

Dukungan Orang Tua Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Yang Mengalami Cyberbullying

Difa Kurnia Sari^{1*}, Ari Damayanti Wahyuningrum², Yuniar Angelia Puspawati³

^{*1,2,3} Program Studi Pendidikan Ners, STIKES Widyagama Husada Malang

Alamat: Jalan Taman Borobudur Indah No. 3A, Mojolangu, Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding: difakskurniasari@gmail.com

Abstract. Cyberbullying is one of the most common problems experienced by adolescents due to the increasing use of social media. Experiencing cyberbullying can reduce adolescents' psychological well-being, as indicated by stress, anxiety, depression, low self-esteem, and decreased quality of life. Parental support, including emotional, informational, instrumental, and appraisal support, serves as a protective factor that can help adolescents cope with the negative impacts of cyberbullying. To determine the relationship between parental support and the psychological well-being of adolescents experiencing cyberbullying at SMA Widyagama Malang. This study employed a quantitative research design with a cross-sectional approach. The study population consisted of adolescents experiencing cyberbullying at SMA Widyagama Malang. Samples were selected using a purposive sampling technique based on the inclusion and exclusion criteria. Data were collected using the Parental Support Questionnaire and the Psychological Well-Being Questionnaire. Data were analyzed using univariate analysis and bivariate analysis using the Somers' d test. Results: The results showed a significant relationship between parental support and the psychological well-being of adolescents experiencing cyberbullying ($p < 0.05$). Conclusion: Parental support is considered a protective factor in improving the psychological well-being of adolescents experiencing cyberbullying. The findings of this study are expected to provide a basis for parents, schools, and healthcare professionals in developing prevention strategies and support programs to minimize the psychological impact of cyberbullying.

Keyword: Cyberbullying, Parental Support, Psychological Well-Being

Abstrak. Cyberbullying dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis remaja. Dukungan orang tua merupakan salah satu faktor yang dapat membantu remaja dalam menghadapi dampak tersebut melalui dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja yang mengalami cyberbullying. Mengetahui hubungan antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja yang mengalami cyberbullying di SMA Widyagama Kota Malang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah remaja yang mengalami cyberbullying di SMA Widyagama Malang. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dukungan orang tua dan kuesioner kesejahteraan psikologis. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Somers' d. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan orang tua dalam kategori sedang (51,1%), sedangkan kesejahteraan psikologis sebagian besar berada pada kategori tinggi. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis ($r=0,724$; $p=0,000$). Terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja yang mengalami cyberbullying.

Kata kunci: Cyberbullying, Dukungan orang tua, Kesejahteraan Psikologis

1. LATAR BELAKANG

Remaja rentang usia 17-19 tahun sebesar 83,6% dengan jenis kelamin perempuan sejumlah 68,9% mempunyai kebiasaan menggunakan media sosial seperti, *whatsapp*, *instagram*, *tiktok*, selama 3 jam/hari untuk keperluan belajar, komunikasi, hiburan, dan

pekerjaan kreatif, sedangkan pada remaja di rentang usia 17-19 tahun dengan jenis kelamin laki-laki sebesar 30,3% mempunyai kebiasaan dengan menggunakan media sosial seperti *game online*, *whatsapp*, *instagram*, *tiktok* (Tremolada et al., 2022). Interaksi digital dapat membawa risiko bagi remaja dalam perilaku *cyberbullying* seperti mengirim pesan teks penghinaan, peniruan identitas secara *online* hingga penyebaran gambar atau video yang memalukan bagi korban melalui media sosial seperti, *whatsapp*, *instagram*, *tiktok* (Ni'mah, 2023). Penggunaan gadget yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan tidur, stres, dan kecanduan digital (Maria Magdalena Bate'e et al., 2025). Karakteristik perilaku pelaku *cyberbullying* menggunakan akun palsu dan mengirim pesan atau berkomentar kasar serta menyebarkan konten memalukan (Novarizal & Pasela, 2021), sedangkan karakteristik perilaku korban *cyberbullying* yaitu ; menghapus dan menonaktifkan akun media sosial, ketakutan menggunakan media sosial, dan menghindari lingkungan sosial *tiktok* (Tremolada et al., 2022).

Kebiasaan remaja di era gen Z yang menjadikan *handphone* sebagai kebutuhan utama untuk interaksi sosial terutama pada aplikasi *whatsapp*, *instagram* dan *tiktok*, kebiasaan remaja tersebut berisiko mengganggu konsentrasi belajar, sulit fokus selama pembelajaran berlangsung, sedangkan risiko dalam kesehatan yaitu menyebabkan gangguan penglihatan, sakit kepala serta, kecanduan gadget yang memicu depresi, selanjutnya risiko pada sosial antara lain kurangnya berinteraksi dan isolasi terhadap teman dan keluarga (Amalia et al., 2024). *Cyberbullying* pada remaja menyebabkan dampak jangka pendek seperti stres akut, kecemasan, isolasi sosial sementara, dan penurunan prestasi belajar, sementara jangka panjang mencakup depresi kronis, gangguan kecemasan umum, rendah diri permanen, hingga risiko bunuh diri (Ni'mah, 2023).

