

**EFEKTIFITAS PSIKOEDUKASI ANTI-CYBERBULLYING  
TERHADAP PENINGKATAN *SELF-EFFICACY* PADA  
REMAJA DI SMAS BUDI LUHUR KEMBANG  
MERTHA KABUPATEN BOLAANG  
MONGONDOW**

**SKRIPSI**

**NI PUTU SONYA DEWI**

**22061011**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE MANADO**

**2026**

**EFEKTIFITAS PSIKOEDUKASI ANTI-CYBERBULLYING  
TERHADAP PENINGKATAN *SELF-EFFICACY* PADA  
REMAJA DI SMAS BUDI LUHUR KEMBANG  
MERTHA KABUPATEN BOLAANG  
MONGONDOW**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas Katolik De La Salle Manado

**NI PUTU SONYA DEWI**

**22061011**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE MANADO**

**2026**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**EFEKTIFITAS PSIKOEDUKASI ANTI-CYBERBULLYING TERHADAP  
PENINGKATAN *SELF-EFFICACY* PADA REMAJA DI SMAS  
BUDI LUHUR KEMBANG MERTHA KABUPATEN  
BOLAANG MONGONDOW**

Nama : Ni Putu Sonya Dewi  
NIM : 22061011  
Fakultas : Keperawatan  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyetujui,  
Manado, 12 Juni 2026

Pembimbing I

Pembimbing II

Natalia Elisa Rakinaung, S.Kep., Ns., M.N.S

Laurenzi Meity Sasube, S.Si., MBiotech

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keperawatan



Ketua Program Studi  
Ilmu Keperawatan

Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes.

Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes.

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

**EFEKTIFITAS PSIKOEDUKASI ANTI-CYBERBULLYING TERHADAP  
PENINGKATAN *SELF-EFFICACY* PADA REMAJA DI SMAS  
BUDI LUHUR KEMBANG MERTHA KABUPATEN  
BOLAANG MONGONDOW**

Yang disusun dan diajukan oleh:

**NI PUTU SONYA DEWI  
22061011**

Telah dipertahankan di depan TIM penguji Ujian Skripsi  
pada, 12 Juni 2026  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

**TIM PENGUJI**

**Dosen Penguji 1**

:

(Annastasia Sintia Lamonge, S.Kep., Ns., MAN., Ph.DNS)

**Dosen Penguji 2**

:

(Natalia Elisa Rakinaung, S.Kep., Ns., M.N.S)

**Dosen Penguji 3**

:

(Laurensi Meity Sasube, S.Si., MBiotech)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keperawatan

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Wahyuni Langelu, BSN., M. Kes

Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes

## PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, didalam naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata didalam naskah skripsi dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi, saya bersedia Skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (SARJANA) dibatalkan, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

UKDLSM

Manado, 12 Juni 2026

Mahasiswa,



Nama : Ni Putu Sonya Dewi

NIM : 22061011

Prodi : Ilmu Keperawatan

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat kasih dan penyertaannya-Nya, sehingga saya bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Efektifitas Psikoedukasi Anti *Cyberbullying* terhadap Peningkatan *Self-Efficacy* pada Remaja di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Mongondow”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.

Pada kesempatan ini, dengan rasa hormat skripsi ini saya dedikasikan sebagai ungkapan terima kasih yang sebesar besarnya kepada:

