

Online Disinhibition Effect dan Cyberbullying Pada Pengguna Media Sosial

Nursa'bania¹, Triyo Utomo²

^{1,2} Prodi Psikologi, FISIB, Universitas Trunojoyo Madura, Jl. Telang PO BOX 02 Kamal, Bangkalan, Indonesia

Email : 210541100107@student.trunojoyo.ac.id

Abstract

The difference in behavior displayed in the real world and the virtual world is a phenomenon that is often encountered today. Online disinhibition effect is a condition when individuals are more comfortable expressing themselves when in cyberspace. Misuse of social media can cause someone to engage in negative behavior such as cyberbullying. This research aims to find out about the online disinhibition effect and cyberbullying on social media users. This research uses literature review to obtain research results. The results show that the online disinhibition effect is related to and has an influence on cyberbullying among social media users.

Keywords: *online disinhibition effect; cyberbullying; social media.*

Abstrak

Perbedaan perilaku yang ditampilkan ketika di dunia nyata dengan dunia maya merupakan fenomena yang sudah banyak ditemui saat ini. *Online disinhibition effect* merupakan kondisi ketika individu lebih nyaman mengekspresikan dirinya ketika berada di dunia maya. Penyalahgunaan media sosial dapat menyebabkan seseorang melakukan perilaku negatif seperti *cyberbullying*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang *online disinhibition effect* dan *cyberbullying* pada pengguna media sosial. Penelitian ini menggunakan kajian literatur untuk memperoleh hasil penelitian. Hasil menunjukkan bahwa *online disinhibition effect* berkaitan dan memiliki pengaruh terhadap *cyberbullying* pada pengguna media sosial.

Kata kunci: *online disinhibition effect; cyberbullying; media sosial.*

PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi sangatlah pesat, dan salah satu yang paling berkembang ialah teknologi di bidang informasi dan komunikasi. Internet merupakan salah satu teknologi pada bidang informasi dan komunikasi yang paling banyak digunakan dan menjadi penunjang kebutuhan hidup manusia sehari-hari. Survey yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) diketahui bahwa penggunaan internet pada tahun 2024 yaitu sebesar 79,5%, yang mana angka tersebut meningkat dibandingkan tahun 2023 yaitu 78,19%. APJII (2024) juga melaporkan bahwa alasan paling tinggi seseorang menggunakan internet yaitu untuk mengakses media sosial dan mencari informasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa media sosial menjadi media internet yang paling banyak digunakan.

Kemudian, data Statistik We Are Social juga mencatat bahwa pada Januari 2024 pengguna media sosial di Indonesia sekitar 49,9% dari total populasi Indonesia. Jumlah tersebut menunjukkan bahwa setengah masyarakat Indonesia mengakses media sosial seperti WhatsApp, Facebook, Instagram, Tiktok, Twitter, LinkedIn, dan lainnya dalam kehidupan sehari-hari. Cahyono (2016) mengatakan bahwa media sosial mengajak siapapun yang tertarik untuk berpartisipasi memberikan *feedback*, memberi komentar, serta membagi informasi dalam waktu yang cepat dan tak terbatas.

Kemudahan akses media sosial pada saat ini membuat pengguna media sosial berasal dari segala kalangan umur dan golongan. Wegge (dalam Farikhah, 2021) mengatakan bahwa media sosial memberikan peluang yang positif bagi penggunanya untuk menjalin hubungan pertemanan yang lebih intim, membentuk identitas dan karakter, serta memiliki kesempatan ikut berpartisipasi dalam politik. Namun selain digunakan untuk hal-hal positif, media sosial juga menjadi perantara seseorang untuk bertindak secara bebas seperti *cyberbullying*. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Mutma (2019) bahwa media sosial memiliki peran dalam mendukung terjadinya *cyberbullying*.

Willard (2007) mengatakan bahwa *cyberbullying* merupakan suatu perilaku untuk menyakiti dengan mengirimkan atau mengunggah teks dan gambar berbahaya dengan menggunakan internet atau perangkat komunikasi digital lainnya. Hingga saat ini, masih banyak *cyberbullying* yang dilakukan di media sosial. Salah satu contohnya yaitu kejadian ketika Timnas Indonesia melawan Bahrain pada 10 Oktober 2024, dimana wasit pertandingan saat itu Ahmed Al Kaf memutuskan hasil pertandingan di menit ke 99. Padahal seharusnya pertandingan selesai di menit 96. Hal tersebut membuat geram masyarakat Indonesia sehingga melakukan *cyberbullying* terhadap wasit Ahmed Al Kaf dalam bentuk ujaran kebencian di media sosial, spam, dan penyebaran informasi pribadi.

