

Dinamika Emosi dan Strategi Koping Penyintas Pelecehan Siber di Era Digital

Emotional Dynamics and Strategies for Cyber Harassment Survivors in the Digital Era

Zulfa Rofiah

Universitas Islam Negeri Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia, Jl. Lingkar Salatiga KM. 02
Pulutan Salatiga, 50716
E-mail: zulfaibr07@gmail.com

Sariatul Fikri

Universitas Islam Negeri Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia, Jl. Lingkar Salatiga KM. 02
Pulutan Salatiga, 50716
E-mail: sariatulfikri925@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to understand the emotional dynamics and coping strategies used by a survivor of cyber harassment, subjected to intimidation by a former partner through fake social media accounts. Using a qualitative case study approach with in-depth interviews, this research explores the survivor's experiences related to emotions, emotional reactions, and coping methods employed to manage the psychological distress experienced. The results show that the survivor faced various emotional impacts, such as anxiety, shame, and helplessness, which affected their psychological well-being. The coping strategies employed include emotion-focused approaches, such as limiting social media use, and problem-focused approaches, such as reporting to platforms and authorities. This study highlights the importance of social support and timely legal responses in reducing the psychological impact on cyber harassment survivors.

Keywords: *Cyber Harassment; Coping Strategies; Psychological Impact.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika emosi dan strategi koping yang digunakan oleh seorang penyintas pelecehan siber akibat intimidasi dari mantan pasangan melalui akun-akun palsu di media sosial. Menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif dengan wawancara mendalam, penelitian ini menggali pengalaman korban terkait perasaan, reaksi emosional, dan metode koping yang diterapkan untuk mengatasi tekanan psikologis yang dialaminya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa korban mengalami berbagai dampak emosional, seperti kecemasan, rasa malu, dan ketidakberdayaan, yang memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Strategi koping yang digunakan korban mencakup pendekatan berfokus pada emosi, seperti membatasi penggunaan media sosial, serta pendekatan berfokus pada masalah, termasuk upaya pelaporan pada platform dan pihak berwenang. Penelitian ini menyoroti pentingnya dukungan sosial dan respon hukum yang cepat untuk mengurangi dampak psikologis pada penyintas pelecehan siber.

Kata kunci: Pelecehan Siber; Strategi Koping; dan Dampak Psikologi.

PENDAHULUAN

Pelecehan siber merupakan perundungan yang berkembang pesat di era digital, seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial di seluruh dunia, termasuk Indonesia (Prawira, 2023). Fenomena perundungan siber (*cyberbullying*) kini telah menciptakan dampak serius bagi korban, baik secara sosial maupun psikologis (Finaka, 2019). Pada dasarnya, perundungan siber dapat dibagi ke dalam beberapa bentuk. Berdasarkan literatur yang telah ada, seperti yang dijelaskan oleh Willard dan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia (Kemendikbud), perundungan siber dapat dikategorikan ke dalam tujuh bentuk, yang masing-masing memiliki cara dan tujuan berbeda dalam mengganggu atau merusak reputasi korban (Willard, 2007) (Kemendikbud, 2022).

Pertama, flaming atau pertengkaran daring, adalah perang kata-kata di dunia siber yang melibatkan bahasa amarah, vulgar, ancaman, dan hinaan. *Kedua, harassment* atau pelecehan, yang dilakukan dengan menggunakan kata-kata kasar, menyerang, dan melecehkan seseorang secara berulang-ulang. *Ketiga, denigration* atau fitnah, dilakukan dengan menyebarkan postingan atau komentar yang berisi hinaan, gosip, atau rumor untuk merusak reputasi korban. *Keempat, impersonating* atau akun palsu, adalah tindakan yang dilakukan dengan meretas atau membuat akun palsu yang seakan-akan berasal dari korban, lalu memposting konten yang mencemarkan nama baik atau merusak citra korban. *Kelima, trickery* atau tipu daya, di mana pelaku memperdaya korban untuk mengungkapkan informasi pribadi atau memalukan, yang kemudian disebarluaskan di internet. *Keenam, exclusion* atau pengucilan, adalah tindakan yang secara sengaja mengeluarkan korban dari grup atau komunitas daring, yang menciptakan rasa isolasi. *Ketujuh, cyberstalking* atau penguntitan siber, adalah bentuk perundungan yang melibatkan pengiriman pesan ancaman secara terus-menerus atau pemantauan aktivitas korban, sehingga korban merasa tidak aman dan terancam (Murwani, 2019).

