

Modal Sosial Keluarga dalam Mencegah Fenomena Cyber Bullying Remaja

Ruayah

RA Nurul Ilmi Pernalang

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima : 06 Feb 2026

Direvisi : 14 Feb 2026

Diterbitkan : 18 Feb 2026

Kata Kunci:

*Modal Sosial Keluarga,
Cyberbullying, Remaja,
Resiliensi Digital.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran modal sosial (social capital) keluarga dalam mencegah fenomena perundungan siber (cyberbullying) pada remaja. Menggunakan methodology kualitatif dengan pendekatan studi kasus, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi terhadap keluarga yang memiliki anak usia remaja (12–18 tahun) di wilayah urban. Analisis data dilakukan secara interaktif-induktif meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modal sosial keluarga bertindak sebagai perisai tak kasat mata yang membangun resiliensi digital remaja melalui tiga pilar utama. Pertama, pola komunikasi horizontal-dialogis yang menciptakan transparansi digital secara sukarela dari anak. Kedua, rasa saling percaya tanpa syarat (relational trust) yang menyediakan ruang aman bagi remaja untuk mengadu tanpa takut dihakimi atau disalahkan. Ketiga, internalisasi etika dan empati siber melalui keteladanan nyata (modeling) orang tua di media sosial yang berfungsi sebagai rem otomatis dalam kesadaran moral anak. Sinergi elemen-elemen ini membentuk kemandirian ego digital remaja, sehingga mereka mampu menolak tekanan negatif teman sebaya (peer pressure), baik untuk menjadi pelaku maupun korban cyberbullying. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penguatan hubungan domestik keluarga jauh lebih efektif sebagai langkah preventif dibandingkan pendekatan hukum formal.



This is an open access article under the CC BY-NC-SA license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Penulis Korespondensi:

Ruayah

Email: ruayahajal@gmail.com

Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di era digital telah memberikan dampak yang sangat masif, signifikan, sekaligus dilematis terhadap berbagai aspek kehidupan manusia modern. Di satu sisi, digitalisasi menawarkan efisiensi luar biasa yang memudahkan manusia dalam berkomunikasi, memperluas jaringan sosial, meningkatkan kreativitas, serta mengakses informasi dan ilmu pengetahuan tanpa batas ruang dan waktu. Di sisi lain, kebebasan yang terlalu luas di ruang digital ini bertindak bagai pisau bermata dua, memicu berbagai eksese negatif dan permasalahan patologi sosial baru yang kian meresahkan. Salah satu fenomena kenakalan digital yang paling marak,

sistematis, dan mengancam masa depan generasi muda saat ini adalah perundungan dunia maya atau yang lebih dikenal sebagai *cyber bullying*.

Cyber bullying didefinisikan sebagai suatu tindakan intimidasi, agresi sosial, penindasan, atau pemaksaan secara psikologis yang dilakukan secara sengaja, sadar, dan berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok orang melalui pemanfaatan teknologi internet dan perangkat digital untuk menyakiti individu lain yang dianggap lebih lemah. Karakteristik ruang siber memicu hilangnya kendali diri (*online disinhibition effect*) yang membuat para pelaku merasa bebas mengeluarkan kata-kata kasar, memberikan komentar menghina, ujaran kebencian, hingga mengunggah foto atau video tertentu tanpa memikirkan konsekuensi moral dari tindakannya (Suler, 2016). Motif di balik tindakan ini pun sangat beragam, mulai dari sekadar bercanda, mencari perhatian demi meningkatkan eksistensi online, hingga wujud amarah, benci, dan balas dendam (Sartana & Afriyeni, 2017).

Kelompok masyarakat yang paling rentan terlibat dalam pusaran *cyber bullying*, baik sebagai korban maupun pelaku, adalah kalangan remaja. Fase remaja merupakan masa transisi yang kompleks dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang ditandai oleh pertumbuhan fisik yang pesat serta gejolak emosional yang belum stabil. Menurut WHO, fase ini berada pada rentang usia 10–19 tahun, di mana individu secara aktif mulai mencari identitas diri, memperluas penyesuaian diri terhadap lingkungan, dan memiliki dorongan kuat untuk diakui (Putro, 2017; Wulandari, 2014). Di era digital, proses pencarian jati diri ini tidak lagi terbatas pada dunia nyata, melainkan berpindah ke dunia maya. Karena tingkat kematangan proses berpikir dan regulasi emosi mereka belum sempurna, remaja sering kali kurang kritis dan tidak mampu mengelola aktivitas digital secara tepat, sehingga sangat mudah terpapar arus informasi global yang negatif (Natalia, 2016).

Kondisi ini diperparah oleh data penetrasi internet yang luar biasa tinggi di kalangan pelajar. Survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa di antara remaja berusia 13–18 tahun, tingkat penetrasi internet telah mencapai angka fantastis yaitu 99,16% (Lay et al., 2023). Remaja saat ini rata-rata menghabiskan waktu berjam-jam setiap harinya di depan layar *gadget* untuk berinteraksi di berbagai platform media sosial seperti WhatsApp, Instagram, TikTok, dan X. Salah satu media yang paling dominan digunakan adalah WhatsApp, yang menempati posisi teratas sebagai aplikasi pesan instan paling populer dengan tingkat penggunaan mencapai 92,1% di Indonesia (Kemp, 2024). Tingginya intensitas penggunaan gawai yang tidak terkontrol ini berbanding lurus dengan risiko keterlibatan remaja dalam tindak perundungan siber. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) bahkan mencatat tren laporan kasus kekerasan dan *bullying* di media sosial yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Di tingkat lokal, survei empiris terhadap siswa sekolah menengah bahkan menunjukkan mayoritas responden (hingga 88%) mengaku pernah menjadi korban dari kejahatan *cyber bullying*.