Cyberbullying dapat menimbulkan dampak negatif terhadap korban. Hinduja dan Patchin dalam Ni'mah (2023) mengatakan dampak negatif *cyberbullying* terhadap korban yaitu menjadi lebih cenderung mengalami kecemasan, stress, dan depresi. Hal tersebut menunjukkan bahwa *cyberbullying* berpengaruh terhadap kondisi psikologis korban. Meskipun saat ini sudah banyak informasi terkait *cyberbullying*, namun masih tidak mengurangi terjadinya *cyberbullying*. Salah satu faktor yang mempengaruhi *cyberbullying* yaitu media sosial dan anonimitas (Adawiyah, 2019). Adanya kebebasan akses media sosial dan interaksi yang tidak secara langsung bertatap muka dengan orang lain membuat seseorang merasa lebih leluasa dalam melakukan perilaku yang tidak dapat mereka lakukan di dunia nyata. Suler (2004) mengatakan bahwa sebagian individu lebih sering mengekspresikan diri mereka saat berada di dunia maya dibanding ketika di dunia nyata. Perbedaan tersebut dikarenakan ketika berada di dunia maya, individu merasa tidak mendapatkan konsekuensi secara langsung saat berinteraksi dengan orang lain. Sehingga

media sosial dapat menjadi salah satu cara individu untuk memisahkan perilakunya di dunia maya dan dunia nyata.

Perbedaan perilaku individu di dunia maya dan dunia nyata disebut *Online Disinhibition Effect* (ODE). Menurut Suler (2004) *online disinhibition effect* yaitu suatu ketidakmampuan seseorang dalam mengendalikan perilaku, pikiran, atau perasaan yang dimilikinya dan terjadi secara online atau di media sosial. Suler (2004) membagi *online disinhibition effect* menjadi dua yaitu *benign disinhibition* dan *toxic disinhibition*. *Benign disinhibition* yaitu ketika individu lebih terbuka di dunia maya dengan tindakan kebaikan dan melakukan hal positif. Sedangkan *toxic disinhibition* yaitu ketika individu bersifat lebih agresif di dunia maya sehingga melakukan tindakan negatif seperti *cyberbullying*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *online disinhibition effect* terhadap *cyberbullying*. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Zahrotunnisa dan Hijrianti (2019) mengatakan bahwa *online disinhibition effect* berkontribusi sebesar 30,4% terhadap *cyberbullying*.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti ingin mengetahui mengenai *online disinhibition effect* dan *cyberbullying* pada pengguna media sosial. Hal ini diharapkan dapat memberikan manfaat wawasan bagi pengguna media sosial sehingga dapat mengurangi perilaku *cyberbullying*.

METODE

Penyusunan artikel ini dilakukan dengan menggunakan kajian literatur yang diperoleh dari berbagai sumber. Pencarian literatur dibatasi hanya pada penelitian pada tahun 2019-2024. Dalam mengumpulkan literatur, kata kunci yang digunakan yaitu “*online disinhibition effect*”, “*cyberbullying*”, dan “media sosial”. Adapun kriteria yang digunakan dalam pencarian literatur yaitu sebagai berikut: (1) Memuat hasil penelitian terkait *online disinhibition effect* dan *cyberbullying* (2) Penelitian dilakukan pada pengguna media sosial (3) Penelitian dilakukan pada rentang tahun 2019-2024. Berdasarkan kriteria didapatkan lima penelitian yang memenuhi syarat. Ke lima penelitian tersebut memiliki subjek remaja atau mahasiswa yang menggunakan media sosial.

HASIL

Berdasarkan daftar literatur yang sesuai dengan kriteria dalam kajian ini, maka berikut hasil ringkasan dari literatur mengenai *online disinhibition effect* dan *cyberbullying* pada pengguna media sosial.