SMA Widyagama Malang dipilih sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, ditemukan adanya remaja yang mengalami *cyberbullying* sehingga sesuai dengan karakteristik subjek yang dibutuhkan dalam penelitian. Selain itu, karakteristik siswa di SMA Widyagama sesuai dengan kriteria responden penelitian, yaitu remaja yang berada pada rentang usia 17–19 tahun. Oleh karena itu, SMA Widyagama Malang dipilih sebagai lokasi penelitian untuk menganalisis hubungan antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja yang mengalami *cyberbullying*.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya memahami hubungan dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja yang mengalami *cyberbullying*. Pengalaman *cyberbullying* dapat menjadi tekanan bagi remaja dan berkaitan dengan kondisi kesejahteraan psikologisnya. Dukungan orang tua yang meliputi dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan dapat menjadi salah satu sumber dukungan bagi remaja dalam

menghadapi permasalahan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang secara khusus mengidentifikasi hubungan antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang mengalami *cyberbullying*, sehingga dapat memberikan gambaran mengenai kondisi kedua variabel tersebut pada kelompok yang diteliti.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain analitik korelasional dan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan April 2026 di SMA Widyagama dengan populasi remaja berusia 17–19 tahun yang pernah mengalami *cyberbullying*. Sampel penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, sedangkan jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin. Variabel independen dalam penelitian ini adalah dukungan orang tua, sedangkan variabel dependen adalah kesejahteraan psikologis remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dukungan orang tua yang diadaptasi dari Sarafino dan Smith serta *Perceived Parental Autonomy Support Scale* (P-PASS), dan kuesioner kesejahteraan psikologis yang diadaptasi dari Ryff's *Psychological Well-Being Scale*.

Pengumpulan data dilakukan setelah memperoleh izin penelitian dan persetujuan responden melalui *informed consent*, kemudian responden mengisi kuesioner yang telah disediakan. Data yang terkumpul melalui tahapan *editing*, *coding*, dan *entry* sebelum dianalisis menggunakan program SPSS. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan orang tua dan kesejahteraan psikologis. Uji korelasi Pearson digunakan apabila data berdistribusi normal, sedangkan uji korelasi Spearman digunakan apabila data tidak berdistribusi normal, dengan tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada nilai $p < 0,05$. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian, termasuk penghormatan terhadap hak, martabat, dan keamanan responden.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

1) Karakteristik Responden

a) Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (f)	Persentase(%)
16	12	26.7

17	31	68.9
18	2	4.4
Total	45	100.0

Table 1 menunjukkan, bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada fase remaja pertengahan dengan usia 17 tahun, yaitu sebanyak 31 remaja (68,9%).

b) Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	19	42.2
Perempuan	26	57.8
Total	45	100.0

Tabel 2, data menunjukkan bahwa sebagian besar responden didominasi oleh remaja perempuan, yaitu sebanyak 26 orang (57,8%).

c) Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi (f)	Persentase(%)
X	13	28.9
XI	32	71.1
Total	45	100.0

Tabel 3, diketahui bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini sebagian besar berasal dari kelas XI yaitu sebanyak 32 responden (71,1%).

2) Karakteristik Penggunaan Penggunaan Media Sosial

a) Karakteristik Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Lama Memiliki Media Sosial

Tabel 4 Karakteristik Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Lama Memiliki Media Sosial

Lama Memiliki Media Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1-3 tahun	12	26.7
4-6 tahun	16	35.6
>6 tahun	17	37.8
Total	45	100.0

Tabel 4, diketahui bahwa persentase tertinggi berada pada kelompok remaja yang telah memiliki akun media social selama lebih dari 6 tahun dengan persentase mencapai 37,8%.

b) Karakteristik Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Jumlah Media Sosial Yang Digunakan

Tabel 5 Karakteristik Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Jumlah Media Sosial Yang Digunakan

Jumlah Media Sosial Yang Digunakan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
3 media social	31	68.9
4 media social	14	31.1
Total	45	100.0

Tabel 5, data menunjukkan bahwa mayoritas responden aktif menggunakan 3 jenis platform media sosial sekaligus, Instagram, tiktok, facebook, yaitu sebanyak 31 remaja (68,9%).

c) Karakteristik Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial Perhari

Tabel 6 Karakteristik Penggunaan Media Sosial Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial Perhari

Penggunaan Media Sosial Perhari	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1-3 jam	9	20.0
4-6 jam	7	15.6
>6 jam	29	64.4
Total	45	100.0

Sebagian besar responden menghabiskan waktu selama lebih dari 6 jam dalam sehari untuk mengakses media sosial, yaitu sebanyak 29 remaja (64,4%).

d) Karakteristik Penggunaan Media Sosial Berdasarkan lama penggunaan Internet Perhari

Tabel 7 Karakteristik Penggunaan Media Sosial Berdasarkan lama penggunaan Internet Perhari

Durasi Penggunaan Internet Perhari	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1-3 jam	13	28.9
4-6 jam	26	57.8
>6 jam	6	13.3
Total	45	100.0

Tabel 7, ditemukan bahwa mayoritas responden mengakses internet, yaitu lebih dari 4-6 jam dalam sehari sebanyak 26 remaja (57,8%).