Dampak yang ditimbulkan oleh *cyber bullying* terhadap kesehatan fisik dan mental remaja sangatlah destruktif. Remaja yang menjadi korban perundungan maya ini kerap mengalami gangguan psikologis serius seperti stres, kecemasan, rasa tidak aman, depresi, gangguan tidur, hingga penurunan drastis pada semangat belajar dan prestasi akademis (Mawardah & Adiyanti, 2014; Yulietta et al., 2021). Dalam kasus-kasus ekstrem, tekanan mental akibat penindasan siber ini dapat mengancam jiwa korban, memicu perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*), hingga memunculkan keinginan untuk bunuh diri. Selain itu, terdapat bahaya siklus berulang yang dikenal dengan istilah *bully-victim* (Marciano et al., 2020; John et al., 2018), di mana korban yang mengalami trauma dan rasa dendam akibat dipermalukan di dunia maya berpotensi besar berbalik menjadi pelaku *cyber bullying* di kemudian hari untuk meluapkan kekesalannya.

Akar dari maraknya fenomena *cyber bullying* ini sering kali bermuara pada rendahnya literasi digital dan pemahaman etika bermedia sosial di kalangan remaja. Banyak dari mereka tidak memahami batas moral antara bercandaan interpersonal dengan tindakan penindasan yang melanggar hak orang lain. Melalui proses *moral disengagement* (Bandura, 2011), remaja kerap melakukan normalisasi atas kekerasan verbal di grup WhatsApp dengan dalih "hanya sekadar bercanda" sesama teman sebaya. Ketika remaja yang miskin empati berkumpul dalam lingkungan pertemanan (*peer group*) yang permisif terhadap perilaku agresif, tindakan saling mengejek secara

digital akan dianggap sebagai hal lumrah. Oleh karena itu, penanganan masalah ini membutuhkan penguatan karakter, penanaman nilai moral, dan intervensi institusi sosial terdekat.

Dalam konteks sosiologi pendidikan, proses internalisasi nilai dan pembentukan karakter anak dipengaruhi oleh sinergi lingkungan yang oleh Ki Hadjar Dewantara sebut sebagai Tripusat Pendidikan, yang meliputi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Sekolah memang memiliki kapasitas regulatif untuk menanggulangi kenakalan siswa secara preventif maupun represif melalui sosialisasi tata tertib, integrasi pendidikan karakter dalam kurikulum, serta bimbingan konseling. Namun, seluruh usaha yang dirancang oleh pihak sekolah tidak akan berjalan secara optimal tanpa adanya dukungan fundamental dari fondasi sosial yang paling pertama dan utama, yaitu lingkungan keluarga. Keluarga adalah lembaga pertama di mana pengasuhan, bimbingan nilai-nilai moral, keagamaan, kesopanan, dan kepribadian seorang anak dibentuk sejak dini agar mereka tumbuh dengan ketahanan fisik maupun mental yang baik (Hidayati, 2016).

Sebagai unit terkecil dalam masyarakat, keluarga memegang peranan krusial sebagai benteng pertahanan utama anak dari pengaruh negatif dunia luar melalui kepemilikan potensi kolektif yang disebut modal sosial (*social capital*). Secara teoretis, konsep modal sosial merujuk pada kekuatan kolektif yang lahir dari jaringan hubungan sosial, rasa saling percaya (*trust*), pemahaman bersama, serta kepatuhan pada nilai-nilai dan norma-norma sosial yang dianut secara konsisten dalam suatu kelompok. Ketika modal sosial dalam institusi keluarga dikembangkan dan didayagunakan secara optimal, ia akan bertindak sebagai instrumen penyelesaian masalah, kontrol sosial internal, dan pencegah perilaku menyimpang pada diri anak. Modal sosial keluarga ini mengejawantah melalui kualitas hubungan emosional, tingkat pengawasan, serta efektivitas pola komunikasi yang dibangun antara orang tua dan anak dalam kehidupan sehari-hari.

Sayangnya, realitas di era digital menunjukkan bahwa modal sosial dalam banyak keluarga mulai mengalami pengikisan akibat kesenjangan pemahaman teknologi. Banyak orang tua yang tidak mengetahui secara spesifik aktivitas digital anak mereka di platform seperti WhatsApp. Kurangnya pengawasan (*lack of parental supervision*), komunikasi yang kaku penuh jarak, serta pola asuh yang tidak tepat terbukti berimplikasi langsung terhadap meningkatnya risiko keterlibatan remaja dalam tindakan menyimpang di ruang siber (Atmojo et al., 2021). Anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang miskin modal sosial akan kehilangan kontrol sosial internal, sehingga mereka menjadi sangat impulsif dan mudah meniru perilaku negatif yang mereka saksikan di jagat maya.

