



Perlindungan Hukum terhadap Remaja berkaitan dengan Penanganan Kesehatan Mental

Alzena Levia Putri Tubagus

Universitas Suryakencana

E-Mail: alzenalevia549@gmail.com

ABSTRAK

Kemajuan teknologi telah mengubah aktivitas manusia, terutama dalam bidang teknologi dan komunikasi. Namun, kemudahan ini justru disalahgunakan oleh beberapa orang untuk melakukan kejahatan, seperti cyberbullying. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari cyberbullying di media sosial dan mengetahui cara penanggulangannya. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan metode interview individual dan kelompok. Penelitian ini Survei dari 45 responden, terdapat 95,6% yang mengatakan bahwa kasus cyberbullying di Indonesia sudah banyak terjadi. Hal tersebut menunjukkan bahwa kondisi cyberbullying di Indonesia sudah berada dalam taraf tinggi. Maka, cyberbullying seharusnya ditanggapi dengan serius. Di Indonesia, kasus cyberbullying sudah diatur dalam Undang-Undang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE) yang seharusnya dapat mengurangi kasus cyberbullying. Namun, pada kenyataannya, UU ITE belum sepenuhnya menjamin dapat mengurangi kasus cyberbullying. Sehingga, satu-satunya yang dapat menanggulangi dampak dari cyberbullying adalah diri sendiri.

Kata Kunci: Depresi, Hukum, Kesehatan, Perlindungan, Remaja.

ABSTRACT

Technological advances have changed human activities, especially in the fields of technology and communication. However, this convenience is actually misused by some people to commit crimes, such as cyberbullying. This research aims to determine the impact of cyberbullying on social media and find out how to overcome it. The method used is descriptive qualitative with individual and group interview methods. This research is useful for increasing awareness of fellow humans, especially regarding mental health. In a survey of 45 respondents, 95.6% said that there were many cases of cyberbullying in Indonesia. This shows that the condition of cyberbullying in Indonesia is at a high level. So, cyberbullying should be taken seriously. In Indonesia, cyberbullying cases are regulated in the Information and Electronic Transactions Law (UU ITE) which should be able to reduce cases of cyberbullying. However, in reality, the ITE Law does not fully guarantee that it can reduce cases of cyberbullying. So, the only one who can overcome the impact of cyberbullying is yourself.

Keywords: Depression, Health, Law, Protection, Teenager.

A. PENDAHULUAN

Kesehatan mental atau jiwa menurut Undang - Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa merupakan kondisi dimana seseorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya. Hal itu juga berarti kesehatan mental mempunyai pengaruh terhadap fisik seseorang dan juga akan mengganggu produktivitas. Kesehatan mental sangat penting untuk menunjang produktivitas dan kualitas kesehatan fisik. Gangguan mental atau kejiwaan bisa dialami



oleh siapa saja Menurut George Peter Murdock, sosiologi keluarga adalah ilmu yang mempelajari keluarga sebagai institusi sosial, termasuk struktur keluarga, peran-peran keluarga, dan bagaimana keluarga berinteraksi dengan masyarakat.¹

Pada usia remaja (15-24 tahun) memiliki persentase depresi sebesar 6,2%. Depresi berat akan mengalami kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri (*self harm*) hingga bunuh diri. Sebesar 80 - 90% kasus bunuh diri merupakan akibat dari depresi dan kecemasan. Kasus bunuh diri di Indonesia bisa mencapai 10.000 atau setara dengan setiap satu jam terdapat kasus bunuh diri. Menurut ahli *sociodologist* 4.2% siswa di Indonesia pernah berpikir bunuh diri. Pada kalangan mahasiswa sebesar 6,9% mempunyai niatan untuk bunuh diri sedangkan 3% lain pernah melakukan percobaan bunuh diri. Depresi pada remaja bisa diakibatkan oleh beberapa hal seperti tekanan dalam bidang akademik, perundungan (*bullying*), faktor keluarga, dan permasalahan ekonomi.²

