

## **Resiliensi Korban *Cyberbullying* dalam Perspektif Psikologi dan Islam**

**Faricha Andriani**

*Institut Agama Islam Negeri Kudus, Kudus, Indonesia*

*farichaandriani@gmail.com*

### **Abstract**

This article aims to explain several alternative therapeutic methods in general and sufistic methods, as well as provide an understanding of the resilience of victims of cyberbullying in a psychological and Islamic perspective. The development of technology and information in modern times not only has a good effect on the younger generation. But it also has a bad impact. It is not wise to use technology to be able to make the media a means of violence and bullying, or better known as cyberbullying. Cyberbullying has a more extreme impact than traditional bullying, because in this case, the victim cannot provide resistance and put more pressure on the victim's psychic. So there needs to be special handling of victims so that victims can interact again with their environment or better known as resilience. Some therapeutic methods that can be done to help victims of cyberbullying are therapeutic methods with behavioristic approaches, realistic approaches and sufistic approaches.

Keywords: cyberbullying, Islam, victims, resilience, psychology.

### Abstrak

Pada artikel ini bertujuan untuk menjelaskan beberapa alternatif metode terapi baik secara umum maupun metode sufistik, serta memberikan pemahaman pada resiliensi korban *cyberbullying* dalam perspektif psikologis maupun keislaman. Perkembangan teknologi dan informasi di jaman modern ini tidak hanya memberikan efek yang baik pada generasi muda. Akan tetapi juga memberikan dampak yang kurang baik. Kurang bijaknya dalam penggunaan teknologi mampu menjadikan media sebagai sarana kekerasan dan pembully-an, atau lebih dikenal dengan *cyberbullying*. *Cyberbullying* memberikan dampak yang lebih ekstrem dibandingkan dengan *traditional bullying*, karena dalam kasus ini, korban tidak dapat memberikan perlawanan dan lebih menekan psikis korban. Jadi perlu adanya penanganan khusus pada korban sehingga korban mampu berinteraksi kembali dengan lingkungannya atau yang lebih dikenal dengan resiliensi. Beberapa metode terapi yang dapat dilakukan untuk membantu korban *cyberbullying* adalah metode terapi dengan pendekatan behavioristik, pendekatan realistik dan pendekatan sufistik.

Kata kunci: *cyberbullying*, keislaman, korban, resiliensi, psikologi.

### Pendahuluan

Perkembangan teknologi dan komunikasi tidak hanya memberikan dampak positif bagi masyarakat pada umumnya, melainkan juga menimbulkan beberapa permasalahan. Permasalahan teknologi dan komunikasi, yang terjadi pada masyarakat modern seperti sekarang ini agaknya sangat kompleks, mulai dari peretasan sampai perundungan (*bully*) di media maya. Perundungan yang dilakukan pada dunia maya atau lebih dikenal dengan *cyberbullying*. Efek yang ditimbulkan dari *cyberbullying* pun beragam. Mulai dari stress, depresi ringan, perilaku anti sosial, sikap trauma sampai dengan bunuh diri.

Kasus *cyberbullying* telah menjadi topik sorotan dunia sejak lama. Berbagai media cetak dan media maya menyiarkan tentang kekejaman dari *cyberbullying*. Rata-rata perilaku *cyberbullying* dilakukan dengan memanfaatkan jejaring sosial melalui akun-akun yang tidak bertanggung jawab. Berbagai cemoohan dan kata-kata kasar, serta

fitnahan sering menghampiri korban *cyberbullying*. Tidak hanya di dalam dunia maya, terkadang perundungan pada korban *cyberbullying* juga sampai pada dunia nyata.

Perilaku *cyberbullying* dianggap mengerikan oleh beberapa orang, dikarenakan efek yang mampu ditimbulkan lebih buruk secara psikologis jika dibandingkan dengan *traditional bullying* (Parks, 2013), serta sulitnya melacak keberadaan pelaku *cyberbullying*, hal tersebut dikarenakan begitu luasnya jangkauan dari perundungan tersebut, sehingga tidak mampu diketahui secara pasti siapakah pelaku sebenarnya dari kejahatan *cyber* tersebut. Beberapa kasus dari *cyberbullying* telah merenggut banyak korban nyawa. Kasus yang menghebohkan dunia maya yakni pada kasus Amanda Tood's, seorang remaja asal Kanada, yang mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri karena selalu di *bully* di dunia maya dan berlanjut di dunia nyata selama kurang lebih 3 tahun (Widyanigrum, 2016). Selain di luar negeri, kasus *cyberbullying* mulai merambah di Indonesia. Misalkan, Yoga Cahyadi, seorang remaja asal Yogyakarta yang mengakhiri hidupnya dengan menabrakkan diri di kereta api yang sedang melintas, pada tanggal 26 Mei 2013. Sebelum melakukan bunuh diri Yoga sempat berterimakasih kepada orang yang telah membullynya karena kegagalan acara yang diselenggarakan oleh dirinya, pesan terakhir tersebut diungkapkan oleh Yoga melalui *Twitter* pribadi miliknya (Putra, 2014).

Menurut data UNICEF 2016, sebanyak 41 sampai 50 persen remaja Indonesia dengan usia antara 13 sampai dengan 15 tahun pernah mengalami *cyberbullying* ("41 Persen Remaja Indonesia Pernah Mengalami *Cyberbullying*," 2017), yang mengancam sisi psikologis para korbannya, serta sulit dihindari. Banyaknya korban dari *cyberbullying* menjadikan ancaman tersendiri pada perkembangan kondisi psikologis remaja. Hal tersebut dikarenakan, luka yang dirasa oleh korban bukan secara fisik, serta korban tidak mengetahui siapa pelaku dari *cyberbullying* tersebut. Sehingga, korban dari *cyberbullying* lebih terpuruk dan tertekan secara psikologis. Maka diperlukan penanganan yang tepat bagi korban, sehingga mampu bangkit dan hidup dengan lingkungan atau kehidupan yang nyata.

Oleh karena itu, perlu adanya penanganan sehingga mampu melakukan resiliensi yang tepat pada korban *cyberbullying* baik dalam perspektif psikologis maupun agama, agar mampu secara efektif memberikan motivasi sehingga mampu bangkit pasca

kejadian yang dialami korban. Maka, dalam artikel ini akan membahas resiliensi korban *cyberbullying* dalam perspektif psikologis maupun keislaman.