1. Dr. Gregorius Hertanto Dwi Wibowo, S.S., M.Th., Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama proses penulisan skripsi ini.
2. Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes, Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado yang telah memberikan arahan dan dukungan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan penelitian.
3. Natalia Elisa Rakinaung, S.Kep., Ns., M.N.S, Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado dan Dosen Pembimbing (I) yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, arahan, dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes, Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado yang telah memberikan bantuan dan perhatian yang besar terhadap kelancaran penyelesaian skripsi ini.
5. Laurensi Meity Sasube, S.Si., M.Biotech, Dosen Pembimbing (II) yang selalu memberikan bantuan, arahan, motivasi, dan dukungan selama proses bimbingan dan penyusunan skripsi.
6. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado yang telah memberikan kontribusi serta bantuan selama masa perkuliahan sampai proses penyelesaian skripsi.
7. Pihak sekolah SMAS Budi Luhur Kembang Mertha mulai dari kepala sekolah, wakil kepala sekolah, dewan guru, atas bantuannya dalam pengambilan data,

dan terlebih khusus kepada siswa siswi kelas XIA dan XIB yang telah berkontribusi dalam proses penelitian ini.

8. Kedua orang tua Ayah dan Ibu, terimakasih untuk semua lelah, perjuangan, pengorbanan, doa, dan dukungan yang telah diberikan mulai dari awal perkuliahan sampai pada proses penyelesaian skripsi ini.
9. Saudara saudari terkasih (kakak dan adik) serta keluarga besar Pasek Padang Subadra. Terimakasih selalu menemani penulis di masa sulit, memberikan doa, dukungan, dan motivasi mulai dari awal perkuliahan sampai saat ini.
10. Teman-teman Agora dan teman-teman Kos Putri Sabuahh Imanuel yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis selama masa perkuliahan sampai pada penulisan tugas akhir ini.
11. Teman-teman Angkatan 2022 Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah menjadi bagian dari perjalanan perkuliahan ini. Terimakasih untuk kebersamaan, dukungan, dan pengalaman yang telah dilalui bersama selama perkuliahan hingga penulis bisa menyelesaikan studi ini.
12. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu atas dukungan selama perkuliahan dan penyusunan tugas akhir ini.

Sebagai penutup, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, terutama dalam bidang keperawatan, serta memberikan dampak positif bagi para pembaca. Penulis menyadari adanya keterbatasan dan kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Manado, 12 Juni 2026

Ni Putu Sonya Dewi

**EFEKTIFITAS PSIKOEDUKASI ANTI-CYBERBULLYING TERHADAP  
PENINGKATAN *SELF-EFFICACY* PADA REMAJA DI SMAS  
BUDI LUHUR KEMBANG MERTHA KABUPATEN  
BOLAANG MONGONDOW**

**Dewi, Ni<sup>1</sup>., Rakinaung, Natalia<sup>2</sup>., Sasube, Laurensi<sup>3</sup>**

Universitas Katolik De La Salle Manado

Email: [sonyadewi782@gmail.com](mailto:sonyadewi782@gmail.com)

**Abstrak**

**Latar Belakang:** Maraknya kasus *cyberbullying* di dunia digital ini menjadi salah satu ancaman yang serius. Berbagai masalah kesehatan mental remaja dapat ditimbulkan karena *cyberbullying* seperti sedih, cemas, kurang percaya diri, dan bahkan sampai bunuh diri. Remaja yang menjadi korban *cyberbullying* cenderung mengalami depresi, kecemasan, kesulitan belajar, kesulitan dalam pengambilan keputusan, membangun hubungan baik antar sesama teman sebaya dan keluarga, bahkan kegagalan dalam akademik.

**Tujuan:** Untuk diketahui efektifitas psikoedukasi *anti-cyberbullying* terhadap peningkatan *self-efficacy* pada remaja di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Mongondow

**Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian *quasi-eksperimen (Non-equivalent control group design)*. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha. Populasi adalah seluruh siswa siswi di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha dengan pengambilan data menggunakan purposive sampling n 40 responden, 20 orang untuk kelompok kontrol dan 20 orang kelompok eksperimen. Penelitian ini menggunakan uji non-parametrik *Mann Whitney*

**Hasil:** Hasil analisis data mengenai perbandingan efektifitas psikoedukasi, pada kelompok eksperimen memperoleh nilai mean= 26,58, t=531,50 dan kelompok kontrol dengan nilai mean= 14,43, t= 288,50 dengan p value=0,001.