Depresi terjadi dengan salah satu ciri adalah dengan stres dan kecemasan berkepanjangan yang menyebabkan terhambatnya aktivitas dan menurunnya kualitas fisik. Pencegahan depresi dapat dilakukan dengan pengelolaan stres. Pengelolaan stres masing - masing individu berbeda, ada yang mengelola stres dengan melakukan kegiatan yang disukai seperti hobi, melakukan kegiatan *refreshing*, mendekati diri dalam konteks spiritual keagamaan, hingga bercerita kepada orang lain untuk mengurangi beban stres. Terlepas dari stigma masyarakat, keberanian diri untuk terbuka terhadap orang lain dan berobat merupakan salah satu langkah yang tepat. Di era digital seperti sekarang banyak *platform* yang menyediakan layanan konsultasi secara daring dengan biaya maupun gratis. Selain itu, beberapa puskesmas telah menyediakan layanan konsultasi psikologi dengan biaya gratis maupun berbayar dengan harga terjangkau.³

Akan tetapi pemahaman akan kesehatan mental di Indonesia cenderung rendah. Hal ini dibuktikan dengan tingkat pemasangan orang dengan gangguan jiwa sebesar 14% pernah pasung seumur hidup dan 31,5% dipasung 3 bulan terakhir. Selain itu sebesar 91% masyarakat Indonesia yang mengalami gangguan jiwa tidak tertangani dengan baik dan hanya 9% sisanya yang dapat tertangani. Tidak ditangani dengan baik bisa menjadi indikasi akan kurangnya fasilitas kesehatan mental ditambah kurangnya pemahaman akan kesehatan mental. Masyarakat cenderung memberi stigma negatif terhadap orang dengan gangguan mental atau jiwa yaitu dengan mencela dan menganggapnya sebagai aib, anggapan akan orang gila. Selain itu masyarakat yang kurang paham akan tanda - tanda gangguan mental seperti depresi, yang mana depresi merupakan gangguan kesehatan mental yang paling sering ditemukan. Hal ini menyebabkan orang dengan kesehatan mental yang terganggu cenderung susah terbuka akan pengobatan dan malah merasa lebih tertekan akan stigma masyarakat. Hendaknya masyarakat lebih terbuka dan peka akan gangguan kesehatan mental disekitarnya. Masyarakat bisa menjadi pendengar bagi orang yang mengalami depresi maupun stres sebagai upaya meringankan beban mental.

Sebagaimana berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan permasalahan yang ada, yaitu Bagaimana perlindungan Hukum terhadap Kesehatan mental di zaman modern. Tujuan artikel ini untuk meningkatkan kepedulian terhadap sesama manusia khususnya mengenai kesehatan mental.

¹ Aris & Khansa, "Perlindungan Hukum Terhadap Remaja Berkaitan Dengan Penanganan Kesehatan Mental," Gramedia Blog, n.d.

² Tiara Inrata m.r, *Penanganan Kesehatan Mental*, 2023.

³ egsaugm, "Darurat Kesehatan Mental Bagi Remaja," *egsa.geo.ugm.ac.id*, 2020.



B. METODE

Menurut McMillan dan Schumacher, penelitian adalah proses penemuan dan analisis data secara sistematis dan logis untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut Soerjono Soekanto, penelitian adalah kegiatan ilmiah yang berpusat pada analisis, dilakukan dengan sistematis dan konsisten, bertujuan untuk mengungkapkan kebenaran.⁴

Artikel ini berisi penelitian kualitatif deskriptif dengan metode interview individual dan grup dengan tujuan penelitian ini agar mengetahui pengaruh kesehatan manusia. pengaruh perkembangan modernitas dan teknologi yang semakin pesat turut mendorong masalah kesehatan mental mengintai, terutama bagi kalangan remaja. Gaya hidup yang tidak terpenuhi dengan tuntutan media sosial dan semakin beragamnya kebutuhan manusia di era modern turut menciptakan berbagai masalah psikologi pada diri seseorang.