## Pembahasan

### *Pengertian Cyberbullying*

*Cyberbullying* merupakan suatu tindakan kekerasan yang dilakukan oleh individu atau suatu kelompok secara terus menerus dengan menggunakan bantuan gawai atau internet yang dilakukan secara berulang-ulang dan sulit untuk membela diri. Misalkan, meneror, mengintimidasi, mengancam dan sebagainya (Mian, 2014). *Cyberbullying* juga dapat di definisikan sebagai bentuk *bully* berupa kata-kata kasar melalui ruang chat atau pesan langsung, pemfitnahan yang disebar di dunia maya dan sebagainya, dengan memanfaatkan kecanggihan teknologi internet yang mampu menimbulkan efek yang lebih pada korban. Selain akan mengubah perilaku korban juga mampu menekan korban dan korban tidak mampu untuk mengelak atau membela diri (Kyriacou, 2016). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa *cyberbullying* merupakan suatu bentuk *bully* atau tindak kekerasan yang dilakukan kepada pihak satu (individu atau kelompok) kepada pihak lain, sehingga korban sulit melakukan pembelaan, yang dilakukan melalui media elektronik maupun internet dengan cara meneror, mengintimidasi, memfitnah, dan sebagainya yang memberikan dampak psikologis.

Berbagai bentuk *cyberbullying* secara otomatis terjadi dan berkembang di masyarakat, korbannya berbagai kalangan masyarakat, dari anak-anak sampai dewasa, dengan latar belakang yang berbeda-beda. Akan tetapi, korban *cyberbullying* paling besar adalah remaja. Secara umum bentuk dari *cyberbullying* yang ada dan berkembang, khususnya di lingkungan remaja sebagai berikut: (1) menyebar gosip yang belum tentu kebenarannya baik secara pesan chat berantai atau melalui jejaring sosial; (2) menyebarluaskan foto dan video berupa bentuk kekerasan (*bully*), dapat juga foto pribadi sehingga menjadi viral dan menjadi bahan ejekan; (3) meneror korban dengan cara mengirimkan pesan berupa ancaman atau dengan *miscall* yang dilakukan secara berulang dan terus-menerus.

Sehingga dapat dikategorikan bentuk dari *cyberbullying* antara lain sebagai berikut: pertama, *flaming*, yakni bentuk pesan yang bersifat kemarahan yang dikirimkan kepada korban; kedua, *harassment* yakni bentuk pesan yang berisi gangguan / ejekan kepada korban melalui pesan singkat/ ruang chat yang dilakukan secara terus menerus; ketiga, *denigration* yakni mencemarkan nama baik dengan cara memfitnah korban yang disebarkan melalui media sosial atau pesan c hat berantai; keempat, *impersonation* yakni membajak atau membuat situs atas nama korban dan memberikan informasi palsu kepada orang lain dengan tujuan menurunkan martabat dan harga diri korban; kelima, *outing* yakni penyebaran foto atau video pribadi korban; keenam, *trickery* yakni membujuk korban agar mendapatkan data pribadi korban sehingga pelaku dapat dengan leluasa menyebarkan di dunia maya; ketujuh, *exclusion* yakni mengeluarkan korban dengan sengaja dari kelompok chat; kedelapan, *cyber stalking* yakni menguntit akun media sosial korban secara terus menerus dan berlanjut pada kehidupan nyata (Varghese & Pistole, 2017).

Berdasarkan berbagai jenis *cyberbullying* yang ada semua tindakan mengacu pada penekanan emosi atau psikologis korban yang mampu menjadi sebab beberapa masalah yang berkepanjangan. Masalah awal yang terjadi pada remaja yakni stress. Ketika korban tidak mampu mengelola kondisi stress yang ada, maka stress tersebut mampu menjadikan penurunan kondisi psikologis sehingga menjadikan berbagai gangguan psikologis, gangguan psikosomatik atau gangguan yang lain.

Korban *cyberbullying* dapat diartikan sebagai sasaran dari perundungan secara online. Korban tersebut biasanya adalah seseorang yang dianggap berbeda dari orang-orang yang ada disekitarnya ataupun berbeda jika dibandingkan dengan seseorang yang dianggap lebih oleh pelaku. Adapun korban dari *cyberbullying* dicirikan sebagai berikut: mempunyai kondisi fisik yang berbeda dari teman-temannya; berpenampilan berbeda jika dibandingkan dengan remaja lainnya; seseorang/ remaja yang dianggap kurang pintar jika dibandingkan dengan teman sebayanya; seseorang yang cantik/ tampan (Sejiwa, 2008).

Berbagai ciri korban diatas, biasanya memicu perundungan online. perundungan tersebut dilakukan dengan cara menyebar foto, video, gosip atau yang lainnya di media sosial sehingga mampu menjadi topic *bully* di media sosial yang

mampu berujung pada dunia nyata korban. Sehingga korban tidak hanya *dibully* di dalam dunia maya melainkan juga menjadi sasaran *bully* dalam dunia nyata. Akibatnya, korban akan merasa semakin terpuruk dan terjerumus dalam kondisi psikologis yang sangat buruk. Hal tersebut dikarenakan pembullyingan yang dilakukan secara berkelanjutan dan terus menerus mampu menunjukkan perubahan sikap yang signifikan.

Beberapa sikap yang ditunjukkan oleh korban cyberbullying menurut Priyatna (2010) antara lain, sebagai berikut: 1) menarik diri dari pergaulan/ kelompok sosial yang ada; 2) enggan menggunakan hal-hal yang berkaitan dengan media sosial dan internet; 3) menunjukkan perubahan sikap baik secara langsung maupun secara psikologis (agresif, murung, frustrasi dan lain sebagainya); 4) prestasi cenderung mengalami penurunan; 5) mengalami gangguan tidur dan pola makan.

Beberapa ciri tersebut dapat berkembang sesuai dengan besarnya tekanan psikologis yang dirasakan korban serta penanganan yang dilakukan korban dalam menghadapi masalah *cyberbullying* yang menyerang korban. Semakin besar tekanan yang dirasakan korban dan kurangnya kemampuan dalam penanganan masalah, maka akan semakin besar gangguan psikologis yang mengarah pada gangguan fisik yang akan dialami korban cyberbullying.

### *Cyberbullying Menurut Perspektif Psikologi*

Pada hakikatnya, *cyberbullying* selalu dikaitkan dengan *traditional bullying*. Hal tersebut dikarenakan, *cyberbullying* merupakan bentuk baru dari *traditional bullying*, yang penggunaannya memanfaatkan internet. *Cyberbullying* merupakan salah satu masalah global yang disoroti dalam kajian psikologis, karena mempunyai dampak yang cukup serius. Hal tersebut, disebabkan korban tidak mampu untuk menghindari dan melakukan perlawanan. Pada kegiatan *bully* ini tidak adanya perilaku kekerasan pada korban secara fisik, sehingga korban tidak menunjukkan rasa sakit secara fisik, namun korban menunjukkan perubahan perilaku secara psikologis yang cukup signifikan.