**Kesimpulan:** Psikoedukasi anti *cyberbullying* terbukti efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* remaja, namun intervensi dengan menggunakan media *booklet* dan metode *role play* lebih efektif untuk meningkatkan *self-efficacy* pada remaja di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Mongondow.

**Kata kunci:** Psikoedukasi, *Cyberbullying*, *Self-Efficacy*

**Kepustakaan:** 6 Buku dan 67 Jurnal (2018-2026)

**THE EFFECTIVENESS OF ANTI-CYBERBULLYING PSYCHOEDUCATION IN  
IMPROVING THE SELF-EFFICACY OF TEENAGERS AT  
SMAS BUDI LUHUR KEMBANG MERTHA IN BOLAANG  
MONGONDOW REGENCY**

**Dewi, Ni<sup>1</sup>, Rakinaung, Natalia<sup>2</sup>, Sasube, Laurensi<sup>3</sup>**

Universitas Katolik De La Salle Manado

Email: [sonyadewi782@gmail.com](mailto:sonyadewi782@gmail.com)

**Abstract**

**Background:** *The growth of cyberbullying cases in today's digital world has become a serious threat. Cyberbullying can lead to various mental health issues among adolescents, such as sadness, anxiety, low self-esteem, and even suicide. Adolescents who are victims of cyberbullying tend to experience depression, anxiety, learning difficulties, difficulties in decision-making, challenges in building positive relationships with peers and family, and even academic failure.*

**Objective:** *This study aimed to determine the effectiveness of anti-cyberbullying psychoeducation in improving the self-efficacy of adolescents at SMAS Budi Luhur Kembang Mertha in Bolaang Monggondow Regency.*

**Method:** *This study employed a quantitative approach and a quasi-experimental research design (non-equivalent control group design). The study was conducted at SMAS Budi Luhur Kembang Mertha. The population consisted of all students at the school. The data was collected using purposive sampling of n=40 respondents 20 in the control group and 20 in the experimental group. This study used the non-parametric Mann-Whitney U test*

**Results:** *The results of the data analysis comparing the effectiveness of psychoeducation in the eksperimental group showed a mean score of 26.58,  $t = 531.50$ , and in the control group, a mean score of 14.43,  $t = 288.50$  with a  $p$ -value = 0.001.*

**Conclusion:** *Anti-cyberbullying psychoeducation has been shown to be effective in improving adolescents' self-efficacy; however, interventions using booklets and role-playing are more effective in improving self-efficacy among adolescents at SMAS Budi Luhur Kembang Mertha in Bolaang Monggondow Regency.*

**Keywords:** *Psychoeducation, Cyberbullying, Self-Efficacy*

**References:** *6 Books and 67 Journals (2018-2026)*

## DAFTAR ISI

|                                                     |      |
|-----------------------------------------------------|------|
| Halaman Cover                                       | i    |
| Halaman Persetujuan Skripsi                         | ii   |
| Halaman Pengesahan Skripsi                          | iii  |
| Halaman Pernyataan Orisinalitas                     | iv   |
| Kata Pengantar                                      | v    |
| Abstrak                                             | vii  |
| <i>Abstract</i>                                     | viii |
| Daftar Isi                                          | ix   |
| Daftar Tabel                                        | xi   |
| Daftar Bagan                                        | xii  |
| Daftar Lampiran                                     | xiii |
| Daftar Singkatan                                    | xiv  |
| BAB I PENDAHULUAN                                   | 1    |
| 1.1 Latar Belakang                                  | 1    |
| 1.2 Pertanyaan Penelitian                           | 5    |
| 1.3 Tujuan Penelitian                               | 5    |
| 1.4 Manfaat Penelitian                              | 6    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA                             | 8    |
| 2.1 Konsep <i>Cyberbullying</i> Pada Remaja         | 8    |
| 2.2 Konsep <i>Self-Efficacy</i>                     | 13   |
| 2.3 Konsep Psikoedukasi                             | 16   |
| 2.4 Media dan Metode Edukasi Kesehatan              | 17   |
| 2.5 Penelitian Terkait                              | 20   |
| 2.6 Aplikasi teori Kesehatan Menurut Albert Bandura | 24   |
| BAB III KERANGKA KONSEP                             | 27   |
| 3.1 Kerangka Penelitian                             | 27   |
| 3.2 Hipotesis Penelitian                            | 29   |
| 3.3 Definisi Operasional                            | 30   |