C. HASIL ATAU PEMBAHASAN

Media sosial telah banyak digunakan oleh masyarakat di berbagai belahan dunia karena dapat memudahkan untuk berkomunikasi dengan orang lain bahkan melihat aktivitas orang lain dari jarak jauh. Media sosial dapat diakses oleh siapapun termasuk anak-anak berusia di bawah 17 tahun. Penggunaan media sosial yang baik dapat memberikan banyak manfaat kepada para penggunanya seperti berinteraksi dan menjalin pertemanan, kampanye program pendidikan, sosial, agama, kesehatan, serta promosi dan pemasaran produk tertentu. Namun, dibalik banyaknya manfaat yang dapat diperoleh dari penggunaan media sosial, tidak jarang ditemukan berbagai hal negatif seperti komentar buruk yang diberikan oleh seseorang terhadap orang lain, baik kepada publik figur atau bahkan kepada orang yang dikenali. Hal tersebut dapat dilakukan secara terang-terangan melalui akun pribadi ataupun akun anonim. Komentar buruk yang diberikan dapat berupa penghinaan fisik, hinaan yang menyangkut SARA, bahkan fitnah yang dapat merugikan seseorang.⁵

Hal itu dapat menyakiti seseorang bahkan dapat membahayakan nyawa jika seseorang tersebut memiliki mental yang tidak cukup kuat dikarenakan perbuatan orang-orang yang tidak bertanggung jawab dan tidak bijak dalam menggunakan media sosial. Dari tanggapan responden, diperoleh bahwa sebagian besar pengguna media sosial masih memperhatikan etika dalam berkomentar di media sosial dan menggunakan media sosial disertai dengan tanggung jawab sehingga tidak berpotensi untuk menyakiti orang lain melalui komentar buruk yang diberikan terhadap orang lain. Meskipun sebagian kecil responden pernah berkomentar buruk terhadap orang lain di media sosial, hal tersebut tetap dapat memberikan pengaruh yang buruk pada kehidupan orang tersebut.⁶

Pengguna media sosial yang bijak perlu menghindari hal-hal yang dapat membahayakan dirinya maupun orang lain. Idealnya, baik di dunia maya maupun di dunia nyata, saling menghargai terhadap sesama tetaplah diperlukan mengingat manusia merupakan makhluk sosial yang selalu membutuhkan orang lain dalam hidupnya. Studi dari Oksanen et al. dalam Anwar menyimpulkan bahwa peningkatan *cyber-hate* juga diimbangi dengan penggunaan media sosial. Berdasarkan hal tersebut,

⁴ Doktor Irwantariandsa, "Metode Penelitian Mengenai Kesehatan Mental Remaja," 2019.

⁵ Fadia Tyora Yulieta et al., "Pengaruh Cyberbullying Di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Fadia," *Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarnegaraan* 1, no. 8 (2021): 257–63.

⁶ William Ramdhan et al., "Pengaruh Buruk Dalam Kesehatan Mental," vol. 1, 2021, <http://jurnal.goretanpena.com/index.php/JPSTM>.



masih banyak pengguna media sosial yang belum menyadari betapa pentingnya beretika di media sosial bahkan hingga menyalahgunakan media sosial untuk hal-hal negatif untuk kepentingan dan kepuasan diri sendiri namun dilakukan dengan menjatuhkan orang lain.

Hal itu dikarenakan tidak semua orang mampu dan kuat untuk menerima berbagai cacian dan makian kepada dirinya, sehingga tidak jarang orang yang menerima perlakuan buruk dari orang lain membahayakan dirinya sendiri. Oleh karena itu, penggunaan media sosial perlu dilakukan secara bijak agar dapat melindungi sesama dan meminimalisir hal-hal yang tidak diinginkan. Berdasarkan Kemudahan dalam Berkomentar Negatif Berdasarkan survei yang telah diisi oleh 45 orang responden, 68,9% menyatakan bahwa memberikan komentar negatif lebih mudah dilakukan di media sosial apabila dibandingkan dengan kehidupan sehari-hari, 22,2% menyatakan bahwa tidak ada pengaruh media sosial terhadap mudahnya memberikan komentar negatif, serta 8,9% menyatakan bahwa lebih mudah untuk memberikan komentar negatif pada kehidupan sehari-hari.⁷

Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar orang lebih sering memberikan komentar negatif melalui media sosial. Kemajuan teknologi, khususnya media sosial telah membuat perubahan yang signifikan terhadap pola komunikasi tiap orang. Selain komentar positif, juga terdapat banyak komentar negatif yang dapat diterima oleh setiap orang, baik itu orang dewasa maupun anak-anak. Dengan mudahnya akses komunikasi di media sosial, muncul akun-akun yang bersifat ujaran kebencian terhadap suatu individu maupun kelompok.

