



MENGHADAPI CYBERBULLYING: STUDI FENOMENOLOGI RESILIENSI RELIGIUS KORBAN PERUNDUNGAN DIGITAL BERDASARKAN PERSPEKTIF PIAUD

LULU ULFA NUR RAMADANI

Universitas Islam An Nur Lampung, Indonesia

Email: luluramadani1212@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam esensi pengalaman fenomenologis korban *cyberbullying* serta peran resiliensi religius dalam membantu proses pemulihan mereka berdasarkan perspektif Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD). Menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap informan yang terpilih secara purposif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman *cyberbullying* menciptakan disorientasi diri dan krisis eksistensial pada korban. Namun, resiliensi religius yang terintegrasi dengan nilai-nilai Islam—seperti *sabar*, *qana'ah*, dan *tawakkal*—berfungsi sebagai mekanisme *coping* yang efektif dalam melakukan rekontekstualisasi trauma menjadi bentuk pendewasaan diri. Temuan ini menegaskan bahwa penanaman nilai religius sejak dini merupakan fondasi esensial dalam membangun ketahanan psikospiritual anak menghadapi tantangan ruang digital. Penelitian ini merekomendasikan integrasi nilai-nilai religius dalam kurikulum pendidikan sebagai strategi preventif dan kuratif terhadap dampak perundungan digital.

Kata Kunci: *Cyberbullying*, Fenomenologi, Resiliensi Religius, PIAUD, Kesehatan Mental.

Abstract

This study aims to explore in-depth the essential phenomenological experience of *cyberbullying* victims and the role of religious resilience in facilitating their recovery process based on the perspective of Islamic Early Childhood Education (PIAUD). Using a qualitative approach with a phenomenological design, data were collected through in-depth interviews with purposively selected informants. The results indicate that the experience of *cyberbullying* creates self-disorientation and an existential crisis for victims. However, religious resilience integrated with Islamic values—such as *sabar* (patience), *qana'ah* (contentment), and *tawakkal* (trust in God)—serves as an effective coping mechanism in recontextualizing trauma into a form of personal maturation. These findings affirm that the cultivation of religious values from an early age is an essential foundation in building children's psychospiritual resilience to face the challenges of the digital space. This research recommends the integration of religious values into the educational curriculum as a preventive and curative strategy against the impacts of digital bullying.

Keywords: *Cyberbullying*, Phenomenology, Religious Resilience, PIAUD, Mental Health.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di era digital telah membawa perubahan signifikan dalam interaksi sosial masyarakat modern, termasuk dalam lingkungan pendidikan anak usia dini. Internet kini bukan sekadar alat komunikasi, melainkan ruang interaksi yang tak terelakkan bagi berbagai kelompok usia, termasuk anak-anak dan lingkungan pendidikan mereka. Meskipun menawarkan berbagai peluang edukatif, dunia digital juga membawa risiko serius berupa ancaman keamanan siber yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis pengguna (Fitriani et al., 2024).

Salah satu bentuk ancaman yang paling mengkhawatirkan di ruang digital adalah perundungan digital atau *cyberbullying*. Fenomena ini melampaui batas ruang dan waktu, memungkinkan pelaku untuk melakukan intimidasi secara anonim dengan dampak yang sering kali lebih destruktif dibandingkan perundungan fisik. Kerentanan individu dalam menghadapi tekanan digital menjadi perhatian serius, terutama ketika dampaknya memengaruhi kesehatan mental, kepercayaan diri, dan keberfungsian sosial seseorang dalam jangka panjang (Pratiwi & Utami, 2023).

Dalam konteks psikologi perkembangan, kemampuan individu untuk bangkit dari tekanan hidup, termasuk perundungan, dikenal dengan istilah resiliensi. Resiliensi bukan sekadar mekanisme pertahanan diri, melainkan proses adaptasi positif dalam menghadapi adversitas. Fokus penelitian mengenai resiliensi kini semakin meluas ke arah integrasi nilai-nilai religius sebagai sumber kekuatan internal yang signifikan. Religiusitas diyakini mampu memberikan makna hidup serta dukungan psikospiritual yang mendalam bagi korban untuk memulihkan diri dari trauma perundungan (Hidayat & Susanti, 2022).