3) Hasil Analisis Bivariat

a) Analisis Bivariat Dukungan Orang Tua

Tabel 8 Analisis Bivariat Dukungan Orang Tua

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	4	8,9
Sedang	17	37,8
Tinggi	24	53,3

Total	45	100.0
-------	----	-------

Tabel 9 menunjukkan 45 responden mendapat dukungan Orang tua dalam kategori tinggi sebanyak 48.9%.

Tabel 9 Analisis Deskriptif Dukungan Orang Tua

	N	Mean	Std. Deviation
Dukungan Emosional	45	18,80	4,879
Dukungan Instrumental	45	17,80	5,405
Dukungan Operasional	45	18,24	6,271
Dukungan Informasional	45	19,62	5,507

Tabel 9 menunjukkan hasil analisis deskriptif terhadap empat dimensi dukungan orang tua pada 45 responden, diketahui bahwa dimensi dukungan informasional memiliki nilai rata-rata tertinggi, yaitu sebesar 19,62 dengan standar deviasi sebesar 5,507. Selanjutnya, dimensi dukungan emosional memiliki nilai rata-rata sebesar 18,80 (standar deviasi 4,879), dukungan operasional sebesar 18,24 (standar deviasi 6,271), dan dukungan instrumental sebesar 17,80 (standar deviasi 5,405).

b) Analisis Bivariat Kesejahteraan Psikologis

Tabel 10 Analisis Bivariat Kesejahteraan Psikologis

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	5	11,1
Sedang	15	33,3
Tinggi	25	55,6
Total	45	100.0

Tabel 10, diketahui bahwa dari 45 responden, sebagian besar memiliki tingkat kesejahteraan psikologis kategori tinggi, yaitu sebanyak 35 atau 77,8%.

Tabel 11 Analisis Deskriptif Kesejahteraan Psikologis

	N	Mean	Std. Deviation
Self-Acceptance	45	4,000	0,82437
Positive relation with others	45	3,9953	0,82864
Autonomy	45	3,9209	0,78696
Environmental Mastery	45	3,9953	0,82634
Purpose in life	45	4,0047	0,79700
Personal growth	45	4,0093	0,86405

Tabel 12 menunjukkan hasil analisis deskriptif terhadap enam dimensi kesejahteraan psikologis pada 45 responden, diperoleh nilai rata-rata tertinggi pada

dimensi personal growth (pertumbuhan pribadi) dengan nilai mean sebesar 4,0093 dan standar deviasi sebesar 0,86405. Selanjutnya, dimensi purpose in life (tujuan hidup) memiliki nilai mean sebesar 4,0047, self-acceptance (penerimaan diri) sebesar 4,0000, positive relation with others (hubungan positif dengan orang lain) sebesar 3,9953, environmental mastery (penguasaan lingkungan) sebesar 3,9953, dan autonomy (kemandirian) sebesar 3,9209.

c) Tabulasi Silang Dukungan Orang tua dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja

Tabel 12 Hasil Tabulasi Silang Dukungan Orang Tua dengan Kesejahteraan Psikologis

Dukungan Orang Tua	Kesejahteraan Psikologis						Total n (%)		Uji Spearman rho (r)
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Rendah	3	(75.0)	1	(25.0)	0	(0)	4	(100)	0.752
Sedang	2	(11.8)	11	(64.7)	4	(23.5)	17	(100)	
Tinggi	0	(0)	3	(12.5)	21	(87.5)	24	(100)	
Total	5	(11.1)	15	(33.3)	25	(55.6)	45	(100)	0.000

Tabel 12 menunjukkan tabulasi silang di atas, dari 25 responden yang memiliki dukungan orang tua kategori tinggi, sebagian besar memiliki kesejahteraan psikologis kategori tinggi yaitu sebanyak 21 responden (84,0%) dan 4 responden (16,0%) berada pada kategori sedang. Pada kategori dukungan orang tua sedang (15 responden), mayoritas responden memiliki kesejahteraan psikologis kategori sedang sebanyak 11 responden (73,3%), 3 responden (20,0%) kategori tinggi, dan 1 responden (6,7%) kategori rendah. Sementara pada kategori dukungan orang tua rendah (5 responden), sebanyak 3 responden (60,0%) memiliki kesejahteraan psikologis kategori rendah dan 2 responden (40,0%) berada pada kategori sedang. Hasil uji korelasi Spearman Rank antara variabel Dukungan Orang Tua dengan Kesejahteraan Psikologis pada 45 responden diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,724 dengan nilai signifikansi (p -value) sebesar 0,000. Oleh karena nilai p -value lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja.

d) Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja yang Mengalami Cyberbullying

Tabel 13 Hasil Analisis Bivariat

Variabel Independen	N	r	p-value	Keterangan
Dukungan Orang Tua	45	0.724	0.000	Terdapat hubungan yang signifikan
Kesejahteraan Psikologis	45			

Tabel 12, hasil uji korelasi Spearman Rank antara variabel Dukungan Orang Tua dengan Kesejahteraan Psikologis menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,724 dengan nilai signifikansi p -value sebesar 0,000.