Perubahan perilaku dari korban cyberbullying mampu berpengaruh pada kondisi perkembangan psikologis maupun psikososial korban. Jika tidak mendapatkan penanganan yang cukup serius, maka dapat mempengaruhi perkembangan korban

maupun interaksi sosial dengan lingkungan. Sehingga *cyberbullying* dapat dikaji lebih lanjut dalam pandangan sisi psikologis sebagai berikut:

### *Perspektif Psikologi Perkembangan*

Psikologi perkembangan merupakan suatu cabang dari ilmu psikologi yang mempelajari perubahan yang terjadi dalam diri manusia baik jasmani maupun kondisi mental seseorang berdasarkan fase-fase perkembangan manusia (Desmita, 2010). Kondisi yang timbul pada korban *cyberbullying* dapat dipandang dalam kaca mata psikologi perkembangan dikarenakan pada psikologi perkembangan mengkaji perubahan mental serta tugas perkembangan tiap fase perkembangan serta gangguan yang mampu terjadi ketika tugas perkembangan tersebut tidak mampu dilalui dengan baik. Pada kejadian *cyberbullying* korban dibully sehingga korban merasa tertekan secara terus menerus, yang mampu memberikan dampak pada perkembangan mental pada fase perkembangan dan tugas perkembangan korban (remaja).

Remaja dalam konsep psikologi perkembangan merupakan masa transisi masa kanak-kanak dan dewasa. Pada masa ini biasanya terjadi pada usia antara 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia dua puluhan (Feldman, 2013). Remaja sangat rentan dengan kondisi *cyberbullying* serta paling banyak yang menjadi korban dalam kejadian tersebut. Hal ini disebabkan, pada fase ini adanya bentuk transisi dari masa kanak-kanak dalam perkembangan psikososialnya. Dalam teori *behaviourisme*, perilaku psikososial dikenal dengan *social learning theory* yakni masa perkembangan perilaku individu berdasarkan bentuk imitasi atau sesuatu yang mampu diterima oleh kelompoknya/ masyarakat (Jahja, 2011). Sehingga yang ditunjukkan anggota kelompok harus mengimitasi anggota yang lain jika ingin diterima, jika tidak maka akan ditolak dalam kelompoknya.

Menurut Erikson (dalam Feldman, 2013) perkembangan awal psikososial yang dialami masa remaja disebut sebagai *identity* yakni masa kritis awal perkembangan remaja untuk membentuk tahap awal identitas diri atau disebut juga sebagai *psychosocial moratorium*. Masa transisi ini, seorang remaja tidak mau lagi disebut sebagai kanak-kanak dan belum stabil jika disebut sebagai manusia dewasa. Sehingga, rentan sekali dengan konflik. Seorang remaja tidak mau lagi menurut seperti halnya

anak-anak lagi serta belum matang dalam menentukan sikap layaknya seseorang yang dewasa. Konflik yang terjadi tidak hanya dengan diri sendiri, karena berbagai perubahan yang terjadi secara fisik, melainkan juga perubahan emosi dalam dirinya. Akan tetapi, konflik juga terjadi dengan lingkungan sekitar, misalkan dengan orang tua. Hal tersebut dikarenakan pada masa remaja, mempunyai pemikiran tersendiri yang tidak sama dengan orang yang dewasa. Para remaja hidup dengan dunia mereka sendiri dengan berbagai aturan yang ditetapkan sendiri. Biasanya mereka mengimitasi seseorang sebagai acuan/ role model yang dijadikan kiblat dalam pembentukan identitasnya.

Dalam pembentukan identitasnya, seorang remaja memulainya dengan melakukan interaksi sosial. Seorang remaja mulai melakukan interaksi sebagai bentuk pengakuan dari pihak lain. Meskipun sering adanya konflik dalam interaksinya, akan tetapi individu tetap mencoba dengan berbagai metode interaksi sosial untuk mencapai pengakuan diri dalam suatu kelompok sosial masyarakat. Sehingga mampu memenuhi tugas perkembangan pada fase remaja, tugas perkembangan ini disebut sebagai *identity formation* (Yusuf, 2012).

Pada pembentukan *identity formation* seringkali ada kebimbangan dalam diri seorang remaja. Mereka membentuk identitas diri dalam kelompoknya dan melakukan penyesuaian agar dapat diterima dalam kelompok sosial. Adanya kebimbangan inilah yang seringkali menjadikan ketidak sesuaian antara remaja satu dengan yang lainnya. Hal tersebut yang menjadikan pemicu adanya cyberbullying pada remaja.

Remaja korban *cyberbullying* biasanya sulit dalam melakukan interaksi dengan lingkungan sosialnya, mereka menarik diri dalam pergaulan, sehingga sulit dalam pembentukan identitas diri sebagai wujud pemenuhan tugas perkembangannya, sehingga dapat di sebut sebagai *identity confusion* (Saefullah, 2012). Kegagalan dalam pemenuhan tugas perkembangan inilah yang nantinya mampu memberikan dampak pada fase perkembangan berikutnya. Dampak tersebut misalkan seorang remaja belum mampu berinteraksi dengan lingkungannya secara sehat sehingga membentuk sikap anti sosial maupun rendahnya rasa percaya diri.

Besarnya pengaruh *cyberbullying* pada kondisi psikologis remaja, sehingga cyberbullying tidak hanya menjadi topic permasalahan dalam psikologi perkembangan



saja, melainkan juga menjadi masalah sosial. Hal tersebut dikarenakan, manusia dikenal sebagai makhluk sosial serta pada masa remaja merupakan masa awal interaksi dengan lingkungan sosial sekitar.

### *Perspektif Psikologi Sosial*

Psikologi sosial merupakan kajian keilmuan psikologi yang membahas perilaku manusia berdasarkan konteks sosial yang berkembang di masyarakat (Brown, 2006). Adanya interaksi sosial sesama manusia yang membentuk peradapan dan kehidupan sosial bermasyarakat. Hal tersebut juga berpengaruh dengan kondisi remaja. Pada masa perkembangan psikososial, seorang remaja mempunyai keinginan untuk berinteraksi dengan lingkungannya diluar keluarganya. Para remaja menginginkan adanya pengakuan keberadaannya di dalam kelompok masyarakat.

Interaksi inilah yang dibangun remaja sebagai pembentukan pengakuan dan identitas awal (*psychosocial momatorium*). Interaksi pada remaja ini tidak langsung dengan masyarakat secara luas, melainkan dimulai dengan membentuk kelompok teman sebaya, baik di sekolah maupun kelompok sebaya sepermainan. Melalui kelompok teman sebaya inilah, remaja mulai belajar tentang perilaku sosial bermasyarakat. Dalam kelompok teman sebaya, remaja mengenal adanya peran yang harus diambil dalam tatanan kehidupan sosial masyarakat. Adanya peraturan tidak tertulis yang mengikat anggota kelompok yang harus dipatuhi dan berbagai hal yang lain yang berkaitan dengan kelompok tersebut.