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| BAB IV METODE PENELITIAN               | 32 |
| 4.1 Desain Penelitian                  | 32 |
| 4.2 Tempat dan Waktu Penelitian        | 32 |
| 4.3 Populasi dan Sampel Penelitian     | 33 |
| 4.4 Instrumen Penelitian               | 34 |
| 4.5 Pengumpulan Data                   | 35 |
| 4.6 Analisis Data                      | 38 |
| 4.7 Etika Penelitian                   | 40 |
| BAB V HASIL PENELITIAN                 | 42 |
| 5.1 Karakteristik Demografi            | 42 |
| 5.2 Hasil Analisis Univariat           | 43 |
| 5.3 Hasil Analisis Bivariat            | 44 |
| BAB VI PEMBAHASAN                      | 47 |
| 6.1 Hasil Analisis Variabel Independen | 47 |
| 6.2 Hasil Analisis Variabel Dependen   | 49 |
| 6.3 Hasil Analisis Bivariat            | 52 |
| 6.4 Keterbatasan Penelitian            | 58 |
| BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN           | 59 |
| 7.1 Kesimpulan                         | 59 |
| 7.2 Saran                              | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA                         | 61 |
| LAMPIRAN                               | 67 |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2.1 Penelitian Terkait                                                                                                                                                                | 20 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional                                                                                                                                                              | 30 |
| Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi berdasarkan Karakteristik Demografi pada<br>Siswa Siswi Kelas XI SMAS Budi Luhur Kembang Mertha<br>Kabupaten Bolaang Monggondow                              | 42 |
| Tabel 5.2 Distribusi Frekusnsi Perbandingan <i>Self-Efficacy</i> Kelompok<br>Kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan<br>media <i>leaflet</i>                                | 43 |
| Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Perbandingan <i>Self-Efficacy</i> Kelompok<br>Eksperimen sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan<br>media <i>booklet</i> dan metode <i>role play</i> | 44 |
| Tabel 5.4 Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Efektifitas Psikoedukasi dengan Media <i>Leaflet</i><br>pada Kelompok Kontrol                                                                           | 44 |
| Tabel 5.5 Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Efektifitas Psikoedukasi dengan Media <i>Booklet</i><br>dan Metode <i>Role Play</i> pada Kelompok Eksperimen                                            | 45 |
| Tabel 5.6 Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> sebelum diberikan intervensi pada<br>Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen                                                                       | 45 |
| Tabel 5.7 Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Setelah Intervensi pada Kelompok Kontrol<br>dan Kelompok Eksperimen                                                                                 | 46 |

## DAFTAR BAGAN

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Bagan 2.1 <i>Self-Efficacy</i> Albert Bandura | 24 |
| Bagan 3.1 Kerangka Konsep                     | 27 |
| Bagan 4.1 Alur Proses Pengumpulan Data        | 36 |

