

## Meningkatkan Literasi Digital dan Pola Asuh Demokratis Untuk Mencegah Cyberbullying Pada Remaja: Pendekatan Psikoedukasi Orang Tua Dan Pendidik

Maria Ulfa<sup>1</sup>, Edison<sup>2</sup>, La Ode Eko Maulana<sup>3</sup>, Rasul Wibawa<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Muhammadiyah Buton, Indonesia

Received : 7 Februari 2026, Revised : 15 Februari 2026, Published : 23 Februari 2026

### Corresponding Author

Nama Penulis: Maria Ulfa

E-mail: [maria.ulfa@umbuton.ac.id](mailto:maria.ulfa@umbuton.ac.id)

### Abstrak

Program psikoedukasi berbasis komunitas ini dilaksanakan sebagai respons terhadap meningkatnya cyberbullying pada remaja yang dipengaruhi oleh rendahnya literasi digital serta lemahnya penerapan pola asuh demokratis oleh orang tua dan pendidik. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman tentang keamanan digital, memperkuat keterampilan pengasuhan demokratis, serta membangun kolaborasi pencegahan cyberbullying. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif melalui survei awal, sosialisasi, pelatihan, diskusi kelompok, dan role-playing yang melibatkan orang tua, pendidik, dan remaja di Desa Laburinci, Pasar Wajo. Intervensi difokuskan pada edukasi literasi digital dan penguatan komunikasi terbuka dalam pola asuh demokratis. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kemampuan orang tua dan pendidik dalam mengidentifikasi tanda cyberbullying, menetapkan batasan penggunaan gawai, serta memberikan dukungan emosional yang konstruktif. Selain itu, terjadi perubahan positif pada perilaku digital remaja, ditandai dengan meningkatnya kesadaran etika daring dan menurunnya konflik online. Program ini terbukti efektif memperkuat kapasitas preventif keluarga dan sekolah dalam menciptakan lingkungan digital yang aman bagi remaja.

**Kata kunci** - cyberbullying, literasi digital, pola asuh demokratis, psikoedukasi, remaja

### Abstract

This community-based psychoeducational program addresses the increasing prevalence of adolescent cyberbullying by strengthening digital literacy and democratic parenting practices among parents and educators. The background of the study highlights limited parental and teacher awareness regarding online risks and preventive strategies. The program aimed to enhance participants' understanding of digital safety, improve democratic parenting skills, and foster collaborative prevention of cyberbullying. A participatory approach was implemented in Laburinci Village, Pasar Wajo, involving parents, teachers, and adolescents through surveys, workshops, group discussions, and role-playing activities. The intervention focused on digital literacy education and democratic parenting training delivered via interactive psychoeducation. Results indicate improved parental and educator competencies in recognizing cyberbullying indicators, applying open communication, setting consistent digital boundaries, and providing emotional support. Participants reported increased readiness to guide adolescents' online behavior responsibly, alongside positive changes in youth digital interaction patterns. Overall, the program demonstrated that integrating digital literacy with democratic parenting through psychoeducation effectively strengthens preventive capacities and contributes to safer digital environments for adolescents.

**Keywords** - cyberbullying, digital literacy, democratic parenting, psychoeducation, adolescents

**How To Cite** : Ulfa, M., Edison, E., Maulana, L. O. E., & Wibawa, R. (2026). Meningkatkan Literasi Digital dan Pola Asuh Demokratis Untuk Mencegah Cyberbullying Pada Remaja: Pendekatan Psikoedukasi Orang Tua Dan Pendidik. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 4098 - 4105. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.1157>

**Copyright** ©2026 Maria Ulfa, Edison Edison, La Ode Eko Maulana, Rasul Wibawa

## PENDAHULUAN

Kasus cyberbullying di kalangan remaja menunjukkan peningkatan signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Data dari WHO Regional Office for Europe mengungkapkan bahwa pada tahun 2022, sekitar 11% remaja menunjukkan perilaku penggunaan media sosial yang bermasalah, dengan dampak negatif terhadap kesehatan mental mereka (Copenhage, 2024). Lebih lanjut, sebuah studi oleh Sameer Hinduja dan Justin Patchin menunjukkan bahwa cyberbullying dapat meningkatkan risiko bunuh diri hingga 14,5% dan percobaan bunuh diri hingga 8,7% di kalangan remaja (Popoola et al., 2021)