Berbagai peranan sosial yang dipelajari seorang remaja dalam peer group antara lain: tatacara berinteraksi dengan orang lain, batasan dalam melakukan perilaku sosial, saling bertukar perasaan dan permasalahan sesama teman/ orang lain (Yusuf, 2012). Interaksi sosial ini yang mampu membentuk perilaku moral sehingga mampu mengembangkan identitas awal remaja. Hal tersebut dikarenakan, adanya peraturan yang mengikat mampu mempengaruhi perilaku sosial remaja, dalam teori behavior dalam psikologi sosial disebut dengan operant conditioning (Brown, 2006). Yang mana perilaku yang tercermin tersebut dianggap positif secara sosial maka akan diterima dan dapat menguatkan serta mampu diulangi sebagai bagian dari identitas diri, akan tetapi,

jika perilaku yang cenderung tidak sesuai secara sosial maka akan mengalami penolakan secara sosial.

Berdasarkan hal tersebut, maka penolakan sosial dapat dilakukan melalui *cyberbullying*. Akan tetapi, menurut Bandura (2016) perilaku *cyberbullying* merupakan bagian dari penurunan moralitas sosial. Moral sendiri dipandai sebagai tolok ukur baik buruknya sikap manusia (Suseno, 1987). Maka, dapat dicermati adanya penurunan moralitas berarti adanya pengurangan tolok ukur kehidupan sosial di dunia maya/ kurang adanya toleransi dalam ranah kehidupan sosial di dunia maya/ virtual. Hal tersebut dikarenakan, kurang bijaknya dalam pemanfaatan dunia virtual dan beberapa orang cenderung lebih nyaman serta menikmati kehidupan dalam dunia maya jika dibandingkan dengan dunia nyata. Sehingga, rasa yang ada dalam tatanan kehidupan sosial masyarakat pun cenderung memudar. Hal tersebut yang sebagian besar dijalani oleh remaja saat ini, sehingga dampak dari *cyberbullying* berpengaruh besar dalam kehidupan sosial remaja. Perubahan tersebut, tentu saja dipengaruhi oleh budaya yang berkembang saat ini, yang menuntut perubahan sikap yang tidak dibarengi dengan peningkatan moral (budi pekerti), yang dianggap mampu mempengaruhi eksistensi pelaku dengan menjatuhkan korbannya.

Pengaruh perubahan perilaku tersebut salah satunya dipengaruhi oleh konformitas suatu kelompok sosial. Konformitas dapat diartikan sebagai suatu penyesuaian perilaku/norma dalam kelompok yang berisi aturan yang mengatur perilaku anggota kelompok tersebut (Delamater & Myers, 2011). Sebagai suatu bentuk komitmen dalam hubungan. Tentu saja dalam lingkup ini, yakni hubungan remaja dengan teman sebaya sebagai perwujudan interaksi awal sosial masyarakat. Adanya komitmen dan konformitas dalam kelompok teman sebaya tersebut yang menjadikan alasan adanya perilaku *cyberbullying*. Karena, secara tidak disadari akan ada topik *pebully-an* jika dirasa tidak sesuai dengan norma/ kebiasaan yang ada di lingkungan sekitar. Sehingga, ketika salah satu anggota/ orang lain yang dirasa tidak sesuai dengan aturan/ kebiasaan yang mereka anut, maka otomatis akan mengalami penolakan secara sosial dalam kelompok teman sebaya. Salah satu bentuk penolakan tersebut yakni dengan memberikan perlakuan yang tidak menyenangkan sebagai bentuk ganjaran atas ketidak sesuainnya dalam kelompok. Ganjaran tersebut salah satunya dengan *pebully-an* secara langsung atau dengan menggunakan *cyberbullying*.

Tentu saja dampak yang ditunjukkan antara laki-laki dan perempuan sebagai wujud perilaku korban cyberbullying cenderung berbeda. Meskipun sikap langsung yang dimunculkan yakni dengan agresifitas, akan tetapi remaja laki-laki cenderung melakukan perilaku agresif secara langsung dalam kehidupan bermasyarakat, sedangkan perempuan biasanya cenderung lebih tertekan secara psikis dan memperlihatkan sikap anti sosialnya. Akan tetapi, semua itu tergantung pada ketahanan individu dalam menangani setiap permasalahan yang ada. Meskipun perilaku cyberbullying tidak sesuai dengan norma sosial yang ada, akan tetapi sulit untuk dihilangkan dalam masyarakat. Hal tersebut ada, karena secara otomatis akan ada dalam sosial masyarakat sebagai bentuk penolakan pada seseorang/ kelompok yang dirasa tidak sesuai dengan kaidah norma sosial yang ada.

### *Cyberbullying dalam Pandangan Islam*

Islam merupakan agama yang penuh cinta kasih. Ajaran yang di bawa Rasulullah Saw dalam agama Islam yakni mengasihi seluruh manusia tanpa terkecuali dan melarang perbuatan yang merugikan orang lain, hal tersebut dikarenakan Allah mengirim Rasulullah Saw ke bumi adalah untuk menyempurnakan akhlak umat manusia dan sebaik-baiknya akhlak adalah akhlak Rasulullah Saw. Beliaulah yang menjadi contoh teladan yang baik bagi umat manusia. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah SWT dalam QS. Al Ahzab: 21.

Pandangan Islam sangat menjunjung tinggi keutamaan akhlak. Akhlak sendiri dapat didefinisikan sebagai hal yang berkaitan dengan perilaku manusia. Akhlak dapat dibedakan menjadi 2 macam yakni akhlak baik (mahmudah) dan akhlak buruk (madzmumah) (Damanhuri, 2010). Perilaku *cyberbullying* merupakan kelompok perbuatan akhlak yang tercela (madzmumah), yakni dalam lingkup perbuatan zalim.