Tindakan pelecehan siber jika dilihat dari perspektif normatif (*das Sollen*) yang diatur dalam Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (ITE), sebagaimana diubah oleh Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2016. Beberapa ketentuan dalam UU ITE yang relevan dengan kasus ini mencakup (Republik Indonesia, 2016):

1. Pasal 27 ayat (3) dan (4), yang melarang penyebaran informasi elektronik dengan muatan penghinaan, pencemaran nama baik, pemerasan, atau pengancaman. Dalam kasus ini, penggunaan foto dan identitas korban dalam akun-akun palsu untuk menawarkan layanan berbayar dapat dikategorikan sebagai pencemaran nama baik atau bahkan pemerasan psikologis.
2. Pasal 29, yang melarang pengiriman informasi yang berisi ancaman kekerasan atau intimidasi secara pribadi. Jika tindakan pelaku menimbulkan ketakutan atau tekanan emosional pada korban, ini dapat melanggar pasal tersebut.
3. Pasal 45 ayat (3), yang mengatur sanksi pidana bagi pelanggaran terhadap Pasal 27 ayat (3) terkait pencemaran nama baik.

Selain itu, tindakan pelaku juga dapat dikategorikan sebagai pelanggaran menurut Undang-Undang Nomor 44 Tahun 2008 tentang Pornografi, yang melarang pembuatan atau penyebaran konten pornografi, bahkan jika dilakukan secara tidak langsung. Beberapa ketentuan yang relevan adalah (Republik Indonesia, 2008):

1. Pasal 4 ayat (1) huruf d, yang melarang pembuatan atau penawaran pornografi, termasuk penggunaan identitas korban untuk menciptakan kesan bahwa ia terlibat dalam kegiatan seksual yang ditawarkan. Dalam kasus ini, pencantuman identitas korban dalam konteks seksual tanpa persetujuannya dapat merusak reputasi dan kehormatannya.
2. Pasal 29, yang mengatur sanksi bagi tindakan pembuatan atau penyebaran pornografi, termasuk tindakan yang menyajikan akun palsu dengan identitas korban untuk tujuan pornografi palsu.

Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE) serta Undang-Undang Nomor 44 Tahun 2008 tentang Pornografi bertujuan untuk melindungi masyarakat dari berbagai bentuk perundungan siber, termasuk impersonasi atau akun palsu. Namun, dalam kenyataan (*das Sein*), implementasi perlindungan ini sering kali tidak memadai, dan banyak korban yang merasa kurang dilindungi secara efektif oleh hukum meskipun telah melaporkan kasus mereka. Kasus dalam penelitian ini mencerminkan masalah tersebut, di mana korban menghadapi pelecehan siber dalam bentuk impersonasi dari mantan teman dekat yang membuat akun palsu di media sosial untuk merusak reputasinya dengan berpura-pura menawarkan layanan seks berbayar (BO). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada reputasi sosial korban tetapi juga membawa tekanan psikologis yang signifikan.

Studi terdahulu menunjukkan bahwa perundungan siber dapat memicu berbagai dampak psikologis, seperti kecemasan, depresi, dan bahkan trauma (Pratama et al., 2024). Misalnya, penelitian (Aulia & Suharsono, 2023) menemukan bahwa dukungan sosial mampu mengurangi dampak psikologis dari pelecehan siber, sedangkan studi oleh (Nurcholis, 2015) menyoroti peran penting dari sistem hukum yang efektif untuk melindungi korban. Namun, riset terkait dampak psikologis dan strategi koping penyintas perundungan siber di Indonesia masih terbatas. Penelitian ini mencoba mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji pengalaman emosional korban dan strategi koping yang digunakan untuk menghadapi tekanan psikologis dalam konteks Indonesia, sambil mempertimbangkan peran dukungan sosial dan respons hukum.