Dampak negatif cyberbullying terhadap perkembangan psikologis remaja sangat signifikan. Penelitian oleh Nixon (2014) menunjukkan bahwa remaja yang menjadi korban cyberbullying melaporkan peningkatan gejala depresi, kecemasan, kesepian, perilaku bunuh diri, dan gejala somatik. Selain itu, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan tidur, penurunan konsentrasi, dan peningkatan perilaku antisosial di kalangan remaja (Bansal et al., 2023)

Dalam menghadapi tantangan ini, literasi digital menjadi kunci penting. Menurut U.S. Surgeon General's Advisor (2023), penggunaan media sosial yang tidak terkendali dapat meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi dan kecemasan pada remaja. Pentingnya literasi digital adalah untuk membekali remaja dengan keterampilan untuk menggunakan media sosial secara bijak, mengidentifikasi informasi yang salah, dan melindungi diri dari potensi bahaya online.

Selain itu, pola asuh demokratis yang melibatkan komunikasi terbuka dan empati dapat memainkan peran penting dalam mencegah cyberbullying. Studi oleh Achuthan (2022) menunjukkan bahwa praktik pengasuhan yang positif dapat secara langsung atau tidak langsung mengurangi kemungkinan anak menjadi pelaku atau korban cyberbullying. Implementasi pola asuh demokratis dalam era digital melibatkan keseimbangan antara memberikan kebebasan kepada anak untuk mengeksplorasi dunia digital dan memberikan batasan yang jelas untuk menjaga keselamatan mereka (Helmi et al., 2024)

Salah satu permasalahan utama adalah rendahnya pemahaman orang tua dan pendidik mengenai pentingnya literasi digital dan pola asuh demokratis. Banyak orang tua dan pendidik yang belum memiliki keterampilan untuk mendeteksi tanda-tanda cyberbullying atau tidak tahu bagaimana cara menghadapinya secara efektif. Kurangnya pelatihan dan sumber daya untuk orang tua dan pendidik dalam mengenali dan menangani cyberbullying menjadi tantangan besar dalam pencegahan masalah ini.

Selain itu, terdapat kebutuhan mendesak akan pendekatan yang melibatkan kedua pihak, orang tua dan pendidik, dalam upaya pencegahan cyberbullying. Penelitian oleh Siddiqui (2023) menunjukkan bahwa program psikoedukasi yang melibatkan orang tua dan pendidik dapat meningkatkan kesadaran dan keterampilan mereka dalam mencegah dan menangani cyberbullying di kalangan remaja

Pendekatan psikoedukasi yang melibatkan orang tua dan pendidik terbukti efektif dalam mencegah cyberbullying di kalangan remaja. Program pelatihan literasi digital yang dirancang untuk orang tua dan pendidik dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang dunia digital dan dampaknya terhadap remaja. Salah satu contoh *website* yang menyediakan *workshop* interaktif yaitu TELUS Wise yang membantu peserta mengembangkan keterampilan untuk melindungi diri secara online, memahami privasi digital, dan menangani cyberbullying secara efektif (Wise, 2025). Selain itu, *workshop* dan seminar mengenai pola asuh demokratis memainkan peran penting dalam membekali orang tua dan pendidik dengan keterampilan komunikasi yang sehat dan positif. Penelitian menunjukkan bahwa praktik pengasuhan yang melibatkan komunikasi terbuka, empati, dan dukungan emosional dapat mengurangi perilaku bullying, termasuk cyberbullying, di kalangan remaja (Hinduja, 2022)

Kegiatan interaktif, seperti diskusi kelompok dan simulasi situasi, juga efektif dalam meningkatkan kesadaran orang tua dan pendidik mengenai pentingnya pemantauan yang bijak terhadap aktivitas digital remaja. Program seperti "DigiWise" di United Independent School District menggabungkan upaya sekolah, kepolisian, dan organisasi masyarakat untuk memberikan edukasi kepada orang tua dan siswa tentang keselamatan online dan pencegahan cyberbullying (Rosa, 2025)

Program psikoedukasi ini bertujuan untuk mencapai beberapa target luaran yang signifikan. Pertama, diharapkan ada peningkatan keterampilan orang tua dan pendidik dalam menerapkan pola asuh demokratis, yang mencakup komunikasi terbuka, pengaturan batasan yang jelas, dan dukungan emosional yang konsisten. Kedua, program ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman orang tua dan pendidik tentang cyberbullying, termasuk cara mengenali tanda-tandanya dan strategi

pencegahannya. Ketiga, diharapkan terbentuknya komunitas yang mendukung pencegahan cyberbullying melalui kolaborasi antara orang tua, pendidik, dan remaja, menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan digital remaja.

