayaan diri yang tinggi menjadi faktor krusial dalam menghadapi berbagai tantangan, dimana individu yang memiliki keyakinan ini akan lebih termotivasi untuk berusaha dan mengalami pengalaman yang lebih positif dalam hidup mereka (Nabilatul Husna et al, 2023).

Kedua, efikasi diri, atau *self-efficacy*, adalah konsep psikologi yang merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuan mereka untuk mencapai tujuan dan

melaksanakan tugas tertentu. Konsep ini diperkenalkan oleh Albert Bandura dalam teori kognitif sosialnya, yang menjelaskan bahwa efikasi diri bukan hanya berkaitan dengan kemampuan fisik atau intelektual seseorang, tetapi juga dipengaruhi oleh pengalaman, pengamatan, dan penilaian diri atas kemampuan tersebut (Yuwono, 2021). Efikasi diri berperan kunci dalam proses pengambilan keputusan, pengaturan emosi, dan respons terhadap ancaman, serta berkontribusi terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis (Elita Widiyanti, 2023).

Ketiga, harga diri, atau *self-esteem*, merupakan konsep psikologis yang merujuk pada evaluasi individu terhadap nilai dan kompetensinya sendiri. *Self-esteem* dapat diartikan sebagai tingkat kepuasan seseorang terhadap diri sendiri yang mencakup sikap dan perasaan positif atau negatif terhadap diri mereka sendiri (Blinkhorn, 2021). Dalam konteks ini, *self-esteem* dapat terbagi menjadi dua kategori tinggi dan rendah dimana individu dengan *self-esteem* tinggi cenderung menerima diri mereka dan memiliki pandangan positif terhadap kapasitas serta kontribusi mereka dalam interaksi sosial.

Keempat, keberanian bertindak, atau "*Courage to Act*," merupakan konsep yang melibatkan keberanian moral dan kemampuan individu untuk mengambil tindakan dalam menghadapi tantangan etis, baik dalam konteks pribadi maupun profesional. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Pajakoski et al. (2021) keberanian moral dijelaskan sebagai tindakan yang diambil sesuai dengan nilai-nilai etis individu, meskipun risiko terhadap konsekuensi negatif mungkin dihadapi. Hal ini menunjukkan bahwa keberanian bertindak tidak hanya melibatkan pengakuan terhadap situasi yang memerlukan tindakan, tetapi juga keinginan untuk menerapkan nilai-nilai pribadi dalam konteks yang berisiko.

Kelima, pengendalian diri, atau *self-control*, didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menahan dorongan atau keinginan yang tidak sesuai, memungkinkan dirinya bertindak secara positif dan berperilaku sesuai dengan norma dan tujuan yang diinginkan. Pengendalian diri berperan penting dalam

berbagai aspek kehidupan sehari-hari, termasuk dalam pengambilan keputusan, pengelolaan emosi, dan interaksi sosial (Nur Indana & Khorifa Izlia Aqnuri, 2022). Pengendalian diri merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan perilaku mereka menuju tindakan yang konstruktif sambil menekan impuls yang dapat menyebabkan perilaku yang tidak diinginkan, seperti pembelian impulsif (*impulsive buying*).

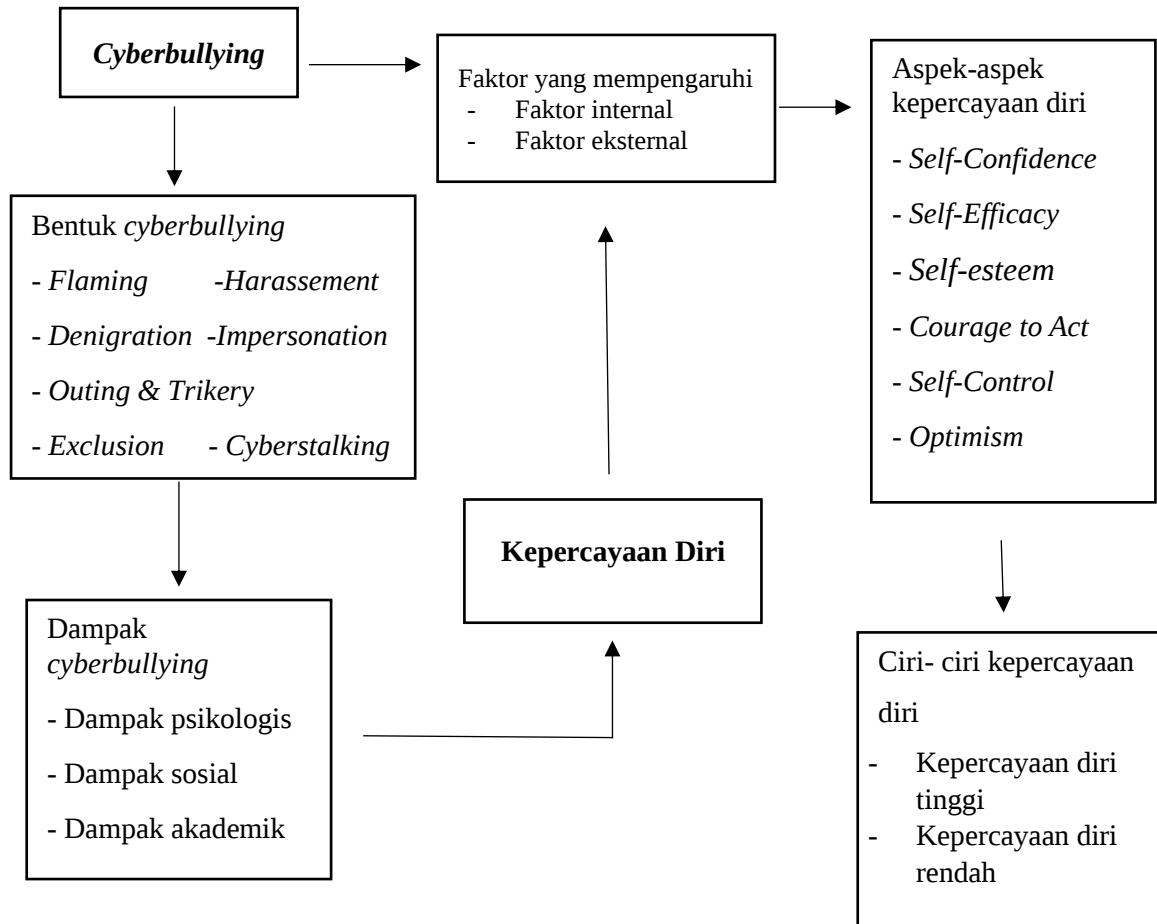
Keenam, optimisme, dalam konteks psikologi dan kehidupan sehari-hari, dapat didefinisikan sebagai sikap mental yang menciptakan harapan positif terhadap masa depan. Optimisme mencerminkan keyakinan seseorang bahwa peristiwa yang akan datang akan membawa hasil yang baik (Sri Hertinjung et al, 2022). Sebagai karakteristik psikologis, optimisme berkaitan erat dengan konsep diri dan kepercayaan diri, dimana individu dengan pandangan positif cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi (Biagi & Uyun, 2023). Optimisme tidak hanya memberikan motivasi tambahan dalam menghadapi tantangan, tetapi juga membantu individu mengatasi hambatan dengan lebih baik, sehingga berdampak positif pada kesejahteraan emosional dan keberhasilan hidup secara keseluruhan.

