

Sistematik Reviu Strategi Coping yang Diterapkan Korban *Face-to-face Bullying* dan *Cyberbullying*

*Kusumasari Kartika Hima Darmayanti*¹, *Farida Kurniawati*²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia

Jl. Lkr. Kampus Raya Jl. Mawar No.538, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat
16424

e-mail: ¹kusumasarikhd@gmail.com, ²fafadana@gmail.com

Abstract. *The number of bullying victimizations in Indonesia has increased. Victims have different emotional reactions, in which depend on the coping strategy used. This research was a systematic review of coping strategies of face-to-face bullying and cyberbullying victimizations based on victims' educational level. To conduct a systematic review, 35-studies were screened from seven electronic databases, including: Taylor & Francis Online, Sage Journal, Science Direct, Springer Link, ProQuest, cyberpsychology.eu, and Wiley Online Library. In this systematic review, there were 15 remaining studies that were categorized based on educational level and coping strategies on of face-to-face bullying victimizations, coping strategies on face-to-face bullying and cyberbullying victimizations, and coping strategies on cyberbullying victimizations. In general, the coping strategies used were problem-focused coping and emotion-focused coping. The differences lied in applying problem-focused coping; on how victims avoided bullying, whether in the context of direct interaction or using electronic media. Future research should focus on sorting adaptive coping strategies so that practitioners can implement coping strategy interventions to improve the mental health.*

Keywords: *cyberbullying; coping strategies; educational level victims; face-to-face bullying*

Abstrak. Angka korban *bullying* di Indonesia mengalami kenaikan. Korban mempunyai reaksi emosi yang berbeda, yang mana tergantung pada strategi *coping* yang digunakan. Penelitian ini merupakan penelitian sistematik reviu pada strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* berdasarkan pada tingkat pendidikan korban. Untuk melakukan sistematik reviu, 35 penelitian disaring dari tujuh database elektronik, meliputi: Taylor & Francis Online, Sage Journal, Science Direct, Springer Link, ProQuest, cyberpsychology.eu, dan Wiley Online Library. Pada sistematik reviu ini, terdapat 15 penelitian yang tersisa yang dikategorikan berdasarkan tingkat pendidikan dan strategi *coping* pada korban *face-to-face bullying*, *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*, dan *cyberbullying*. Secara umum, strategi *coping* yang digunakan yakni *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Perbedaan terdapat pada penerapan *problem-focused coping*; bagaimana korban menghindari pelaku *bullying*, apakah dalam konteks interaksi langsung atau menggunakan media elektronik. Penelitian selanjutnya hendaknya fokus pada pemilahan strategi *coping* yang adaptif sehingga para praktisi bisa menerapkan intervensi strategi *coping* guna meningkatkan kesehatan mental.

Kata kunci. *cyberbullying; face-to-face bullying; korban; strategi coping; tingkat pendidikan*

Di Indonesia, pada tahun 2015, *Children's Fund* (UNICEF; UNICEF laporan tahunan *United Nations Emergency* Indonesia, 2011) menyebutkan bahwa

persentase anak-anak terhadap seluruh penduduk Indonesia ialah 30%. Dari jumlah tersebut (30%), 40% mengalami *bullying* (UNICEF, 2016). Selanjutnya, data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI; KPAI, 2016) memaparkan jumlah korban *bullying* per 2016 sebanyak 81 anak yang melapor, dan 93 anak sebagai pelaku *bullying* yang dilaporkan.

Untuk *bullying* sendiri, terdapat beberapa teori yang mendefinisikan *bullying*. Dalam hal ini, kami mengacu pada definisi yang disampaikan oleh Olweus (1999) bahwa *bullying* merupakan gejala psikososial berupa menghina dan merendahkan korban berulang kali, yang berdampak negatif bagi pelaku maupun korban, dan terdapat perbedaan kekuatan antara pelaku dengan korban. Definisi *bullying* yang disampaikan oleh Olweus (1999) telah memenuhi kriteria definisi *bullying* pada penelitian bidang *bullying* (Harcourt, Jasperse, & Green, 2014). Menurut Miller (2006), kriteria yang dimaksud ialah *bullying* merupakan perilaku yang disengaja, dilakukan secara berulang, dan terdapat perbedaan kekuatan. Mengacu pada standar kriteria definisi yang disampaikan oleh Harcourt et al. (2014), pijakan definisi *bullying* pada penelitian ini berdasarkan definisi yang disampaikan oleh Olweus (1999).

Bullying terjadi pada dua tipe, yakni secara fisik dan verbal (Schott, 2014; Hertinjung & Susilowati, 2014). *Bullying* secara fisik terjadi apabila terdapat kontak fisik, yang mengakibatkan korban cedera, seperti: menendang, memukul, menampar, dan menginjak korban, sedangkan *bullying* verbal merupakan *bullying* yang terjadi secara lisan dan tertulis, seperti memanggil orang lain dengan sebutan yang tidak pantas, menghina, dan memaki korban (Schott, 2014).

Waasdorp dan Bradshaw (2015) dan Dupper (2013) menjelaskan tipe *bullying* selain *bullying* fisik dan verbal. *Bullying* ketiga, sesuai dengan Waasdorp dan Bradshaw (2015), ialah *bullying* hubungan. *Bullying* hubungan terjadi ketika pelaku mempersempit lingkungan sosial korban, dengan memisahkan korban dari lingkungan sosial (Waasdorp & Bradshaw, 2015). Dengan demikian, korban termarginalkan dari lingkungan sosialnya (Waasdorp & Bradshaw, 2015, Dupper, 2013). Dua tipe *bullying* yang terakhir adalah *bullying* seksual dan *bullying* bias, yang mengacu pada penjelasan Dupper (2013). *Bullying* seksual merupakan *bullying* yang berkaitan dengan menghina organ seksual korban atau memaksa korban melakukan hubungan seksual (Dupper, 2013; Duncan, 2012). Sementara, *bullying* bias terjadi mana kala

korban mengalami *bullying* bukan disebabkan karakter korban yang mengakibatkan dia mengalami *bullying*, namun *bullying* terjadi diakibatkan dia menjadi anggota atau bagian kelompok yang menjadi korban *bullying* (Dupper, 2013).

Lima tipe *bullying* yang telah disebutkan terjadi secara langsung (dengan tatap muka) (Darmayanti, Kurniawati, & Situmorang, 2019). Tipe *bullying* tersebut merupakan masalah psikososial yang timbul sebagai dampak dari perlakuan individu maupun kelompok berupa kekerasan verbal yang dilakukan lebih dari sekali (Accordino & Accordino, 2011) dan dilakukan secara langsung (bertemu; berhadapan; *traditional bullying*; Olweus, 1999; Veenstra, Lindenberg, Oldehinkel, De Winter, Verhulst, & Ormel, 2005). Karena lima tipe *bullying* tersebut dilakukan secara langsung (tidak menggunakan teknologi komunikasi), maka hal itu dinamakan *traditional bullying*. Selanjutnya, kami akan menggunakan istilah *face-to-face bullying* untuk merepresentasikan *traditional bullying*. Hal ini dikarenakan adanya istilah *cyberbullying* yang terjadi secara daring (David-Ferdon & Hertz, 2009), sehingga penyebutan *face-to-face bullying* digunakan guna membedakan *traditional bullying* yang terjadi secara luring atau dalam situasi *face-to-face*.

Kemajuan teknologi berimplikasi terhadap pola interaksi individu dalam berinteraksi sosial dan berkomunikasi. Kemajuan teknologi memudahkan individu untuk saling berkomunikasi melalui *platform* media daring. Komunikasi berlangsung dengan mengirimkan pesan singkat, *Facebook*, *Instagram*, *E-mail*, *Website*, dan beberapa *chatroom* lainnya. Individu berinteraksi sosial dengan mengirimkan pesan singkat, gambar atau foto, video, dan pesan suara. Interaksi tersebut tidak menutup kemungkinan terhadap timbulnya tindakan *bullying*. *Bullying* tersebut merupakan *bullying* secara daring, yang lebih dikenal sebagai *cyberbullying*. Dalam hal ini, kami mengacu pada definisi yang dikemukakan oleh David-Ferdon dan Hertz (2009), bahwa *cyberbullying* (agresi dengan alat elektronik) merupakan *bullying* yang terjadi melalui *e-mail*, *chatroom*, pesan singkat (*short message service*, SMS), *website*, pesan teks, video, gambar yang diunggah pada *website* atau dikirim melalui ponsel. Definisi yang dikemukakan oleh David-Ferdon dan Hertz (2009) mencakup pada sisi *bullying* yang terjadi pada *platform* media sosial. Definisi tersebut menekankan pada perilaku *bullying* yang mengacu pada domain *cyberbullying* (Low & Espelage, 2013). Dengan demikian, kami lebih memilih definisi *cyberbullying* oleh David-Ferdon dan Hertz (2009).

Individu yang terlibat pada komunikasi daring umumnya mengalami *disinhibition* (Accordino & Accordino, 2011), di mana mereka tidak mampu mengendalikan perilaku, pikiran, dan perasaan mereka pada komunikasi daring (dunia maya). *Disinhibition*, menurut Willard (2003), dilatarbelakangi oleh beberapa faktor. Penjabaran faktor-faktor tersebut ialah (1) Individu ketika berkomunikasi secara daring tidak terlihat, sehingga sangat memungkinkan pemalsuan identitas atau *anonymous* (2) Umpan balik atas rasa sakit korban akibat *cyberbullying* tidak bisa diterima secara langsung oleh pelaku, sehingga hal itu berimplikasi pada rendahnya empati (3) Belakangan, norma sosial mendukung *misbehavior* pada komunikasi melalui media sosial (4) Individu bebas menampilkan kepribadian pada *platform* media sosial (kepribadian fiktif), sehingga hal itu berimplikasi pada minimnya rasa tanggung jawab terhadap perilaku *cyberbullying* yang dilakukan, dengan berlindung di balik kepribadian fiktif tersebut (5) Umumnya, individu lebih nyaman berkomunikasi secara daring daripada *face-to-face*, terutama bagi korban *face-to-face bullying*, di mana mereka bisa lebih leluasa untuk balas dendam atas perlakuan *bullying* yang mereka terima melalui fasilitas *platform* komunikasi daring.