Pada zaman dahulu sebelum ditemukannya telepon atau teknologi komunikasi lainnya, komunikasi antar individu harus melalui tatap muka secara langsung. Seiring berkembangnya teknologi, kini setiap individu memiliki akses yang tidak terbatas untuk berkomunikasi. Kemudahan dalam berkomunikasi ini sering disalahgunakan oleh beberapa pihak. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seringnya terjadi komentar negatif di media sosial, diantaranya adalah kemudahan dalam membuat akun. Pembuatan akun di media sosial tidak memerlukan persyaratan yang rumit. Pengguna hanya membutuhkan alamat email dan nomor telepon sebagai syarat untuk menjadi pengguna media sosial. Selain itu, penggunaan media sosial tidak membutuhkan biaya yang mahal, lain halnya dengan penggunaan media-media tradisional seperti televisi dan radio yang membutuhkan modal yang besar.⁸

Di media sosial, pengguna juga dapat memalsukan identitas dirinya dengan mudah. Hal ini terbukti dengan banyaknya pengguna media sosial yang membuat akun khusus untuk melakukan kegiatan seperti *hate comment*, *stalking*, pengiriman gambar yang mengandung pornografi, mengirimkan kode jahat, dan pelanggaran privasi lainnya. Dalam tingkat lanjut, pemalsuan identitas ini dapat berujung pada tindak kejahatan, seperti penipuan atau pemerasan.

Kurangnya kesadaran korban pelanggaran privasi untuk melapor ke pihak yang berwenang juga ikut mendorong terjadinya *Cyberbullying* di media sosial. Kebanyakan korban memilih untuk tidak memberitahukan masalah tersebut, bahkan kepada orang terdekat sekalipun. Hal ini terjadi karena perubahan pola interaksi dalam keluarga karena adanya teknologi. Seperti yang kita lihat, saat ini anak-anak dengan usia dibawah 10 tahun sudah memiliki gadget sendiri. Hal ini tentunya akan berdampak buruk dikarenakan anak-anak tersebut akan hanya fokus dengan kesibukannya masing-masing dibandingkan dengan interaksi dengan keluarga.

⁷ Dewi Bunga, "Pengaruh Negatif Dari Kesehatan Mental Remaja," 1980, 21–34.

⁸ Jelamu Ardu Marius, "Penggunaan Teknologi Bagi Remaja," *Penyuluhan 2*, no. 2 (2006): 1–8, <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jupe/article/download/2190/1219/>.



Berdasarkan survei yang telah dilakukan, 53,3% responden memilih untuk tidak ikut campur meskipun turut merasa sedih dengan adanya *cyberbullying*, 22,2% memilih untuk menolong korban dengan membalas komentar, 15,6% memilih untuk tidak peduli dan tetap melanjutkan aktivitas sosial media masing-masing, serta 8,9% memilih jawaban lainnya, yaitu tergantung kasus yang ditemukan. Data ini menunjukkan masih kurangnya kepedulian masyarakat terhadap kasus *cyberbullying*. Kebanyakan masyarakat masih tidak ingin terlibat langsung dikarenakan tidak ingin terjerumus kedalam masalah yang serius. Selain itu, kurangnya kesadaran masyarakat tentang bahaya *cyberbullying* juga turut berpengaruh. Kebanyakan masyarakat berpikir bahwa tindakan *cyberbullying* bukan merupakan tindak pidana. Hal tersebut akan menyebabkan semakin maraknya kejahatan di media sosial. Oleh karena itu, diperlukan peran serta masyarakat dan kepolisian dalam mencegah atau mengurangi terjadinya *cyberbullying* di media sosial.⁹

Diantara peran masyarakat dalam mencegah atau mengurangi *cyberbullying* di media sosial diantaranya adalah dengan meningkatkan pengetahuan agama sehingga tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan luar, memberikan batasan waktu penggunaan media sosial pada anak, serta mengontrol akun media sosial anak. Apabila sedang melihat kejadian *cyberbullying*, sebaiknya dilaporkan kepada pihak yang berwenang, contohnya kepada polisi. Peran polisi dalam mencegah *cyberbullying* adalah dengan melakukan pembinaan terhadap pelaku *cyberbullying* sehingga mereka lebih merasa bersalah dan tidak berniat untuk mengulangi perbuatan tersebut kembali.¹⁰