Tabel 1. Daftar Ringkasan Kajian Literatur

No	Peneliti (Tahun)	Judul	Subjek
1.	Aida Zahrotunnisa & Udi Rosida Hijrianti (2019)	<i>Online Disinhibition Effect</i> dan Perilaku <i>Cyberbullying</i>	214 Mahasiswa
2.	Lin Wang & Steven Sekyung Ngai (2020)	<i>The Effect of Anonymity, Invisibility, Asynchrony, and Moral Disengagement on Cyberbullying Perpetration Among School-aged Children in China</i>	1103 Remaja
3.	Luluk Farikhah (2021)	Pengaruh Kecerdasan Emosi dan <i>Online Disinhibition Effect</i> Terhadap Perilaku <i>Cyberbullying</i> pada Mahasiswa Fakultas Psikologi 2017 & 2018 UIN Malang	91 Mahasiswa
4.	Meylinda Tiffany Raihan Putri (2023)	Hubungan <i>Online Disinhibition Effect</i> dengan <i>Cyberbullying</i> Pada Remaja Penggemar K-Pop	272 Remaja
5.	Annisa Asy Syakira, dkk. (2024)	<i>The Effect of Moral Disengagement and Online Disinhibition Effect on Cyberbullying in Adolescent Social Media User</i>	384 Remaja

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zahrotunnisa dan Hijrianti (2019) diketahui bahwa *online disinhibition effect* memiliki hubungan positif dengan *cyberbullying*. Hubungan positif berarti semakin tinggi *online disinhibition effect* maka semakin tinggi pula perilaku *cyberbullying*. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Farikhah (2021) dan Putri (2023) bahwa *online disinhibition effect* memiliki hubungan positif dengan *cyberbullying*. Selain terbuktinya bahwa kedua variabel tersebut berhubungan, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa *cyberbullying* dipengaruhi oleh *online disinhibition effect*. Zahrotunnisa & Hijrianti (2019) mengatakan bahwa *online disinhibition effect* memiliki sumbangan efektif sebesar 30.4% terhadap *cyberbullying*. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Farikhah (2021)

menemukan bahwa *online disinhibition effect* hanya memiliki sumbangan 10.5% terhadap *cyberbullying*. Pada kedua penelitian tersebut menunjukkan perbedaan persentase sumbangan *online disinhibition effect* terhadap *cyberbullying*. Namun, meskipun terdapat perbedaan hasil sumbangan efektif hal tersebut tetap menunjukkan bahwa *online disinhibition effect* mempengaruhi *cyberbullying* pada pengguna media sosial.

Kemudian penelitian Putri (2023) dan Syakira, dkk. (2024) menunjukkan adanya variabel lain yang dapat berpengaruh terhadap *cyberbullying*. Variabel tersebut yaitu kecerdasan emosi dan *moral disengagement*. Hasil penelitian Putri (2023) menunjukkan bahwa kecerdasan emosi memiliki hubungan negatif terhadap *cyberbullying*. Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin rendah *cyberbullying*. Kecerdasan emosi merupakan suatu kemampuan seseorang mengenali emosi dirinya dan orang lain. Individu yang memiliki kecerdasan emosi yang baik dapat mengelola, menilai, dan mengontrol emosi yang dirasakan.

Selain itu, Wang dan Ngai (2020) melakukan penelitian terhadap *anonymity*, *invisibility*, *asynchrony*, dan *moral disengagement* terhadap *cyberbullying*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *anonymity*, *invisibility*, *asynchrony*, dan *moral disengagement* menunjukkan hubungan yang positif terhadap *cyberbullying*. Pada penelitian yang dilakukan Wang dan Ngai (2020) melibatkan beberapa aspek *online disinhibition effect* yaitu *anonymity*, *invisibility*, dan *asynchrony*.

PEMBAHASAN

Cyberbullying atau biasanya disebut perundungan siber merupakan perilaku menyakiti atau membahayakan seseorang maupun kelompok yang dilakukan secara terus menerus menggunakan perangkat elektronik digital seperti media sosial. Smith (2008) mengatakan bahwa *cyberbullying* merupakan perilaku agresif dan disengaja yang dilakukan oleh seseorang maupun secara kelompok dengan menggunakan alat komunikasi elektronik, dilakukan secara berulang-ulang kepada seorang yang tidak dapat membela dirinya.

Berdasarkan hasil kajian literatur yang dilakukan diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *cyberbullying* yaitu *online disinhibition effect*. Terdapat enam aspek *online disinhibition effect* yaitu *dissociative anonymity*, *invisibility*, *asynchronicity*, *solipsistic introjection*, *dissociative imagination*, dan *minimization of status and authority*. Setiap aspek-aspek tersebut merupakan pembentuk *online disinhibition effect*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Farikhah (2021) diketahui bahwa aspek *dissociative anonymity* merupakan pembentuk utama *online disinhibition effect* dengan persentase sebesar 25%. *Dissociative anonymity* merupakan pemisahan identitas individu di dunia nyata dan dunia maya seperti media sosial. Sehingga di dunia maya individu

menggunakan identitas yang berbeda dengan dirinya di dunia nyata. Anonimitas juga merupakan aspek yang paling banyak dikaitkan dengan *cyberbullying*. Suler (2004) juga mengatakan bahwa anonimitas menjadi salah satu faktor utama yang membentuk *online disinhibition effect*.