Berdasarkan pemaparan di atas, terdapat perbedaan antara *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*. *Face-to-face bullying* terjadi pada interaksi langsung antara korban dengan pelaku *bullying*. Dampak yang mengenai korban ialah secara psikologi dan fisik. Sementara itu, *cyberbullying* terjadi secara tidak langsung yang mana biasanya dengan melibatkan media sosial. Pada *platform* media sosial, korban pelaku *bullying* bisa menyembunyikan kepribadian dan identitas mereka. Kondisi *bullying* pada *cyberbullying* yang tidak bertemu secara langsung berimplikasi terhadap minimnya empati pelaku *bullying* terhadap korban (Willard, 2003). Demikian, selama tidak ada interaksi tatap muka antara korban dan pelaku, *cyberbullying* hanya berdampak pada isu psikologi.

Lebih lanjut, kondisi *cyberbullying* yang tidak melibatkan interaksi tatap muka menyebabkan pelaku *cyberbullying* lebih leluasa untuk melakukan *cyberbullying* terhadap korban (Willard, 2003). Hal itu, berdasarkan pada temuan penelitian Sticca dan Perren (2012), *cyberbullying* mempunyai dampak lebih buruk dan beresiko dibandingkan *face-to-face bullying*. Hal itu disebabkan oleh *platform* media sosial yang berfungsi dalam menghubungkan individu dengan lainnya tanpa adanya batasan (Sticca & Perren, 2012). Individu akan lebih mudah

terhubung tanpa adanya batasan, sehingga siapapun dengan mudah akan berinteraksi secara daring dengan lainnya (Sticca & Perren, 2012), meskipun pada interaksi sosial luring mereka tidak saling mengenal. Pada beberapa kasus *cyberbullying*, pelaku *cyberbullying* menggunakan nama akun *anonymous*, sehingga hal itu membuat pelaku lebih leluasa untuk melakukan *cyberbullying* terhadap korban (Sticca & Perren, 2012).

Kemudian, fenomena *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* tidak luput dari iklim sekolah (Syah & Herawati, 2018; Kwan & Skoric, 2012). Beberapa fenomena tersebut terjadi di lingkungan pendidikan, seringkali dialami oleh anak-anak dan remaja (D'Haenens, Vandoninck, & Donoso, 2013; Ramirez, 2014; Kwan & Skoric, 2012). *Bullying*, baik itu *face-to-face bullying* maupun *cyberbullying*, berdampak pada kesehatan fisik (mengalami kekerasan secara fisik) yang mengakibatkan cedera, kelumpuhan, cacat, bahkan meninggal dunia (Schott, 2014). Selain itu, korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* mengalami gangguan kesehatan mental (Modecki, Minchin, Harbaugh, Guerra, & Runions, 2014). Mereka mengalami defisit kemampuan emosi (Olweus, 1994), yang berdampak pada disfungsi psikologis (Neary & Joseph, 1994). Secara emosional, *bullying (face-to-face bullying dan cyberbullying)* berdampak pada

well-being korban (Arseneault, Bowes, & Shakoor 2010), mengakibatkan gangguan depresi (Didden et al., 2009), kecemasan sosial (Didden et al., 2009), dan rendahnya *self-esteem* korban (Didden et al., 2009).

Ortega, Elipe, Mora-Merchán, Genta, Brighi, Guarini, dan Tippett (2012) menegaskan bahwa kejadian yang sama akan mempunyai dampak reaksi yang tidak sama pada korban. Perbedaan respon merupakan pengaruh dari berbedanya strategi *coping* masing-masing individu (Ortega et al., 2012; Völlink, Bolman, Eppingbroek, & Dehue, 2013; Topçu, 2014; Wilton, Craig, & Pepler, 2001; Machmutow, Perren, Sticca, & Alsaker, 2012; Sesar, Simic, & Sesar, 2013). Sesar et al. (2013) menegaskan bahwa strategi *coping* mampu merubah reaksi emosi dari tindakan dan perilaku *bullying*. Sebagaimana Nixon, Jairam, Davis, Linkie, Chatters, dan Hodge (2019) jelaskan, strategi *coping* dengan menyalahkan diri sendiri atas kejadian *bullying* yang menimpa korban mengakibatkan munculnya emosi negatif. Di sisi lain, strategi *coping* dengan melaporkan terhadap orang dewasa yang ada di sekolah dan di rumah, menceritakan kepada teman, menjadikan peristiwa *bullying* sebagai humor, dan tidak menyalahkan diri sendiri atas peristiwa *bullying* yang terjadi berdampak pada rendahnya *emotional distress* (e.g.

cemas, depresi, takut, marah, dan tertekan; Gudenkauf et al., 2019) (Nixon et al., 2019).

Untuk kasus korban *bullying* yang terjadi di Indonesia, Apriyani (2020) melaporkan bahwa korban *bullying* merupakan siswa sekolah dasar hingga sekolah menengah. Lebih lanjut, pada tahun 2017, Hamdi juga melaporkan tentang kasus mahasiswa berkebutuhan khusus yang menjadi korban *bullying* di salah satu universitas di Indonesia. Demikian, berdasarkan pada pemaparan Apriani (2020) dan Hamdi (2020), korban *bullying* (i.e. baik itu *face-to-face bullying* maupun *cyberbullying*) tidak hanya siswa, tetapi mahasiswa pun merupakan korban *bullying*.

Untuk definisi *coping*, kami mengacu pada Lazarus dan Folkman (1984). Lazarus dan Folkman (1984) memberikan pengertian strategi *coping* dengan usaha untuk merubah kognisi dan tindakan berulang kali guna mengatur tuntutan eksternal dan internal yang dinilai di luar sumber daya. Singkatnya, Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen, dan Wadsworth (2001) menilai *coping* (sebagaimana yang disampaikan oleh Lazarus dan Folkman (1984)) sebagai dinamika individu yang bertujuan memulihkan stress atau mengurangi reaksi emosi pada sebuah kejadian (perilaku atau tindakan *bullying*). Definisi *coping* yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984) lebih sesuai

dengan penelitian ini, karena definisi *coping* mengacu pada individu anak-anak dan remaja, yang mana masih belajar di sekolah dan perguruan tinggi (Lazarus & Folkman, 1984; Compas et al., 2001). Hal itu senada dengan fokus penelitian ini, di mana difokuskan pada *bullying (face-to-face bullying dan cyberbullying)* yang dialami oleh anak-anak dan remaja yang masih sekolah.

Selanjutnya, penelitian Sittichai dan Smith (2018) menemukan bahwa usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi frekuensi *bullying*. Dalam penelitian mereka, mereka menyebutkan bahwa korban *bullying* yang semakin tua usianya semakin jarang menerima perlakuan *bullying* (Sittichai & Smith, 2018). Sementara itu, DeSmet, Rodelli, Walrave, Soenens, Cardon, dan De Bourdeaudhuij (2018) melaporkan bahwa rentang usia korban *bullying* berpengaruh terhadap strategi *coping* yang diterapkan. Kemudian, Nixon et al. (2019) juga menemukan tingkat pendidikan memengaruhi perbedaan strategi *coping*. Nixon et al. (2019) melaporkan bahwa pelajar yang lebih tua terlihat lebih mampu untuk menggunakan beberapa strategi *coping* dalam menghadapi perlakuan *bullying* (e.g. perlakuan *bullying* yang dianggap sebagai humor), sedangkan pelajar yang lebih muda lebih merasa mampu untuk menerapkan strategi memperoleh dukungan sosial (e.g.

menceritakan pengalaman *bullying* kepada guru). Demikian, strategi *coping* berkaitan dengan perkembangan kognisi dan perkembangan emosi korban *bullying*.

Berdasarkan pada tingkat perkembangan individu, Papalia, Feldman, dan Martorell (2014) dan Miller (2011) memaparkan dua di antara tiga tahap perkembangan individu yaitu perkembangan kognisi dan psikososial. Kaitannya dengan korban *bullying* yang dikaji pada penelitian ini, mereka berada pada usia siswa SD hingga mahasiswa. Berdasarkan pada perkembangan psikososial Erikson (1950; dalam Papalia et al., 2014) korban *bullying* pada usia tersebut berada pada tahap *industry vs. Inferiority* (usia enam tahun hingga 12 tahun; individu sudah mempunyai keterampilan khusus dan mampu menghadapi rasa inferioritas), *identity vs. Identity confusion* (usia 12 tahun hingga 18 tahun; individu mengenal dirinya dan perannya di masyarakat sehingga tidak mengalami kebimbangan terhadap identitas), *intimacy vs. Isolation* (usia 18 tahun hingga 40 tahun; individu berkomitmen terhadap hubungan romantis atau—jika gagal—mereka akan merasa terisolasi). Di sisi lain, dari perkembangan kognisi, Piaget (dalam Papalia et al., 2014) korban *bullying* berada pada tahap perkembangan kognisi operasional konkrit (usia tujuh tahun hingga 11 tahun; individu sudah bisa berpikir logis namun

belum bisa berpikir abstrak) dan operasional formal (usia 11 tahun hingga masa dewasa; individu sudah mampu berpikir abstrak, merumuskan sebuah hipotesis, dan memikirkan kemungkinan yang terjadi).

