

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DALAM MENGURANGI DAMPAK *SOCIAL ANXIETY* PADA KORBAN *CYBERBULLYING*

Shalsabela Saputri¹, Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum², Ikhrom³

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang^{1,2,3}

e-mail: shalsabela.saputriiii@gmail.com,

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat *social anxiety* dan isolasi sosial pada remaja korban *cyberbullying*. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode regresi mediasi, data dikumpulkan dari 31 responden berusia 16–19 tahun yang pernah mengalami *cyberbullying*. Hasil analisis menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan dalam menurunkan tingkat *social anxiety*, namun tidak berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat isolasi sosial. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan sosial berperan penting sebagai faktor protektif dalam mengurangi tekanan psikologis korban *cyberbullying*. Implikasi penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan strategi dukungan berbasis keluarga, teman, dan komunitas untuk membantu korban pulih dari dampak negatif perundungan daring.

Kata Kunci: *Social Anxiety, Cyberbullying, Dukungan Sosial, Remaja, Isolasi Sosial*

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of social support on levels of social anxiety and social isolation among adolescents who have been victims of cyberbullying. Using a quantitative approach and mediation regression method, data were collected from 31 respondents aged 16–19 who had experienced cyberbullying. The analysis revealed that social support has a significant effect in reducing social anxiety levels, but does not have a significant impact on levels of social isolation. These findings highlight the important role of social support as a protective factor in alleviating the psychological distress of cyberbullying victims. The implications of this study may serve as a basis for developing support strategies involving family, peers, and community to help victims recover from the negative impacts of online bullying.

Keywords: *Social Anxiety, Cyberbullying, Social Support, Adolescents, Social Isolation*

PENDAHULUAN

Di era digital saat ini, penggunaan media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan masyarakat, khususnya di kalangan remaja. Namun, dampak negatif dari media sosial, seperti *cyberbullying*, semakin meningkat. *Cyberbullying* dapat menyebabkan korban mengalami tekanan psikologis yang berujung pada *social anxiety*. Menurut Priyatna (2010) banyak korban *cyberbullying* merasa takut untuk berinteraksi di dunia nyata, mengalami penurunan rasa percaya diri, dan bahkan mengalami gangguan kesehatan mental. Remaja yang menjadi korban *cyberbullying* seringkali merasakan emosi seperti kemarahan, rasa sakit, rasa malu, atau ketakutan, yang kemudian dapat menyebabkan mereka menarik diri dari pergaulan serta kegiatan yang biasanya mereka lakukan. Sayangnya, masih banyak korban yang tidak