b. Pembahasan

Tabel 1, mayoritas responden berada pada usia 17 tahun, remaja pada rentang usia 17–19 tahun memang memiliki tingkat keterpaparan media sosial yang sangat tinggi, di mana 83,6% di antaranya aktif memanfaatkan platform seperti WhatsApp, Instagram, dan TikTok untuk kebutuhan komunikasi, belajar, hingga hiburan. Penggunaan gawai secara intensif tanpa diimbangi maturitas emosional yang matang meningkatkan risiko terjadinya perundungan siber, baik berupa pengiriman pesan teks penghinaan, peniruan identitas, maupun penyebaran konten yang memalukan di ruang digital (Tremolada et al., 2022). Remaja usia 17 tahun berada pada puncak pencarian identitas diri. Pada tahap ini, pengakuan dari lingkungan sosial menjadi kebutuhan mendasar, sehingga remaja cenderung aktif mengunggah ekspresi dirinya di media sosial demi memperoleh validasi publik. Ketika validasi tersebut berbalas komentar negatif, penolakan, atau tindakan *cyberbullying*, krisis identitas yang dialami dapat memicu disrupsi emosional yang signifikan bagi kesejahteraan mental mereka. (Tremolada et al., 2022).

Usia 15–18 tahun sebagai fase remaja pertengahan. Pada tahapan ini, remaja mulai mengembangkan kesadaran baru akan kepribadiannya, memikirkan nilai-nilai filosofis dan etis, serta mengalami peningkatan rasa percaya diri untuk menilai tingkah laku diri sendiri. Namun, di saat yang sama, perkembangan intelektual dan emosional mereka yang masih sangat sensitif membuat interaksi digital rentan memicu ketegangan emosional Rivera (Amalia et al., 2024). Remaja usia 17 tahun pada kasus perundungan cyber ini pada dasarnya menggambarkan fase kritis identity vs role confusion dalam perkembangan remaja. Pada taraf usia ini, remaja memiliki dorongan kuat untuk mengeksplorasi identitas diri dan menuntut pengakuan dari kawan sebaya, tetapi sering kali belum memiliki keterampilan regulasi emosi yang stabil. Ketidakseimbangan antara tingginya durasi penggunaan teknologi digital dan kematangan kontrol emosi

menyebabkan ruang siber rentan dijadikan sarana pelampiasan agresi atau ajang pamer eksistensi yang merugikan kesejahteraan emosional diri sendiri maupun orang lain (Sinaga, 2018).

Tabel 2, mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 26 orang (57,8%). Adapun responden laki-laki tercatat sebanyak 19 orang (42,2%) dari total keseluruhan 45 subjek penelitian. Ketimpangan proporsi ini mengindikasikan bahwa siswi perempuan memiliki angka keterlibatan atau keterpaparan yang lebih tinggi sebagai korban maupun pelaku *cyberbullying* di lingkungan sekolah tersebut.

Remaja perempuan secara signifikan lebih berisiko menjadi korban perundungan siber dibandingkan remaja laki-laki. Perbedaan orientasi sosial menyebabkan remaja perempuan lebih mengutamakan hubungan kualitatif dan interpersonal; akibatnya, bentuk perundungan relasional di media sosial seperti manipulasi rumor, penyebaran foto memalukan, atau pengucilan grup memberikan dampak emosional yang jauh lebih mendalam bagi mereka (Wahyuningrum et al., 2025).

Selain itu, data dari (Tremolada et al., 2022), menegaskan bahwa pola penggunaan media sosial pada remaja perempuan (68,9%) cenderung terfokus pada aplikasi jejaring berbasis visual dan komunikasi interaktif seperti WhatsApp, Instagram, dan TikTok. Kebiasaan memposting konten pribadi secara berkala serta tingginya sensitivitas terhadap respons atau komentar publik di platform tersebut secara tidak langsung memperbesar peluang terjadinya relational *cyberbullying* di lingkungan jejaring sosial siswi perempuan.

Berdasarkan tabel 3, mayoritas responden dalam penelitian ini duduk di kelas 11, yaitu sebanyak 32 remaja (71,1%), sementara sisanya berada di kelas 10 sebanyak 13 remaja (28,9%). Distribusi responden yang terpusat di kelas 11 ini menggambarkan bahwa siswa pada tingkat tahun kedua di sekolah menengah atas memiliki tingkat kerentanan atau keterlibatan yang lebih tinggi terhadap kasus perundungan di dunia maya dibandingkan dengan siswa baru di kelas 10.

Secara psikososial, siswa kelas 11 umumnya telah memiliki kelompok pertemanan (*peer group*) yang lebih solid dan memiliki interaksi digital yang lebih kompleks di lingkungan sekolah. Menurut teori konformitas (*conformity*) dari Levianti (2008), remaja memiliki kecenderungan kuat untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok demi mendapatkan penerimaan sosial. Kompleksitas hubungan kelompok di kelas 11 inilah yang memperbesar peluang terjadinya gesekan sosial digital, baik dalam bentuk konflik

kelompok, pengucilan di grup obrolan, maupun tindakan *harassment* antar sesama siswa.

Tabel 6 menunjukkan bahwa mayoritas responden aktif menggunakan 3 jenis platform media sosial sekaligus, yaitu sebanyak 31 remaja (68,9%), sedangkan sisanya sebanyak 14 remaja (31,1%) aktif menggunakan hingga 4 jenis platform media sosial yang berbeda, yaitu Instagram, Tiktok, Whatsapp. Hasil ini menegaskan bahwa seluruh remaja yang menjadi subjek penelitian ini tidak hanya terpaku pada satu ekosistem digital saja, melainkan membagi aktivitas daring mereka ke berbagai platform populer seperti *WhatsApp*, *Instagram*, dan *TikTok*.