UKDLSM

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. <i>Curriculum Vitae</i>                 | 67  |
| Lampiran 2. <i>Informed Consent</i>                 | 69  |
| Lampiran 3. Kuisioner Penelitian                    | 72  |
| Lampiran 4. Satuan Acara Penyuluhan                 | 75  |
| Lampiran 5. Surat Izin Survei Data Awal             | 83  |
| Lampiran 6. Surat Uji Validitas dan Reliabilitas    | 84  |
| Lampiran 7. Lembar Persetujuan Ujian Proposal       | 85  |
| Lampiran 8. Lembar Revisi Proposal                  | 86  |
| Lampiran 9. Lembar Persetujuan Penelitian           | 87  |
| Lampiran 10. Surat Izin Pengumpulan Data Penelitian | 88  |
| Lampiran 11. Surat Keterangan Selesai Penelitian    | 89  |
| Lampiran 12. <i>Ethical Clearance</i>               | 90  |
| Lampiran 13. Lembar Persetujuan Ujian Skripsi       | 91  |
| Lampiran 14. <i>Booklet</i>                         | 92  |
| Lampiran 15. <i>Leaflet</i>                         | 96  |
| Lampiran 16. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas   | 97  |
| Lampiran 17. Master Tabel                           | 98  |
| Lampiran 18. Hasil Analisis Statistik               | 102 |
| Lampiran 19. Lembar Konsultasi                      | 106 |
| Lampiran 20. Dokumentasi                            | 110 |

## DAFTAR SINGKATAN

### SINGKATAN

|        |                                                   |
|--------|---------------------------------------------------|
| WHO    | = <i>World Health Organization</i>                |
| COSI   | = <i>Child Online Safety Index</i>                |
| HBSC   | = <i>Health Behavior in School-aged Children</i>  |
| UNICEF | = <i>United Nations Children's Fund</i>           |
| PTSD   | = <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>           |
| SPSS   | = <i>Statistical Product and Service Solution</i> |
| SMAS   | = Sekolah Menengah Atas Swasta                    |
| NIM    | = Nomor Induk Mahasiswa                           |
| OSIS   | = Organisasi Siswa Intra sekolah                  |

UKDLSM

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Maraknya kasus *cyberbullying* di dunia digital menjadi suatu ancaman yang serius, dan dapat mengakibatkan terjadinya trauma bahkan depresi berat. Fenomena ini sejalan dengan berkembangnya teknologi informasi dan komunikasi yang membuat perubahan di kalangan remaja dalam berinteraksi sosial, dimana media sosial digunakan untuk mengekspresikan diri bagi remaja dan juga media komunikasi (Budiman *et al.*, 2025). Media sosial sebagai media informasi, mempunyai pengaruh bagi para penggunanya baik yang bersifat positif maupun negatif. Salah satu dampak negatif yang dapat diakibatkan terkait kenakalan remaja seperti *cyberbullying* (Chakan & Millenio, 2023). *Cyberbullying* adalah suatu fenomena yang bertujuan untuk menjatuhkan dan mempermalukan orang lain yang terjadi di platform digital (Marlef *et al.*, 2024).

Berbagai masalah kesehatan mental remaja dapat ditimbulkan karena *cyberbullying*, seperti sedih, cemas, kurang percaya diri, dan bahkan sampai bunuh diri. Korban *cyberbullying* khususnya cenderung mengalami depresi, kecemasan, yang dapat mengakibatkan kesulitan belajar, kesulitan dalam pengambilan keputusan, membangun hubungan baik antar sesama teman sebaya dan keluarga, bahkan kegagalan dalam akademik (Suroya Azfa, 2023). Masalah dari *cyberbullying* bahkan tidak hanya mempunyai dampak pada kesehatan mental tapi juga mengakibatkan dampak pada kesehatan fisik korban seperti sakit kepala, hilang nafsu makan, mual, mata merah, berkantung mata, karena mengalami kesulitan tidur (Oktariani *et al.*, 2022).