mendapatkan dukungan sosial yang cukup dari keluarga, teman, atau komunitas, yang seharusnya dapat membantu mengurangi dampak negatif tersebut.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa *cyberbullying* memiliki dampak signifikan terhadap kondisi psikologis korban. Berbagai penelitian yang ada menunjukkan bahwa korban dari perundungan *cyber* membutuhkan dukungan sosial (Livazović & Ham, 2019), berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Gopalakrishnan & Sundram (2014) menyebutkan bahwa ada hubungannya antara *cyberbullying* dan kecemasan. Dampak yang dialami remaja korban *cyberbullying* sangat beragam, antara lain penurunan rasa percaya diri, rendahnya harga diri, kegagalan akademik, gangguan emosional dan psikologis, perasaan sedih yang mendalam serta frustrasi, bahkan dapat menyebabkan gangguan pola tidur dan makan, serta kecenderungan untuk menutup diri dari pergaulan dan lingkungan sekitar (IDAI | Cyberbullying, n.d.). Penelitian yang dilakukan di Spanyol (Ortega Barón et al., n.d.) dengan sampel sebanyak 849 siswa berusia 12-18 tahun, penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan dari anggota keluarga bagi korban *cyberbullying*, yang sejalan dengan temuan dari berbagai studi sebelumnya., penelitian yang dilakukan di Chili oleh Rodriguez-Rivas et al. (2017) dengan sampel siswa (N = 287) berusia 14-18 tahun juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga dapat menurunkan prevalensi korban perundungan *cyber*. Dengan demikian, peran dukungan sosial dalam mengurangi dampak *social anxiety* pada korban *cyberbullying* menjadi aspek yang sangat penting untuk diteliti lebih lanjut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat *social anxiety* dan isolasi sosial pada korban *cyberbullying*. serta mengidentifikasi pengaruh isolasi sosial yang muncul sebagai akibat dari perundungan di dunia maya. Dalam era digital yang semakin berkembang, *cyberbullying* menjadi salah satu permasalahan utama yang dihadapi oleh banyak individu, terutama remaja. Tekanan psikologis yang timbul akibat *cyberbullying* sering kali berpengaruh pada meningkatnya kecemasan sosial (*social anxiety*), yang dapat menghambat interaksi dan kepercayaan diri korban dalam lingkungan sosial mereka. Selain itu, isolasi sosial yang dialami korban dapat memperburuk kondisi psikologis mereka, termasuk meningkatnya perasaan kesepian dan rendah diri, yang berpengaruh pada kualitas hidup mereka dalam aspek akademik, pertemanan, maupun kesejahteraan mental secara keseluruhan. Untuk itu, penelitian ini juga akan mengkaji pengaruh dukungan sosial dalam membantu korban mengatasi pengaruh negatif *cyberbullying*. Dukungan dari keluarga, teman, maupun komunitas dapat menjadi faktor protektif yang membantu korban pulih dan mengurangi efek buruk dari pengalaman perundungan daring. Dengan mengukur hubungan antara *cyberbullying*, *social anxiety*, isolasi sosial, dan dukungan sosial, penelitian ini bertujuan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif kepada orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan agar dapat merancang strategi yang lebih efektif dalam mendukung korban *cyberbullying* serta meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Cyberbullying tidak hanya berpengaruh pada kondisi psikologis korban tetapi juga dapat menghambat perkembangan sosial mereka. Korban yang mengalami kecemasan sosial cenderung menghindari interaksi sosial, kesulitan menjalin hubungan interpersonal, serta berisiko lebih besar menghadapi gangguan mental jangka panjang, namun penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat dari keluarga, teman, dan komunitas dapat berperan sebagai pelindung yang efektif untuk mengurangi dampak tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat *social*

anxiety, serta hubungannya dengan isolasi sosial pada korban *cyberbullying*. serta strategi yang dapat diterapkan untuk memperkuat sistem dukungan sosial tersebut.

Kecemasan merupakan perasaan tegang, tidak aman, dan khawatir yang muncul akibat antisipasi terhadap kemungkinan terjadinya peristiwa yang tidak menyenangkan (Nainggolan 2011). Kecemasan sosial digambarkan sebagai rasa takut atau khawatir yang dirasakan seseorang ketika berada dalam situasi sosial, di mana individu tersebut cenderung mengembangkan pikiran negatif dan memprediksi hal-hal buruk saat berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. (Azka, Firdaus, and Kurniadewi 2018). Individu tersebut cenderung memiliki kepribadian yang ditandai oleh rasa gugup, sifat pemalu, pendiam, serta kecenderungan menghindari interaksi sosial untuk mencegah penilaian negatif dari orang lain terhadap dirinya. (Missasi, 2024).

Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap *social anxiety* meliputi faktor biologis, psikologis, dan lingkungan. Faktor genetik memainkan peran dalam kerentanan seseorang terhadap kecemasan sosial, sementara pengalaman negatif di masa lalu, seperti ejekan atau penghinaan, dapat memperkuat ketakutan terhadap situasi sosial (Spence and Rapee 2016). Penggunaan teknologi, seperti *platform* daring telah menjadi tambahan yang signifikan dalam pengelolaan kecemasan sosial. Perlu diperhatikan bahwa penggunaan teknologi juga dapat mempengaruhi dinamika kecemasan sosial, baik secara positif maupun negatif (Ginting n.d.). Peran lingkungan sosial juga sangat penting dalam menangani kecemasan sosial. Faktor-faktor seperti dukungan sosial, pandangan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental, serta stigma yang melekat pada kecemasan sosial dapat memengaruhi keberhasilan strategi psikologis yang diterapkan.