Selain itu, tindakan pencegahan yang dapat dilakukan oleh polisi adalah dengan kerjasama dengan mahasiswa untuk mengkampanyekan anti-*cyberbullying*, melibatkan partai politik untuk pendidikan kepada kader-kader partai, menetapkan secara tegas pelaku *cyberbullying*, serta mengadakan perlombaan yang berhubungan dengan kampanye anti-*cyberbullying*. Untuk itu dalam ranah hukum masih perlu dikaji terkait berada dalam kategori delik aduan atau delik biasa. Bila ada dalam kategori delik aduan, maka yang menjadi korban atau yang merasa dirugikan bisa melaporkan ke pihak kepolisian. Sedangkan, untuk delik biasa, pihak polisi bisa langsung menindak para pelaku *cyberbullying* di media social. Survei yang diisi oleh 45 responden, 95,6% mengatakan bahwa kasus *cyberbullying* di Indonesia sudah banyak terjadi, sedangkan 4,4% mengatakan bahwa kasus *cyberbullying* di Indonesia masih dalam taraf normal. Hal ini menunjukkan bahwa kasus *cyberbullying* sudah sering terjadi di Indonesia dan dapat dilihat dengan jelas. Menurut Syah dan Hermawati, bentuk bermacam-macam, dapat berupa stalker, publikasi data pribadi orang lain, tindakan intimidasi, pemerasan, dan bentuk balas dendam.¹¹

Dalam penelitian syah dan Hermawati, *cyberbullying* di Indonesia sering terjadi pada *public figure*, artis, atau bahkan anak artis yang memiliki followers banyak di instagram. Biasanya *cyberbullying* ini dilakukan dengan berkomentar tentang penampilan yang menjerumus ke ejekan. Selain ejekan, *cyberbullying* juga dapat terjadi berupa fitnah. di Indonesia yang terjadi pada orang biasa (bukan *public figure*, artis, atau anak artis) biasanya dilakukan oleh teman sendiri. Biasanya teman sendiri

⁹ Tyora Yulieta et al., "Pengaruh Cyberbullying Di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Fadia."

¹⁰ Permai Yudi et al., "Sosialisasi Dampak Penyalahgunaan Media Sosial 'Cyberbullying' Pada Kaum Muda Millennial Ditinjau Dari Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik Di UPT PSAR Tanjung Morawa," *Jurnal Krida Cendekia* 01, no. 02 (2021): 86–92.

¹¹ Ayu Puput Budi Kumala and Agustin Sukmawati, "Dampak Cyberbullying Pada Remaja," *Alauddin Scientific Journal of Nursing* 1, no. 1 (2020): 55–65, <https://doi.org/10.24252/asjn.v1i1.17648>.



menganggap hal tersebut adalah sebuah candaan. Contoh kasus *cyberbullying* yang dilakukan oleh teman sendiri yaitu *cyberbullying* dalam sebuah grup, dimana di dalam grup hanya berisi korban dan orang-orang yang merasa tidak suka dengan korban. Sehingga, terjadi pengucilan dalam grup tersebut dan berdampak juga pada *real life*. Selain itu, dalam survei juga menunjukkan bahwa 17,78% pernah mengalami kasus *cyberbullying*.¹²

Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* merasa sedih, bingung, dan tertekan. selain itu, hal itu juga tidak dapat dilupakan dan akan selalu ada dalam ingatan orang yang mengalami kasus Berdasarkan penelitian, 80% dari 102 siswa pernah mengalami *cyberbullying* dan hal ini berdampak pada psikologis siswa. *Cyberbullying* dapat menimbulkan efek jangka panjang bagi korban, seperti depresi, sedih yang berlarut-larut, frustrasi, hilangnya kepercayaan diri. Bahkan, pada kondisi mental yang lemah dapat menyebabkan kegagalan dalam sekolah, self harm, sampai bunuh diri. *Cyberbullying* sendiri dapat merusak jiwa dan kondisi psikologis remaja.¹³