Masalah *cyberbullying* bukan lagi menjadi masalah yang kadang terjadi melainkan telah menjadi suatu tren global yang harus ditangani. Berdasarkan laporan dari *Health Behavior in School-aged Children (HBSC)* yang dirilis oleh *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2024, kasus *cyberbullying* mengalami suatu peningkatan yang sangat signifikan dibandingkan dari tahun – tahun sebelumnya. Data yang dirilis menunjukkan sekitar 1 dari 6 anak usia sekolah atau sekitar 16% pernah menjadi korban *cyberbullying*. Data ini menunjukkan terjadinya peningkatan dari tahun 2018. Selain itu, laporan yang

melibatkan sekitar 44 negara didunia menunjukkan sebanyak 12% remaja atau sekitar 1 dari 8 orang mengatakan pernah melakukan tindakan perundungan siber atau *cyberbullying* kepada orang lain (WHO, 2024).

Berdasarkan data dari *Child Online Safety Index (COSI)* yang dirilis oleh *DQ Insitute* sekitar 60% anak yang berusia 8-12 tahun di wilayah Asia terpapar satu resiko siber, dimana *cyberbullying* menjadi salah satu ancaman yang terjadi paling dominan (*DQ Institute*, 2024). Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, negara dengan tingkat korban *cyberbulling* terendah yaitu Kanada 14% dan Korea Selatan 15% (Beran & Lee, dalam Kamaruddin *et al.*, 2023). Indonesia berada dalam urutan ke 29 atau urutan ke 3 dengan tingkat kesopanan terendah dalam menggunakan media sosial. Kasus *cyberbullying* yang paling umum terjadi di Indonesia adalah penyebaran hoaks sebesar 47%, penipuan sebesar 47%, ujaran kebencian sebesar 27%, dan diskriminasi sebesar 13% (Elentria Asalnaije *et al.*, 2024).

Berdasarkan survei yang dilakukan terhadap 2.777 anak yang berusia 14-24 tahun didapatkan bahwa sekitar 45% anak muda di Indonesia pernah mengalami *cyberbullying*. Bentuk *cyberbullying* yang paling banyak terjadi di kalangan remaja berdasarkan hasil survei kepada 1.207 orang seperti pelecehan melalui aplikasi *chatting* 45%, penyebaran foto dan video pribadi tanpa izin 41% dan pelecehan jenis lain 14% (Unicef, 2020). *Cyberbullying* di Indonesia biasanya berasal dari beberapa platform media sosial seperti *Facebook*, *Instagram*, *Tiktok*, *Twitter* dan *Whatsapp*. Di Indonesia rendahnya literasi digital dan kurangnya pemahaman etika penggunaan media sosial dalam komunitas menjadi salah satu alasan mengapa *cyberbullying* terjadi (Elentria Asalnaije *et al.*, 2024).

Terdapat penelitian yang menggunakan metode analisis jutaan data percakapan di *twitter* untuk mengidentifikasi atau mengukur tingkat *cyberbullying* di berbagai provinsi yang ada di Indonesia. Hasil dari studi menyatakan bahwa sekitar 32,34% percakapan di media sosial mengandung unsur *cyberbullying* atau sekitar satu pertiga dari percakapan di media sosial pada wilayah Sulawesi Utara mempunyai potensi yang berisi *cyberbullying*

sehingga memerlukan upaya dan perhatian dari berbagai pihak (Purnayasaa *et al.*, 2022).

Berdasarkan hasil diskusi dengan siswa-siswi kelas XI B di SMA Swasta Budi Luhur Kembang Mertha, diketahui bahwa kasus *cyberbullying* pernah terjadi melalui grup WhatsApp. Seluruh siswa mengaku merasa sedih ketika melihat komentar-komentar negatif di media sosial. Namun, sebagian besar siswa belum memiliki keyakinan untuk mencegah maupun melaporkan kasus tersebut kepada guru, orang tua, atau pihak berwajib. Mereka merasa takut menjadi korban *cyberbullying* jika ikut terlibat. Selain itu, siswa juga menganggap bahwa masalah tersebut merupakan urusan pribadi orang lain sehingga enggan untuk ikut campur. Kondisi ini menunjukkan bahwa keyakinan dan keberanian siswa dalam mencegah serta melaporkan tindakan *cyberbullying* masih perlu ditingkatkan.

