**Dampak Cyberbullying terhadap Kesehatan Mental Korban**

Perkembangan teknologi informasi dan telekomunikasi yang semakin maju telah mempengaruhi perilaku masyarakat. Hampir semua aspek kehidupan bergantung pada dunia maya, bahkan tidak sedikit yang menggantungkan hidupnya di sana. Kejahatan model lama dengan cepat beradaptasi dengan kecanggihan teknologi serta mengancam dunia maya. Kasus yang paling sering ditemukan adalah cyberbullying. Cyberbullying ini telah menjadi fenomena baru, terutama di kalangan anak-anak berusia remaja dan lebih kejam dibandingkan bullying di dunia nyata karena meninggalkan jejak digital seperti foto, video, dan tulisan. Dampak cyberbullying juga tergolong besar karena mampu mempengaruhi psikologis seseorang.

Pada tanggal 23 Mei 2020, media internasional khususnya Indonesia dan Jepang dihebohkan dengan meninggalnya pegulat Jepang, Hana Kimura yang memiliki darah Indonesia dari ayahnya. Pegulat profesional yang dikenal lewat World Wonder Ring Stardom ini diberitakan tewas karena bunuh diri akibat tidak kuat menghadapi cyberbullying yang diterimanya. Oleh karena itu, diperlukan penjelasan dan edukasi terkait pengaruh dari cyberbullying dan bagaimana tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah dan menghindarinya. Sehingga dampak negatif dari cyberbullying yang mempengaruhi kesehatan mental dapat ditekan dan teratasi.

Tulisan ini merupakan hasil penelitian oleh Tim Researcher Komahi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Melalui wawancara dengan 6 orang mahasiswa dari berbagai jurusan serta sumber dari artikel dan berita sebagai media pendukung data primer, tulisan ini bertujuan untuk mengetahui dampak cyberbullying terhadap kesehatan mental para korban..

Dilasir dari halaman unicef.org, cyberbullying merupakan bullying atau perundungan dengan menggunakan teknologi digital. Cyberbullying ini dapat terjadi di media sosial, platform chatting, platform bermain game, dan media digital lainnya. Adapun menurut Think Before Text, cyberbullying adalah perilaku agresif dan bertujuan yang dilakukan menggunakan media elektronik terhadap seseorang yang dianggap tidak mudah melakukan perlawanan atas tindakan tersebut. Sehingga dapat disimpulkan bahwa cyberbullying terjadi karena munculnya rasa superioritas akibat ketimpangan kekuatan dalam kapasitas fisik dan mental yang didominasi oleh pelaku terhadap korban.

Adapun beberapa hasil wawancara dari mahasiswa diantaranya Yuli dan Niken mengungkapkan pendapatnya terhadap tindakan cyberbullying. Dimana cyberbullying yang saat ini didominasi oleh body shaming merupakan sebuah bentuk perundungan yang mengakibatkan stres dan tidak jarang mengarah kepada depresi dan gangguan psikis kepada korban.

Dampak yang didapatkan oleh korban cyberbullying sangat fatal dan bisa membahayakan dirinya sendiri. Dampak umum yang dialami para korban adalah seperti dipermalukan, stres dan depresi yang mengarah pada penghinaan serta tekanan yang terjadi terus menerus kepada korban sehingga menyebabkan sedih dan tertekan. Para korban juga dapat mengalami dampak pada kesehatan mentalnya seperti, paranoid, kehilangan rasa percaya diri, agresif, dan juga dapat melakukan tindakan kriminal untuk meluapkan emosi terhadap apa yang sedang terjadi kepada korban.

Saat ini, kebanyakan para korban cyberbullying merasa insecure atau merasa minder terhadap seseorang yang menurut mereka lebih baik dibandingkan dengan mereka. Seperti halnya kasus body shaming, pelaku dengan sengaja mengomentari bentuk tubuh dari seseorang dan bahkan menjadikannya sebagai bahan lelucon sehingga korban merasa rendah dan tidak pantas untuk tampil di media sosial.