Strategi *coping* merupakan respon individu (korban *bullying*) untuk mengkondisikan kognisi dan perilaku mereka, sehingga mereka mampu menanggulangi tekanan antara diri mereka dengan lingkungan (*problem-focused coping*) dan meminimalisir emosi negatif yang timbul (*emotion-focused coping*) (Compas et al., 2001). Folkman dan Lazarus (1985) membagi strategi *coping* menjadi dua, yakni *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Problem-focused coping* ialah strategi *coping* untuk memecahkan problematika yang sedang dihadapi, sementara *emotion-focused coping* merupakan strategi *coping* di mana menekankan pada aspek regulasi emosi yang diakibatkan oleh masalah yang ada (Folkman & Lazarus, 1985). Kembali pada tipe *bullying*, yakni *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*, keduanya berimplikasi pada korban dengan kondisi dan dampak terhadap korban *bullying* yang berbeda (antara korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*). Dengan demikian, kami berasumsi bahwa dampak yang muncul akibat *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* berbeda, sehingga hal itu juga memengaruhi strategi *coping*

korban ketika menghadapi *bullying*. Akhirnya, berikut merupakan pertanyaan penelitian yang ditujukan sebagai tujuan penelitian:

1. Bagaimana strategi *coping* korban *face-to-face bullying* pada siswa sekolah dasar hingga mahasiswa?
2. Bagaimana strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* pada siswa sekolah dasar hingga mahasiswa?
3. Bagaimana strategi *coping* korban *cyberbullying* pada siswa sekolah dasar hingga mahasiswa?

Metode

Kriteria inklusi dan eksklusi

Berdasarkan pada pendekatan kualitatif, penelitian melibatkan beberapa artikel terkait strategi *coping* pada korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*. Partisipan penelitian merupakan individu anak-anak dan remaja yang masih mengenyam pendidikan dan menjadi korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*.

Penelitian ini menerapkan metodologi kualitatif berupa *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA; Smith & Shinebourne, 2012; Bungin, 2007). Analisis fenomenologi merupakan analisis data kualitatif yang biasa diterapkan pada penelitian sosial (Smith & Shinebourne, 2012). Beberapa artikel yang telah disaring (baik itu artikel dengan metode kuantitatif dan

kualitatif) dianalisa strategi *coping* yang diterapkan oleh korban *bullying* dengan jenjang pendidikan yang berbeda. Penelitian menggunakan artikel dari tahun 2008 hingga tahun 2018. Artikel tersebut merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Lebih lanjut, penelitian terdiri dari dua macam. Hal pertama mengenai strategi *coping* yang digunakan individu anak-anak dan remaja yang masih mengenyam pendidikan ketika menjadi korban *face-to-face bullying*. Sementara itu, untuk yang kedua terkait strategi *coping* yang digunakan individu anak-anak dan remaja yang masih mengenyam pendidikan ketika menjadi korban *cyberbullying*.

Prosedur sistematika penelusuran

Penelusuran sistematik artikel dengan memanfaatkan tujuh database elektronik, meliputi: Taylor & Francis Online, Sage Journal, Science Direct, Springer Link, ProQuest, *cyberpsychology.eu*, dan Wiley Online Library. Enam database diakses sejak tanggal 10 September 2018 hingga 25 Oktober 2018. Penelusuran dibatasi untuk artikel yang *full-text*, sudah direviu, teks disertasi dan tesis dari ProQuest, dan ditulis dalam bahasa Inggris yang diterbitkan sejak tahun 2008. Kata kunci untuk mengakses artikel pada enam database menggunakan beberapa kombinasi kata kunci, meliputi: *coping*AND/OR bully, impact*AND/OR*

*bullying*AND/OR cyberbullying, coping*AND/OR bullying*AND/OR cyberbullying, coping*AND/OR traditional bullying, coping*AND/OR cyberbullying, cyberbullying, traditional bullying, bullying, coping, strategy, dan victim.* Setelah data diperoleh, kami melakukan *screening* terhadap beberapa artikel yang sesuai dengan penelitian.

Ringkasan data dan analisis

Berdasarkan pada prosedur penelusuran yang telah dijelaskan sebelumnya, terdapat 35 artikel yang masuk dalam kategori inklusi untuk dianalisis. Setelah melakukan *screening* artikel berdasarkan pada kriteria eksklusi, maka hanya tersisa 15 penelitian yang akan dikaji. Semua penelusuran *online database*, pembuatan daftar pustaka, dan pencarian jurnal dilakukan oleh penulis sendiri, begitu pun dengan analisis data, kami sendiri yang melakukannya. Proses analisis data dimulai dengan membaca beberapa penelitian berdasarkan pada kata kunci. Selanjutnya, artikel yang telah diperoleh dikategorikan menjadi tiga kelompok sesuai dengan pertanyaan penelitian. Tiga kelompok tersebut ialah strategi *coping* korban *face-to-face bullying*, strategi *coping* *cyberbullying*, dan strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* berdasarkan pada latar belakang korban *bullying* dan *cyberbullying*.

Hasil

Karakter partisipan

Partisipan penelitian pada 15 studi literatur dalam penelitian merupakan korban *bullying* dan *cyberbullying* yang tengah menempuh pendidikan. Adapun rentang usia mereka terbentang dari usia sekolah dasar (e.g. Sesar et al., 2013), sekolah menengah pertama (e.g. Tenenbaum, Varjas, Meyers, & Parris, 2011), sekolah menengah atas (e.g. Topcu, 2014), dan mahasiswa (e.g. Schenk & Fremouw, 2012). Partisipan berasal dari USA (Newman et al., 2011; Tenenbaum et al., 2011; Davis, Randall, Ambrose, & Orand, 2014; Na et al., 2015; Raskauskas & Huynh, 2015; Schenk & Fremouw, 2012), Bosnia and Herzegovina (Sesar et al., 2013), Belanda (Garnefski & Kraaij, 2014), UK (Boulton, 2013; Paul, Smith, & Blumberg, 2012), *Middle East* (Topcu, 2014), *Southeastern* (Parris, Varjas, Meyers, & Cutts, 2012), Republik Czech (Machackova, Cerna, Sevcikova, Dedkova, & Daneback, 2013; Šléglová & Černá, 2011), *South England* (Völlink, Bolman, Dehue, & Jacobs, 2013).

Metode penelitian

Metode yang digunakan pada 15 studi literatur adalah metodologi kualitatif (i.e. *phenomenology*). Penelitian yang menerapkan analisis kualitatif wawancara semi-terstruktur adalah sebagaimana Tenenbaum et al. (2011), Parris et al. (2012), dan Šléglová dan Černá

(2011). Selain itu, penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif (e.g. menggunakan kuesioner, analisis statistik, dan sebagainya) adalah penelitian yang dilakukan oleh Völlink et al. (2013), Schenk dan Fremouw (2012), Machackova et al (2013), Topcu (2014), Boulton (2013), Garnefski dan Kraaij (2014), Paul et al. (2012), Sesar et al. (2013), dan Newman et al. (2011).

Tabel 1 merupakan ringkasan strategi *coping* korban *face-to-face bullying*, tabel 2 merupakan ringkasan strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*, dan tabel 3 merupakan ringkasan strategi *coping* korban *cyberbullying*. Ketiga tabel berisikan karakteristik partisipan, metode penelitian yang digunakan, dan temuan utama penelitian.

Tabel 1.
Ringkasan Strategi Coping Korban Face-to-face Bullying

| Peneliti dan Negara Penelitian | Partisipan Penelitian | Metode Penelitian | Temuan Utama |
|---------------------------------------|--|---|--|
| Newman et al. (2011) USA | 1.339 mahasiswa Southwestern University. Rata-rata usia = 17–29 tahun). | Partisipan diminta untuk menjawab pertanyaan terkait pengalaman <i>bullying</i> . Selain itu, mereka diminta untuk mengisi kuesioner penelitian yang mengukur strategi <i>coping</i> dan gejala stress. | Strategi <i>coping</i> dengan menghindari pelaku <i>bullying</i> memediasi secara parsial hubungan pengalaman menjadi korban <i>bullying</i> dan stress. Hal itu mengindikasikan bahwa strategi <i>coping</i> dengan menghindari pelaku <i>bullying</i> adalah respon adaptif terhadap stress yang tidak terkontrol, namun dalam jangka waktu yang lama strategi <i>coping</i> tersebut menjadi maladaptif. |
| Tenenbaum et al. (2011) USA | 124 siswa sekolah menengah pertama. Rentang usia = 9–15 tahun. | Siswa dikelompokkan menjadi 18 kelompok untuk diwawancarai, di mana setiap kelompok terdiri dari tiga sampai 8 siswa. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur | Strategi <i>coping</i> dikategorikan pada dua poin, yakni kategori utama yang terdiri dari <i>problem-focused coping</i> dan <i>emotion-focused coping</i> , dan delapan subkategori. Delapan subkategori meliputi: mempertahankan diri, tidak melawan pelaku <i>bullying</i> , mencari dukungan sosial, menjauhi pelaku <i>bullying</i> , <i>internalizing</i> , mengurangi tegangan atau <i>externalizing</i> , fokus pada hal yang positif, dan menyalahkan diri. |