Dinamika ini sangat dipengaruhi oleh bagaimana pola komunikasi keluarga diimplementasikan. Secara empiris, terdapat tiga pola komunikasi keluarga yang memberikan implikasi berbeda terhadap pembentukan karakter digital remaja, yaitu pola permisif, otoriter, dan demokratis. Keluarga dengan pola komunikasi permisif cenderung memberikan kebebasan mutlak tanpa batas dan tanpa aturan yang konsisten kepada anak. Hal ini mengakibatkan anak tumbuh tanpa regulasi diri yang matang (*self-regulation*) dan rentan menyalahgunakan gawai untuk tindakan perundungan siber. Sebaliknya, pola komunikasi otoriter yang kaku, searah, dan menekankan kepatuhan buta tanpa ruang dialog justru memicu agresivitas tersembunyi pada anak. Anak dari keluarga otoriter cenderung meluapkan tekanan emosionalnya di media sosial dengan cara meniru gaya interaksi dominan-kontrol yang keras dan menghakimi orang lain demi menegaskan eksistensi online mereka.

Di antara ketiga pola tersebut, pola komunikasi demokratis menonjol sebagai perwujudan modal sosial keluarga yang paling ideal dan efektif sebagai faktor protektif terhadap *cyber bullying*. Pola demokratis menciptakan lingkungan komunikasi dua arah yang hangat, partisipatif, reflektif, dan terbuka, di mana anak diberikan kebebasan berekspresi namun tetap dalam koridor batasan tanggung jawab yang jelas yang ditetapkan orang tua. Melalui pola komunikasi yang berbasis pada dialog terbuka dan penuh pengertian ini, rasa saling percaya (*trust*) antara orang tua dan anak akan terjalin kuat, sehingga anak merasa aman untuk membagikan pengalaman digital mereka, baik yang positif maupun negatif. Pola komunikasi demokratis terbukti secara signifikan mampu melatih kemampuan anak untuk mengelola emosi, berpikir kritis, serta menumbuhkan empati sosial yang tinggi. Nilai

empati inilah yang menjadi modal utama remaja untuk menyaring informasi, menghargai perbedaan, dan menahan diri dari perilaku zalim siber di ruang publik digital.

Mengingat kompleksnya multidimensi penyebab *cyber bullying* yang saling bertautan antara teknologi, pergaulan sebaya, dan dinamika keluarga, maka kajian mengenai pemberdayaan kekuatan internal keluarga menjadi kebutuhan yang sangat mendesak. Keluarga tidak boleh lagi bersikap pasif atau menganggap dunia digital sebagai ranah privat anak yang terisolasi. Melalui penguatan modal sosial yang bertumpu pada kehangatan komunikasi, peningkatan literasi digital orang tua (*digital parenting*), serta pengawasan aktif yang dikombinasikan dengan dialog terbuka, mata rantai perundungan siber di kalangan remaja diharapkan dapat diputus secara efektif dari rumah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam bagaimana peran dan kontribusi nyata dari modal sosial (*social capital*) keluarga dalam membentengi remaja dari fenomena *cyber bullying* di era digital. Dengan membedah dinamika pola komunikasi, penanaman nilai moral, dan pengawasan berbasis keluarga, kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis yang kaya dalam sosiologi komunikasi keluarga serta menawarkan solusi praktis bagi para orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan untuk mewujudkan ekosistem digital yang sehat, aman, humanis, dan bertanggung jawab demi menyelamatkan perkembangan psikologis generasi penerus bangsa.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk eksplorasi mendalam mengenai peran modal sosial keluarga dalam mencegah cyberbullying pada remaja. Pemilihan desain ini bertujuan untuk memahami secara utuh fenomena, makna, dan interaksi subjektif dalam lingkungan domestik yang tidak dapat diukur dengan angka. Penelitian dilakukan di wilayah urban Pemalang, dengan fokus pada keluarga yang memiliki anak usia remaja (12–18 tahun) aktif menggunakan media sosial. Pemilihan informan dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria inklusi meliputi orang tua (ayah/ibu) yang bekerja maupun ibu rumah tangga, serta remaja yang bersedia membagikan pengalaman interaksi digital mereka. Melalui teknik ini, peneliti menetapkan keluarga sebagai informan utama guna mendapatkan variasi data yang kaya dan relevan dengan tujuan penelitian.

Pengumpulan data primer dilakukan melalui tiga teknik utama: wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi. Wawancara mendalam dilakukan secara semi-terstruktur menggunakan panduan wawancara untuk menggali aspek kualitatif modal sosial, seperti pola komunikasi, tingkat kepercayaan (*trust*), pembentukan norma keluarga, serta pengalaman remaja terkait perundungan siber. Observasi partisipatif dilakukan secara pasif terhadap dinamika interaksi sehari-hari anggota keluarga di dalam rumah untuk melihat bagaimana kontrol sosial informal dipraktikkan. Sementara itu, studi dokumentasi mencakup catatan harian, tangkapan layar (*screenshot*) aktivitas digital yang diizinkan oleh informan, serta literatur pendukung. Untuk menjamin keabsahan dan validitas data yang dikumpulkan, peneliti menerapkan teknik triangulasi sumber (membandingkan data hasil wawancara antara anak dan orang tua) serta triangulasi metode (menyilang data wawancara dengan hasil observasi langsung di lapangan).