Dengan pendekatan yang holistik dan kolaboratif, program psikoedukasi ini berpotensi besar dalam mencegah dan mengurangi prevalensi cyberbullying di kalangan remaja, serta membekali orang tua dan pendidik dengan alat dan pengetahuan yang diperlukan untuk mendukung remaja dalam menjelajahi dunia digital secara aman dan bertanggung jawab.

## **METODE**

Pelaksanaan program psikoedukasi untuk mencegah cyberbullying pada remaja melibatkan serangkaian langkah terstruktur yang dirancang untuk meningkatkan literasi digital di kalangan orang tua dan pendidik, serta mengajarkan pola asuh demokratis yang mendukung perkembangan sosial dan emosional remaja.

Kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif berbasis komunitas, di mana orang tua, guru, dan siswa dilibatkan secara aktif dalam setiap tahap pelaksanaan. Metode yang digunakan adalah edukasi interaktif (Psikoedukasi), dan pelatihan berbasis praktik.

Adapun lokasi dalam kegiatan ini bertempat di desa Laburinci, Pasar Wajo dengan sasaran

- a) Orang tua remaja yang ingin meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam pola asuh demokratis.
- b) Guru dan tenaga kependidikan yang berperan dalam membimbing remaja di lingkungan sekolah.
- c) Remaja yang aktif menggunakan semua media dan aplikasi internet

Pelaksanaan program psikoedukasi untuk mencegah cyberbullying pada remaja melibatkan serangkaian langkah terstruktur yang dirancang untuk meningkatkan literasi digital di kalangan orang tua dan pendidik, serta mengajarkan pola asuh demokratis yang mendukung perkembangan sosial dan emosional remaja.

Berikut adalah tahapan pelaksanaan yang diusulkan:

1. **Persiapan:** Tahap pertama adalah pengumpulan data untuk memahami tingkat pemahaman orang tua, pendidik, dan siswa terkait dengan literasi digital dan cyberbullying. Survei dan wawancara dapat dilakukan untuk menggali persepsi dan pengetahuan awal peserta tentang penggunaan media sosial dan dampaknya terhadap remaja. Mengidentifikasi sasaran yang relevan, Menurut Jackson (Jackson et al., 2025) memahami latar belakang peserta sebelum melaksanakan pelatihan dapat meningkatkan efektivitas program yang dirancang.
2. **Sosialisasi:** Setelah persiapan, tahap berikutnya adalah sosialisasi program kepada orang tua dan pendidik melalui pertemuan atau sesi informatif. Sosialisasi ini bertujuan untuk membangun pemahaman bersama tentang tujuan program dan pentingnya literasi digital dalam mencegah cyberbullying. Menurut Haumahu, keterlibatan awal orang tua dan pendidik sangat penting untuk menciptakan rasa kepemilikan terhadap program dan meningkatkan komitmen mereka dalam mendukung implementasi (Haumahu, 2025).
3. **Pelatihan:** Pelatihan utama dalam program ini mencakup workshop yang membahas literasi digital dan pola asuh demokratis. Di dalamnya, orang tua dan pendidik diajarkan cara mengenali tanda-tanda cyberbullying serta bagaimana memberikan dukungan emosional yang tepat kepada remaja. Fonseca dan Borges-Tiago (2024), menekankan bahwa literasi digital yang mencakup pemahaman tentang keamanan online dan komunikasi yang sehat sangat penting dalam pencegahan cyberbullying. Pelatihan ini juga mengajarkan pola asuh demokratis yang menekankan komunikasi terbuka dan pengaturan batasan yang jelas dalam penggunaan teknologi.

**Implementasi:** Setelah pelatihan, implementasi dilakukan dengan kegiatan interaktif yang melibatkan orang tua dan pendidik, seperti seminar, diskusi kelompok, dan role-playing. Dalam sesi ini, peserta dapat mempraktikkan keterampilan yang telah mereka pelajari dalam menghadapi situasi yang terkait dengan cyberbullying. Temuan dari Siddiqui dan Schultze-Krumbholz menunjukkan bahwa pendekatan berbasis praktik ini meningkatkan kemampuan orang tua dan pendidik untuk menangani masalah di dunia nyata, mengingat mereka dapat mengembangkan solusi berdasarkan pengalaman langsung (Siddiqui & Schultze-Krumbholz, 2023)