Ketidakmampuan dalam menghadapi *cyberbullying* membuat dampak yang sangat bahaya dari kekerasan fisik. Keyakinan atau *self-efficacy* remaja dalam mencegah terjadinya *cyberbullying* perlu ditingkatkan. Maka dari itu, penting untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada para remaja mengenai resiko *cyberbullying* dan perlunya untuk menjaga kesehatan mental saat berada di dunia digital. Psikoedukasi sebagai suatu upaya yang dapat diberikan kepada remaja untuk meningkatkan kesadaran dalam penggunaan teknologi yang bertanggung jawab dan memahami dampak serius *cyberbullying* terhadap kesehatan mental bagi korban maupun pelaku. Psikoedukasi juga dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang dampak *cyberbullying* dan mencegah remaja untuk menjadi pelaku *cyberbullying* serta menjaga kesehatan mental (Munawaroh, 2026).

Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk mengatasi kasus *cyberbullying*, salah satunya melalui Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE) yang mengatur tindak perundungan siber. Selain itu, Peraturan Pemerintah Nomor 1 Tahun 2020 menetapkan sanksi pidana bagi pelaku yang menyebarkan informasi yang menimbulkan kebencian atau permusuhan terhadap individu maupun kelompok (Evelin *et al.*, 2024). Pemerintah juga menerbitkan Peraturan Menteri Komunikasi dan Digital Nomor 9 Tahun 2026 yang membatasi penggunaan

media sosial bagi anak di bawah usia 16 tahun melalui verifikasi usia serta pengawasan orang tua (Kementrian Komunikasi dan Digital Republik Indonesia, 2026).

Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Sekolah di SMAS budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Monggondow, pihak sekolah dan guru-guru belum pernah menerima laporan terkait adanya kasus *cyberbullying* yang dialami oleh siswa. Meskipun demikian, sekolah tetap melakukan upaya pencegahan untuk menanggulangi terjadinya kasus *cyberbullying* maupun kasus-kasus lainnya di lingkungan sekolah. Upaya yang dilakukan sekolah masih terbatas dengan pemberian edukasi saat apel pagi. Edukasi tersebut berupa penyampaian untuk bijak dalam bermedia sosial dan dampak negatif dari *cyberbulluying* yang bertujuan untuk mennigkatkan siswa agar tidak menjadi pelaku ataupun korban *cyberbullying*. Namun, edukasi yang diberikan oleh pihak sekolah masih bersifat umum dan belum dilakukan secara terstruktur.

Upaya yang dilakukan pemerintah maupun sekolah belum terlalu mampu untuk mengurangi maraknya kasus *cyberbullying* pada remaja. Hal ini dikarenakan peraturan tentang penggunaan sosial media di bawah 16 tahun yang baru saja ditetapkan belum maksimal, terutama pada lemahnya sistem verifikasi data identitas yang masih dapat dimanipulasi oleh pengguna di bawah umur. Selain itu, masih rendahnya literasi digital remaja, kurangnya pemahaman hukum, anonimitas di internet, penegakan hukum yang belum maksimal karena kurangnya keyakinan korban untuk melaporkan pelaku dan mencegah terjadinya kasus *cyberbullying* karena merasa takut dan merasa masalah tidak akan ditindaklanjuti (Astuti *et al.*, 2025).

Berdasarkan permasalahan dan data yang terdapat dalam latar belakang diatas peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian “Efektifitas psikoedukasi *anti-cyberbullying* terhadap peningkatan *self-efficacy* dalam mencegah *cyberbullying* pada remaja di SMA Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Monggondow”. Meskipun pemerintah telah menetapkan Undang – Undang tentang Infomasi dan Transaksi Elektronik dan pembentukan peraturan baru nomor 9 tahun 2026, namun kasus *cyberbullying* pada remaja masih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa upaya penanggulangan *cyberbullying*

tidak hanya memerlukan pendekatan hukum, tetapi memerlukan pendekatan edukatif dan psikologis yang dapat meningkatkan kesadaran remaja dalam mencegah perilaku tersebut.