Proses analisis data dilakukan secara interaktif dan berkelanjutan mengikuti model Miles, Huberman, dan Saldaña, yang terdiri dari tiga tahapan utama: reduksi data, penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi, data mentah dari transkrip wawancara dan catatan lapangan dipilih, difokuskan, dan disederhanakan melalui proses pengodean (*coding*) berdasarkan tema-tema modal sosial keluarga dan mitigasi cyberbullying. Selanjutnya, data yang telah direduksi disajikan dalam bentuk narasi teks ekspositori yang sistematis dan runtut agar hubungan antar-kategori terlihat jelas. Tahap akhir adalah penarikan kesimpulan secara induktif dan verifikasi, di mana peneliti mencari pola, makna, dan penjelasan logis dari data yang disajikan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Seluruh rangkaian metodologi ini dilakukan dengan menjunjung tinggi etika penelitian, termasuk menjaga kerahasiaan identitas informan melalui penggunaan nama samaran (*pseudonym*) serta lembar persetujuan tindakan (*informed consent*).

Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

a. Pola Komunikasi yang Terbuka dan Saling Bercerita Soal Dunia Maya

Temuan pertama yang sangat menonjol di lapangan adalah bentuk dan kualitas jaringan interaksi di dalam rumah. Peneliti menemukan bahwa struktur komunikasi dalam keluarga tidak lagi dapat dipahami sekadar sebagai obrolan rutin, melainkan sebagai sebuah "jaringan pengamanan" yang sengaja dianyam oleh orang tua. Pada keluarga dengan tingkat resiliensi remaja yang tinggi terhadap cyberbullying, pola komunikasi yang terbentuk bersifat horizontal-dialogis, bukan vertikal-instruktif. Orang tua tidak memosisikan diri sebagai interogator, melainkan sebagai mitra diskusi yang setara bagi anak remaja mereka.

Dalam pengamatan di lapangan, ruang makan dan ruang keluarga pada malam hari menjadi lokus krusial di mana jaringan komunikasi ini diaktifkan. Beberapa keluarga informan menerapkan aturan informal yang disebut "screen-free time" atau waktu bebas gawai saat makan bersama atau menjelang tidur. Peraturan informal ini secara mengejutkan membuka sumbat komunikasi yang menyumbat ekspresi remaja. Ketika gawai diletakkan, remaja mulai menceritakan dinamika pertemanan mereka, termasuk hal-hal sepele yang terjadi di media sosial seperti Instagram, TikTok, atau WhatsApp Group kelas mereka.

Dari wawancara bersama informan remaja (misalnya, AR, 15 tahun), terungkap bahwa pola komunikasi yang cair ini memicu apa yang disebut peneliti sebagai "Transparansi Digital Sukarela". AR menceritakan bahwa dia tidak keberatan memperlihatkan kolom komentar atau pesan langsung (Direct Message) di Instagram-nya kepada ibunya, bukan karena dipaksa atau dicurigai, melainkan karena hal itu sudah menjadi bagian dari cerita sehari-hari. "Aku sering nunjukin video TikTok yang lagi rame ke Mama, terus sekalian cerita kalau di kolom komentarnya banyak yang saling ejek. Mama biasanya langsung nanya, 'Kalau di kelasmu ada yang kayak gitu gak?' Dari situ aku ngerasa biasa aja terbuka soal isi HP-ku ke Mama," ujar AR.

Sebaliknya, pada keluarga yang membiarkan pola komunikasi berjalan secara transaksional—di mana orang tua hanya berbicara sebatas menanyakan urusan nilai sekolah atau kebutuhan materi—remaja cenderung membangun tembok pembatas digital (digital wall) yang sangat tebal. Mereka menyembunyikan akun media sosial mereka melalui akun samaran (second account atau alter account) yang sama sekali tidak diketahui oleh orang tua. Akibatnya, segala bentuk interaksi digital, termasuk ketika mereka mulai menerima ejekan atau sindiran daring dari teman sebaya, terkunci rapat di dalam gawai mereka tanpa pernah terdeteksi oleh radar pengawasan orang tua.

Peneliti juga menemukan adanya konsep "Literasi Digital Bersama" (Co-Digital Literacy) dalam jaringan komunikasi keluarga yang sukses memitigasi risiko siber. Orang tua dalam kelompok ini secara aktif mencoba memahami bahasa-bahasa gaul siber, tren meme, dan fitur-fitur aplikasi yang digunakan anak mereka. Ketika orang tua memahami ekosistem digital tersebut, anak merasa "nyambung" untuk berdiskusi. Komunikasi tidak lagi searah berupa khotbah atau larangan kaku, melainkan bimbingan interaktif yang memperhitungkan sudut pandang remaja. Transparansi digital yang lahir dari jaringan komunikasi yang sehat ini menjadi detektor dini yang sangat efektif bagi orang tua untuk membaca tanda-tanda awal jika anak mulai terlibat, baik sebagai korban maupun pelaku perundungan siber.

b. Rasa Saling Percaya Sebagai Tempat Curhat yang Aman Tanpa Takut Dimarahi

Pilar modal sosial kedua yang ditemukan memiliki pengaruh deterministik dalam pencegahan dampak buruk cyberbullying adalah elemen kepercayaan (trust). Dalam konteks sosiologi keluarga, kepercayaan bertindak sebagai pelumas hubungan yang menghilangkan kecurigaan dan rasa takut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa eksistensi kepercayaan di dalam keluarga modern diuji secara nyata pada bagaimana orang tua merespons kesalahan atau masalah digital yang dihadapi oleh anak remaja mereka.