Zalim dapat diartikan sebagai suatu perilaku yang tidak ditempatkan sebagaimana mestinya (Hasan, 2016). Dalam Al-Qur'an zalim juga diartikan sebagai bentuk penganiayaan atau kekerasan bahkan suatu kejahatan (Nu'man, 2014). Hal tersebut dijelaskan dalam QS. An- Nisa: 148, yang berbunyi:

لَا يُحِبُّ اللَّهُ الْجَهْرَ بِالسُّوْءِ مِنَ الْقَوْلِ إِلَّا مَنْ ظَلَمَ وَكَانَ اللَّهُ سَمِيعًا عَلِيمًا

*Artinya: “ Allah tidak menyukai ucapan buruk (yang diucapkan terus menerus) dan terus terang kecuali oleh orang yang dianiaya. Allah maha mendengar lagi maha mengetahui”.*

Maka dari itu, Islam sangat melarang perbuatan zalim, serta Allah sangat membenci perbuatan zalim yang dilakukan oleh manusia. Hal tersebut di jelaskan Allah melalui firman-Nya dalam QS. Ali Imran: 57, yang berbunyi:

وَأَمَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَيُوَفِّيهِمْ أُجُورَهُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ

*Artinya: “ Adapun orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal-amal yang saleh, maka Allah akan memberikan kepada mereka dengan sempurna pahala amalan-amalan mereka; dan Allah tidak menyukai orang-orang yang zalim”.*

Perbuatan zalim sendiri menurut Hasan (2016) dibedakan menjadi tiga jenis, antara lain: 1) kezaliman yang tidak akan diampuni oleh Allah. Kezaliman ini merupakan dosa yang sangat besar, karena berkaitan dengan kedurhakaan manusia pada Allah. Kezaliman ini misalkan perbuatan syirik, 2) kezaliman yang akan diampuni oleh Allah. Kezaliman ini berkaitan dengan kesalahan manusia pada dirinya sendiri dan Allah. Misalkan ketika manusia berbuat salah kepada Allah, dan 3) kezaliman yang akan di berikan balasan oleh Allah. Misalkan kezaliman yang dilakukan ketika manusia berbuat kesalahan dengan manusia yang lain.

Sesuai dengan ketetapan Allah dalam QS. Al A'raf: 41, yang berbunyi:

لَهُمْ مِنْ جَهَنَّمَ مِهَادٌ وَمِنْ فَوْقِهِمْ غَوَاشٍ وَكَذَلِكَ نَجْزِي الظَّالِمِينَ

*Artinya: “ Bagi mereka tikar tidur dari api neraka dan di atas mereka ada selimut (api neraka). Demikian kami memberikan balasan kepada orang-orang yang zalim” (QS. Al A'raaf: 41).*

Selain itu perbuatan zalim juga diterangkan dalam hadis yang diriwayatkan oleh Aisyah r.a, bahwasanya Rasulullah bersabda: “Barang siapa yang menganiayaya, mengambil tanpa ijin pemiliknya, seukuran sekira sejengkal tanah, maka tanah tersebut akan dikalungkan dilehernya tujuh lapis bumi, sebagai siksa pada hari kiamat nanti (Muttafaqon'alaih) (An- Nawawi, 1995).

Pada kasus perilaku *cyberbullying*, kegiatan yang dilakukan mencakup salah satu bentuk kekerasan, pengintimidasian individu pada dunia virtual, maka dalam Islam hal tersebut dipandang sebagai bentuk kezaliman yang berhubungan dengan orang lain, yang akan diberikan balasan oleh Allah. Perbuatan zalim dalam perilaku *cyberbullying* dapat digolongkan dalam pengertian zalim sebagai bentuk perilaku penganiayaan (Saefullah, 2012). Perbuatan zalim pada kondisi ini dapat didefinisikan sebagai suatu perbuatan yang melampaui batas kewajaran sehingga mampu merugikan orang lain bahkan mengambil hak orang lain sehingga mengakibatkan penganiayaan pada diri orang lain (Damanhuri, 2010). Sehingga, dalam pandangan Islam, perilaku *cyberbullying* dipandang sebagai sesuatu yang sangat keji dan dilarang oleh agama. Sedangkan korban dari perilaku korban *cyberbullying* mendapatkan hak istimewa dari Allah yakni dengan mengabdikan semua doanya.

### *Psikoterapi Korban Cyberbullying*

Sebelum korban dari kasus *cyberbullying* mampu melakukan resiliensi guna membentuk pribadi yang baru, maka hal yang harus dilakukan terlebih dahulu adalah penyikapan masalah sebagai bentuk penanganan awal. Penanganan masalah tersebut dapat dilakukan dengan menggunakan terapi ataupun konsultasi (konseling) oleh korban pada ahli atau orang-orang terdekat korban.

Beberapa terapi yang dapat dilakukan sebagai bentuk penanganan pada korban *cyberbullying* antara lain dapat menggunakan beberapa alternatif terapi, baik terapi dengan pendekatan psikologis maupun pendekatan spiritual (keislaman). Terapi yang digunakan harus disesuaikan dengan diagnosa yang dilakukan sebagai bentuk awal dari rancangan terapi. Diagnosa dapat dilakukan dengan melakukan dalam bentuk wawancara ringan, tes psikologis, ataupun dengan pengamatan (observasi). Pendiagnosaan dari gejala yang ada pada korban *cyberbullying* ini disebut sebagai psikodiagnosis. Psikodiagnosis ini dapat diartikan sebagai aktivitas yang dilakukan guna memahami perilaku yang ditimbulkan oleh korban, aktivitas ini dapat berupa perkataan, perbuatan, gesture, ekspresi yang ditunjukkan dan sebagainya (Adz Dzaky, 2002).

Berdasarkan hasil dari psikodignostik tersebut, seorang terapis mampu memberikan terapi yang sesuai sebagai bentuk dari kepada seseorang (korban cyberbullying) untuk menangani permasalahan psikologis yang dialami.

Gejala yang nampak dari korban cyberbullying rata-rata adalah stress, serta perilaku anti sosial yang di wujudkan dengan perilaku agresif. Terapi yang dapat di tawarkan yakni dapat berupa terapi dengan metode behaviouristik, terapi realitas serta dapat menggunakan metode sufistik.

### *Terapi dengan metode behavioristik*

Terapi behaviouristik ini pertama kali dicetuskan oleh Watson sekitar tahun 1960. Terapi ini memandang kompleksitas manusia. Maksudnya, gangguan yang terjadi pada diri individu dikarenakan kegagalan dalam mengelola lingkungan. Oleh karena itu, individu harus merubah perilakunya sehingga lebih positif dan menjadikan lingkungan yang positif pula (Lubis, 2011).

Hal yang terjadi pada korban cyberbullying rata-rata yakni terjadinya perilaku agresif sebagai bentuk perilaku anti sosial yang ditampakkan korban. Hal tersebut dilakukan sebagai media penyaluran emosi negatif dalam diri korban. Perilaku agresif merupakan suatu tindakan untuk menyerang atau melukai diri sendiri ataupun orang lain (Pieter, Janiwarti, & Saragih, 2011). Sehingga, hal yang perlu dilakukan sebagai bentuk tindakan terapi dengan metode behavioristic yakni dengan melakukan tindakan preventif dan kuratif. Tindakan preventif dilakukan agar mampu mencegah terjadinya tindakan agresif yang lebih buruk dikemudian hari.

Tindakan ini dapat dilakukan dengan penyaluran dalam bentuk perilaku yang lebih positif. Misalkan dapat disalurkan melalui kegiatan sosial atau dalam bentuk kegiatan olah raga dan sebagainya, yang mampu mengalihkan perilaku negatif. Sedangkan tindakan kuratif dilakukan sebagai ganjaran atas apa yang telah dilakukan. Tindakan ini merupakan komitmen yang dibuat oleh korban sendiri sebagai bentuk reward dan punishment atas perbuatan yang telah dilakukan sebagai bagian dari konsep perubahan perilaku yang dilakukan dalam proses terapi.