Psikoedukasi merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang bertujuan memberikan informasi dan strategi untuk meningkatkan kualitas hidup individu, termasuk meningkatkan *self-efficacy* remaja dalam mencegah *cyberbullying* (Putra & Soetikno 2018 dalam Sutanto, T. P., & Saputra, 2023). Psikoedukasi dapat diberikan melalui berbagai media dan metode, seperti booklet dan *role play*. Booklet memiliki keunggulan karena menarik, mudah dibawa, dapat dibaca berulang kali, serta memuat materi yang lengkap (Fairuz, 2023). Sementara itu, metode *role play* efektif karena melibatkan siswa secara aktif, memberikan pengalaman praktik langsung, serta meningkatkan sikap positif dan kesadaran moral (Anggini *et al.*, 2026). Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan media *booklet* dan metode *role play*.

## 1.2 Pertanyaan Penelitian

Apakah ada pengaruh yang signifikan pada psikoedukasi *anti-cyberbullying* terhadap peningkatan *self-efficacy* dalam mencegah *cyberbullying* pada remaja di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Monggondow?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### a. Tujuan Umum

Diketahui efektifitas psikoedukasi *anti-cyberbullying* terhadap peningkatan *self-efficacy* pada remaja di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Monggondow

### b. Tujuan Khusus

1. Diketahui karakteristik responden di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Monggondow meliputi jenis kelamin, usia
2. Diketahui gambaran *self-efficacy* remaja sebelum dan sesudah diberikannya psikoedukasi *anti-cyberbullying* di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Monggondow pada kelompok kontrol

3. Diketahui gambaran *self-efficacy* remaja sebelum dan sesudah diberikannya psikoedukasi *anti-cyberbullying* di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha pada kelompok eksperimen
4. Dianalisis perbedaan *self-efficacy* remaja pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikannya intervensi dengan menggunakan media leaflet di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Mongondow
5. Dianalisis perbedaan *self-efficacy* remaja pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikannya intervensi dengan menggunakan media *booklet* dan metode *role play* di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Mongondow
6. Dianalisis perbedaan *self-efficacy* remaja pada kelompok kontrol (*leaflet*) dan kelompok eksperimen (*booklet*) sebelum diberikannya intervensi di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Mongondow
7. Dianalisis perbedaan *self-efficacy* remaja pada kelompok kontrol (*leaflet*) dan kelompok eksperimen (*booklet*) sesudah diberikannya intervensi di SMAS Budi Luhur Kembang Mertha Kabupaten Bolaang Mongondow

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **a. Bagi Siswa**

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya kesehatan mental dan pentingnya keyakinan diri dalam mencegah terjadinya kasus *cyberbullying* serta dampak yang ditimbulkan dari *cyberbullying*

##### **b. Bagi Guru**

Penelitian ini membantu guru di sekolah agar bisa mengembangkan strategi untuk meningkatkan keyakinan siswa dalam mencegah *cyberbullying* serta dapat mengurangi kasus *cyberbullying* di sekolah

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini membantu sekolah untuk bisa membuat program seperti pendidikan kesehatan yang mengajarkan siswa untuk tidak melakukan *cyberbullying* dan bahaya yang ditimbulkan dari dampak *cyberbullying*

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk memberikan landasan dalam pengembangan penelitian selanjutnya terkait dengan pengaruh psikoedukasi *anti-cyberbullying* terhadap peningkatan *self-efficacy* dalam mencegah *cyberbullying* pada remaja. Informasi dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan di bidang kesehatan mental serta mengidentifikasi masalah terjadinya *cyberbullying*.

UKDLSM