Peneliti menemukan perbedaan mendasar antara "Kepercayaan Bersyarat" (Conditional Trust) dan "Kepercayaan Relasional" (Relational Trust). Pada keluarga yang menerapkan kepercayaan bersyarat, orang tua memberikan fasilitas gawai dengan ancaman: "Kalau nilai turun atau ketahuan macam-macam, HP disita." Pola ini terbukti gagal total dalam melindungi anak dari cyberbullying. Ketika remaja dalam tipe keluarga ini mengalami perundungan siber—misalnya foto mereka diedit secara tidak senonoh atau mereka mendapat makian kolektif di grup WhatsApp—mereka memilih untuk menderita dalam diam. Ketakutan terbesar mereka bukanlah perundungan itu sendiri, melainkan reaksi hukuman (punitive reaction) dari orang tua mereka yang pasti akan menyita gawai mereka atau menyalahkan kecerobohan mereka.

Fenomena sebaliknya ditemukan pada keluarga dengan relational trust yang kuat. Di sini, orang tua berhasil menanamkan keyakinan pada diri anak bahwa "apa pun yang terjadi di luar sana, rumah adalah tempat yang aman untuk pulang, dan orang tua adalah pelindung pertama." Rasa percaya ini dibangun melalui rekam jejak pengasuhan yang tidak menghakimi (non-judgmental environment).

Informan lain, seorang ibu berinisial NY (42 tahun), menjelaskan bagaimana dia sengaja membangun ruang aman ini. Ketika anaknya, seorang remaja putri berinisial FA (16 tahun), menjadi korban sindiran massal (cyberstalking dan cyberbullying) oleh geng sekolahnya karena masalah asmara, FA langsung mendatangi ibunya sambil menangis dan menunjukkan layar ponselnya. "Saya tahan emosi saya saat itu. Saya peluk dia dulu, saya katakan ini bukan salah dia sepenuhnya dan kita akan selesaikan bersama. Saya tidak langsung memarahi atau mengambil HP-nya, karena kalau saya lakukan itu, besok-besok kalau ada masalah yang lebih besar, dia pasti akan menyembunyikannya dari saya," ungkap NY dengan mata berkaca-kaca.

Respons emosional yang terkendali dari orang tua ini memperkuat modal sosial berupa kepercayaan. Hasil observasi menunjukkan bahwa remaja yang memiliki tingkat kepercayaan tinggi kepada orang tuanya menunjukkan tingkat resiliensi psikologis yang jauh lebih stabil saat menghadapi konflik digital. Mereka tidak mencari validasi atau pelarian di ruang siber yang destruktif karena kebutuhan emosional mereka akan pengakuan, rasa aman, dan perlindungan telah terpenuhi secara paripurna di dalam rumah tangga. Kepercayaan dalam konteks ini berfungsi sebagai jangkar emosional yang mencegah remaja terombang-ambing oleh toksisitas dunia maya.

c. Contoh Nyata dari Orang Tua Soal Sopan Santun di Internet

Temuan ketiga dalam unsur hubungan keluarga adalah aturan nilai dan etika yang ditanamkan orang tua kepada anak-anak mereka. Jika hukum negara melalui UU ITE bekerja dari luar dengan memberikan sanksi hukuman, maka nilai-nilai yang diajarkan keluarga bekerja dari dalam, menjadi semacam rem otomatis di dalam pikiran remaja sebelum mereka mengetik sesuatu di ponsel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga yang berhasil tidak hanya membuat aturan tertulis yang kaku mengenai batasan jam bermain ponsel, melainkan lebih fokus mengajarkan nilai empati di dunia maya (cyber empathy). Orang tua secara konsisten mengajarkan prinsip sederhana: "Kalau kamu tidak mau diejek di dunia nyata, jangan mengejek orang lain di internet lewat jarimu."

Proses mengajarkan nilai ini terbukti tidak bisa sukses hanya dengan nasihat lisan, melainkan harus lewat contoh nyata (modeling) dari perilaku orang tua itu sendiri. Peneliti mengamati bahwa orang tua yang bijak dalam menggunakan media sosial mereka sendiri—tidak suka menulis komentar negatif di akun artis, tidak menyebarkan berita bohong, dan tidak pamer kekayaan secara berlebihan—memiliki anak-anak yang juga sopan di internet. Remaja meniru bagaimana orang tua mereka menahan emosi dan berbicara di ruang publik, termasuk di media sosial.

Sebaliknya, kehancuran nilai terjadi ketika orang tua acuh tak acuh. Di beberapa kasus yang diteliti, ada orang tua yang menganggap remeh aksi ejek-ejekan digital yang dilakukan anaknya dengan dalih "ah, itu kan cuma bercandaan anak zaman sekarang di grup WhatsApp." Sikap pembiaran ini memberi lampu hijau bagi remaja untuk terus meningkatkan kebiasaan mengejek mereka, yang tanpa disadari bisa berubah menjadi tindakan perundungan siber yang parah dan bisa berujung pada masalah hukum.