Novelty dari penelitian ini terletak pada pendekatan mendalam terhadap dinamika emosional dan strategi koping seorang penyintas perundungan siber dalam bentuk impersonasi. Penelitian ini juga memberikan perspektif baru terkait peran sistem hukum dan dukungan sosial dalam upaya pemulihan korban. Studi ini diharapkan dapat memberikan wawasan praktis bagi aparat hukum dan masyarakat mengenai pentingnya respon cepat dalam menangani pelecehan siber. Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami dinamika emosi dan strategi koping yang digunakan penyintas dalam menghadapi pelecehan siber berupa impersonasi

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi pengalaman emosional dan strategi koping seorang penyintas pelecehan siber. Subjek penelitian adalah satu penyintas yang mengalami intimidasi dan pelecehan psikologis dari mantan teman dekat melalui akun-akun palsu, sehingga dianggap relevan untuk menggambarkan dinamika emosi dan strategi koping dalam konteks ini. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam menggunakan pedoman semi-terstruktur, mencakup topik tentang emosi yang muncul selama pelecehan, strategi koping yang diterapkan, serta pengalaman dengan dukungan sosial dan pandangan terhadap penegakan hukum. Wawancara dilakukan secara daring dan direkam dengan persetujuan partisipan. Data dianalisis menggunakan analisis tematik sederhana untuk mengidentifikasi tema-tema utama, seperti emosi, strategi koping, dan persepsi terhadap dukungan sosial serta hukum. Penelitian ini juga menjaga kerahasiaan identitas partisipan dan memperoleh persetujuan tertulis sebelum wawancara, memberi partisipan kebebasan untuk mengundurkan diri dari penelitian kapan saja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Latar Belakang Kasus

Diana (nama samaran), seorang perempuan muda yang aktif di media sosial, mengalami pelecehan siber oleh mantan teman dekatnya yang mengajak menikah sirri bernama Andi. Setelah hubungan mereka berakhir, Andi merasa terluka dan marah, tidak terima diputuskan secara sepihak. Kecewa dan diliputi keinginan untuk "membalas," Andi memutuskan untuk membuat akun-akun palsu dan menyebarkan nomor WhatsApp Diana di berbagai grup yang menawarkan jasa Open BO (Booking Out) tanpa persetujuan atau sepengetahuannya.

Sejak saat itu, Diana mulai menerima banyak pesan dan panggilan tidak senonoh dari orang-orang tak dikenal, merusak reputasinya dan menyebabkan gangguan psikologis yang serius. Diana merasa tertekan dan mengalami kecemasan setiap kali teleponnya berbunyi, sementara stigma negatif dari komunitas sosialnya mulai menggerus kepercayaannya pada orang di sekitarnya. Hal ini berdampak pada aktivitas sosial dan memaksanya untuk menjaga jarak.

Menyadari bahwa perbuatannya telah berujung pada dampak yang lebih buruk dari yang ia bayangkan, Andi memilih tetap diam dan menyangkal keterlibatannya ketika Diana mencoba mencari solusi. Merasa tidak punya pilihan lain, Diana akhirnya melaporkan ke dinas perlindungan perempuan dan anak. Kemudian Diana mendapatkan perlindungan dan pendampingan bahkan mendapatkan dampingan lawyers untuk melaporkan kasus ini ke pihak kepolisian menuntut perlindungan dan keadilan atas pelanggaran yang merusak privasinya di dunia digital ini.

Dampak Emosional Pelecehan Siber pada Penyintas

Menjawab tujuan penelitian, pelecehan siber melalui impersonasi memiliki dampak emosional yang signifikan pada korban. Data hasil wawancara dengan penyintas menunjukkan bahwa tindakan mantan pasangan yang menciptakan akun-akun palsu untuk menawarkan jasa seksual menggunakan identitas korban memicu perasaan cemas, malu, ketidakberdayaan, dan stres.

Dampak emosional yang dialami penyintas pelecehan siber sangat berat. Kondisi emosinya menjadi tidak stabil, membuatnya sering mengalami perubahan suasana hati yang drastis, mulai dari ketakutan hingga kemarahan dan kesedihan yang mendalam. Hal ini juga mengganggu pola tidurnya, yang menjadi tidak teratur; setiap kali mencoba tidur, ingatan tentang pelecehan yang dialaminya kembali muncul, membuatnya terbangun dengan perasaan cemas dan tidak tenang.