| | | | |
|---|---|---|--|
| Sesar et al. (2013) Bosnia and Herzegovina | 478 siswa dari kelas enam sekolah dasar sampai kelas dua tingkat sekolah menengah pertama. Rentang usia partisipan berkisar antara 11–15 tahun. | Data diperoleh melalui kuesioner. Dalam penelitian tersebut, kuesioner yang digunakan ialah <i>A School Relationship Questionnaire</i> (SRQ) untuk mengukur bentuk <i>bullying</i> langsung, verbal, dan relasi, <i>Self-Report Coping Measure</i> (SRCM) untuk mengukur strategi coping partisipan, <i>The Arousal Predisposition Scale</i> (APS) guna mengukur <i>arousal</i> siswa, dan <i>Youth Self-Report</i> (YSR) digunakan untuk menilai penyesuaian psikologis. | <i>Bullying</i> merupakan tekanan psikososial, yang berdampak negatif terhadap permasalahan psikologis di masa anak-anak. Terdapat tiga strategi <i>coping</i> (<i>internalizing</i> , <i>externalizing</i> , dan menjauh) yang menentukan siswa dalam beradaptasi. |
| Garnefski dan Kraaij (2014) Belanda | 582 partisipan dari sekolah menengah pertama di Amsterdam. Rentang usia 13–16 tahun. | Partisipan dimohon kesediannya untuk mengisi kuesioner. Kuesioner berkaitan dengan pengalaman sebagai korban <i>bullying</i> , strategi <i>coping</i> kognitif, dan depresi atau cemas. | Strategi <i>coping</i> kognisi memoderasi pengaruh <i>bullying</i> terhadap gejala cemas dan depresi. |
| Boulton (2013) UK | 582 mahasiswa dari dua universitas di UK Usia 23 tahun. | Partisipan mengisi kuesioner secara sukarela. Kuesioner yang diisi ialah <i>retrospective childhood peer victimization scale</i> , <i>characterological self-blame for victimization scale</i> , <i>the ways of coping questionnaire-revised</i> , dan <i>the social phobia inventory</i> . | Strategi <i>coping problem-focused</i> dan <i>positive reappraisal coping</i> , dan <i>self-blame</i> memoderasi hubungan pengalaman menjadi korban <i>bullying</i> ketika kecil dan kecemasan sosial ketika dewasa. |

Tabel 2.

Ringkasan Strategi Coping Korban Face-to-face Bullying dan Cyberbullying

| Peneliti dan Negara Penelitian | Partisipan Penelitian | Metode Penelitian | Temuan Utama |
|--------------------------------|---|---|--|
| Davis et al. (2014) USA | 1.094 komentar pada <i>website</i> Amanda Palmer. 1.094 komentar tanpa mengidentifikasi usia. | Analisis data menggunakan analisis tematik dengan mengidentifikasi tema dari 1.094 komentar. Kemudian, Davis et al. (2014) mengkategorikan komentar dalam tiga kategori <i>bullying</i> (<i>traditional bullying</i> , <i>cyberbullying</i> , dan yang | Strategi <i>coping</i> yang digunakan untuk menanggulangi perilaku dan tindakan <i>bullying</i> adalah mencari dukungan sosial, mengabaikan/ memblokir, menemukan ekspresi yang lebih kreatif. |

| | | | |
|-----------------------------|--|--|--|
| Paul et al. (2012) UK | 407 siswa sekolah menengah pertama di London. Rentang usia partisipan adalah 11–14 tahun. | Partisipan mengisi survei mengenai strategi <i>coping</i> ketika menghadapi perilaku dan tindakan <i>traditional bullying</i> dan <i>cyberbullying</i> . Selain itu, mereka juga mengisi survei terkait program intervensi sekolah terhadap <i>traditional bullying</i> dan <i>cyberbullying</i> . | Hasil penelitian mengindikasikan bahwa strategi <i>coping</i> yang sangat efektif dalam menanggulangi <i>traditional bullying</i> dan <i>cyberbullying</i> adalah dukungan keluarga, terutama orang tua. |
| Topcu (2014) Middle East | 853 siswa dari sekolah menengah atas di Ankara. Rentang usia 14–18 tahun. | Partisipan mengisi tujuh kuesioner, yakni: <i>Revised cyber bullying inventory- II</i> , <i>revised olweus bully/victim questionnaire</i> , <i>brief COPE</i> , <i>emotion regulation questionnaire</i> , <i>ruminative response scale</i> , <i>multidimensional scale of perceived social support</i> , dan <i>strengths and difficulties questionnaire</i> | Korban <i>bullying</i> berkorelasi positif dengan perilaku <i>internalizing</i> melalui <i>coping</i> maladaptif. Dukungan keluarga yang minim dan kesulitan dalam <i>reappraisal</i> berkorelasi positif dengan perilaku <i>internalizing</i> . Untuk korban <i>traditional bullying</i> , <i>rumination</i> berkorelasi positif dengan perilaku <i>internalizing</i> , dan tidak pada <i>cyberbullying</i> . |

Tabel 3.
Ringkasan Strategi Coping Cyberbullying

| Peneliti dan Negara Penelitian | Partisipan Penelitian | Metode Penelitian | Temuan Utama |
|--------------------------------------|--|---|--|
| Na et al. (2015) USA | 121 mahasiswa di salah satu Universitas di USA. Rentang usia mereka adalah 18–25 tahun. | Partisipan direkrut secara sukarela, kemudian mereka mengisi instrumen pengukuran <i>Cyberbullying victimization scale</i> ; <i>stress appraisal measure for adolescents</i> ; <i>self-report coping scale</i> ; <i>depression, anxiety, and stress scales-21</i> ; <i>rosenberg self-esteem scale</i> ; dan <i>socio-demographic questionnaire</i> . | Strategi <i>coping</i> menghindari pelaku <i>bullying</i> dan korban <i>cyberbullying</i> berkorelasi positif dengan penyesuaian psikologi. |
| Parris et al. (2012) Southeastern | 20 siswa sekolah menengah atas. Rentang usia 15–19 tahun. | Partisipan yang telah direkrut kemudian diwawancarai secara semi-terstruktur, yang mana menggunakan tipe pertanyaan <i>open-ended</i> terkait persepsi dan pengalaman dalam hal | Terdapat tiga strategi <i>coping</i> untuk menanggulangi perilaku tindakan <i>cyberbullying</i> , yaitu: <i>reactive coping</i> , <i>preventive coping</i> , dan <i>No. way to prevent cyberbullying</i> . |

| | | | |
|--|---|---|--|
| Machackova et al (2013) Republik Czech | 2.092 siswa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas Rentang usia 12–18 tahun dari Republik Czech. | Partisipan diminta untuk mengisi kuesioner penelitian: <i>Cyber aggression, Length of cyber aggression, Experienced harm, Types of responses and perceived effectiveness</i> , dan <i>Socio-demographic variables</i> . | Beberapa strategi <i>coping</i> yang dinilai efektif untuk menangani perilaku dan tindakan <i>cyberbullying</i> adalah memblokir kontak pada <i>website</i> media sosial, meminta dukungan, dan mengabaikan pelaku <i>bullying</i> . |
| Raskauskas dan Huynh (2015) USA | 19 penelitian terkait strategi <i>coping</i> oleh korban <i>cyberbullying</i> . | <i>Review</i> secara sistematis dengan pertanyaan terkait proses <i>coping</i> korban <i>cyberbullying</i> . | Spesifikasi strategi <i>coping</i> berimplikasi pada spesifikasi program intervensi yang akan diberikan. Proses <i>coping</i> sendiri bisa dijelaskan melalui penilaian diri dan efikasi-diri, dan perilaku yang muncul. Proses <i>coping</i> juga berlangsung melalui proses kognisi. |
| Šléglová dan Černá (2011) Republik Czech | 15 partisipan siswa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Rentang usia 14–18 tahun. | Data diperoleh dengan wawancara semi-terstruktur. | Strategi <i>coping</i> yang digunakan untuk menghadapi <i>cyberbullying</i> adalah teknik pembelaan (pertahanan), kegiatan yang ditujukan langsung pada pelaku <i>bullying</i> , menghindari pelaku <i>bullying</i> , strategi pertahanan, dukungan sosial, dan menceritakan kepada orang tua. |
| Völlink et al. (2013) South England | 325 siswa kelas satu sekolah menengah pertama. Usia: 11–12 tahun. | Partisipan mengisi kuesioner <i>Cyberbullying, Coping strategies, Depression, Health complaints</i> , dan variabel demografis. | Hasil penelitian mengindikasikan bahwa strategi <i>coping</i> yang digunakan untuk mengurangi ketegangan <i>cyberbullying</i> adalah <i>emotion-focusing coping</i> . Strategi <i>coping</i> yang berhubungan dengan ekspresi emosi, mengindar, depresif akan cenderung lebih <i>cyberspecific depressive coping</i> ketika dihadapkan dengan <i>cyberbullying</i> . |
| Schenk dan Fremouw (2012) USA | 856 partisipan mahasiswa. Berusia: 18–24 tahun. | Partisipan mengisi kuesioner terkait aspek demografis, <i>Internet Experiences Questionnaire, SCL-90-R</i> , dan <i>SBQ-R</i> . | Strategi <i>coping</i> yang dilakukan adalah menghindari teman, melawan, tidak menghadiri kegiatan atau acara yang mana mereka cenderung menjadi korban <i>cyberbullying</i> . Perbedaan gender terlihat ketika laki-laki |

lebih memilih untuk meminimalkan alkohol atau menggunakan NAPZA, sementara perempuan cenderung menghindari internet atau ponsel mereka.

Diskusi

Penelitian ini mengidentifikasi 15 studi literatur. Berdasarkan pada tabel yang telah disajikan, kami merumuskan penjelasan terkait strategi *coping* pada tiga tema. Tiga tema tersebut adalah strategi *coping* korban *face-to-face bullying*, strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*, dan strategi *coping* korban *cyberbullying*. Masing-masing tema pembahasan juga mengulas strategi *coping* yang dilakukan korban berdasarkan perbedaan tingkat pendidikan.

1. Strategi Coping Korban Face-to-face Bullying

Untuk strategi *coping* korban *face-to-face bullying*, kami melaporkan terdapat lima penelitian yang hendak kami analisis. Dari lima penelitian tersebut, terdapat dua pengelompokan untuk memaparkan strategi *coping* korban *face-to-face bullying* berdasarkan jenjang pendidikan yang tengah ditempuh, yaitu partisipan dengan latar belakang sekolah dasar dan sekolah menengah pertama (i.e. penelitian Tenenbaum et al., 2011; Sesar et al., 2013; Garnefski & Kraaij, 2014) dan mahasiswa perguruan tinggi (i.e. Newman et al., 2011; Boulton, 2013).