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Meningkatkan pemahaman digital dan menerapkan pola asuh demokratis merupakan langkah strategis dalam mengurangi kasus cyberbullying di kalangan remaja. Dengan mengintegrasikan program psikoedukasi yang melibatkan orang tua dan pendidik, upaya pencegahan ini bisa lebih efektif. Literasi digital memberikan remaja kemampuan untuk menggunakan dunia maya dengan bijak, sedangkan dalam pola asuh demokratis, mendorong adanya komunikasi yang terbuka dan saling menghormati antara orang tua, pendidik, dan remaja, menciptakan ruang yang aman untuk berbicara tentang pengalaman online. Kedua pendekatan ini, jika digabungkan, dapat membantu meminimalkan risiko cyberbullying dengan membekali remaja, orang tua dan pendidik dengan pengetahuan dan keterampilan komunikasi yang diperlukan.

### **1. Peningkatan Literasi Digital pada Orang Tua dan Pendidik Sebagai Tindakan**

Literasi digital merupakan keterampilan esensial bagi remaja untuk menghadapi tantangan dunia maya yang kompleks. Selain kemampuan teknis dalam menggunakan perangkat digital, literasi digital juga mencakup pemahaman mengenai dampak sosial, etika, dan emosional dari penggunaan teknologi (Lim & Pernando, 2025). Hal ini membantu remaja mengenali dan menghindari perilaku berbahaya, serta memahami batasan privasi yang penting di dunia maya. Studi menunjukkan bahwa remaja yang memahami literasi digital lebih mampu mengelola interaksi online secara aman dan bertanggung jawab, serta lebih sadar akan tanda-tanda cyberbullying baik sebagai korban maupun pelaku.



**Gambar 1.** Pemahaman mengenai literasi digital bagi pendidik dan orang tua

Pelatihan literasi digital untuk orang tua dan pendidik terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan mereka mengenali dan menangani cyberbullying. Melalui pelatihan ini, orang tua dan pendidik dapat memahami bagaimana cyberbullying terjadi dan gejala-gejalanya, seperti perubahan perilaku atau isolasi sosial pada remaja. Agustin and Fauzan (2024) menyatakan bahwa setelah mengikuti pelatihan, banyak orang tua dan pendidik yang merasa lebih siap untuk mengidentifikasi tanda-tanda cyberbullying dan memberikan arahan mengenai privasi digital serta pengelolaan data pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa literasi digital memberdayakan orang tua dan pendidik dalam melindungi remaja dari ancaman dunia maya yang dapat merugikan kesehatan mental dan emosional mereka.

Program literasi digital juga memainkan peran penting dalam mencegah cyberbullying dengan mengurangi kemungkinan remaja terlibat dalam perilaku perundungan daring. Agustin dan Fauzan (2024) menjelaskan bahwa dengan pengetahuan yang lebih baik tentang dunia maya, remaja menjadi lebih berhati-hati dalam berinteraksi online. Program ini membantu remaja

mengenali perilaku berbahaya dan menghentikannya sebelum dampaknya membesar, sekaligus memberikan pemahaman mengenai etika dan moral dalam berinteraksi di dunia maya. Literasi digital menciptakan ruang digital yang lebih aman dan mendukung bagi perkembangan remaja tanpa adanya ancaman dari cyberbullying.

Selain manfaat bagi remaja, peningkatan literasi digital juga membawa manfaat signifikan bagi orang tua dan pendidik. Mereka melaporkan peningkatan kemampuan dalam memberikan dukungan yang tepat kepada remaja terkait perilaku mereka di dunia maya. Dengan keterampilan baru ini, orang tua dan pendidik dapat lebih proaktif dalam mencegah cyberbullying dengan mengajarkan remaja untuk menjaga privasi, memahami risiko berbagi informasi secara tidak bijak, dan mengetahui langkah-langkah yang perlu diambil jika mereka menjadi korban atau menyaksikan cyberbullying. Literasi digital menjadikan orang tua dan pendidik sebagai pembimbing yang membantu remaja menjelajahi dunia maya dengan aman, etis, dan bertanggung jawab.

## 2. Penerapan Pola Asuh Demokratis untuk Pencegahan Cyberbullying

Pola asuh demokratis adalah pendekatan pengasuhan yang menekankan komunikasi terbuka, saling menghormati, dan kehangatan emosional antara orang tua, pendidik, dan remaja. Komunikasi terbuka dan suportif antara orang tua dan remaja sangat penting dalam mencegah cyberbullying. Diskusi rutin tentang aktivitas online dapat mengurangi risiko insiden cyberbullying (Abbas, 2024). Program psikoedukasi menunjukkan bahwa pemahaman orang tua dan pendidik mengenai komunikasi dua arah meningkat, memungkinkan remaja merasa dihargai dan lebih terbuka untuk berbagi pengalaman mereka di dunia maya, termasuk situasi berisiko seperti cyberbullying.