Tindakan selanjutnya yang mampu dilakukan sebagai bagian dari metode behaviouristik yakni dengan melakukan penguatan. Penguatan (*reinforcement*) ini

berupa hal-hal yang harus dilakukan sebagai penunjang untuk melakukan perubahan perilaku yang lebih positif (Miltenberger, 2012). Penguatan (*reinforcement*) ini, dilakukan oleh orang-orang di sekitar korban, dapat dilakukan oleh orang tua, saudara dekat, ataupun orang-orang yang ada di sekitar korban. Adanya penguatan ini, diharapkan mampu memberikan stimulus yang lebih positif pada korban dalam menangani permasalahan yang ada dalam diri korban. Pada metode ini, pertama-tama korban harus secara sadar menginginkan perubahan dalam dirinya serta mau melakukan perubahan perilaku. Perubahan perilaku ini akan membantu korban membentuk identitas diri yang baru. Hal tersebut dikarenakan, adanya perubahan pandangan role model yang dijadikan acuan dalam diri individu.

### *Terapi dengan metode realitas*

Metode terapi realitas ini pertama kali dikemukakan oleh Glasser W pada tahun 1950. Adapun ciri-ciri pada metode terapi ini antara lain: 1) ditentukan oleh pertimbangan nilai, bahwa diri sendiri individu adalah yang menentukan nilai atas baik buruknya perilaku yang telah dilakukan individu, 2) mengacu pada konsep kesadaran, individu secara penuh bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukan, 3) menghapus pemberian hukuman, yaitu hukuman yang akan diberikan sebagai sanksi dari orang lain bukan sebagai tolok ukur. Melainkan pertanggung jawaban moral pada diri sendiri yang menjadi acuan dalam dirinya (Lubis, 2011).

Tindakan yang dilakukan sebagai proses terapi dengan menggunakan metode realitas yakni terapis membentuk kesadaran dalam diri individu (korban). Terapis mencoba membentuk kemungkinan sebab akibat yang mampu terjadi sebagai luapan atas perilaku cyberbullying yang dialami korban. Terapis mencoba mengarahkan untuk membentuk perilaku yang lebih realistis dengan beberapa alternative yang mampu dikembangkan untuk menjadikan korban mampu menyelesaikan permasalahannya lebih mandiri. Pada metode ini, terapis lebih membimbing korban untuk berpikir dan bertindak secara realistis dengan penuh pertimbangan dan pertanggung jawaban pada diri sendiri dan lingkungannya.

### *Terapi dengan metode sufistik*

Yakni metode psikoterapi islam yang mengembangkan metode tasawuf dengan cara melebur sifat, karakter dan perbuatan yang menyimpang dari ketentuan Allah. Terapi ini menggunakan metode antara lain: pertama, takhalli, yakni perilaku pertobatan kepada Allah atas apa perilaku yang telah dilakukan. Kedua, tahalli, yakni dengan melakukan ibadah serta ketaatan yang diungkapkan melalui pengaplikasian ketauhidan serta pengamalan akhlak terpuji. Ketiga, tajalli, yakni menampakkan pengamalan agama dalam kehidupan sehari-hari (ihsan) (Adz Dzaky, 2002).

Penggunaan metode ini, seorang terapis memberikan treatment pendekatan lebih pada sisi spiritual. Seorang terapis mengajak korban *cyberbullying* untuk lebih dekat kepada Allah, sehingga korban tersebut bukan menyalahkan dan melakukan hal-hal negatif melainkan menyerahkan semuanya kepada Allah. Serta menganggap semua kejadian sebagai bagian dari ujian dari Allah dan mempunyai hikmah bagi dirinya.

### *Resiliensi Korban Cyberbullying*

Setelah dilakukan penanganan, berupa terapi yang dilakukan oleh ahli (terapis) maka seorang korban *cyberbullying* akan melakukan tindakan untuk memperjuangkan kondisinya menghadapi lingkungannya yang nyata. Kondisi ini dinamakan resiliensi. Pada kondisi ini, seorang korban *cyberbullying* akan membutuhkan orang-orang disekitarnya untuk membantunya bangkit dan percaya kembali dengan lingkungannya.

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mengatasi, menghadapi, dan melakukan suatu perubahan pada dirinya setelah mengalami suatu kejadian yang dirasa berat (Husamah, 2015). Resiliensi merupakan suatu proses yang harus dilalui setiap individu setelah terpuruk dalam suatu kondisi yang buruk dalam hidupnya. Hal ini, berkaitan dengan cara individu untuk beradaptasi dan berinteraksi kembali dengan lingkungannya (Papatraianou, Levine, & West, 2014).

Ketika melakukan resiliensi, korban harus mulai beradaptasi kembali dan berinteraksi kembali dengan masyarakat dan lingkungannya. Perlu adanya kepercayaan yang ditumbuhkan dalam diri korban *cyberbullying*, karena banyak hal baru yang harus dilalui sebagai bentuk perubahan dalam dirinya.

Sehingga kegiatan resiliensi dapat digambarkan dalam tiga fenomena utama, yaitu perkembangan positif yang dihasilkan oleh kehidupan manusia dalam konteks,



misalkan seseorang yang tinggal dalam kondisi sosial yang lemah atau dalam kondisi lingkungan yang kurang kondusif karena factor patologis, kompetisi yang muncul akibat suatu kejadian yang sangat berat, misalkan kondisi akibat dari perundungan di media sosial (cyberbullying), dan kesembuhan atau pulihnya kondisi psikis seseorang dari kondisi yang sangat berat, misalkan trauma ataupun depresi. (Desmita, 2010).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kondisi atau kemampuan yang dimiliki individu ataupun kelompok dalam menangani, mengobati atau bahkan menghilangkan kondisi yang dianggap membahayakan atau merugikan sehingga individu atau kelompok tersebut mampu membaur dengan masyarakat normal ataupun mampu menangani tugas dan kewajibannya sebagai insan yang utuh.