Strategi *coping* pada korban *face-to-face bullying* diukur dengan menggunakan instrumen pengukuran *The Ways of Coping Questionnaire-Revised* (WCQ-R; Folkman & Lazarus, 1985). Instrumen pengukuran tersebut dikembangkan oleh Folkman dan Lazarus (1985) yang berdasarkan pada dua strategi *coping*, yakni *problem-focused coping* dan *tap positive reappraisal*. *Problem-focused coping* fokus pada item yang menjelaskan rencana-rencana yang disusun guna menanggulangi permasalahan *bullying* yang dihadapi (Folkman & Lazarus, 1985). Sementara, *tap positive reappraisal* merujuk pada konten item yang mengarah pada kepercayaan dan doa yang korban panjatkan ketika menerima perlakuan atau tindakan *face-to-face bullying*.

Selanjutnya, Tenenbaum et al. (2011) menyimpulkan bahwa terdapat dua dimensi strategi *coping* untuk *face-to-face bullying* dan terdapat delapan subskala strategi *coping* untuk *face-to-face bullying*. Dua dimensi tersebut adalah *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* (Tenenbaum et al., 2011). *Problem-focused coping* terkait dengan bagaimana korban *face-to-face bullying* memikirkan masalah yang tengah mereka

hadapi, menganalisis solusi yang memungkinkan, dan menerapkan solusi yang telah dianalisis (Tenenbaum et al., 2011). Sementara untuk *emotion-focused coping*, Tenenbaum et al. (2011) menguraikan mengenai bagaimana korban *face-to-face bullying* meregulasi emosi yang berkaitan dengan stress, yang bertujuan untuk mengatur perasaan karena menjadi korban *face-to-face bullying*.

Untuk delapan subskala kecil, Tenenbaum et al. (2011) memaparkan terkait *stand-up-to-the-bully*, di mana korban *face-to-face bullying* tunduk dan patuh dengan merespon pelaku *face-to-face bullying*. *Self-defense* merupakan kemampuan korban dalam melindungi dirinya dari kekerasan *face-to-face bullying* yang akan terjadi (Tenenbaum et al., 2011). *Seeking social support* ialah membicarakan permasalahan dengan orang lain yang harapannya korban bisa memperoleh dukungan dan saran (Tenenbaum et al., 2011). *Distancing* merupakan usaha korban melepaskan dirinya dari ketegangan situasi *bullying* dan kembali fokus pada rutinitas mereka (Tenenbaum et al., 2011; Sesar et al., 2013). *Internalizing* merupakan usaha korban untuk merahasiakan memori/ pengalaman mereka ketika dihadapkan dengan perlakuan *bullying* (Tenenbaum et al., 2011; Sesar et al., 2013). *Tension-reduction/externalizing* ialah usaha korban *face-to-face bullying* untuk

menghilangkan tegangan dan mengganti energi negatif menjadi lebih positif (Tenenbaum et al., 2011; Sesar et al., 2013). *Focus on the positive* ialah korban menginternalisasikan perilaku dan pemikiran yang lebih positif dalam situasi *face-to-face bullying* (Tenenbaum et al., 2011). *Victims' perceived coping efficacy* merupakan persepsi korban *bullying* terhadap keberhasilan dan efektivitas strategi *coping* yang telah dipilih (Tenenbaum et al., 2011). Pada temuannya, Tenenbaum et al. (2011) mengkonsepkan *problem-focused coping* yang terdiri dari *self-defense*, *stand up to the bully*, *seeking social support*, *distancing*, dan *internalizing*. Sedangkan, pada *emotion-focused coping*, Tenenbaum et al. (2011) menjabarkan mencari dukungan sosial, berjarak, *internalizing*, *externalizing*, fokus pada hal positif, dan menyalahkan diri sendiri.

Sebagaimana dengan temuan Tenenbaum et al. (2011) dan Sesar et al. (2013), temuan dari penelitian Garnefski dan Kraaij (2014) menekankan pada aspek *cognitive coping strategies*. *Cognitive coping strategies* merupakan bagaimana korban *face-to-face bullying* mengendalikan emosi yang mereka rasakan berdasarkan pada pengalaman *cognitive activity* dan pemikiran mereka (Garnefski & Kraaij, 2014). *Cognitive coping strategies* tersebut berupa menyalahkan diri sendiri, menyalahkan orang lain, menerima,

*ruminat*ion, *catastrophizing*, perencanaan, *putting-into-perspective*, *positive reappraisal*, dan kembali fokus pada hal positif. Dalam studi mereka, mereka menyebutkan bahwa *ruminat*ion dan *catastrophizing* (i.e. *maladaptive cognitive coping strategies*; Garnefski & Kraaij, 2014) meningkatkan kecemasan dan depresi korban, sedangkan *positive reappraisal* (i.e. *adaptive cognitive coping strategies*; Garnefski & Kraaij, 2014) justru mengurangi kecemasan dan depresi korban.

Bagian terakhir mengenai strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dari kalangan mahasiswa. Boulton (2013) melibatkan tiga strategi *coping* pada penelitiannya. Dua strategi *coping* (i.e. *problem-focused coping* dan *positive reappraisal coping* yang diukur dengan menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Folkman & Lazarus, 1985; WCQ-R). Keduanya mampu menurunkan tingkat kecemasan sosial korban *face-to-face bullying*. Di sisi lain, *self-blame* yang diperoleh dengan pengisian *Categorical Self-blame for Victimization Scale* (i.e. dikembangkan oleh Boulton, 2013) justru berkorelasi positif dan signifikan terhadap kecemasan sosial korban. Selanjutnya, pada kelompok partisipan yang sama, Newman et al. (2011) menemukan tiga strategi *coping* (i.e. *problem-focused coping*, *emotion-*

focused coping, dan *avoidant coping*; asesmen dengan menggunakan skala COPE; Carver, Scheier, & Weintraub, 1989) yang memediasi pengaruh korban *face-to-face bullying* pada simptom stres. Newman et al. (2011) melaporkan bahwa ketiga strategi *coping* tersebut berkontribusi dalam meredakan stress korban. Hanya saja, sekalipun *avoidant coping* mampu menanggulangi stress yang dialami oleh korban, penerapan pada jangka panjang menjadikan strategi *coping* tersebut maladaptif. Newman et al. (2011) juga menambahkan bahwa pengalaman korban sebagai korban menjadikan korban lebih adaptif dalam menerapkan strategi *coping*.

2. Strategi Coping Korban Face-to-face Bullying dan Cyberbullying

Ketiga hasil penelitian yang menjadi pembahasan pada subbab ini dikategorikan menjadi dua kategori. Kedua kategori tersebut ialah siswa sekolah menengah pertama (Paul et al., 2012) dan siswa sekolah menengah atas (Topcu, 2014). Sementara itu, penelitian David et al. (2015) tanpa mengidentifikasi usia partisipan yang turut serta untuk berkomentar pada *blog* Amanda Palmer.

Strategi *coping* yang Davis et al. (2014) analisis pada penelitian terbagi menjadi dua kelompok besar, yaitu: strategi perilaku dan strategi kognisi. Lebih lanjut, David et al. (2014) menyebutkan bahwa

strategi perilaku yang digunakan untuk menanggulangi perilaku dan tindakan *bullying* adalah mencari dukungan sosial, mengabaikan/memblokir, menemukan ekspresi yang lebih kreatif. Dalam hal ini, dukungan sosial bisa berupa dukungan dari teman sejawat, keluarga, dan guru. Selain itu, strategi perilaku yang digunakan untuk menghindari pelaku *bullying* dengan mengabaikan pesan atau kehadirannya dan memblokir kontak pelaku pada *platform* media sosial. Strategi perilaku yang terakhir ialah berupa menemukan langkah kreatif dengan mengekspresikan talenta yang dimiliki (e.g. mendengarkan musik dan berolahraga; Davis et al., 2014). Sementara itu, strategi kognisi yang korban lakukan sebagai mekanisme strategi *coping* mereka ialah berbicara dengan diri sendiri (i.e. *self-talk*; David et al., 2014) dan berada pada perspektif pelaku *bullying*. *Self-talk* dalam penelitian David et al. (2014) ditemukan dalam hal bagaimana korban bercakap-cakap dengan dirinya sendiri. Di sisi lain, strategi kognisi yang terakhir ialah berada pada perspektif pelaku *bullying* yang merupakan sebuah toleransi terhadap perilaku *bullying* dengan mempertimbangkan kemungkinan hal-hal yang melatar belakangi perilaku *bullying*.

Hasil penelitian Davis et al. (2014) didukung oleh Paul et al. (2012), yang

mengindikasikan adanya strategi *coping* yang sangat efektif dalam menanggulangi *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* adalah dukungan keluarga, terutama orang tua. Sebagaimana yang Goleman (1995) ungkapkan, orangtua merupakan media utama dalam regulasi emosi remaja, di mana pola komunikasi dan interaksi antara orang tua dan remaja membuat remaja mampu mengendalikan pola sosial dan emosi mereka. Dengan demikian, komunikasi dan interaksi individu dengan orang tua sangat berkontribusi terhadap regulasi emosi korban *bullying* (Goleman, 1995).