Selain itu, pola asuh demokratis juga menyeimbangkan kebebasan dengan penetapan batasan yang jelas. Dengan memberikan kebebasan yang diikuti aturan yang konsisten, remaja dapat mengembangkan kemandirian dan tanggung jawab sosial. Batasan yang disepakati bersama, seperti durasi penggunaan gawai dan platform yang boleh diakses, membantu remaja memahami konsekuensi dari perilaku mereka tanpa merasa dikekang. Temuan ini sesuai dengan pendapat Achuthan (Achuthan et al., 2022) yang menyatakan bahwa pola asuh demokratis mendukung regulasi emosi dan keterampilan sosial remaja, yang dapat mengurangi risiko keterlibatan mereka dalam perilaku agresif, termasuk cyberbullying.



**Gambar 2.** Focus Group Discussion penerapan pola asuh demokratis Orang Tua

Pendidik memiliki peran penting dalam menanamkan tanggung jawab digital kepada remaja, terutama ketika pendekatan yang digunakan sesuai dengan prinsip pola asuh demokratis. Mahmoudi-Dehaki and Nasr-Esfahani (2025) menekankan bahwa pendidik harus menjadi model perilaku etis dalam penggunaan media digital, bukan hanya penyampai pengetahuan. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa setelah pelatihan, pendidik lebih mampu mengintegrasikan nilai-nilai tanggung jawab digital dalam pengajaran, seperti pentingnya menjaga privasi dan menghormati orang lain di dunia maya.

Praktik pengasuhan dan pendidikan yang melibatkan komunikasi terbuka dan bimbingan konstruktif terbukti efektif dalam membantu remaja menghadapi risiko digital. Pendekatan ini tidak hanya mendorong pendidik untuk memberi batasan, tetapi juga untuk memfasilitasi diskusi reflektif mengenai perilaku daring yang tidak bertanggung jawab. Dengan demikian, remaja diajak untuk memahami alasan di balik aturan dan dampak sosial dari perilaku mereka, yang memperkuat kesadaran moral dan kemampuan berpikir kritis mereka dalam berinteraksi di dunia digital.

Hasil implementasi program menunjukkan bahwa pola asuh demokratis berkontribusi nyata dalam menurunkan kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja, karena remaja yang dibesarkan dalam lingkungan pengasuhan demokratis cenderung memiliki empati lebih tinggi, regulasi emosi lebih baik, dan kecenderungan lebih rendah untuk terlibat dalam perilaku agresif di ruang daring (Bansal et al., 2023). Temuan kegiatan juga memperlihatkan perubahan positif pada pola interaksi remaja, seperti berkurangnya konflik online dan meningkatnya kesadaran untuk berkomunikasi secara sopan dan bertanggung jawab. Selain itu, pola asuh demokratis menciptakan rasa aman psikologis yang mendorong remaja lebih terbuka melaporkan pengalaman atau kekhawatiran terkait cyberbullying kepada orang tua dan pendidik, sehingga intervensi dapat dilakukan lebih dini sebelum dampak psikologis berkembang, menjadikan pola asuh demokratis berfungsi tidak hanya sebagai strategi pencegahan tetapi juga mekanisme pengendalian yang efektif dan berkelanjutan (Bansal et al., 2023).

### 3. Efektivitas Pendekatan Psikoedukasi dalam Mencegah Cyberbullying

Pendekatan psikoedukasi terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran orang tua dan pendidik mengenai cyberbullying dan cara mencegahnya. Psikoedukasi dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja tentang cyberbullying, termasuk jenis, penyebab, dan dampaknya. Pendekatan ini telah terbukti efektif dalam pengaturan Pendidikan (Rosyidah et al., 2023). Teknik psikoedukasi yang berbasis pemahaman mendalam tentang dampak sosial dan emosional ini membekali orang tua dan pendidik dengan keterampilan untuk mengintervensi secara efektif, membantu remaja yang mungkin menjadi korban atau pelaku cyberbullying. Pendekatan psiko-edukasi dengan melibatkan orangtua berkontribusi dalam perubahan sikap anak, dengan membangun kolaborasi antara sekolah dan orang tua melalui pendekatan ini, dapat menciptakan lingkungan yang kondusif, aman serta bebas bullying (Pinqart, 2016; Ulfa, Husniah, et al., 2025; Wijaya, 2024)