Dampak cyberbullying juga dapat meluas ke lingkungan para korban, seperti merasa tidak pantas untuk menyampaikan sesuatu dan kehilangan rasa percaya dirinya. Kebanyakan pelaku dari cyberbullying menyebutkan bahwa tindakan yang mereka lakukan adalah sebuah bentuk kritikan, tetapi tanpa disadari hal tersebut dapat menjatuhkan mental korban dan membuatnya merasa bahwa dirinya memang pantas mendapatkan perlakuan tersebut dan tidak sedikit yang memilih untuk mengakhiri hidupnya.

Melihat dampak negatif yang ditimbulkan semakin besar dan meluas, pemerintahan Indonesia kemudian berupaya untuk menangani cyberbullying, salah satunya yaitu dengan membuat Undang-Undang tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE).

Dikutip dari skripsi salah satu alumni Universitas Mataram, Lalu Nabiel Hamadi, bahwa Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2016 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 Tentang Informasi dan Transaksi Elektronik, terdapat beberapa pasal-pasal untuk menjerat para pelaku cyberbullying. Dimana undang-undang ini menerapkan larangan dan saksi pidana antara lain:

1) Pasal 27 ayat (1): Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak menyebarkan informasi dan/atau mentransmisikan dan/atau membuat dapat diaksesnya Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik yang memiliki muatan yang melanggar kesusilaan.

2) Pasal 27 ayat (3): Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak menyebarkan informasi dan/atau mentransmisikan dan/atau membuat dapat diaksesnya Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik yang memiliki muatan penghinaan dan/atau pencemaran nama baik.

3) Pasal 27 ayat (4): Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak menyebarkan informasi dan/atau mentransmisikan dan/atau membuat dapat diaksesnya Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik yang memiliki muatan pemerasan dan/atau pengancaman.

4) Pasal 28 ayat (2): Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak menyebarkan informasi yang ditujukan untuk menimbulkan rasa kebencian atau permusuhan individu dan/atau kelompok masyarakat tertentu berdasarkan atas suku, agama, ras, dan antar golongan (SARA).

5) Pasal 29: Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak mengirimkan Informasi Elektronik dan /atau Dokumen Elektronik yang berisi ancaman kekerasan atau menakut-nakuti yang ditujukan secara pribadi.

Terdapat hukuman yang diterima oleh mereka yang telah melanggar pasal-pasal tersebut. Misalnya hukuman yang diterima oleh pelanggar Pasal 29 dijelaskan dalam Pasal 45B Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 dan seterusnya.

Saat ini kegiatan bersosialisasi yang dilakukan di dalam dunia maya memunculkan istilah baru yaitu netizen. Dimana netizen mengacu pada orang yang aktif beraktivitas di dunia internet. Netizen ini sangat berperan penting dalam masalah cyberbullying.

Oleh karena itu, setiap netizen atau pengguna internet harus bijak dalam memilih dan mengetik kata-kata atau komentar di media sosial. Hal ini dikarenakan interpretasi orang-orang terhadap sebuah kata atau kalimat berbeda-beda. Bisa saja kalimat yang ditujukan sebagai kritik, saran atau bahkan hanya candaan dimaknai berbeda karena pemilihan kata yang tidak tepat. Jika memang orang tersebut berbuat kesalahan, hendaknya diingatkan melalui pesan pribadi dengan kata-kata yang pas untuk membuatnya menyadari kesalahan yang sengaja atau tidak sengaja dibuatnya tanpa membuatnya malu dan merasa terpojokkan.

Sebagai netizen hendaknya kita bijak dalam menggunakan media sosial. Karena tak dapat dipungkiri bahwa para pengguna media sosial lah yang menjadi pengawas terhadap tindakan-tindakan cyberbullying yang terjadi di internet. Mari saling bahu membahu menjadi netizen cerdas dan simpatik terhadap kasus cyberbullying. Dimana jika menemukan tindakan cyberbullying tidak ikut meramaikan debat yang tidak berarti, namun hendaknya memberikan dukungan moral kepada korban dan membantu untuk melaporkan tindakan cyberbullying tersebut apabila korban membutuhkan bantuan (nsa/dit/nrl/rza).