Lebih jauh, selain dukungan sosial, Paul et al. (2012) meringkas beberapa alternatif strategi *coping* yang dilakukan oleh korban *bullying*, yaitu: (1) pendekatan secara mandiri (i.e. menghadapi situasi yang tidak menyenangkan tanpa bantuan orang lain; e.g. *prevent*; *confront*; *retaliate*; *threaten*); (2) Menghindari masalah (i.e. melakukan pendekatan pasif dengan mengambil jarak dari sekolah/tempat di mana korban menerima perilaku *bullying*; e.g. *truant*; *avoid*; *tolerate*; *denial*); (3) *Internalizing* (e.g. *distress*; *anxious*; *depressed*; *detached*); dan (4) *Externalizing* (e.g. *reactive*; *aggressive*; *verbal*; *vocal*). Dari beberapa strategi *coping* yang telah dirangkum, Paul et al. (2012) menyimpulkan bahwa strategi *coping* yang dinilai dilakukan oleh kebanyakan korban

ialah mencari pertolongan dan saran dari orang lain dan berusaha untuk menyudahi konflik yang ada.

Berdasarkan pada penelitian Topcu (2014), partisipan, yang merupakan siswa sekolah menengah atas dan korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* berpartisipasi dalam penelitian tersebut, mengisi beberapa kuesioner terkait strategi *coping*. Topcu (2014) menemukan peningkatan perilaku *internalizing* (e.g. depresi, cemas, stress, dan rendahnya *self-esteem*) disebabkan oleh *ruminatio*n (i.e. merupakan proses mental–memikirkan–permasalahan yang tidak produktif yang hanya fokus pada emosi yang muncul akibat dari sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan) dan strategi *coping* yang maladaptif. Sebaliknya, strategi *coping* yang adaptif mampu mengurangi perilaku *internalizing* (Topcu, 2014). Selain strategi *coping* yang adaptif, perilaku *internalizing* bisa diredakan oleh *reappraisal*. Kemudian, *reappraisal* juga dipengaruhi oleh dukungan sosial dari keluarga (Topcu, 2014).

3. Strategi Coping Korban Cyberbullying

Selanjutnya, pada strategi *coping* korban *cyberbullying*, kami mengumpulkan tujuh artikel jurnal untuk dianalisis. Dari tujuh artikel jurnal tersebut, empat penelitian melibatkan partisipan siswa sekolah menengah (i.e. Völlink et al., 2013; Parris et al., 2012; Machackova et al., 2013; Šléglová

& Černá, 2011), dua penelitian dengan partisipan mahasiswa perguruan tinggi (i.e. Na et al., 2015; Schenk & Fremouw, 2012), dan satu studi revidu yang tidak menyertakan identifikasi jenjang pendidikan partisipan pada masing-masing penelitian yang dikaji (i.e. Raskauskas & Huynh, 2015).

Pada siswa sekolah menengah, Völlink et al. (2013) menemukan bahwa strategi *coping* korban *cyberbullying* yang sering digunakan ialah *emotion-focused coping*. Selama penggunaan media sosial, strategi *coping* yang berupa *avoidance* dan *depressive coping* berimplikasi terhadap isu kesehatan (Völlink et al., 2013). Kemudian, Parris et al. (2012) menguraikan bahwa terdapat tiga strategi *coping* untuk menanggulangi perilaku tindakan *cyberbullying*, yaitu: *reactive coping*, *preventive coping*, dan *no-way-to-prevent cyberbullying*. *Reactive coping* merujuk pada strategi *coping* yang mana korban *cyberbullying* menghapus atau mengabaikan pesan yang mengganggu mereka (Parris et al., 2012). *Preventive coping*, menurut Parris et al. (2012), adalah strategi *coping* yang melibatkan diri pada sebuah percakapan secara personal dan meningkatkan rasa aman dan kepedulian. Strategi terakhir, *no-way-to-prevent-cyberbullying* ialah strategi *coping* yang digunakan oleh korban *cyberbullying* ketika mereka tidak menemukan cara untuk

mengakhiri atau mencegah terjadinya *cyberbullying* (Parris et al., 2012).

Pada kategori partisipan yang sama, Machackova et al. (2013), beberapa strategi *coping* yang dinilai efektif untuk menangani perilaku dan tindakan *cyberbullying* adalah memblokir kontak pada *website* media sosial, meminta dukungan sosial, dan mengabaikan pelaku *bullying*. Sementara, Šléglová dan Černá (2011) merangkum hasil wawancara yang mereka lakukan terhadap beberapa partisipan penelitian mereka. Hasil wawancara meringkas lima strategi *coping* pada korban *cyberbullying*, yaitu: (1) *technical coping*; (2) *avoidance*; (3) *defensive strategies*; (4) *social support*; dan (5) *activity-directed-at-the-aggressor* (Šléglová & Černá, 2011). Di antara kelima strategi *coping* tersebut, Šléglová dan Černá (2011) menjelaskan bahwa *technical coping* merupakan strategi *coping* yang sulit diterapkan, sebab admin sering tidak menghiraukan aduan dari korban akan perilaku *bullying* yang dia terima. Selain itu, *social support* dengan menceritakan pengalaman sebagai korban *cyberbullying* juga tidak digunakan, karena korban tidak nyaman terhadap respon orangtua dengan melaporkan perlakuan yang diterima anaknya terhadap polisi atau pihak yang berwenang (Šléglová & Černá, 2011). Selain itu, tiga strategi *coping* yang terakhir ialah

yang sering digunakan oleh korban. *Avoidance* dilakukan dengan menghindari tekanan dari pelaku *cyberbullying* dengan memblokir akun mereka atau mengacuhkan pesan yang dikirim oleh pelaku melalui beberapa *platform* media sosial (Šléglová & Černá, 2011). Selanjutnya, *defensive strategies* biasanya digunakan dalam bentuk peralihan emosi sebagai dampak dari tekanan yang dirasakan atas perilaku *cyberbullying* dengan mengonsumsi makanan dan fokus pada menggeluti hobi (Šléglová & Černá, 2011). Terakhir, *activity-directed-at-the-aggressor* merupakan reaksi berupa tindakan dalam menghadapi perlakuan dari pelaku *cyberbullying*, sebagaimana melaporkan pada pihak yang berwajib (Šléglová & Černá, 2011).

Sementara menurut Schenk dan Fremouw (2012), strategi *coping* yang dilakukan korban *cyberbullying* dari kalangan mahasiswa adalah menghindari teman, melawan, tidak menghadiri kegiatan atau acara yang mana mereka cenderung menjadi korban *cyberbullying*. Terdapat perbedaan strategi *coping* berdasarkan gender, yang mana laki-laki lebih memilih untuk mengonsumsi alkohol atau narkoba dalam menghadapi perilaku *cyberbullying*, sementara perempuan cenderung menghindari internet atau ponsel mereka (Schenk & Fremouw, 2012). Selain itu, pada penelitian

Na et al. (2015), strategi *coping* diukur dengan menggunakan *Self-Report Coping Scale* (SRCS; Causey & Dubow, 1992) yang terdiri dari *approach coping strategies* (i.e. subskala *problem solving* dan *seeking social support*) dan *avoidance coping strategies* (i.e. yang berupa subskala *cognitive distancing*, *externalizing*, dan *internalizing*) (Causey & Dubow, 1992). Kedua *approach coping strategies* dan *avoidance coping strategies* berkorelasi positif dan signifikan dengan depresi dan kecemasan (Na et al., 2015), sedangkan *avoidance coping strategies* berkorelasi negatif signifikan terhadap *self-esteem* (Na et al., 2015). Kemudian, *approach coping strategies* dan *avoidance coping strategies* berkontribusi secara positif dan signifikan terhadap kecemasan korban *cyberbullying* (Na et al., 2015).

Lanjut, studi literatur yang dilakukan oleh Raskauskas dan Huynh (2015) menemukan bahwa, untuk meningkatkan resiliensi korban *cyberbullying*, strategi *coping* dengan mencari dukungan sosial dan solusi teknologi. Dalam kajian tersebut, mencari dukungan sosial biasanya dengan menceritakan pengalaman yang tidak menyenangkan atau meminta saran kepada orangtua, guru/dosen, teman, dan beberapa staf pendidikan (Raskauskas & Huynh, 2015). Di sisi lain, strategi *coping* dengan memanfaatkan penggunaan teknologi ialah

dengan mengubah nama akun media sosial dan nomor ponsel, menghapus pertemanan, dan memblokir pesan atau akun dari pelaku *cyberbullying* (Juvonen & Gross, 2008 dalam Raskauskas & Huynh, 2015).

Berdasarkan pada pemaparan sebelumnya, dukungan sosial mempunyai peran yang signifikan terhadap *coping* korban *bullying* (Topcu, 2014). Dukungan sosial yang paling penting ialah dukungan yang bersumber dari keluarga, terutama orangtua (Šléglová & Černá, 2011). Sementara di penelitian Topcu (2014), dukungan sosial menjadi faktor yang memengaruhi strategi *coping* korban *bullying*, salah satu dari beberapa penelien sebagaimana penelitian Šléglová dan Černá (2011) menjadi salah satu bagian dari strategi *coping* korban *cyberbullying*. Hal itu disebabkan korban *bullying* mendapatkan dukungan secara emosi dengan meminta saran dan menceritakan pengalamannya ketika mendapatkan perlakuan *bullying*.

Perbedaan antara *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* terletak pada adanya pertemuan (*face-to-face*), keterbukaan identitas, dan media komunikasi. Apabila pada *face-to-face bullying*, korban *face-to-face bullying* bisa menghindari dirinya untuk bertemu dengan pelaku (Newman et al., 2011), sementara untuk korban *cyberbullying*, mereka tidak bertemu secara langsung,

sehingga strategi *coping* dalam hal menghindari adalah dengan memblokir kontak pelaku, menghapus pesan pelaku, dan tidak membaca pesan dari pelaku (Davis et al., 2014; Machackova et al., 2013).