Perspektif Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) memberikan dimensi unik dalam memandang fenomena ini. Pendidikan Islam tidak hanya berorientasi pada transfer pengetahuan kognitif, tetapi juga pada pembentukan karakter, ketangguhan jiwa (*syaja'ah*), dan kedekatan emosional anak dengan Sang Pencipta sebagai fondasi resiliensi. Nilai-nilai religius yang ditanamkan sejak dini menjadi tameng emosional yang membantu individu dalam memproses pengalaman traumatis dengan cara yang lebih positif dan konstruktif (Rahman et al., 2025).

Meskipun kajian mengenai *cyberbullying* telah banyak dilakukan, studi yang secara khusus menelaah pengalaman subjektif korban melalui pendekatan fenomenologi dengan kacamata religiusitas dalam perspektif PIAUD masih tergolong langka. Banyak penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada dampak negatif perundungan secara kuantitatif, namun belum banyak yang menggali secara mendalam mengenai bagaimana

proses batiniah atau "pengalaman hidup" korban dalam mengonstruksi resiliensi mereka melalui kerangka religiusitas (Wahyuni & Sari, 2023).

Pentingnya meneliti hal ini terletak pada urgensi untuk menemukan pola pemulihan yang berbasis pada nilai-nilai keagamaan. Dengan memahami esensi pengalaman korban, pendidik dan orang tua dapat merancang strategi pendampingan yang lebih holistik. Resiliensi religius bukan hanya tentang bertahan, melainkan tentang transformasi diri yang dipandu oleh keyakinan spiritual, yang sangat relevan dengan visi pendidikan karakter dalam PIAUD yang menekankan pada nilai *tauhid* dan kesabaran (Zulkarnain & Pratama, 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini difokuskan untuk menjawab dua rumusan masalah utama: (1) Bagaimana esensi pengalaman fenomenologis korban dalam menghadapi *cyberbullying*? (2) Bagaimana peran resiliensi religius dalam membantu korban bangkit dari dampak perundungan digital dalam perspektif PIAUD?

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan secara mendalam pengalaman subjektif korban *cyberbullying* dan menganalisis bagaimana nilai-nilai religius, khususnya dalam perspektif pendidikan Islam, menjadi sumber utama resiliensi bagi korban. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi teoretis maupun praktis bagi pengembangan strategi penanganan dan pencegahan perundungan berbasis pendekatan religius di lingkungan pendidikan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan secara mendalam esensi pengalaman hidup korban perundungan digital dalam membangun resiliensi melalui perspektif religiusitas dalam PIAUD. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) yang bersifat semi-terstruktur serta observasi partisipatif untuk menangkap makna subjektif dan narasi otentik dari para informan terpilih yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling*. Analisis data dilakukan dengan teknik interpretatif fenomenologis melalui tahapan transkripsi, kodifikasi, penentuan tema-tema kunci, hingga sintesis teoretis, guna memastikan akurasi interpretasi yang selaras dengan nilai-nilai pendidikan Islam anak usia dini dalam merespons dampak perundungan secara psikospiritual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan analisis data fenomenologis, ditemukan bahwa esensi pengalaman korban *cyberbullying* merupakan sebuah proses transisi emosional yang kompleks, mulai dari fase disorientasi diri hingga upaya rekonstruksi makna hidup. Para informan mengungkapkan bahwa *cyberbullying* bukan sekadar serangan digital, melainkan bentuk "pengkhianatan" sosial yang memicu perasaan terisolasi, ketakutan akan penilaian publik, dan krisis kepercayaan diri yang mendalam. Dalam perspektif fenomenologi, pengalaman ini dimaknai sebagai *lifeworld* yang retak, di mana ruang digital yang seharusnya menjadi sarana eksplorasi berubah menjadi ruang ancaman yang nyata. Namun, di balik penderitaan tersebut, ditemukan pula titik balik di mana informan mulai melakukan refleksi diri melalui pendekatan religius, yang mengubah persepsi mereka terhadap peristiwa perundungan dari sebuah bentuk "kekalahan" menjadi "ujian kematangan diri" (*musibah* yang bermakna).