Penggunaan multi-platform ini secara langsung memperluas ruang paparan (*exposure*) remaja terhadap risiko perundungan siber. Sebagaimana dijelaskan oleh (Ni'mah, 2023), interaksi digital di berbagai media sosial membawa risiko perilaku *cyberbullying* yang bervariasi, mulai dari pengiriman pesan penghinaan di *WhatsApp*, komentar kasar di *Instagram*, hingga peniruan identitas atau penyebaran konten memalukan di *TikTok*. Banyaknya platform yang diakses membuat lingkaran konflik digital menjadi lebih luas dan sulit dihindari oleh remaja.

Hasil analisis deskriptif pada Tabel 7 menunjukkan bahwa sebagian besar responden menghabiskan waktu selama lebih 6 jam dalam sehari untuk mengakses media sosial sangat tinggi, yaitu sebanyak dalam sehari sebanyak 29 remaja (64,4%). Selanjutnya, kelompok responden yang menggunakan media sosial selama 1–3 jam per hari berjumlah 9 orang (20,0 %), dan responden 4-6 jam sebanyak 7, yaitu (15,6%).

Fenomena tingginya durasi penggunaan media sosial hingga mencapai lebih dari 4 jam sehari bukan sekadar pilihan gaya hidup semata, melainkan cerminan dari kecenderungan *Fear of Missing Out* (FOMO) dan minimnya pengawasan (parental monitoring) di rumah. Ketika waktu luang remaja didominasi oleh aktivitas di dunia virtual, ambang batas kesadaran mereka terhadap risiko siber menjadi semakin kabur. Durasi berlayar (*screen time*) yang tidak terkontrol pada akhirnya bertindak sebagai katalis utama yang memperbesar peluang terjadinya konflik emosional dan perundungan siber.

Tabel 8, ditemukan bahwa mayoritas responden mengakses internet dengan intensitas sangat tinggi, yaitu lebih dari 6 jam dalam sehari sebanyak 6 remaja (13,3%). Sementara itu, responden yang menggunakan internet selama 1–3 jam per hari tercatat sebanyak 13 orang (28,9%), dan kelompok durasi 4–6 jam per hari berjumlah 26 orang (57,8%).

Kebiasaan penggunaan internet dan gawai secara berlebihan tanpa jeda yang

proporsional berdampak buruk pada kondisi psikis remaja, seperti stres akut, gangguan pola tidur, hingga kecanduan digital. Keterikatan dengan internet selama lebih dari 6 jam sehari mengindikasikan bahwa internet telah menjadi ruang hidup sekunder bagi mayoritas siswa (Maruli Arta Sidabutar et al., 2023).

Kondisi paparan internet yang konstan ini juga berhubungan dengan temuan (Selkie et al., 2017). yang menegaskan bahwa pengawasan orang tua yang rendah terhadap aktivitas internet anak menjadi indikator kuat meningkatnya kejahatan dan perilaku agresif siber pada remaja impulsif. Tanpa digital literacy dan bimbingan keluarga yang memadai, keterikatan internet skala tinggi akan menurunkan fungsi kendali diri (*self-control*) serta regulasi emosi anak saat menghadapi konflik daring.

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,724 dengan nilai signifikansi (p -value) sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil statistik ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan secara statistik antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada remaja yang mengalami *cyberbullying* di SMA Widyagama Malang. Arah hubungan yang positif mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh orang tua, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh remaja korban *cyberbullying*. Sebaliknya, semakin rendah dukungan orang tua, maka semakin rentan remaja mengalami penurunan kesejahteraan psikologis.

Dukungan orang tua merupakan aspek fundamental dalam membentuk resiliensi psikologis remaja saat berhadapan dengan berbagai krisis perkembangan, termasuk paparan perundungan siber (*cyberbullying*). Hasil analisis deskriptif univariat terhadap persepsi remaja (Tabel 10) menunjukkan bahwa dari empat dimensi dukungan orang tua pada 45 responden, dimensi dukungan informasional memiliki nilai rata-rata tertinggi yaitu sebesar 19,62 dengan standar deviasi 5,507. Selanjutnya, dukungan emosional memiliki nilai rata-rata sebesar 18,80 (standar deviasi 4,879), dukungan operasional/penghargaan sebesar 18,24 (standar deviasi 6,271), dan dukungan instrumental sebesar 17,80 (standar deviasi 5,405).

Selain dukungan emosional, dimensi dukungan instrumental (rerata 17,80) dan informasional (rerata 19,62) dari orang tua memberikan proteksi teknis dan praktis yang sangat dibutuhkan remaja dalam navigasi ekosistem digital. Dominasi nilai dukungan informasional menunjukkan bahwa remaja di era digital sangat bergantung pada bimbingan literasi dan panduan cara merespons intimidasi daring secara bijak. Di sisi

lain, dukungan instrumental diwujudkan dalam bentuk tindakan nyata, seperti membantu mendokumentasikan bukti pesan intimidatif, melakukan pemblokiran akun pelaku, hingga mendampingi prosedur pelaporan formal kepada pihak sekolah atau kepolisian (Selkie et al., 2017). Dukungan informasional mencakup pemberian edukasi mengenai literasi digital, pengoperasian fitur privasi, serta arahan etis dalam berinteraksi daring. Ketersediaan kedua jenis dukungan ini terbukti meningkatkan keberanian dan kompetensi praktis remaja dalam merespons ancaman digital.