Cyberbullying adalah bentuk perundungan yang terjadi melalui media digital, seperti media sosial, pesan singkat, atau platform online lainnya (Kowalski 2018). Berbagai bentuk tindakan *cyberbullying* sangat bervariasi, mulai dari memposting foto atau konten yang mempermalukan korban, mengejek korban, hingga membobol akun media sosial orang lain untuk mengancam serta menciptakan masalah seperti mengirim ancaman lewat email atau membuat situs web yang menyebarkan fitnah (Sari 2017). Dampak psikologis dirasakan oleh pelaku maupun korban, namun korban cenderung mengalami gejala depresi dan penurunan harga diri yang lebih signifikan dibandingkan dengan siswa yang tidak mengalami perundungan. Selain itu, siswa yang menjadi korban *cyberbullying* melaporkan tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang hanya mengalami bentuk perundungan tradisional (Ulfianasari, Winahyu, and Nainar 2022).

Studi menunjukkan bahwa korban *cyberbullying* lebih cenderung mengalami isolasi sosial dan kesulitan dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat (Bauman et al. 2013). Selain itu, mereka memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami gangguan kesehatan mental, seperti PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) dan suicidal ideation (Van Geel, Vedder, and Tanilon 2014). Penelitian yang dilakukan oleh (Livazović and Ham 2019) Studi yang melibatkan 259 remaja di Kroasia menunjukkan bahwa *cyberbullying* memiliki korelasi negatif dengan faktor protektif tradisional dalam penyebab perilaku berisiko, seperti dukungan dari keluarga, lingkungan sekolah, dan hubungan dengan teman sebaya.

Dukungan sosial merupakan hadirnya orang-orang tertentu yang secara pribadi memberikan nasehat, motivasi, arahan dan menunjukkan jalan keluar ketika individu mengalami masalah dan pada saat mengalami kendala dalam melakukan kegiatan secara terarah

guna mencapai tujuan. Dukungan sosial didapatkan dari hubungan sosial yang akrab (orang tua, saudara, guru, teman sebaya, lingkungan masyarakat) atau dari keberadaan individu yang membuat individu merasa diperhatikan, dinilai dan dicintai.

Dukungan sosial adalah kehadiran orang-orang tertentu yang secara pribadi memberikan nasihat, motivasi, arahan, serta membantu mencari solusi ketika seseorang menghadapi masalah atau kesulitan dalam menjalankan aktivitas untuk mencapai tujuan. Dukungan ini diperoleh melalui hubungan sosial yang dekat seperti dengan orang tua, saudara, guru, teman sebaya, dan lingkungan masyarakat, atau dari individu yang membuat seseorang merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai, serta menumbuhkan kepercayaan diri dan rasa kompeten. Interaksi sosial yang suportif juga berperan dalam meredakan stres, membantu individu mengelola tekanan, dan meningkatkan kesejahteraan mental. Selain itu, dukungan semacam ini terbukti efektif dalam menghadapi tekanan psikologis, terutama di masa-masa sulit. (Ian Rif et al. n.d.).

Dukungan sosial juga dapat berperan dalam mengurangi gejala kecemasan sosial dengan memberikan individu rasa aman dan penerimaan dalam lingkungan sosialnya. Dukungan yang kuat, terutama dari persahabatan yang berkualitas dan penuh keintiman, mendorong individu dengan kecemasan sosial untuk lebih percaya diri dalam berinteraksi dan secara signifikan membantu mengurangi kecemasan serta depresi (La Greca & Harrison, 2005). Studi oleh (Utama, 2022) Menunjukkan bahwa dukungan sosial adalah sumber psikososial yang krusial, mampu memberikan bantuan psikologis, informasi, atau nasihat, serta berperan dalam membantu mahasiswa menemukan solusi dan memberikan rasa nyaman.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksplanatori, yang bertujuan untuk menjelaskan pengaruh dukungan sosial dalam mengurangi *social anxiety* pada korban *cyberbullying*. Desain penelitian yang digunakan adalah kausal-komparatif dan regresi mediasi, yang memungkinkan analisis pengaruh satu variabel terhadap variabel lainnya.