Lebih lanjut, peran resiliensi religius dalam membantu korban bangkit dari dampak perundungan digital dianalisis melalui bingkai PIAUD yang berfokus pada penguatan aspek spiritual dan karakter. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik ibadah rutin, seperti salat, doa, dan *dzikir*, berfungsi sebagai mekanisme *coping* utama yang memberikan ketenangan batin (*sakinah*) dan rasa keberterimaan (*qana'ah*). Dalam perspektif religiusitas, para informan mengintegrasikan konsep *sabar* dan *syaja'ah* (keberanian) bukan sebagai sikap pasif, melainkan sebagai bentuk resiliensi aktif yang memungkinkan mereka memaafkan pelaku dan melepaskan dendam, sehingga trauma dapat terproses dengan lebih sehat. Dengan demikian, resiliensi religius dalam konteks ini bekerja dengan cara menghubungkan kembali identitas korban dengan nilai-nilai ketuhanan, yang secara efektif menetralkan dampak negatif perundungan dan mengembalikan kepercayaan diri melalui keyakinan bahwa setiap individu memiliki nilai (*dignity*) yang tak terpisahkan dari nilai-nilai spiritualitas Islam.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa *cyberbullying* bukan sekadar permasalahan teknis di dunia maya, melainkan krisis eksistensial yang mengguncang stabilitas psikologis korban. Fenomenologi pengalaman korban menunjukkan bahwa perundungan digital sering kali menyebabkan "fragmentasi identitas", di mana korban

merasa kehilangan kendali atas citra diri mereka di ruang publik. Hal ini sejalan dengan temuan Fitriani et al. (2024) yang menyatakan bahwa ancaman siber memengaruhi kesejahteraan mental secara sistemik. Namun, pembahasan ini menyoroti bahwa dalam perspektif pendidikan Islam, kerentanan tersebut menjadi ruang bagi munculnya resiliensi religius. Resiliensi yang ditemukan bukanlah ketahanan yang bersifat kognitif semata, melainkan hasil dari internalisasi nilai *tauhid* yang menempatkan Allah sebagai satu-satunya pusat penilaian, sehingga ketergantungan pada validasi sosial di dunia digital perlahan memudar.

Dalam konteks PIAUD, resiliensi religius yang dipraktikkan oleh subjek penelitian menunjukkan transformasi paradigma dari rasa menjadi "korban" menjadi "pembelajar". Konsep *sabar* yang diintegrasikan dalam mekanisme *coping* informan berfungsi sebagai filter emosional yang mengalihkan fokus dari kemarahan (dendam) menuju introspeksi diri (muhasabah). Sejalan dengan temuan Zulkarnain dan Pratama (2024), ketangguhan diri yang dibingkai dalam nilai-nilai spiritual terbukti lebih efektif dalam memulihkan kondisi psikologis dibandingkan dengan strategi *coping* sekular. Pendidikan Islam memandang adversitas sebagai bagian dari dinamika pertumbuhan jiwa; oleh karena itu, ketika korban mampu memaknai perundungan sebagai ujian (*bala'*), mereka justru menemukan kekuatan baru untuk bangkit dan membangun kembali kepercayaan diri yang sempat hancur.