Aspek-aspek *online disinhibition effect* ikut berperan dalam penggunaan media sosial. Aspek tersebut dapat membuat mereka melakukan penyalahgunaan media sosial seperti *cyberbullying*. Salah satu contohnya pada aspek *invisibility* atau ketidaktampakan saat berinteraksi melalui media sosial memberikan pengguna kebebasan untuk melakukan sesuatu dengan bebas termasuk tindakan agresif seperti *cyberbullying*. Hasil penelitian yang dilakukan Putri (dalam Farikhah, 2021) mengatakan bahwa intensitas penggunaan media sosial dapat meningkatkan *online disinhibition effect*. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Aini dan Apriana (2018) menemukan bahwa peningkatan intensitas penggunaan media sosial dapat mempengaruhi terjadinya *cyberbullying*. Hal tersebut menunjukkan bahwa media sosial dapat meningkatkan *online disinhibition effect* dan terjadinya *cyberbullying*.

Berdasarkan hasil *review* diketahui bahwa *online disinhibition effect* berkaitan dengan *cyberbullying* pada pengguna media sosial. Kemudian adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu jumlah literatur yang digunakan masih tergolong sedikit.

SIMPULAN

Terdapat lima literatur yang digunakan dalam penelitian ini yang mana membahas *online disinhibition effect* dan *cyberbullying*. Berdasarkan hasil *review* yang dilakukan, diketahui bahwa *online disinhibition effect* berpengaruh terhadap *cyberbullying* pengguna media sosial baik pada remaja maupun pada mahasiswa. Kemudian, penggunaan media sosial dapat meningkatkan *online disinhibition effect* dan *cyberbullying*.

Berdasarkan hasil tersebut, saran peneliti terhadap penelitian selanjutnya yaitu memperbanyak literatur yang digunakan dalam mengkaji *online disinhibition effect* dan *cyberbullying* sehingga dapat memberikan penjelasan lebih dalam dan rinci .

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, S.R. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi *cyberbullying* pada remaja. Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, 398-403
- Aini, K., & Apriana, R. (2018). Dampak *cyberbullying* terhadap depresi pada mahasiswa prodi ners. *Jurnal Keperawatan*, 6(2), 91-97
- APJII (2021). Survei penetrasi internet Indonesia 2024. <https://survei.apjii.or.id/survei/group/9>

- Farikhah, L. (2021). *Pengaruh kecerdasan emosi dan online disinhibition effect terhadap perilaku cyberbullying pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2017 & 2018 UIN Malang* (Skripsi). Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang
- Khairunnisa, R., & Alfaruqy, M.Z. (2022). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan cyberbullying di media sosial twitter pada siswa SMAN 26 Jakarta. *Jurnal Empati*, 11(4), 260-268. doi: 10.14710/empati.0.36471
- Mutma, F. S. (2019). Deskripsi pemahaman cyberbullying di media sosial pada mahasiswa. *Jurnal Komunikasi*, XIII(02), 165-182
- Ni'mah, S.A. (2023). Pengaruh cyberbullying pada kesehatan mental remaja. Prosiding Seminar Nasional Sastra, Bahasa dan Budaya (SEBAYA) ke-23 tahun 2023
- Putri, M.T.R. (2023). *Hubungan online disinhibition effect dengan cyberbullying pada remaja penggemar K-Pop* (Skripsi). Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang
- Syakira, A.A., Rangkuti, R.P., & Yurliani, R. (2024). *The effect of moral disengagement and online disinhibition effect on cyberbullying in adolescent social media users. International Journal of Progressive Sciences and Technologies*, 43(1), 347-353
- Suler, J. (2004). *The online disinhibition effect. CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321-326
- Smith, P., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). *Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376-385. doi: 10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x
- Wang, L., & Ngai, S.S. (2020). *The effects of anonymity, invisibility, asynchrony, and moral disengagement on cyberbullying perpetration among school-aged children in China. Children and Youth Services Review*, 119, 105613. doi:10.1016/j.childyouth.2020.105613
- We Are Social (2024). *Digital 2024: 5 billion social media users.* <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/>
- Willard, N.E. (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress. Research Press*
- Zahrotunnisa, A., & Hijrianti, U.R. (2019). *Online disinhibition effect dan perilaku cyberbullying.* Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Pendidikan 2019