Dalam penelitian ini, dukungan sosial berperan sebagai variabel bebas (independen), yang mencerminkan sejauh mana seseorang menerima dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan sosial. Sementara itu, *social anxiety* menjadi variabel terikat (dependen), yang menggambarkan tingkat kecemasan sosial yang dialami korban *cyberbullying*. Selain itu, penelitian ini juga mempertimbangkan isolasi sosial sebagai variabel mediasi, yang berfungsi untuk melihat apakah individu yang kurang mendapatkan dukungan sosial lebih rentan mengalami isolasi sosial, yang pada akhirnya meningkatkan tingkat *social anxiety*.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Responden dalam penelitian ini adalah remaja berusia 16-19 tahun yang pernah mengalami *cyberbullying* dan menunjukkan gejala *social anxiety*. Jumlah sampel yang ditargetkan adalah 30-40 responden, agar hasil penelitian memiliki validitas yang lebih tinggi dalam analisis kausal.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner berbasis *online* melalui *Google Form* untuk memudahkan partisipasi dari berbagai lokasi. Kuesioner ini terdiri dari tiga instrumen utama yang telah divalidasi secara akademik: *Liebowitz Social Anxiety Scale* (LSAS) untuk mengukur tingkat *social anxiety*, *Cyberbullying Victimization Scale* untuk mengetahui pengalaman *cyberbullying* yang dialami responden, dan *Multidimensional Scale of Perceived*

Social Support (MSPSS) untuk menilai tingkat dukungan sosial yang mereka terima dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar. Sebelum mengisi kuesioner, setiap responden diberikan informasi mengenai tujuan penelitian serta pernyataan persetujuan yang harus disetujui sebelum berpartisipasi.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan beberapa teknik statistik. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, tingkat *social anxiety*, serta tingkat dukungan sosial yang mereka terima. Untuk menguji perbedaan tingkat *social anxiety* berdasarkan tingkat dukungan sosial, digunakan uji T (*Independent Sample T-Test*) atau ANOVA. Selanjutnya, analisis regresi linier berganda diterapkan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan sosial terhadap *social anxiety*.

Penelitian ini dilaksanakan dalam rentang waktu satu bulan, dimulai dari tanggal 11 April 2025 hingga 17 Mei 2025. Pada tanggal 11 April 2025, proses pengambilan data dimulai dengan menyebarkan kuesioner secara daring kepada responden yang telah memenuhi kriteria. Setelah proses pengumpulan data selesai, dilakukan tahapan pengelolaan dan analisis data, yang mencakup pemeriksaan kelengkapan data, pengkodean, serta pengolahan statistik. Tahapan akhir berupa penulisan hasil penelitian, pembahasan, dan penyusunan kesimpulan diselesaikan hingga tanggal 17 Mei 2025.

Dengan metode ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana dukungan sosial dapat membantu mengurangi pengaruh *social anxiety* pada korban *cyberbullying*. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan rekomendasi bagi orang tua, pendidik, serta pembuat kebijakan dalam menyusun strategi untuk meningkatkan dukungan sosial bagi remaja yang mengalami *cyberbullying*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini mengkaji pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat *social anxiety* dan isolasi sosial pada korban *cyberbullying*. Data diperoleh dari 31 responden yang merupakan remaja korban *cyberbullying*. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji *Independent Sample T-Test* dan regresi linear.

Perbedaan tingkat *social anxiety* dan peran dukungan sosial terhadap korban bullying

Tabel 1. Group Statistics

Pengaruh Dukungan Sosial dalam Mengurangi Dampak Social Anxiety pada Korban Cyberbullying		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Korban cyberbullying	tingkat social anxiety	31	10.60	12.912	2.319
	peran dukungan sosial	31	3.05	.501	.090

Tabel 2. Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Korban cyberbullying	Equal variances assumed	69.932	.000	3.252	60	.002	7.548	2.321	2.906	12.191
	Equal variances not assumed			3.252	30.090	.003	7.548	2.321	2.809	12.288

Dari hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa rata-rata tingkat social anxiety yang dialami responden adalah 10,60, sementara rata-rata persepsi terhadap dukungan sosial berada pada angka 3,05. Uji *Independent Sample T-Test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat social anxiety berdasarkan tingkat dukungan sosial yang diterima. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,003 yang lebih kecil dari 0,05. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh korban, maka semakin rendah tingkat social anxiety yang mereka rasakan. Perbedaan rata-rata sebesar 7,548 menunjukkan pengaruh yang cukup besar.