Selain itu, ditemukan pula pentingnya mengajarkan tanggung jawab atas "jejak digital". Anak-anak diingatkan bahwa apa pun yang mereka tulis di internet tidak akan bisa benar-benar dihapus dan akan membawa nama baik keluarga. Informan remaja, DN (17 tahun), mengakui bahwa setiap kali dia kesal pada temannya dan berniat menulis status sindiran di Twitter (X) atau Instagram Story, dia selalu teringat pesan ayahnya. "Ayah selalu bilang, ketikanmu adalah harimaumu sekarang, bukan lagi mulutmu. Kalau aku bikin masalah di sosmed, yang malu bukan cuma aku, tapi satu rumah. Itu yang bikin aku mikir dua kali kalau mau ikut-ikutan nge-hujat orang di kolom komentar," jelas DN.

Nilai keluarga ini bertindak sebagai rem otomatis dalam diri remaja. Di saat teman-teman sebaya mereka kehilangan kendali dan ikut-ikutan menyerang orang lain di internet karena merasa identitas mereka anonim, remaja yang memegang teguh nilai keluarganya akan tetap tenang dan menahan diri. Mereka tidak hanya selamat dari risiko menjadi korban karena mereka selalu terbuka pada orang tua, tetapi yang tidak kalah penting, mereka juga terjaga agar tidak menjadi pelaku *cyberbullying*.

Tabel berikut merangkum perbedaan nyata kondisi hubungan keluarga antara keluarga yang berhasil melindungi anak dan keluarga yang abai terhadap fenomena *cyberbullying* pada remaja:

Dimensi Hubungan Keluarga	Karakteristik Keluarga yang Melindungi (Resilien)	Karakteristik Keluarga yang Abai/Rentan
Pola Komunikasi	Ngobrol santai dua arah, ada waktu bebas HP, anak suka bercerita sukarela, orang tua mau belajar dunia digital anak.	Komunikasi satu arah soal uang/sekolah, tidak ada waktu khusus, anak menyembunyikan akun media sosial, orang tua gaptek.
Rasa Percaya (Trust)	Percaya tanpa syarat, rumah jadi tempat curhat aman, orang tua fokus menenangkan bukan menghakimi.	Percaya dengan syarat ancaman (HP disita), respon pertama selalu memarahi dan menyalahkan anak.
Aturan Nilai & Contoh	Mengajarkan empati (membayangkan perasaan orang lain), orang tua memberi contoh bijak bersosial media, menjaga nama baik keluarga.	Pembiaran, menganggap ejekan kasar sebagai "candaan biasa", orang tua tidak memberi contoh yang baik di internet.
Dampak pada Anak	Punya prinsip kuat, berani menolak ajakan nakal teman, terbuka saat ada masalah, aman dari posisi korban maupun pelaku.	Terjebak dalam stres <i>cyberbullying</i> , memendam masalah sendiri, rentan depresi atau ikut menjadi pelaku.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa modal sosial keluarga bukanlah sesuatu yang terjadi begitu saja, melainkan sebuah hubungan yang harus dirawat setiap hari. Kekuatan obrolan, dalamnya rasa percaya, dan keteladanan nilai di dalam rumah terbukti menjadi perisai tak kasat mata yang paling ampuh dalam menjaga kesehatan mental dan masa depan moral anak remaja di tengah ramainya dunia digital.

2. Pembahasan

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan secara jelas bahwa kekuatan hubungan di dalam rumah tangga yang dikonsepkan sebagai modal sosial keluarga, bukan lagi sekadar pelengkap pengasuhan, melainkan telah bertransformasi menjadi struktur pertahanan utama (primary defense structure) remaja di era digital. Ketika ruang siber menawarkan kebebasan tanpa batas yang memicu disinhibisi toksik (kondisi di mana orang merasa bebas bertindak kejam karena merasa anonim), hubungan keluarga yang kokoh terbukti secara empiris mampu menahan laju dampak negatif tersebut.

Dalam teori modal sosial yang dikembangkan oleh James Coleman (1988), salah satu pilar utama modal sosial adalah saluran informasi (information channels). Di dunia nyata sebelum era internet, saluran informasi ini mewujud dalam bentuk pengawasan fisik orang tua terhadap lingkungan bermain anak. Namun, temuan penelitian ini menegaskan adanya pergeseran paradigma:

di era digital, pengawasan fisik kaku (seperti mengurung anak di kamar atau membatasi keluar rumah) telah kehilangan relevansinya karena anak tetap bisa "keluar rumah" dan berselancar ke seluruh penjuru dunia melalui layar ponsel di dalam kamar mereka.

Oleh karena itu, saluran informasi harus direkonstruksi menjadi bentuk "Pola Ngobrol yang Terbuka dan Saling Bercerita Soal Dunia Maya". Adanya aturan informal seperti screen-free time yang ditemukan di lapangan bertindak sebagai jembatan yang menghubungkan kembali keterasingan digital (digital alienation) antar-anggota keluarga. Ketika komunikasi berjalan dua arah dan santai, tercipta apa yang disebut peneliti sebagai Transparansi Digital Sukarela. Remaja secara sadar meruntuhkan tembok pembatas digital mereka (digital wall) karena mereka menganggap orang tua sebagai bagian dari ekosistem digital mereka, bukan sebagai polisi siber domestik. Literasi digital bersama (co-digital literacy) yang ditunjukkan oleh orang tua membuat remaja merasa dihargai, sehingga memperlancar pertukaran informasi mengenai potensi bahaya siber seperti ejekan atau pengucilan digital sebelum masalah tersebut membesar.