Ada beberapa aspek dalam membentuk resiliensi diri individu menurut Reivich & Shatte (2002) antara lain sebagai berikut (1) mampu mengendalikan emosi, yakni seorang individu tidak mudah terbawa emosi, menekan semaksimal mungkin kemarahan walaupun dalam kondisi tekanan yang berat, (2) kemampuan mengontrol impuls, kemampuan ini masih berkaitan dengan pengendalian emosi. Kemampuan ini dimaksudkan bahwa individu berusaha mengendalikan hal-hal yang mampu memicu pemikiran yang bersifat negatif yang mendorong untuk bertindak agresif, (3) optimis, yakni kemampuan untuk selalu memandang bahwa setiap permasalahan ada pemecahannya, (4) mampu menganalisa setiap permasalahan dan mencari penyebab dari setiap permasalahan yang ada, yakni kemampuan yang ada pada individu untuk selalu bersikap tenang dan berusaha untuk lebih bijak dalam memahami masalah dari sudut pandang yang berbeda, (5) Self efikasi, yakni kemampuan/ rasa percaya yang timbul dalam diri individu sebagai bentuk keyakinan bahwa individu mampu menyelesaikan setiap permasalahan ada.

Sedangkan untuk mengembangkan resiliensi dalam diri individu, yang harus ada dalam diri individu sebagai bekal terciptanya resiliensi menurut Goldstein & Brooks (2004) antara lain mempunyai rasa percaya diri bahwa seseorang mampu bangkit dan menyelesaikan setiap permasalahan yang dihadapi, memiliki keyakinan akan kebesaran Tuhan sebagai pencipta manusia dan selalu berpegang teguh pada agama yang diyakini.

Selanjutnya, hal yang dibutuhkan individu dalam membentuk resiliensi antara lain sebagai berikut:

Pertama, dukungan social sebagai suatu kondisi lingkungan sosial individu yang memberikan bantuan sebagai bentuk penghargaan, sehingga mampu mempengaruhi kemampuan individu untuk melakukan resiliensi. Dukungan ini misalkan dari keluarga, teman ataupun kelompok masyarakat (Lestari, 2014). Kedua, kemampuan dalam menyelesaikan masalah meliputi intelegensi ataupun pengalaman seseorang. Ketiga, locus of control, baik secara internal maupun eksternal. Secara internal yakni lebih melakukan pengoptimalan kemampuan yang ada dalam dirinya untuk memecahkan suatu permasalahan, sedangkan secara eksternal yakni lebih fleksibel dan selalu belajar dari lingkungannya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dikaitkan dengan resiliensi yang harus dilakukan pada korban cyberbullying antara lain sebagai berikut:

### Resiliensi dalam perspektif psikologis

Pada dasarnya korban dari cyberbullying adalah remaja yang dalam fase pembentukan jati diri. Sehingga, ketika remaja tersebut dalam kondisi menjadi korban cyberbullying akan terpengaruh bahkan kegagalan dalam pembentukan jati diri. Sehingga hal yang perlu dilakukan yakni adanya bantuan dari lingkungan sekitar dalam bentuk peran dukungan sosial.

Dukungan sosial yang utama yakni keluarga. Dukungan keluarga khususnya orang tua mampu memberikan dampak positif sehingga akan menurunkan sikap agresif, meningkatkan penghargaan pada diri sendiri, dan adanya kepuasan hidup dalam diri individu (Lestari, 2014). Ketika remaja korban cyberbullying mampu menumbuhkan rasa lebih menghargai dirinya sendiri, maka akan mampu membentuk self efikasi sehingga mampu bangkit dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Selain dukungan dari keluarga tentu saja dari kerabat dan teman terdekat korban. Karena resiliensi memerlukan reinforcement secara psikologis. Meskipun korban dari cyberbullying telah melewati proses terapi sebelum melakukan resiliensi, akan tetapi bentuk penguata berupa penerimaan sosial oleh lingkungan perlu dikuatkan.

Dengan demikian, mampu membentu korban untuk bangkit dan menjadi pribadi yang baru setelah mengalami guncangan psikologis akibat perilaku perundungan di dunia maya.

### *Resiliensi Perspektif Agama*

Selain aspek psikologis yang dibentuk sebagai bentuk resiliensi korban cyberbullying. Resiliensi juga dapat dibentuk melalui aktifitas spiritual. Setelah dilakukan terapi sufistik, individu akan terlihat lebih tenang dan lebih khusuk secara spiritual. Hal tersebut yang akan dijadikan fondasi sebagai pijakan resiliensi korban *cyberbullying* dalam menjalani kehidupannya yang lebih nyata. Pemahaman agama yang kuat dapat menjadikan obat bagi seseorang yang sedang dalam permasalahan. Dikarenakan kegiatan spiritual dalam diri seseorang mampu memberikan ketenangan jiwa dan menyetabilkan emosi seseorang.

Pada kasus korban *cyberbullying* banyak sekali kemungkinan akibat yang dialami korban, salah satunya yakni stress. Ketika individu dalam kondisi stress, maka ada kondisi psikis yang tertekan yang memicu timbulnya depresi yang mampu berpengaruh pada rasa sakit secara fisik bahkan penurunan rasa percaya diri.

Resiliensi yang dapat dilakukan korban yakni dengan membaca Al-qur'an (Hishshah, 2007). Hal tersebut telah di jelaskan dalam firman Allah;

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

*Artinya: "Dan kami turunkan dari Alqur'an (sesuatu) yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang yang beriman" (QS. Al Isra': 82)*

Melalui pembacaan dan mendengarkan lantunan ayat-ayat al-qur'an yang dilakukan secara terus menerus mampu meningkatkan kadar keimanan dan ketenangan dalam diri individu, yang membantu meningkatkan kekuatan dari dalam diri individu. Sehingga mampu memberikan ketenangan psikis individu agar lebih mudah dalam menyelesaikan persoalan. Ketika korban *cyberbullying* mampu mengelola kondisi psikis menjadi lebih tenang, maka korban mampu menunjukkan akhlak yang mulia. Pembentukan akhlak mulia inilah yang nantinya akan menjadi modal utama yang baru dalam berinteraksi dengan masyarakat dan lingkungannya kembali.

Pembentukan identitas yang baru juga mampu terbentuk melalui pendekatan agama, karena ketika individu mencapai pemahaman agama maka individu tersebut mampu mengamalkan ajaran agama melalui akhlaknya. Jadi identitas diri akan

terbentuk melalui perbuatan yang tampak dalam bermasyarakat. Ketika remaja korban *cyberbullying* mampu memunculkan kekuatan dan potensi dalam dirinya melalui akhlak yang mulia, maka korban cenderung mampu untuk mengatasi persolannya dan menganggap semua yang terjadi adalah ujian dan kehendak dari Allah yang harus dijalani dengan ikhlas dan sabar. Hal tersebut akan mendorong munculnya sikap ikhlas dan tawakkal serta akan menutup kemungkinan korban akan menjadi pelaku *cyberbullying* selanjutnya.

### Simpulan

Pada dasarnya *cyberbullying* merupakan kasus sosial yang menekankan pada penurunan moralitas masyarakat khususnya remaja. *Cyberbullying* merupakan suatu bentuk baru pada perilaku bully dalam dunia virtual. *Cyberbullying* tidak menasar kekerasan secara fisik pada korbannya, melainkan dengan cara menekan psikis korban dan sulit memberikan perlawanan pada pelaku.