Dukungan operasional/penghargaan (*appraisal support*) dengan nilai rata-rata 18,24 memegang peran vital dalam merekonstruksi harga diri (*self-esteem*) remaja yang kerap hancur akibat ejekan atau perundungan siber. Nilai variabilitas yang cukup tinggi pada dimensi ini (standar deviasi 6,271) mengindikasikan adanya keberagaman tingkat apresiasi yang diterima remaja dari keluarga mereka. Tindakan orang tua yang memberikan validasi positif, memuji keberanian anak untuk bercerita, serta menegaskan kembali kualitas dan potensi diri remaja berfungsi sebagai perisai psikologis terhadap narasi negatif pelaku perundungan. Agustin et al. (2024) mengemukakan bahwa apresiasi dan afirmasi positif dari keluarga membuat anak merasa tetap bernilai dan berharga, sehingga stigma negatif yang dilancarkan oleh lingkungan sejawat digital tidak terinternalisasi menjadi konsep diri yang merusak.

Kualitas dan kontinuitas dukungan orang tua ini sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang melingkupi keluarga tersebut. Faktor internal seperti tingkat inteligensi emosional, stabilitas regulasi emosi, dan motivasi pengasuhan orang tua menentukan seberapa responsif mereka dalam mengidentifikasi perubahan perilaku anak yang menjadi korban *cyberbullying* (Sinaga, 2018). Sementara itu, faktor eksternal seperti tingkat stres ekonomi, keutuhan struktur keluarga, serta literasi teknologi orang tua membatasi atau memperluas kapasitas mereka dalam memberikan pendampingan yang efektif. Keterbatasan pemahaman orang tua terhadap perkembangan teknologi digital sering kali menjadi hambatan utama dalam memberikan arahan informasional yang relevan bagi remaja generasi Z.

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan konstruksi multidimensional yang mencerminkan pemfungsian psikologis positif individu, meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada 45 responden di SMA Widyagama Malang (Tabel 12), gambaran kesejahteraan psikologis remaja berada pada kondisi yang dinamis. Temuan penelitian menunjukkan bahwa

dimensi personal growth (pertumbuhan pribadi) mencatatkan nilai rata-rata tertinggi dengan mean sebesar 4,0093 ($SD = 0,86405$), disusul oleh *purpose in life* (tujuan hidup) sebesar 4,0047, *self-acceptance* (penerimaan diri) sebesar 4,0000, positive relation with others (hubungan positif dengan orang lain) sebesar 3,9953, environmental mastery (penguasaan lingkungan) sebesar 3,9953, dan *autonomy* (kemandirian) sebesar 3,9209. Gambaran angka ini memperlihatkan bahwa meskipun remaja memiliki orientasi pertumbuhan dan tujuan hidup yang relatif baik, kapasitas penerimaan diri, penguasaan lingkungan, dan kemandirian mereka tetap berada pada posisi yang rentan mengalami penurunan ketika berhadapan dengan tekanan lingkungan digital.

Dampak perundungan siber ini kemudian merembet secara signifikan pada dimensi *positive relations with others* (hubungan positif dengan orang lain) dan *autonomy* (otonomi/kemandirian), yang dalam temuan penelitian ini mencatatkan skor mean relatif lebih rendah (3,9953 dan 3,9209). Korban *cyberbullying* sering kali mengembangkan kecemasan sosial dan paranoia terhadap lingkungan sebaya dikarenakan batasan antara kawan dan lawan di media sosial menjadi kabur. Penelitian Chu et al. (2018) menguraikan bahwa tindakan pengucilan atau sindiran daring memicu reaksi penarikan diri dari interaksi sosial langsung karena korban merasa takut menjadi bahan ejekan lanjutan. Akibatnya, kapasitas remaja untuk menjalin hubungan *interpersonal* yang hangat, jujur, dan saling percaya menjadi terhambat, yang kemudian mengisolasi mereka dari dukungan rekan sebaya (peer support).

Selanjutnya, dimensi *purpose in life* (tujuan hidup) dan personal growth (pertumbuhan pribadi) meskipun secara empiris memiliki skor tertinggi dalam penelitian ini tetap berisiko mengalami stagnasi apabila tekanan psikologis akibat *cyberbullying* berlangsung dalam jangka panjang. Stres akut dan gejala depresi yang dipicu oleh perundungan siber dapat mengalihkan fokus energi psikologis remaja dari pencapaian akademik dan pengembangan minat bakat menuju mekanisme pertahanan emosional semata (Arslan, 2021). Dampak jangka panjang dari kondisi ini mencakup penurunan prestasi belajar, kehilangan motivasi berprestasi, hingga munculnya ideasi bunuh diri akibat rasa putus asa yang mendalam (Ni'mah, 2023). Ketidakmampuan memproses pengalaman traumatik ini pada akhirnya menghambat pematangan fungsi otonomi dan pembentukan jati diri remaja secara sehat.