Unsur modal sosial berikutnya yang sangat krusial adalah kepercayaan (trust). Francis Fukuyama (1999) menyebut kepercayaan sebagai pelumas yang membuat sebuah organisasi atau kelompok sosial berfungsi secara efisien. Dalam konteks penelitian ini, efisiensi tersebut mewujudkan dalam kecepatan penanganan konflik siber pada remaja. Temuan lapangan membedakan secara tegas antara Kepercayaan Bersyarat (yang berbasis ancaman hukum penyitaan) dan Kepercayaan Relasional (yang berbasis keterbukaan emosional).

Ketika orang tua menerapkan kepercayaan bersyarat, modal sosial dalam keluarga sebenarnya sedang mengalami keretakan. Remaja yang mengalami cyberbullying memilih menyembunyikan status korban mereka karena takut akan sanksi domestik (ponsel disita atau disalahkan). Akibatnya, terjadi penumpukan tekanan psikologis sendirian yang rentan memicu depresi akut dan tindakan melukai diri sendiri. Sebaliknya, Kepercayaan Relasional menciptakan "Ruang Aman Pengakuan" (non-judgmental environment). Respons orang tua yang tenang, memeluk, dan merangkul anak saat anak tertimpa masalah di internet (seperti dalam kasus informan NY dan FA) membuktikan bahwa rasa percaya mampu bertindak sebagai bantalan psikologis (psychological buffer). Kepercayaan ini memutus rantai dampak buruk cyberbullying karena anak tahu mereka tidak menghadapi ancaman siber tersebut sendirian, melainkan didukung penuh oleh sistem utama di rumah mereka.

James Coleman juga menekankan bahwa norma dan sanksi yang efektif (norms and effective sanctions) merupakan bentuk modal sosial yang kuat karena dapat mengendalikan tindakan seseorang demi kepentingan bersama. Dalam kasus pencegahan cyberbullying, norma keluarga bekerja sebagai sistem kontrol sosial informal yang diinternalisasikan ke dalam kesadaran moral anak (internalized social control). Norma ini jauh lebih efektif dibandingkan UU ITE yang bersifat memenjarakan setelah kasus terjadi.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengajaran norma tidak akan berfungsi jika hanya berupa teks larangan atau khotbah lisan, melainkan harus melalui keteladanan nyata (modeling) dari orang tua. Ketika orang tua menunjukkan etika yang santun dalam jemari mereka sendiri di media sosial, anak remaja mereka secara otomatis mengadopsi perilaku tersebut sebagai standar moral mereka di internet. Prinsip empati siber (cyber empathy) dan kesadaran akan tanggung jawab jejak digital (digital footprint) yang ditanamkan sejak dini berfungsi sebagai "rem otomatis". Di tengah tren media sosial yang mendorong anak menjadi agresif atau ikut-ikutan merundung demi konten, remaja yang memiliki modal sosial norma keluarga yang kuat akan tetap memiliki kendali diri yang kokoh. Mereka menyadari bahwa identitas digital mereka terikat dengan kehormatan dan nama baik keluarga di dunia nyata.

Penelitian ini membuktikan bahwa bonding social capital (modal sosial keluarga) yang berkualitas tinggi mampu bekerja sebagai struktur penyeimbang (counter-structure) yang menetralkan tekanan negatif teman sebaya (peer pressure). Remaja yang memiliki hubungan sangat kuat dengan orang tuanya memiliki "Kemandirian Ego Digital" yang tinggi. Mereka tidak mengalami kecemasan sosial akan dikucilkan (Fear of Missing Out/FOMO atau takut dikeluarkan dari lingkaran pertemanan digital) karena kebutuhan dasar mereka akan pengakuan, kasih sayang, dan eksistensi

diri sudah terpenuhi secara utuh di rumah. Ketika fondasi di rumah sudah selesai dan kokoh, mereka memiliki keberanian moral untuk menolak ajakan merundung orang lain di internet, sekaligus memiliki daya tahan yang tinggi jika suatu saat mereka yang menjadi sasaran perundungan.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa modal sosial (social capital) keluarga merupakan perisai tak kasat mata yang paling efektif dan organik dalam melindungi remaja dari ancaman perundungan siber (cyberbullying), baik sebagai korban maupun pelaku. Di era digital saat ini, fungsi kontrol fisik orang tua yang kaku telah kehilangan relevansinya dan harus digantikan oleh penguatan ikatan relasional interpersonal di dalam rumah tangga. Kekuatan modal sosial keluarga ini bekerja secara dinamis melalui tiga pilar utama yang saling berkaitan di dalam kehidupan sehari-hari.

Pilar pertama adalah pola komunikasi yang terbuka dan dialogis antara orang tua dan anak. Kehadiran ruang diskusi yang santai, seperti penerapan waktu bebas gawai saat bersama, terbukti mampu meruntuhkan tembok pembatas digital (digital wall) remaja. Hal ini memicu lahirnya transparansi digital secara sukarela, di mana anak merasa nyaman menceritakan dinamika pertemanan online mereka tanpa merasa sedang diinterogasi. Keterbukaan komunikasi ini menjadi alat deteksi dini yang sangat akurat bagi orang tua untuk memitigasi risiko siber sebelum masalahnya membesar.