Penelitian ini hanya tertuju pada kajian literatur yang hanya berkaitan dengan strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*. Dari 35 artikel yang telah diperoleh, kami melakukan batasan penelitian dengan beberapa spesifikasi. Yang pertama adalah 35 artikel/ penelitian yang diperoleh hanya terdapat 15 penelitian yang dikaji. Pembagian pembahasan 15 studi yang dikaji, lima studi menjelaskan strategi *coping* bagi korban *face-to-face bullying*, tiga studi yang menjabarkan strategi *coping* bagi korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*, dan tujuh studi yang mengupas strategi *coping* bagi korban *cyberbullying*.

Partisipan penelitian pada penelitian ini adalah individu yang tengah mengenyam pendidikan sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Strategi *coping* yang dipelajari hanya dari perspektif korban, tidak berdasarkan pada perspektif teman korban, orang tua korban, maupun guru/ dosen korban *bullying*.

Temuan pada penelitian strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* ke depannya bisa menjadi masukan untuk praktisi pendidikan, seperti psikolog pendidikan dan konselor pendidikan.

Psikolog dan konselor pendidikan, dengan adanya hasil pada penelitian ini, bisa membuat program intervensi, baik untuk guru, orang tua, maupun siswa. Dukungan sosial mempunyai peran yang penting untuk strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* (Tenenbaum et al., 2011; Davis et al., 2014; Paul et al., 2012; Topcu, 2014; Machackova et al., 2013; Šléglová dan Černá, 2011). (1) Bagi guru, mengacu pada hasil studi di atas, hendaknya terdapat program intervensi, agar mengurangi dan mencegah adanya perilaku dan tindakan *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* di lingkungan sekolah, mengingat guru memegang otoritas di kelas. (2) Bagi orang tua, sebagaimana telah dijelaskan, bahwa dukungan yang sangat penting merupakan dukungan dari keluarga, khususnya orang tua. Diharapkan, praktisi pendidikan memberikan program intervensi yang menekankan pada aspek kelekatan orang tua dan anak, pola asuh yang hangat, dan dukungan emosi. (3) Bagi siswa, program intervensi bertujuan untuk saling menghormati dan menghargai sisi 'humanisme' orang lain, sehingga mereka akan memiliki empati, yang diharapkan kepedulian dan empati yang tinggi terhadap teman mampu mengurangi *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* di lingkungan sekolah. (4) Bagi praktisi, Everett, Worthington, dan Schere (2003)

mengemukakan bahwa strategi coping yang tepat mampu meningkatkan kesehatan mental individu. Selain itu, mereka juga memaparkan bahwa strategi coping (e.g. *emotion-based*) meningkatkan resiliensi individu (Everett et al., 2003; Raskauskas & Huynh, 2015). Para praktisi bisa menerapkan beberapa strategi *coping* yang adaptif terhadap korban *bullying* guna meningkatkan resiliensi mereka.

Kesimpulan

Secara garis besar, strategi *coping* yang diterapkan merupakan *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* sebagaimana yang telah dikonsepsikan oleh Folkman dan Lazarus (1985). Perbedaan terdapat pada penerapannya ketika pada situasi daring ataukah luring. Secara detail, adapun penjabarannya ialah (1) strategi *coping* pada korban *face-to-face bullying* menghindari interaksi sosial dengan pelaku *face-to-face bullying*; (2) strategi *coping* pada korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* ialah dengan mengalihkan luapan emosi yang diakibatkan oleh *bullying* pada hal yang menjadi minat, bakat, dan *passion* mereka, dan korban akan melaporkan pelaku pada pihak yang memegang otoritas atas perilaku *bullying*; dan (3) strategi *coping* pada korban *cyberbullying* ialah melalui upaya korban dalam menghindari pelaku sebagaimana memblokir akun pelaku, melaporkan pada admin media sosial,

menghapus pesan pelaku yang tidak menyenangkan. Demikian, perbedaan strategi *coping* terdapat pada penggunaan media, apakah secara langsung melalui interaksi sosial ataukah melalui media teknologi.

Saran

Penelitian ini memberikan wawasan terhadap perkembangan penelitian *bullying*, sehingga berdasarkan pada temuan penelitian ini terdapat beberapa poin yang bisa digunakan untuk melanjutkan penelitian terkait *bullying*. Poin pertama, penelitian selanjutnya fokus pada penelusuran lebih lanjut terkait strategi *coping* yang adaptif dan maladaptive. Hal ini guna meningkatkan kesehatan mental korban. Poin kedua, penelitian selanjutnya bisa berupa penelitian survei dengan prediktor dukungan sosial terhadap kecemasan dan tingkat depresi korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*. Hasil skor mean yang paling tinggi dari dukungan sosial berkontribusi terhadap program intervensi ke depannya.

Selain itu, penelitian selanjutnya bisa membandingkan tingkat kecemasan dan depresi antara korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying*. Perbedaan skor mean tingkat kecemasan dan depresi antara korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* selanjutnya sebagai assesmen terhadap perbedaan program intervensi yang akan

diberikan kepada siswa yang mengalami *bullying*.

Penelitian Schenk dan Fremouw (2012) yang dilakukan di USA menemukan terdapat perbedaan strategi *coping* antara siswa laki-laki dan perempuan ketika mereka mendapatkan perlakuan *cyberbullying*. Penelitian selanjutnya, bisa membandingkan perbedaan jenis kelamin strategi *coping* pada korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* dalam konteks Indonesia.

Poin terakhir, kami mengkaji studi strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* yang dilakukan di USA, UK, Belanda, dan lain sebagainya. Studi selanjutnya bisa membandingkan strategi *coping* korban *face-to-face bullying* dan *cyberbullying* individu yang tinggal di kota dan yang berada di daerah pedesaan. Hal tersebut mengingat Indonesia merupakan negara yang multikultur, sehingga strategi *coping* setiap etnis bisa berbeda-beda sesuai dengan nilai dan kepercayaan pada masing-masing budaya dan etnis.

Kepustakaan

- Accordino, D. B., & Accordino, M. P. (2011). An exploratory study of face-to-face and cyberbullying in sixth grade students. *American Secondary Education*, 14-30. Retrieved from <https://www.jstor.org/stable/23100411>.
- Apriyani, T. (2010, Juni 06). Kasus bullying dan penanganannya di Indonesia. *Suara.com*. retrieved from <https://www.suara.com/yoursay/2020/03/24/133301/kasus-bullying-dan-penanganannya-di-indonesia>.
- Arseneault, L., Bowes, L., & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: 'Much ado about nothing'? *Psychological Medicine*, 40(5), 717-729. DOI: 10.1017/S0033291709991383.
- Boulton, M. J. (2013). Associations between adults' recalled childhood bullying victimization, current social anxiety, coping, and self-blame: evidence for moderation and indirect effects. *Anxiety, Stress & Coping*, 26(3), 270-292. <http://dx.doi.org/10.1080/10615806.2012.662499>.
- Bungin, B. (2007). *Penelitian kualitatif: Komunikasi, ekonomi, kebijakan publik, dan ilmu sosial lainnya*. Jakarta: Kencana.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>.
- Causey, D. L., & Dubow, E. F. (1992). Development of a self-report coping

- measure for elementary school children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(1), 47–59. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2101_8.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87–127. doi: 10.1037/0033-2909.127.1.87.
- Creswell, J. W. (2008). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. New Jersey, NJ: Prentice Hall.
- D’Haenens, L., Vandoninck, S., & Donoso, V. (2013). *How to cope and build online resilience?* 1-15. Retrieved from [http://eprints.lse.ac.uk/48115/1/How%20to%20cope%20and%20build%20online%20resilience%20\(lsero\).pdf](http://eprints.lse.ac.uk/48115/1/How%20to%20cope%20and%20build%20online%20resilience%20(lsero).pdf).
- David-Ferdon, C., & Hertz, M. F. (2009). Electronic Media and Youth Violence: A CDC Issue Brief for Researchers. *Centers for Disease Control and Prevention*. Retrieved from <https://eric.ed.gov/?id=ED511647>.
- DeSmet, A., Rodelli, M., Walrave, M., Soenens, B., Cardon, G., & De Bourdeaudhuij, I. (2018). Cyberbullying and traditional bullying involvement among heterosexual and non-heterosexual adolescents, and their associations with age and gender. *Computers in Human Behavior*, 83, 254-261. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.010>
- Didjen, R., Scholte, R. H., Korzilius, H., De Moor, J. M., Vermeulen, A., O’Reilly, M., ... & Lancioni, G. E. (2009). Cyberbullying among students with intellectual and developmental disability in special education settings. *Developmental Neurorehabilitation*, 12(3), 146-151. DOI: 10.1080/17518420902971356.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: A study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170. doi: 10.1037/0022-3514.48.1.150.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York, NY: Bantam Books.
- Gudenkauf, L. M., Clark, M. M., Novotny, P. J., Piderman, K. M., Ehlers, S. L., Patten, C. A., ... & Yang, P. (2019). Spirituality and Emotional Distress Among Lung Cancer Survivors. *Clinical Lung Cancer*, 20(6), e661-e666. <https://doi.org/10.1016/j.clcc.2019.06.015>

- Hamdi, I. (2017, Juli 22). 7 fakta di balik kasus bullying Gunadarman. *Tempo.co*. retrieved from <https://metro.tempoco.com/read/893518/7-fakta-di-balik-kasus-bullying-gunadarma/full&view=ok>.
- Harcourt, S., Jasperse, M., & Green, V. A. (2014, June). "We were sad and we were angry": A systematic review of parents' perspectives on bullying. *In Child & Youth Care Forum*, 43 (3), 373-391. New York, NY: Springer US. <https://doi.org/10.1007/s10566-014-9243-4>.
- Hertinjung, W. S., & Susilowati, S. (2014). Profil Kepribadian Siswa Korban Bullying. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(1). <https://doi.org/10.14421/jpsi.2014.%25x>.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (Juli, 20, 2016). *Rincian data kasus berdasarkan klaster perlindungan anak, 2011-2016*. Retrieved from <http://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-per-tahun/rincian-data-kasus-berdasarkan-klaster-perlindungan-anak-2011-2016>.
- Lazarus, R., S., & Folkman., S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York, NY: Springer.
- Low, S., & Espelage, D. (2013). Differentiating cyber bullying perpetration from non-physical bullying: Commonalities across race, individual, and family predictors. *Psychology of Violence*, 3(1), 39. doi: 10.1037/a0030308.
- Machmutow, K., Perren, S., Sticca, F., & Alsaker, F. D. (2012). Peer victimisation and depressive symptoms: can specific coping strategies buffer the negative impact of cybervictimisation? *Emotional and Behavioural Difficulties*, 17(3-4), 403-420. DOI: 10.1080/13632752.2012.704310.
- Miller, P., H. (2011). *Theories of developmental psychology* (4th ed.). New York, NY: Catherine Woods.
- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G., & Runions, K. C. (2014). Bullying prevalence across contexts: A meta-analysis measuring cyber and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 55(5), 602-611. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.06.007>.
- Neary, A., & Joseph, S. (1994). Peer victimization and its relationship to self-concept and depression among schoolgirls. *Personality and Individual Differences*, 16(1), 183-186. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90122-8](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90122-8).