Perbedaan tingkat isolasi social dan peran dukungan sosial terhadap korban bullying

Tabel 3. Group Statistics

		Pengaruh Dukungan Sosial dalam Mengurangi Dampak Social Anxiety pada Korban Cyberbullying			
		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Korban cyberbullying	tingkat isolasi sosial	31	3.06	.433	.078
	peran dukungan sosial	31	3.05	.501	.090

Tabel 4. Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Korban cyberbullying	Equal variances assumed	1.026	.315	.054	60	.957	.006	.119	-.231	.244

Equal variances not assumed			.054	58.746	.957	.006	.119	-.232	.244
--------------------------------	--	--	------	--------	------	------	------	-------	------

Pada analisis berikutnya, diperoleh rata-rata tingkat isolasi sosial sebesar 3,06. Namun, ketika dilakukan uji perbedaan menggunakan *Independent Sample T-Test*, hasilnya menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara tingkat isolasi sosial dengan dukungan sosial yang diterima. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,957 yang jauh di atas 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak secara langsung memengaruhi tingkat isolasi sosial korban cyberbullying dalam penelitian ini.

Perbedaan Linear Ketiganya

Tabel 5. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.378 ^a	.143	.133	7.638

a. Predictors: (Constant), Pengaruh Dukungan Sosial dalam Mengurangi Dampak Social Anxiety pada Korban Cyberbullying

Tabel 6. ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	883.161	1	883.161	15.140	.000 ^b
	Residual	5308.214	91	58.332		
	Total	6191.376	92			

a. Dependent Variable: Korban cyberbullying

b. Predictors: (Constant), Pengaruh Dukungan Sosial dalam Mengurangi Dampak Social Anxiety pada Korban Cyberbullying

Tabel 7. Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	13.118	2.095		6.261	.000
	Pengaruh Dukungan Sosial dalam Mengurangi Dampak Social Anxiety pada Korban Cyberbullying	-3.774	.970	-.378	-3.891	.000

a. Dependent Variable: Korban cyberbullying

Analisis regresi linier menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan social anxiety. Nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,378 menunjukkan adanya hubungan yang sedang. Sementara itu, nilai R Square sebesar 0,143 menunjukkan bahwa sekitar 14,3% variasi dalam tingkat social anxiety dapat dijelaskan oleh dukungan sosial yang

diterima oleh responden. Hasil uji ANOVA menunjukkan bahwa model regresi ini signifikan, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Koefisien regresi yang diperoleh adalah -3,774, yang berarti setiap peningkatan satu unit dalam dukungan sosial akan menurunkan tingkat social anxiety sebesar 3,774 unit. Nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 memperkuat bahwa pengaruh ini signifikan secara statistik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam mengurangi tingkat social anxiety pada korban cyberbullying. Temuan ini ditunjukkan melalui uji statistik yang memperlihatkan adanya perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan sosial berdasarkan tingkat dukungan sosial yang diterima. Semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh responden, semakin rendah tingkat social anxiety yang mereka alami. Sebaliknya, hasil tidak menunjukkan perbedaan signifikan dalam hal isolasi sosial berdasarkan tingkat dukungan sosial. Analisis regresi juga memperkuat temuan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kecemasan sosial.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Livazović dan Ham (2019), yang menyatakan bahwa dukungan dari keluarga, teman, dan sekolah menjadi faktor protektif terhadap tekanan emosional akibat cyberbullying. Demikian pula, Rodriguez-Rivas et al. (2017) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dukungan keluarga menurunkan prevalensi korban cyberbullying. Namun, dalam konteks isolasi sosial, hasil ini sedikit berbeda dengan studi Bauman et al. (2013), yang menyatakan bahwa korban cenderung mengalami kesulitan dalam hubungan interpersonal. Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh perbedaan konteks sosial atau pengukuran yang digunakan dalam studi ini.