2.1.2.4 Ciri ciri remaja dengan kepercayaan diri tinggi dan rendah

Remaja dengan kepercayaan diri tinggi umumnya memiliki kemampuan komunikasi yang baik. Mereka mampu berinteraksi secara langsung dan mempertahankan komunikasi dalam jangka waktu yang lama. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa individu dengan kepercayaan diri tinggi cenderung berani berbicara dan menyampaikan pendapat mereka (Sonia et al, 2020). Selain itu, remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi lebih mampu mengeksplorasi potensi diri, sehingga dapat mengembangkan bakat dan minat secara maksimal. Mereka juga cenderung memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri dan lebih siap menghadapi tantangan, yang berkontribusi pada peningkatan efikasi diri (Saranga' et al, 2021).

Sebaliknya, remaja dengan kepercayaan diri rendah sering kali mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial. Mereka cenderung merasa cemas dan tidak nyaman dalam situasi sosial, sehingga menghambat kemampuan mereka untuk berkomunikasi secara efektif (Haryanti et al, 2020). Penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan kepercayaan diri rendah mungkin merasa tertekan oleh penilaian sosial, yang dapat menyebabkan mereka menarik diri dari interaksi sosial. Selain itu, faktor-faktor seperti kekerasan verbal dari orang tua dan masalah citra tubuh juga berkontribusi pada rendahnya kepercayaan diri (Oktania et al, 2022). Misalnya, remaja yang merasa tidak puas dengan penampilan fisik mereka dapat mengalami penurunan kepercayaan diri yang signifikan, yang berdampak pada kesehatan mental mereka.

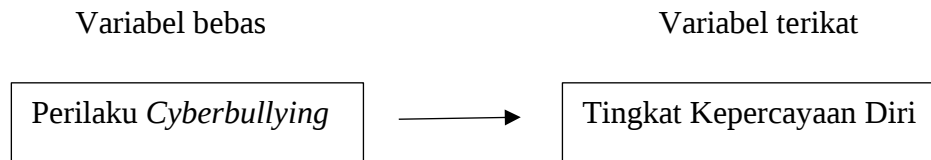
2.2 Kerangka teori



Gambar 2.2 Kerangka Teori

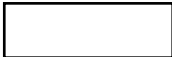
Sumber : Hanika et al 2021, Riswanto & Marsinun 2020, Cantika Samha et al 2023, Lo et al 2020, Ridianto 2023, Sonia et al 2020. Citra et al 2021.

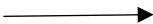
2.3 Kerangka konsep



Gambar 2.3 Kerangka Konsep

Keterangan :

 : Variabel yang akan diteliti

 : Yang dihubungkan

2.4 Hipotesis

Hipotesis penelitian merupakan sebuah pernyataan atau jawaban yang dibuat sementara dan akan diuji kebenarannya. Pengujian hipotesis penelitian dilakukan melalui uji statistik. Hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara dari tujuan penelitian. Hipotesis dapat disimpulkan berhubungan atau tidak, berpengaruh atau tidak, diterima atau ditolak (Nursalam, 2017).

Ha : Terdapat hubungan antara perilaku *cyberbullying* dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja di SMK Baruna Dukuhwaru