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson yang dilakukan pada remaja korban *cyberbullying* di SMA Widyagama Malang, diperoleh nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,724. Hasil statistik ini

membuktikan secara signifikan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada remaja yang mengalami *cyberbullying*. Temuan ini menolak Hipotesis Nol (H_0) dan menerima Hipotesis Kerja (H_1), yang mengonfirmasi bahwa dinamika dukungan orang tua memiliki keterkaitan langsung dengan kondisi psikologis remaja dalam konteks perundungan siber.

Selain faktor reaktivitas pengasuhan, arah hubungan negatif ini juga dapat disebabkan oleh persepsi overproteksi atau tekanan skenario pemecahan masalah dari orang tua yang kurang tepat. Ketika orang tua memberikan dukungan yang terlampau dominan, melakukan kontrol gawai secara invasif, atau mencampuri pergaulan digital anak secara berlebihan tanpa komunikasi dua arah yang empatik, hal tersebut dapat dipersepsikan oleh remaja sebagai ancaman terhadap otonomi mereka. (Ryff, 2018), menyatakan bahwa pengekanan terhadap dimensi otonomi akan merusak kesejahteraan psikologis individu. Remaja yang sedang berjuang mencari identitas diri dapat merasa semakin terkekang dan cemas, sehingga tingkat *psychological well-being* mereka justru menurun di tengah besarnya "dukungan" yang diniatkan oleh orang tua.

Meskipun koefisien korelasi berada pada kategori lemah (-0,319), temuan ini tetap menegaskan posisi strategis keluarga sebagai faktor protektif utama dalam memitigasi dampak psikologis perundungan digital. Penelitian Fitriani & Abdullah (2018) serta Mayunita & Maemunah (2025) menekankan bahwa pola komunikasi orang tua yang efektif dan terintegrasi dengan literasi digital yang memadai merupakan kunci utama dalam menjaga stabilitas emosional remaja. Dukungan yang diberikan secara proporsional menyeimbangkan antara empati emosional dan penghormatan terhadap otonomi anak mampu mencegah penurunan kesejahteraan psikologis yang lebih parah akibat stresor siber.

Secara keseluruhan, hubungan antara dukungan orang tua dan kesejahteraan psikologis pada remaja korban *cyberbullying* tidak bersifat linier sederhana, melainkan dimediasi oleh berbagai faktor kompleks seperti jenis pola asuh (otoritatif, otoriter, atau permisif), tingkat kontrol diri remaja, serta efektivitas regulasi (Lesmana et al., 2025). Kualitas interaksi keluarga yang dilandasi oleh kepercayaan, keterbukaan, dan bimbingan yang *non-koersif* terbukti lebih substantif dalam menopang kesejahteraan psikologis remaja dibandingkan sekadar kuantitas tindakan bantuan yang bersifat paternalistik.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif, kuat, dan signifikan antara dukungan orang tua dengan kesejahteraan psikologis remaja yang mengalami *cyberbullying* di SMA Widyagama Malang, dengan nilai koefisien korelasi *Spearman Rank* sebesar 0,724 dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Sebagian besar responden memiliki dukungan orang tua dalam kategori sedang (51,1%) dan kesejahteraan psikologis dalam kategori tinggi (77,8%), yang menunjukkan bahwa semakin baik dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan yang diberikan orang tua, maka semakin baik pula kesejahteraan psikologis remaja. Peneliti selanjutnya disarankan melibatkan jumlah responden dan lokasi penelitian yang lebih luas serta mengkaji faktor lain yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis remaja, seperti dukungan teman sebaya, pola asuh, intensitas penggunaan media sosial, kontrol diri, dan regulasi emosi.

DAFTAR REFERENSI

- Agustin, S., Deliana, N., & Bara, J. B. (2024). Peran Orang Tua Dalam Meminimalisir Dampak *Cyberbullying* Terhadap Kesehatan Mental Anak. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 6(1), 19–26. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v6i1.53281>
- Amalia, A., Ramadhani, A. L., Vitacheria, F. G., & Azizah, I. (2024). Pendidikan Karakter dan Teknologi: Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Pembentukan Karakter Remaja. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(1), 32–39. <https://doi.org/10.58706/jipp.v3n1.p32-39>
- Amseke, F. V., Daik, M. A., & Liu, D. A. L. (2021). Dukungan Sosial Orang Tua, Konsep Diri Dan Motivasi Berprestasi Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid 19. In *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* (Vol. 5, Issue 1, pp. 241–250). <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i1.9957.2021>
- Astuti, N. D., & Astuti, K. (2020). Kelekatan Anak dan Orang Tua Dengan Perilaku *Cyberbullying* pada Remaja. *Prosiding Seminar Nasional LPPM*, 1(2), 662–666.
- Bukhari, S. A. R. (2021). *Sample Size Determination Using Krejcie and Morgan Table – Master In Educational Management & Leadership*. February, 1–2. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.11445.19687>
- Dwi Windarwati, H., Christin Saragih, D., Ayut Merdikawati, & Livana PH. (2020). Perilaku *Cyberbullying* Pada Remaja Sebagai Pengguna Media Sosial. *Jurnal Ners Widya Husada*, 7(2), 63–70.
- Farooq, S., Abdullatif, M., & Altheeb, A. (2023). Prevalence of *cyberbullying* and associated factors among adolescents in Dubai schools: complex design survey–2019. *International Journal of Adolescence and Youth*, 28(1).