Trauma dan stres terkait kejadian ini semakin memperburuk kondisi mentalnya. Penyintas merasa takut dan tidak percaya diri untuk menjalin hubungan dengan laki-laki lagi, bahkan gagasan tentang pernikahan menjadi sesuatu yang ia hindari karena khawatir akan kembali mengalami pengalaman buruk. Kecemasan ini, yang awalnya hanya terbatas pada perasaan terkejut dan terluka, telah berkembang menjadi trauma mendalam yang memengaruhi pandangannya tentang masa depan dan kemampuannya untuk membangun ikatan emosional yang sehat.

Dampak emosional ini sejalan dengan temuan Maulida & Romdoni (2024), yang menyatakan bahwa pelecehan siber dapat menyebabkan kecemasan sosial dan trauma psikologis pada korban. Berdasarkan teori respons emosional dari Maryam (2017), ketidakpastian dan intensitas ancaman memainkan peran penting dalam membentuk reaksi emosional korban, yang semakin diperparah oleh ketidakmampuan korban dalam mengendalikan akun palsu yang dibuat oleh pelaku.

Strategi Koping yang diterapkan oleh Penyintas

Dalam menghadapi pelecehan tersebut, hasil wawancara peneliti dengan penyintas yaitu menggunakan beberapa strategi koping, baik yang berfokus pada emosi maupun yang berfokus pada masalah.

Pertama, Strategi koping berfokus pada emosi meliputi penyintas mendapatkan bimbingan intensif dari Bu Muna, seorang konselor psikologi yang memberikan arahan serta dukungan emosional untuk membantunya menghadapi kasus ini. Dalam sesi konseling, Bu Muna membantu penyintas memahami dan mengelola perasaan cemas dan takut yang sering muncul, terutama saat berinteraksi dengan orang baru. Trauma yang mendalam membuatnya sulit tidur selama dua tahun, dan setiap kali berusaha beristirahat, kecemasan kembali muncul, mengingatkannya pada kejadian yang menyakitkan.

Bu Muna memberikan saran agar penyintas mulai mengatur kembali waktunya dengan lebih baik dan menambahkan aktivitas positif dalam kesehariannya. Ia disarankan untuk terlibat dalam kegiatan yang bermanfaat, yang dapat memulihkan kepercayaan

dirinya dan mengembalikan semangat hidupnya. Melalui kegiatan-kegiatan tersebut, penyintas dapat membangun aura positif, menemukan dukungan sosial, dan secara perlahan mengatasi trauma yang membelenggu hidupnya.

Kedua, strategi berfokus pada masalah yaitu dilakukan melalui pelaporan ke pihak berwajib dan melaporkan akun-akun palsu ke platform media sosial. Penyintas membuat threads atau tweet terkait kasus yang sedang ia hadapi di salah satu platform media sosial.

Hal ini sesuai dengan teori coping dari Lazarus dan Folkman, yang menyebutkan bahwa korban akan memilih strategi berfokus pada emosi untuk mengurangi perasaan negatif sementara strategi berfokus pada masalah lebih digunakan dalam mencari solusi konkret (Maryam, 2017). Penelitian ini juga selaras dengan penelitian Osborn & Rajah (2022), yang menunjukkan bahwa respons hukum sering kali tidak memadai, mendorong korban untuk mencari mekanisme coping lainnya.

Tantangan dalam Mendapatkan Dukungan Sosial dan Respon Hukum

Data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan penyintas menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial dan lambatnya respons dari sistem hukum menjadi salah satu faktor yang memperparah dampak emosional pada korban. Meskipun penyintas telah berupaya melaporkan kasusnya, proses hukum yang lamban membuat korban merasa tidak terlindungi, yang juga memperdalam rasa frustrasi dan keputusasaan. Sampai saat ini kasus yang ia hadapi masih di proses di Polres sehingga membutuhkan waktu, biaya dan tenaga penyintas.

Lee dan Park (2021) mencatat bahwa dukungan sosial yang kuat dapat berperan sebagai pelindung psikologis bagi korban pelecehan siber, namun dalam kasus ini, dukungan tersebut tidak cukup kuat untuk melindungi penyintas dari tekanan emosional yang dialaminya.