Berdasarkan perspektif psikologi dibedakan menjadi dua pandangan yakni dalam perspektif psikologi perkembangan dan psikologi sosial. Perspektif psikologi perkembangan, dengan sudut pandang pelaku dan korban *cyberbullying* adalah remaja. Disebabkan pada masa tersebut remaja mengalami fase *identity*, dengan tugas perkembangan *identity formation* yakni kebingungan dalam berinteraksi agar mampu diterima dalam kelompok. Sedangkan dalam perspektif psikologi sosial fase tersebut dipandang sebagai *psychosocial momatorium*, dengan konformitas kelompok teman sebaya sebagai salah satu pemicunya. Sedangkan perspektif keislaman, *cyberbullying* dipandang sebagai salah satu perbuatan zalim. Perbuatan ini sangat dilarang dan dibenci Allah. Dalam beberapa ayat dalam Al-Qur'an diterangkan tentang larangan zalim dalam islam.

Perlu adanya resiliensi pada korban *cyberbullying* agar mampu menjalani kehidupan dan berinteraksi dengan lingkungannya. Akan tetapi, sebelum dilakukan resiliensi dalam diri individu, maka diperlukan proses terapi sebagai bentuk bantuan awal yang dilakukan pada korban *cyberbullying*. Dalam proses terapi tersebut diawali dengan melakukan psikodiagnostik. Yakni pendiagnosaan awal sehingga seorang terapis mampu menawarkan alternatif terapi yang sesuai dengan kondisi yang dialami korban.

Alternatif psikoterapi yang ditawarkan dalam penanganan korban *cyberbullying* antara lain: (1) terapi dengan metode behavioristik, yakni dengan menggunakan metode perubahan perilaku. (2) terapi dengan menggunakan metode realitas, yakni dengan mempertimbangkan sebab akibat dari perbuatan yang dilakukan sebagai bentuk dari pertanggungjawaban sosial. (3) terapi dengan menggunakan metode sufistik, yakni dengan menggunakan pendekatan tasawuf. Beberapa alternative metode psikoterapi tersebut dapat dilakukan dan disesuaikan sesuai dengan kondisi dan kecocokan pada kondisi psikis dari korban *cyberbullying*. Metode terapi tersebut dapat berjalan, ketika korban *cyberbullying* secara sadar menginginkan kesembuhan dan perubahan menjadi pribadi yang lebih baik dalam dirinya. Resiliensi tersebut menurut perspektif psikologis yakni dengan dukungan sosial terutama dari keluarga serta orang-orang terdekat korban. Sedangkan dalam perspektif islami, dapat menggunakan pendekatan spiritual guna mempertebal keimanan dan menggali potensi kekuatan yang ada dalam diri remaja agar lebih mampu dalam memecahkan setiap persoalan yang dihadapi.

## Referensi

- 41 Persen Remaja Indonesia Pernah Mengalami Cyberbullying. (2017). Kumparan, p. 1.
- Adz Dzaky, H. B. (2002). *Konseling dan Psikoterapi Islam: Penerapan Metode Sufistik*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- An- Nawawi, A. Z. M. (1995). *Riyadhus shalihin: Taman Orang-orang Shaleh* (1st ed.). Bandung: PT Al Ma'arif.
- Bandura, A. (2016). *Moral Disengagement*. USA: Worth Publisher.
- Brown, C. (2006). *Social Psychology*. London: Sage Publication.
- Damanhuri. (2010). *Akhlaq Tasawuf*. Banda Aceh: Pena.
- Delamater, J. D., & Myers, D. J. (2011). *Social Psychology* (7th ed.). USA: Cengage.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Feldman, P. O. (2013a). *Human Developmen (Perkembangan Manusia)* (2nd ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- Feldman, P. O. (2013b). *Human Development (Perkembangan Manusia)* (2nd ed.). Jakarta: Salemba Humanika.

- Goldstein, S., & Brooks, R. B. (2004). Handbook of Resilience in Children. In S. Goldstein & R. B. Brooks (Eds.), Resilience in Children. Springer.
- Hasan, N. F. (2016). Definisi Zalim. Retrieved July 2, 2018, from <https://thayyiba.com/2016/02/02/3898/definisi-zalim/html>.
- Hishshah. (2007). Dahsyatnya Terapi Qur'an. Jakarta: Nakhlah Pustaka.
- Husamah. (2015). Kamus Psikologi. Yogyakarta: Andi Offset.
- Jahja, Y. (2011). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Kencana.
- Kyriacou, C. (2016). A psychological typology of cyberbullies in schools. The Psychology of Education Review, 40(2), 24–28.
- Lestari, S. (2014). Psikologi Keluarga. Jakarta: Kencana.
- Lubis, N. L. (2011). Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik (1st ed.). Jakarta: Kencana.
- Mian, C. (2014). Bullying and Cyberbullying. Our Selves, 49–62.
- Miltenberger, R. G. (2012). Behaviour Modification. USA: WadsWorth.
- Nu'man, F. (2014). Larangan Berbuat Zalim. Retrieved July 2, 2018, from <https://kumpulanartikelsyariah.blogspot.com/2014/02/larangan-berbuat-zalim.html>
- Papatraianou, L. H., Levine, D., & West, D. (2014). Resilience in the face of cyberbullying: an ecological perspective on young people's experiences of online adversity. Pastoral Care in Education, 32(4), 264–283. <https://doi.org/10.1080/02643944.2014.974661>
- Parks, P. j. (2013). Cyberbullying. USA: Reference Point Press.
- Pieter, H. Z., Janiwarti, B., & Saragih, M. (2011). Pengantar Psikopatologi untuk Keperawatan. Jakarta: Kencana.
- Priyatna, A. (2010). Let's End Bullying: Memahami, Mencegah dan Mengatasi Bullying. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Putra, D. F. (2014, September 10). Ketika Bullying Berujung Maut. CNN Indonesia.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). The Resilience Factor. New York: Random House, Inc.
- Saefullah, U. (2012). Psikologi Perkembangan dan Pendidikan. Bandung: Pustaka Setia.
- Sejiwa. (2008). Bullying. Jakarta: Grasindo.
- Suseno, F. M. (1987). Etika Dasar: Masalah Masalah Pokok Filsafat Moral. Yogyakarta: PT Kanisius.

- Varghese, M. E., & Pistole, M. C. (2017). College Student Cyberbullying: Self-Esteem, Depression, Loneliness, and Attachment. *Journal of College Counseling*, 20, 7–22. <https://doi.org/10.1002/jocc.12055>
- Widyanigrum, D. (2016, April 15). Bahaya Ciberbullying: Depresi Hingga Bunuh Diri. *Detik.com*, p. 1.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan: Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.