Hasil penelitian ini menjadi indikator penting bahwa dukungan sosial bukan hanya bersifat emosional semata, tetapi juga memiliki kekuatan praktis dalam mengurangi dampak psikologis serius seperti kecemasan sosial. Ini menandakan bahwa pemulihan korban tidak hanya mengandalkan pendekatan terapeutik, tetapi juga perlu memperhatikan kualitas relasi sosial yang dimiliki individu. Selain itu, penelitian ini menyoroti bahwa walaupun isolasi sosial kerap menjadi efek lanjutan dari cyberbullying, persepsi korban terhadap dukungan yang mereka terima belum tentu cukup untuk memengaruhi kecenderungan mereka mengalami keterasingan sosial.

Implikasi dari hasil ini sangat penting untuk praktik psikososial di lingkungan pendidikan, keluarga, dan komunitas. Dukungan sosial perlu dikuatkan melalui intervensi sistemik, seperti program pendampingan, peer support, dan pelatihan komunikasi empatik di sekolah maupun keluarga. Temuan ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun kebijakan perlindungan anak di dunia digital serta kurikulum pendidikan karakter yang berorientasi pada penguatan empati dan solidaritas sosial antar remaja.

Hasil ini dapat dijelaskan karena dukungan sosial memiliki fungsi mengurangi rasa takut ditolak dan meningkatkan perasaan diterima. Dalam konteks korban cyberbullying, kehadiran individu yang mendukung dapat membangun kembali kepercayaan diri yang sempat runtuh karena perlakuan negatif daring. Sementara itu, tidak adanya pengaruh signifikan terhadap isolasi sosial mungkin disebabkan karena isolasi merupakan bentuk perilaku jangka panjang yang tidak serta-merta berubah meskipun individu menerima dukungan dalam jangka pendek.

Berdasarkan hasil ini, diperlukan langkah strategis untuk meningkatkan literasi sosial dan emosional bagi para orang tua, guru, dan siswa. Pelatihan tentang deteksi dini kecemasan sosial, pembentukan kelompok dukungan sebaya, dan penguatan jejaring komunitas peduli remaja harus diperluas. Selain itu, pendekatan berbasis komunitas yang memberdayakan korban agar kembali membangun relasi sosial positif sangat dibutuhkan untuk mengatasi isolasi yang mungkin bersifat laten. Penelitian lanjutan juga perlu menggali faktor lain yang dapat memperantarai hubungan antara cyberbullying dan isolasi sosial.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan dalam menurunkan tingkat social anxiety pada korban cyberbullying. Temuan penting yang cukup mengejutkan adalah bahwa meskipun dukungan sosial secara signifikan menurunkan kecemasan sosial, namun tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat isolasi sosial. Hal ini menunjukkan bahwa isolasi sosial mungkin dipengaruhi oleh faktor lain di luar persepsi terhadap dukungan sosial, seperti durasi paparan bullying, trauma psikologis, atau karakteristik kepribadian korban. Temuan ini memperluas pemahaman bahwa peran dukungan sosial lebih efektif dalam aspek afektif dibandingkan dalam aspek perilaku sosial korban.

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan literatur psikologi sosial, khususnya dalam konteks dampak psikologis dari cyberbullying pada remaja. Nilai tambah utama dari penelitian ini terletak pada pendekatannya yang menggabungkan analisis regresi dengan perspektif mediasi, serta pemanfaatan tiga instrumen valid secara terintegrasi (LSAS, Cyberbullying Victimization Scale, dan MSPSS). Dengan demikian, riset ini tidak hanya menguji hubungan antarvariabel secara langsung, tetapi juga mengangkat aspek persepsi individu terhadap dukungan sosial sebagai prediktor penting dalam dinamika kecemasan sosial. Hasil ini memperkaya kajian sebelumnya dan dapat menjadi referensi dalam intervensi psikologis dan kebijakan sosial di era digital.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya adalah jumlah responden yang relatif kecil dan rentang usia yang terbatas pada remaja 16–19 tahun. Selain itu, pendekatan kuantitatif yang digunakan tidak mengeksplorasi secara mendalam pengalaman subjektif korban dalam merespon dukungan sosial yang mereka terima. Untuk itu, penelitian lanjutan disarankan menggunakan metode campuran (mixed methods) atau pendekatan kualitatif mendalam agar diperoleh gambaran yang lebih holistik. Penelitian selanjutnya juga dapat menggali pengaruh variabel lain seperti dukungan emosional spesifik, durasi pengalaman cyberbullying, atau resiliensi psikologis sebagai mediasi antara pengalaman perundungan dan kondisi mental korban.