Pilar kedua terletak pada dalamnya rasa saling percaya tanpa syarat (relational trust) yang dibangun oleh orang tua. Ketika orang tua mampu menahan emosi dan menciptakan lingkungan yang tidak menghakimi (non-judgmental), rumah secara otomatis berubah menjadi ruang aman untuk mengadu. Remaja yang menghadapi ejekan atau intimidasi di media sosial tidak akan memilih diam dalam stres, melainkan berani bercerita karena tahu orang tua mereka akan bertindak sebagai pelindung pertama, bukan justru menyalahkan atau menyita gawai mereka sebagai bentuk hukuman.

Pilar ketiga adalah internalisasi nilai dan etika siber melalui keteladanan nyata (modeling) dari orang tua. Aturan dan batasan digital tidak akan efektif jika hanya berupa larangan lisan, melainkan harus dicontohkan langsung oleh orang tua yang bijak dalam jemarinya di media sosial. Penanaman empati siber dan pemahaman akan tanggung jawab jejak digital ini bertindak sebagai rem otomatis dalam kesadaran moral remaja. Ketika teman-teman sebaya mereka kehilangan kendali di internet karena merasa anonim, remaja dengan modal sosial keluarga yang kuat tetap mampu menahan diri dari perilaku agresi digital.

Sinergi ketiga elemen modal sosial ini pada akhirnya membentuk resiliensi psikologis dan kemandirian ego digital yang kokoh pada diri remaja. Kebutuhan emosional akan pengakuan dan rasa aman yang sudah terpenuhi secara utuh di dalam rumah membuat mereka memiliki keberanian moral untuk menolak tekanan kelompok teman sebaya (peer pressure), baik untuk ikut-ikutan merundung maupun saat menjadi sasaran rundungan. Oleh karena itu, penanggulangan cyberbullying tidak bisa hanya mengandalkan pendekatan hukum formal seperti UU ITE, melainkan harus dimulai dari hulu dengan merawat kehangatan obrolan, menjaga kepercayaan, dan memberikan contoh etika yang baik di dalam keluarga.

Daftar Pustaka

- Atmojo, A. M., Sakina, R. L., & Wantini, W. (2021). Permasalahan Pola Asuh dalam Mendidik Anak di Era Digital. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1965–1975. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1721>
- Bandura, A. (2011). Moral Disengagement. In *The Encyclopedia of Peace Psychology*. Wiley. <https://doi.org/10.1002/9780470672532.wbepp165>
- Fukuyama, Francis 1999, *Social Capital and Civil Society*. Prepared for delivery at the IMF Conference on Second Generation Reform. The Institute of Public Policy George Mason University.
- Hidayati, N. (2016). Konsep integrasi tripusat pendidikan terhadap kemajuan masyarakat. *Edukasia: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 11(1), 203-224.

- James S. Coleman. (1988). Social Capital in the Creation of Human Capital Author. The American Journal of Sociology, 94(Supplement), S95–S120.
- John, A., Glendenning, A. C., Marchant, A., Montgomery, P., Stewart, A., Wood, S., Lloyd, K., & Hawton, K. (2018). Self-Harm, Suicidal Behaviours, and Cyberbullying in Children and Young People: Systematic Review. Journal of Medical Internet Research, 20(4), e129. <https://doi.org/10.2196/jmir.9044>
- Kemp, S. (2024). Digital 2024: Global overview report. We Are Social & Meltwater.
- Lay, T. A., Meiyuntariningsih, T., & Ramadhani, H. S. (2023). Kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja: Adakah peran fear of missing out? INNER: Journal of Psychological Research, 2(4), 605–615.
- Marciano, L., Schulz, P. J., & Camerini, A.-L. (2020). Cyberbullying Perpetration and Victimization in Youth: A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. Journal of ComputerMediated Communication, 25(2), 163–181. <https://doi.org/10.1093/jcmc/zmz031>
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyber bullying. Jurnal Psikologi, 41(1), 60. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6958>
- Natalia, E. C. (2016). Remaja, media sosial dan cyber bullying latar belakang para remaja sebagai ajang untuk terkoneksi dengan media sosial . orang alat untuk melakukan. Jurnal Ilmiah Komunikasi, 5, 119–137.
- Putro, K.Z. (2017). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. Aplikasi, 17(1), 25-32.
- Sartana, & Afriyeni, N. (2017). Perilaku Perundung Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal. Journal Psikologis Insight, 1(1), 25–39. <https://doi.org/https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.2.145>
- Suler, J. R. (2016). Psychology of the Digital Age: Humans Become Electric. Cambridge University Press.
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik pertumbuhan perkembangan remaja dan implikasinya terhadap masalah kesehatan dan keperawatannya. Jurnal Keperawatan Anak, 2(1), 39-43.
- Yulieta, F. T., Syafira, H. N. A., Alkautsar, M. H., Maharani, S., & Audrey, V. (2021). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental. De Cive: Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan, 1(8). <https://doi.org/10.56393/decive.v1i8.298>