Tindak *cyberbullying* yang sudah sangat sering dijumpai di Indonesia ternyata masih banyak anggapan bahwa hal tersebut adalah hal yang wajar. Sehingga, perlu adanya edukasi lebih tentang dampak yang ditimbulkan dari *cyberbullying* agar masyarakat tidak mewajarkan hal tersebut. Untuk mencegah tindak *cyberbullying* perlu adanya kontribusi orang tua yang besar. orang tua harus dapat memberikan edukasi bagaimana berperilaku dengan baik dalam bersosial media dan harus selalu melakukan pemantauan aktivitas anak dalam bersosial media.¹⁴

Sehingga, dalam hal ini wajib terjalin komunikasi terbuka antara orang tua dengan anak agar memudahkan untuk mengetahui kondisi anak dalam hal bersosial media. Hal ini diperlukan karena seringkali orang tua tidak mengetahui apabila anak mengalami *cyberbullying*. Hal yang harus dilakukan oleh orang tua apabila anaknya mengalami *cyberbullying* adalah memberikan dukungan penuh untuk anak dan meyakinkan anak bahwa mereka dalam kondisi aman dan nyaman dan akan selalu seperti itu.¹⁵

Peran pemerintah juga sangat besar dalam mencegah dan menangani kasus *cyberbullying*. Pemerintah harus lebih tegas dalam menegakkan hukum bagi pelaku *cyberbullying*. selain itu, pemerintah juga harus menciptakan kondisi yang nyaman bagi korban agar korban dapat percaya kepada pemerintah. Sehingga, korban dapat mengungkapkan apa yang mereka rasakan kepada pemerintah dan pemerintah juga harus menindak lanjuti sesuai hukum yang ada.¹⁶

Hal ini tercantum secara eksplisit dalam Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik yang diubah dengan Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik. Tindakan *cyberbullying* termuat dalam Pasal 27 ayat (3) UU ITE yang berbunyi "Setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak mendistribusikan dan/atau mentransmisikan dan/atau membuat dapat diaksesnya Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik yang memiliki muatan penghinaan dan/atau pencemaran nama baik". Serta ancaman pidana yang tercantum dalam Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 Pasal 27 ayat (3)

¹² Lefri Mikhael, "Tanggung Jawab Negara Dalam Pemenuhan Hak Atas Kesehatan Jiwa Dihubungkan Dengan Hak Asasi Manusia," *Jurnal HAM* 13, no. 1 (April 2022): 151, <https://doi.org/10.30641/ham.2022.13.151-166>.

¹³ Mikhael.

¹⁴ Mikhael.

¹⁵ Mikhael.

¹⁶ Mikhael.



yaitu pidana penjara paling lama 4 tahun dan/atau denda paling banyak Rp750.000.000 (Marsinun dan Riswanto, 2020).¹⁷

Menurut opini saya, Media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan modern kita, memungkinkan kita untuk terhubung dengan orang-orang dari seluruh dunia dengan mudahnya. Namun, di balik kenyamanan dan manfaatnya, ada sisi gelap yang sering terabaikan. Komentar negatif, intimidasi, dan bahkan *cyberbullying* menjadi realitas yang menyakitkan di dunia media sosial. Bukan hanya *publik figure*, bahkan anak-anak bisa menjadi sasaran. Itu dapat menghancurkan kepercayaan diri dan kesejahteraan mental seseorang, bahkan membahayakan nyawa jika tidak ditangani dengan bijak. Meskipun sebagian besar pengguna mempertimbangkan etika dalam berinteraksi, masih ada sejumlah besar individu yang tidak sadar akan dampak buruk dari tindakan mereka. Penting bagi kita untuk mengedepankan etika dalam penggunaan media sosial, menyadari bahwa setiap tindakan kita dapat memiliki dampak besar pada kehidupan orang lain. Peran masyarakat, pemerintah, dan polisi menjadi kunci dalam mencegah dan menangani kasus-kasus *cyberbullying* ini. Hukum yang ada perlu ditegakkan dengan tegas untuk menjamin keamanan dan perlindungan bagi semua pengguna media sosial. Selain itu, edukasi tentang dampak dan cara mencegah *cyberbullying* perlu lebih ditingkatkan, mulai dari lingkungan keluarga hingga lingkup publik, agar kita semua dapat merasakan manfaat positif dari media sosial tanpa membahayakan orang lain.