- Nixon, C. L., Jairam, D., Davis, S., Linkie, C. A., Chatters, S., & Hodge, J. J. (2019). Effects of Students' Grade Level, Gender, and Form of Bullying Victimization on Coping Strategy Effectiveness. *International Journal of Bullying Prevention*, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s42380-019-00027-5>.
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and post-traumatic stress symptoms following a natural disaster: The 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 115-121. doi: 10.1037/0022-3514.61.1.115.
- Olweus, D. (1994). Annotation: Bullying at school: Basic facts and effects of a school based intervention program. *Journal of Child Psychology & Psychiatry & Allied Disciplines*, 35(7), 1171-1190. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1994.tb01229.x>.
- Olweus, D. (1999). Sweden. *The nature of school bullying: A cross-national perspective*. London & New York: Routledge.
- Ortega, R., Elipe, P., Mora-Merchán, J. A., Genta, M. L., Brighi, A., Guarini, A., & Tippett, N. (2012). The emotional impact of bullying and cyberbullying on victims: a European crossnational study. *Aggressive behavior*, 38(5), 342-356. <https://doi.org/10.1002/ab.21440>.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2014). *Experience human development* (13th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Ramirez, O. (2013). Survivors of school bullying: A collective case study. *Children & Schools*, 35(2), 93-99. <https://doi.org/10.1093/cs/cdt001>.
- Raskauskas, J., & Huynh, A. (2015). The process of coping with cyberbullying: A systematic review. *Aggression and violent behavior*, 23, 118-125. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.019>
- Sittichai, R., & Smith, P. K. (2018). Bullying and cyberbullying in Thailand: coping strategies and relation to age, gender, religion and victim status. <http://dx.doi.org/10.7821/naer.2018.1.254>
- Smith, J. A., & Shinebourne, P. (2012). Interpretative phenomenological analysis. In H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf, & K. J. Sher (Eds.), *APA handbooks in psychology®. APA handbook of research methods in psychology, Vol. 2. Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological* (p. 73-82). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/13620-005>.

- Smith, P. K., del Barrio, C., & Tokunaga, R. (2012). Definitions of bullying and cyberbullying: How useful are the terms? In S. Bauman, D. Cross, & J. Walker (Eds.), *Principles of cyberbullying research: Definition, measures, and methods* (29–40). Philadelphia, PA: Routledge.
- Syah, R., & Hermawati, I. (2018). Upaya pencegahan kasus cyberbullying bagi remaja pengguna media sosial di Indonesia. *Jurnal Penelitian Kesejahteraan Sosial*, 17(2), 131-146. Retrieved from <https://ejournal.kemsos.go.id/index.php?journal=jpks&page=article&op=view&path%5B%5D=1473>.
- Topçu, Ç. İ. Ğ. D. E. M. (2014). *Modeling the relationships among coping strategies, emotion regulation, rumination, and perceived social support in victims of cyber and traditional bullying*. Yayınlanmamış doktora tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara. Retrieved from <http://etd.lib.metu.edu.tr/upload/12618232/index.pdf>.
- United Nations Emergency Children's Fund Indonesia. (2011). Home. Retrieved from <https://www.unicef.org/indonesia/id/>.
- United Nations Emergency Children's Fund. (2016). *Laporan tahunan Indonesia 2015*. Jakarta: UNICEF Indonesia.
- Völlink, T., Bolman, C. A. W., Eppingbroek, A., & Dehue, F. (2013). Emotion-focused coping worsens depressive feelings and health complaints in cyberbullied children. *Journal of Criminology*, 2013. Retrieved from <https://web.a.ebscohost.com/abstract?direct=true&profile=ehost&scope=site&authtype=crawler&jrnl=20907753&AN=96365640&h=c6jZaiKDdF2RUOPJdL4aOOGLzAZ6zbu%2fSZEQWnl%2bLH%2bkEjJdrtMSta4LaWRshZdXEIVy2oIhStjm9UcHu4%2bEeg%3d%3d&crl=c&resultNs=AdminWebAuth&resultLocal=ErrCrlNotAuth&crlhashurl=login.aspx%3fdirect%3dtrue%26profile%3dehost%26scope%3dsite%26authtype%3dcrawler%26jrnl%3d20907753%26AN%3d96365640>.
- Willard, N. (2003). Off-campus, harmful online student speech. *Journal of School Violence*, 2(1), 65-93. DOI: 10.1300/J202v02n01_04.
- Wilton, M. M., Craig, W. M., & Pepler, D. J. (2000). Emotional regulation and display in classroom victims of bullying: Characteristic expressions of affect, coping styles and relevant contextual factors. *Social Development*, 9(2), 226-

245. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00121>.

Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology & Health, 19*(3), 385-405.
<https://doi.org/10.1080/0887044042000196674>.

Lampiran 1. **Studi Literatur**

- [1] Boulton, M. J. (2013). Associations between adults' recalled childhood bullying victimization, current social anxiety, coping, and self-blame: evidence for moderation and indirect effects. *Anxiety, Stress & Coping, 26*(3), 270-292.
<http://dx.doi.org/10.1080/10615806.2012.662499>.
- [2] Davis, K., Randall, D. P., Ambrose, A., & Orand, M. (2015). 'I was bullied too': stories of bullying and coping in an online community. *Information, Communication & Society, 18*(4), 357-375. doi: 10.1080/1369118X.2014.952657.
- [3] Garnefski, N., & Kraaij, V. (2014). Bully victimization and emotional problems in adolescents: Moderation by specific cognitive coping strategies? *Journal of Adolescence, 37*(7), 1153-1160.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.07.005>.
- [4] Machackova, H., Cerna, A., Sevcikova, A., Dedkova, L., & Daneback, K. (2013). Effectiveness of coping strategies for victims of cyberbullying. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 7*(3). doi:10.5817/CP2013-3-5.
- [5] Na, H., Dancy, B. L., & Park, C. (2015). College student engaging in cyberbullying victimization: Cognitive appraisals, coping strategies, and psychological adjustments. *Archives of Psychiatric Nursing, 29*(3), 155-161.
<https://doi.org/10.1016/j.apnu.2015.01.008>.
- [6] Newman, M. L., Holden, G. W., & Delville, Y. (2011). Coping with the stress of being bullied: Consequences of coping strategies among college students. *Social Psychological and Personality Science, 2*(2), 205-211. doi: 10.1177/1948550610386388.
- [7] Parris, L., Varjas, K., Meyers, J., & Cutts, H. (2012). High school students' perceptions of coping with cyberbullying. *Youth & Society, 44*(2), 284-306. doi: 10.1177/0044118X11398881.

- [8] Paul, S., Smith, P. K., & Blumberg, H. H. (2012). Comparing student perceptions of coping strategies and school interventions in managing bullying and cyberbullying incidents. *Pastoral Care in Education, 30*(2), 127-146.
<http://dx.doi.org/10.1080/02643944.2012.679957>.
- [9] Raskauskas, J., & Huynh, A. (2015). The process of coping with cyberbullying: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior, 23*, 118-125.
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.019>.
- [10] Schenk, A. M., & Fremouw, W. J. (2012). Prevalence, psychological impact, and coping of cyberbully victims among college students. *Journal of School Violence, 11*(1), 21-37. DOI: 10.1080/15388220.2011.630310.
- [11] Sesar, K., SIMIC, N., & Sesar, D. (2013). The association between bullying behavior, arousal level, coping strategies and psychological adjustment. *Pedijatrija Danas: Pediatrics Today, 9*(1). doi: 10.5457/p2005-114.68.
- [12] Šléglová, V., & Cerna, A. (2011). Cyberbullying in adolescent victims: Perception and coping. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 5*(2). retrieved from <http://cyberpsychology.eu/view.php?cisloclanku=2011121901&article=4>.
- [13] Tenenbaum, L. S., Varjas, K., Meyers, J., & Parris, L. (2011). Coping strategies and perceived effectiveness in fourth through eighth grade victims of bullying. *School Psychology International, 32*(3), 263-287. doi: 10.1177/0143034311402309.
- [14] Topçu, Ç. İ. Ğ. D. E. M. (2014). *Modeling the relationships among coping strategies, emotion regulation, rumination, and perceived social support in victims of cyber and traditional bullying*. (Doctoral dissertation). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara. Retrieved from ProQuest Dissertation and Theses.
- [15] Völlink, T., Bolman, C. A., Dehue, F., & Jacobs, N. C. (2013). Coping with cyberbullying: Differences between victims, bully-victims and children not involved in bullying. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 23*(1), 7-24. doi: 10.1002/casp.2142.