Dalam perspektif normatif (*das Sollen*), tindakan pelaku telah melanggar ketentuan hukum yang ada, terutama Undang-Undang ITE dan UU Pornografi. Pasal 27 ayat (3) dan (4) dalam UU ITE melarang penyebaran informasi dengan muatan penghinaan dan/atau ancaman. Namun, dalam kenyataannya (*das Sein*), penegakan hukum di tingkat praktis masih sering menemui kendala, terutama terkait identifikasi dan bukti elektronik yang memadai untuk memproses kasus seperti ini. Hal ini memperkuat pandangan Nasution et al. (2025) tentang perlunya pembaruan dalam kerangka hukum siber di Indonesia untuk mengatasi persoalan impersonasi dan pelecehan digital yang semakin kompleks.

KESIMPULAN

Pembahasan ini menyoroti bahwa pelecehan siber melalui impersonasi membawa dampak emosional yang kompleks pada korban dan bahwa strategi coping yang dilakukan, meskipun membantu, tidak cukup untuk mengurangi tekanan psikologis tanpa adanya dukungan yang lebih kuat dari masyarakat dan sistem hukum. Studi ini

menggarisbawahi urgensi perbaikan dalam regulasi dan perlindungan hukum, serta meningkatkan kesadaran sosial untuk mendukung penyintas pelecehan siber.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan artikel ini. Terima kasih khusus disampaikan kepada para penyintas pelecehan siber yang telah bersedia berbagi pengalaman dan pandangan mereka, sehingga memberikan kedalaman dan makna yang lebih pada pembahasan ini.

REFERENSI

- Aulia, P., & Suharsono, Y. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Harga Diri Remaja Putri Korban Pelecehan Seksual. *Cognicia*, 11(1), 47–53. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.25003>
- Finaka, A. W. (2019). 7 Perundungan Siber di Medsos. Indonesia Baik.Id.
- Kemendikbud, P. D. (2022). *Yuk Kenali Cyberbullying dan Cara Menanganinya di Kalangan peserta didik SMA*. Direktorat Jendral Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar Dan Pendidikan Menengah.
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori dan sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101–107.
- Maulida, G., & Romdoni, M. (2024). Perlindungan Hukum Terhadap Korban Pelecehan Seksual Yang Mengalami Viktimisasi Sekunder di Media Sosial. *Southeast Asian Journal of Victimology*, 2(1), 59. <https://doi.org/10.51825/sajv.v2i1.25445>
- Murwani, E. (2019). Cyberbullying Behavior Patterns in Adolescents in Jakarta. *Jurnal Komunikasi Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 4(2), 96–103. <https://doi.org/10.25008/jkiski.v4i2.330>
- Nasution, A. V. A., Suteki, & Lumbanraja, A. D. (2025). Addressing Deepfake Pornography and the Right to be Forgotten in Indonesia: Legal Challenges in the Era of AI-Driven Sexual Abuse. *International Journal for the Semiotics of Law - Revue Internationale de Sémiotique Juridique*. <https://doi.org/10.1007/s11196-025-10265-0>
- Nurcholis. (2015). *Cyber Pornography (Pornografi Dunia Maya) Dalam Perspektif Hukum Positif Dan Hukum Islam*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Osborn, M., & Rajah, V. (2022). Understanding Formal Responses to Intimate Partner Violence and Women's Resistance Processes: A Scoping Review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 23(5), 1405–1419. <https://doi.org/10.1177/1524838020967348>
- Pratama, F. H., Purnomo, F., Zannethi, M. B., & Supriyadi, T. (2024). Analisa dampak psikologis cyberbulling terhadap korban. *LIBEROSIS*, 3(2).
- Prawira, D. R. (2023). *Maraknya cyberbullying di era digital melalui media sosial*. Antara Babel.
- Republik Indonesia. (2008). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2008 Tentang Pornografi. In *Sekretariat Negara*. Sekretariat Negara.
- Republik Indonesia. (2016). Undang-Undang ITE Nomor 19 Tahun 2016. In *Sekretariat Negara* (Vol. 44, Issue 8). BPK RI.

Willard, N. E. (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress*. Research Press.