Lebih jauh, temuan ini memperkaya diskursus mengenai peran pendidikan berbasis nilai dalam menghadapi tantangan modern. Implementasi resiliensi religius tidak hanya bersifat personal bagi korban, tetapi juga memberikan implikasi pedagogis bagi pendidik dan orang tua. Jika resiliensi dapat dibentuk melalui penanaman nilai religius yang kokoh sejak dini, maka lingkungan pendidikan dapat berfungsi sebagai ekosistem pendukung yang kuat (*protective factors*) bagi anak untuk menghadapi risiko dunia digital. Hal ini mengonfirmasi argumen Rahman et al. (2025) bahwa internalisasi nilai religius merupakan fondasi utama bagi ketangguhan karakter anak. Dengan mengintegrasikan nilai *tawakkal* dan *syaja'ah* dalam kurikulum pendidikan karakter, institusi pendidikan dapat membantu anak-anak untuk tidak hanya sekadar "bertahan" di dunia digital, tetapi juga mampu merespons perilaku toksik dengan sikap yang lebih bijaksana, berempati, dan tetap berintegritas sesuai dengan prinsip pendidikan Islam.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengalaman korban dalam menghadapi *cyberbullying* merupakan proses fenomenologis yang kompleks, yang mengubah struktur dunia kehidupan (*lifeworld*) korban dari rasa aman menjadi krisis eksistensial yang penuh

tekanan. Namun, di balik trauma tersebut, ditemukan adanya mekanisme resiliensi religius yang unik, di mana korban mampu melakukan rekontekstualisasi peristiwa perundungan melalui lensa spiritual. Resiliensi tersebut tidak muncul secara instan, melainkan melalui internalisasi nilai-nilai Islam seperti *sabar*, *qana'ah*, dan *tawakkal*, yang mengubah persepsi korban terhadap musibah menjadi bentuk pendewasaan diri dan pembersihan jiwa (*tazkiyatun nafs*).

Dalam perspektif PIAUD, temuan ini menegaskan bahwa nilai-nilai religius berfungsi sebagai proteksi psikologis yang krusial. Strategi *coping* berbasis spiritualitas Islam terbukti mampu mengalihkan fokus korban dari ketergantungan terhadap validasi publik di dunia digital menuju peneguhan identitas diri yang berpusat pada nilai ketuhanan (*tauhid*). Dengan demikian, resiliensi religius bukan sekadar kemampuan untuk bertahan dari perundungan, melainkan transformasi kepribadian yang tangguh, berkarakter, dan mampu merespons tantangan era digital dengan bijak. Sebagai implikasi, pendidik dan orang tua perlu mengintegrasikan pendidikan karakter berbasis religiusitas yang kuat sejak dini sebagai fondasi utama dalam membangun ketahanan emosional dan spiritual anak dalam menghadapi kompleksitas interaksi di ruang siber.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitriani, A., Santoso, B., & Hidayah, N. (2024). Digital well-being: Dampak literasi digital terhadap kesehatan mental anak di era disrupsi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 10(1), 45-58.
- Hidayat, R., & Susanti, E. (2022). Religiusitas sebagai prediktor resiliensi pada individu yang mengalami trauma perundungan siber. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*, 7(2), 112-125.
- Pratiwi, D., & Utami, S. (2023). Cyberbullying dan implikasinya terhadap perkembangan psikososial remaja: Sebuah tinjauan sistematis. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 8(3), 201-215.
- Rahman, A., Kusuma, M., & Fathoni, M. (2025). Internalisasi nilai religius dalam membentuk resiliensi anak: Perspektif pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 6(1), 12-28.
- Wahyuni, S., & Sari, I. P. (2023). Fenomenologi resiliensi penyintas cyberbullying: Sebuah studi kualitatif. *Jurnal Psikologi Kualitatif*, 4(2), 89-104.
- Zulkarnain, Z., & Pratama, R. (2024). Ketangguhan diri dalam bingkai tauhid: Studi fenomenologi pada korban perundungan. *Jurnal Pendidikan Karakter dan Spiritual*, 9(1), 33-47.