<https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2278648>

- Hardiyanti, K., & Indawati, Y. (2023). Perlindungan Bagi Anak Korban *Cyberbullying*: Studi Di Komisi Perlindungan Anak Indonesia Daerah (Kpaid) Jawa Timur. *SIBATIK JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan*, 2(4), 1179–1198. <https://doi.org/10.54443/sibatik.v2i4.763>
- Insitut Agama Islam Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas, P. (2017). Faktor Internal Dan Eksternal Pembelajaran. *Tarbiya Islamica*, 5(1), 17–30.
- Kamila, P., Soekiswati, S., Romadhon, Y. A., Busyra, & Sari, T. P. (2025). Informed Consent pada Pasien Pre-Operasi di Rumah Sakit: Studi Implementasi Kaidah Bioetik Autonomi. *Jurnal Keilmuan Dan Keislaman*, 160–167. <https://doi.org/10.23917/jkk.v4i2.373>
- Lesmana, T., Theresia, A., & Rorong, P. D. E. (2025). Peran pola asuh orang tua terhadap perundungan siber dimediasi kecenderungan depresi remaja. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 12(1), 157–176. <https://doi.org/10.24854/jpul1133>
- Li, J., & Hesketh, T. (2021). Experiences and Perspectives of Traditional Bullying and *Cyberbullying* Among Adolescents in Mainland China-Implications for Policy. *Frontiers in Psychology*, 12(July), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.672223>
- Maria Magdalena Bate'e, Tiarni Duha, Verdian Christian Telaumbanua, Herniwati Giawa, Heribertus Arlindu Halawa, Herman kurniawan Ndruru, Aluizatulo Halawa, & Nofamataroeli Lahagu. (2025). Pengaruh Teknologi Gadget Bagi Generasi Gen -Z. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 6304–6306. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2786>
- Maruli Arta Sidabutar, Sotarduga Sihombing, & Paulina Herlina N Sirait. (2023). Pengaruh Dukungan Orang Tua Dan Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas VIII Smp Negeri 6 Pematang Siantar Tahun Ajaran 2022/2023. *Jurnal Sains Student Research*, 1(2), 3025-986X. <https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jssr/article/view/234/235>
- Mayunita, A., & Maemunah. (2025). Pengaruh Literasi Digital, Online Resilience Dan Peran Orang Tua Terhadap Pencegahan *Cyberbullying* Pada. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 9(2), 1658–1665.
- Ni'mah, S. A. (2023). Pengaruh *Cyberbullying* pada Kesehatan Mental Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Bahasa, Sastra Dan Budaya (SEBAYA) Ke-3*, 329–338.
- Novarizal, R., & Pasela, A. dhea. (2021). Bentuk *Cyberbullying* Terhadap Publik Figur Di Media Sosial Instagram (Studi Kasus Pada “Rahmawati Kekeyi”). *Sisi Lain Realita*, 6(2), 108.

- <https://journal.uir.ac.id/index.php/sisilainrealita/article/view/17318%0Ahttps://journal.uir.ac.id/index.php/sisilainrealita/article/download/17318/6502>
- Of, I., Islam, U., & Sumatera, N. (2025). *Konsep, Jenis, dan Penyusunan Instrumen Penelitian dalam Pendidikan Bunga Sari Siagian 1 , Meyniar Albina 2*. 251–259.
- Prawiyogi, A. G., Sadiyah, T. L., Purwanugraha, A., & Elisa, P. N. (2021). Penggunaan Media komunikasi untuk Menumbuhkan Minat partisipasi remaja di karang taruna. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 446–452.
- Selkie, E. M., Fales, L., J., & Moreno, M. A. (2017). *Cyberbullying Prevalence among United States Middle and High School Aged Adolescents: A Systematic Review and Quality Assessment*. *Physiology & Behavior*, 176(1), 100–106. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.09.026.Cyberbullying>
- Sinaga, J. D. (2018). Tingkat Dukungan Orang Tua Terhadap Belajar Siswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2(1), 43–54. <https://doi.org/10.30653/001.201821.19>
- Subhan, F., Sipahutar, I. Z., Manalu, J., Nababan, R., Sinurat, R., & Manik, S. G. (2023). Sinergisitas Pendidikan Kewarganegaraan dalam Meminimalisir Tindakan Cyberbullying di Dunia Digital. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Dan Politik*, 1(2), 96–110. <https://doi.org/10.61476/p4647r60>
- Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., & Panatap, J. (2024). *Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi , Sampel , dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka)*. 3(1), 1–12.
- Tremolada, M., Silingardi, L., & Taverna, L. (2022). Social Networking in Adolescents: Time, Type and Motives of Using, Social Desirability, and Communication Choices. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph19042418>
- Wahyuningrum, A. D., Satiti, I. A. D., & Ekasari, R. D. (2025). *Penerimaan Diri Remaja Yang Mengalami Cyberbullying*. <https://repository.nuansafajarcemerlang.com/publications/591596/penerimaan-diri-remaja-yang-mengalami-cyberbullying>