DAFTAR PUSTAKA

- Azka, Fatih, Dendih Fredi Firdaus, and Elisa Kurniadewi. 2018. "Kecemasan Sosial Dan Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa." *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 5(2):201–10. doi: 10.15575/psy.v5i2.3315.
- Bauman, Sheri, Russell B. Toomey, and Jenny L. Walker. 2013. "Associations among Bullying, Cyberbullying, and Suicide in High School Students." *Journal of Adolescence* 36(2):341–50. doi: 10.1016/J.ADOLESCENCE.2012.12.001.
- Ginting, Ester Vera. n.d. "Mengatasi Kecemasan Sosial Strategi Psikologis Yang Efektif." 1–12.

- Gopalakrishnan C, & Subramanian S. Antimicrobial activities of *Garcinia mangostana*.
Ian Rif, Mas, Azizah Arumsari, Nurul Fajriani, Virgin S. Maghfiroh, Ahmad Fathan Abidi, Achmad Chusairi, and Cholichul Hadi Program Studi Magister Sains Psikologi. n.d. "KONSEP DUKUNGAN SOSIAL."
- IDAI | Cyberbullying. (n.d.). Retrieved February 23, 2025, from <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/cyberbullying>
- Kowalski, Robin. 2018. "Cyberbullying." *The Routledge International Handbook of Human Aggression* 131–42. doi: 10.4324/9781315618777-11.
- La Greca, A. M., & Harrison, H. M. (2005). Adolescent peer relations, friendships, and romantic relationships: Do they predict social anxiety and depression? *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34(1), 49–61. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401_5
- Livazović, G., & Ham, E. (2019). Cyberbullying and emotional distress in adolescents: the importance of family, peers and school. *Heliyon*, 5(6). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e01992>
- Missasi, Vallahatullah. 2024. "Analisis Model Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa." *Jurnal An-Nur* 12(2):87. doi: 10.24014/an-nur.v12i2.28912.
- Nainggolan, Togiaratua. 2011. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna NAPZA: Penelitian Di Balai Kasih Sayang Parmadi Siwi." *Sosio Konsepsia* 161–74.
- Ortega Barón, J., Postigo, J., Iranzo, B., Buelga, S., & Carrascosa, L. (n.d.). Parental Communication and Feelings of Affiliation in Adolescent Aggressors and Victims of Cyberbullying. <https://doi.org/10.3390/socsci8010003>
- Priyatna, Andri. 2010. *Let's End Bullying*. Jakarta: Elex Komputin.
- Rodriguez-Rivas, M. E., Varela, J. J., Gonzalez, C., & Josefina Chuecas, M. (2017). The role of family support and conflict in cyberbullying and subjective well-being among Chilean adolescents during the Covid-19 period. *Heliyon*, e09243. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09243>
- Sari, Debi Prahesti Candra. 2017. "Keterbukaan Diri Pada Remaja Korban Cyberbullying." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5(1):69–73. doi: 10.30872/psikoborneo.v5i1.4332.
- Spence, Susan H., and Ronald M. Rapee. 2016. "The Etiology of Social Anxiety Disorder: An Evidence-Based Model." *Behaviour Research and Therapy* 86:50–67. doi: 10.1016/J.BRAT.2016.06.007.
- Ulfianasari, Evri, Karina Megasari Winahyu, and Azizah Al Ashri Nainar. 2022. "Cyberbullying Dan Kecemasan Remaja: Sebuah Studi Deskriptif." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)* 6(1):80–89. doi: 10.31000/JIKI.V6I1.6939.
- Utama, A. M. T. (2022). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析 [Covariance structure analysis of health-related indicators among home-dwelling elderly focusing on subjective health perception]. *Jurnal/Prosiding* (Volume 9), 356–363.
- Van Geel, Mitch, Paul Vedder, and Jenny Tanilon. 2014. "Relationship between Peer Victimization, Cyberbullying, and Suicide in Children and Adolescents: A Meta-Analysis." *JAMA Pediatrics* 168(5):435–42. doi: 10.1001/JAMAPEDIATRICS.2013.4143.