D. PENUTUP

Kondisi *cyberbullying* di Indonesia sudah berada dalam taraf tinggi. Situasi tersebut dibuktikan dengan survei dari 45 responden, terdapat 95,6% yang mengatakan bahwa kasus *cyberbullying* di Indonesia sudah banyak terjadi. Maka, *cyberbullying* seharusnya ditanggapi dengan serius, terutama dengan adanya kebijakan-kebijakan hukum untuk menindak dan menghukum para pelaku *cyberbullying*. Hal ini karena keberadaan media sosial semakin memberi peluang bagi pengguna untuk berkomentar buruk. *Cyberbullying* di media sosial berdampak pada kondisi psikologis dan kejiwaan korban. Kondisi ini mengakibatkan korban mengalami depresi, sedih yang berlarut-larut, frustrasi, dan kehilangan kepercayaan diri. Penanggulangan *cyberbullying* di media sosial dapat dilakukan dengan mempertegas penegakan hukum dan menciptakan kondisi nyaman oleh pemerintah. Selain itu dibutuhkan juga peran orang tua dalam memperketat pemantauan, meningkatkan dukungan, dan memberikan edukasi pada anaknya.

E. DAFTAR PUSTAKA.

- Bunga, Dewi. "Pengaruh Negatif Dari Kesehatan Mental Remaja," 1980, 21-34.
egsaugm. "Darurat Kesehatan Mental Bagi Remaja." egsa.geo.ugm.ac.id, 2020.
- Ervina Dwi Indrianstuti. "Konsep Kesehatan Mental." *Jurnal Kesehatan Mental* 16, no. 0854 (2018): 87-94.
- Irwantariandsa, Doktor. "Metode Penelitian Mengenai Kesehatan Mental Remaja," 2019.
- Khansa, Aris &. "Perlindungan Hukum Terhadap Remaja Berkaitan Dengan Penanganan Kesehatan Mental." *Gramedia Blog*, n.d.
- Kumala, Ayu Puput Budi, and Agustin Sukmawati. "Dampak Cyberbullying Pada Remaja." *Alauddin Scientific Journal of Nursing* 1, no. 1 (2020): 55-65.

¹⁷ Ervina Dwi Indrianstuti, "Konsep Kesehatan Mental," *Jurnal Kesehatan Mental* 16, no. 0854 (2018): 87-94.



- <https://doi.org/10.24252/asjn.v1i1.17648>.
- Marius, Jelamu Ardu. "Penggunaan Teknologi Bagi Remaja." *Penyuluhan* 2, no. 2 (2006): 1-8.
<https://journal.ipb.ac.id/index.php/jupe/article/download/2190/1219/>.
- Mikhael, Lefri. "Tanggung Jawab Negara Dalam Pemenuhan Hak Atas Kesehatan Jiwa Dihubungkan Dengan Hak Asasi Manusia." *Jurnal HAM* 13, no. 1 (April 2022): 151.
<https://doi.org/10.30641/ham.2022.13.151-166>.
- Ramdhan, William, Sistem Informasi, Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Komputer Royal, Sistem Komputer, and Manajemen Informatika. "Pengaruh Buruk Dalam Kesehatan Mental." Vol. 1, 2021.
<http://jurnal.goretanpena.com/index.php/JPSTM>.
- Tiara Inrata m.r. *Penanganan Kesehatan Mental*, 2023.
- Tyora Yulieta, Fadia, Hilma Nur, Aida Syafira, Muhammad Hadana Alkautsar, Sofia Maharani, and Vanessa Audrey. "Pengaruh Cyberbullying Di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Fadia." *Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarnegaraan* 1, no. 8 (2021): 257-63.
- Yudi, Permai, Herryanto Simanjuntak, Berlian, Krista Surbakti, and Binaria. "Sosialisasi Dampak Penyalahgunaan Media Sosial 'Cyberbullying' Pada Kaum Muda Millennial Ditinjau Dari Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik Di UPT PSAR Tanjung Morawa." *Jurnal Krida Cendekia* 01, no. 02 (2021): 86-92.