Pelatihan psikoedukasi meningkatkan keterampilan praktis orang tua dan pendidik dalam mengenali dan menangani cyberbullying, seperti komunikasi terbuka dengan remaja tanpa menghakimi (Rosa, 2025). Metode interaktif, seperti diskusi kelompok, seminar, dan role-playing, memperkuat pemahaman teoretis dan memungkinkan peserta untuk merespons situasi dunia nyata (Siddiqui & Schultze-Krumbholz, 2023). Hasilnya, terjadi penurunan kasus cyberbullying setelah penerapan keterampilan yang diperoleh, menunjukkan efektivitas pelatihan dalam mempersiapkan orang tua dan pendidik untuk menangani masalah ini secara responsif dan tepat.

### 4. Peningkatan Kolaborasi antara Orang Tua, Pendidik, dan Remaja

Kolaborasi efektif antara orang tua, pendidik, dan remaja sangat penting dalam mencegah cyberbullying. Sinergi ini memperkuat strategi pencegahan dan mempercepat respon terhadap insiden di dunia maya. Orang tua dan pendidik berperan dalam mengedukasi remaja tentang risiko digital, sementara remaja dilibatkan dalam diskusi mengenai batasan, etika, dan tanggung jawab online. Komunikasi terbuka membantu remaja merasa didukung, yang mempercepat intervensi jika terjadi perundungan daring (Siddiqui & Schultze-Krumbholz, 2023). Program berbasis komunitas, seperti "DigiWise", yang melibatkan berbagai pihak, menciptakan kesadaran kolektif mengenai keselamatan digital remaja, memperkuat jaringan pendukung dalam menangani masalah cyberbullying secara efektif (Rosa, 2025). Peningkatan signifikan melalui literasi pola asuh demokratis pada orang tua dan guru yang disertai perubahan praktik pengasuhan menjadi lebih komunikatif dan suportif, penurunan kasus bullying ringan di kelas intervensi, serta penguatan kolaborasi sekolah–keluarga dalam membentuk lingkungan sosial yang kondusif bagi perkembangan karakter prososial anak (Ulfa, Wijaya, et al., 2025).



**Gambar 3.** Kolaborasi antara Orang Tua, Pendidik, dan Remaja

Komunikasi terbuka antara orang tua, pendidik, dan remaja sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi remaja di dunia maya. Remaja yang merasa didengar lebih cenderung melaporkan pengalaman buruk mereka (Bansal et al., 2023). Penyuluhan berkelanjutan dan keterlibatan orang tua serta pendidik dalam mendukung remaja sangat penting untuk membangun rasa aman dan kepercayaan, yang pada gilirannya mengurangi risiko cyberbullying. Kolaborasi ini menjadi elemen kunci dalam menciptakan dunia maya yang lebih aman bagi remaja.

#### 5. Tantangan dan Saran untuk Pengembangan Program

Meski program psikoedukasi ini terbukti efektif, tantangan utama yang dihadapi adalah Salah satu tantangan utama yang dihadapi adalah keterbatasan waktu yang dimiliki oleh orang tua dan pendidik. Banyak orang tua yang memiliki kesibukan pekerjaan yang tinggi, sehingga sulit untuk meluangkan waktu mengikuti pelatihan atau kegiatan edukasi yang diselenggarakan. Begitu pula dengan pendidik, yang sering kali memiliki jadwal yang padat di sekolah dan kurang memiliki kesempatan untuk mengikuti pelatihan tambahan di luar jam kerja mereka. Dan ketidakmerataan pemahaman antara orang tua dan pendidik yang memiliki latar belakang digital yang berbeda. Beberapa orang tua yang lebih tua atau kurang terpapar teknologi mungkin merasa kesulitan dalam memahami cara kerja media sosial dan dampaknya terhadap remaja. Oleh karena itu, program ini perlu terus mengedepankan pendekatan yang lebih inklusif dan fleksibel, dengan memberikan modul yang lebih sederhana dan mudah dipahami bagi orang tua yang mungkin tidak begitu paham tentang dunia digital (Jackson et al., 2025).

Untuk itu, program ini bisa diperluas dengan memasukkan lebih banyak kegiatan yang memungkinkan orang tua dan pendidik untuk berlatih langsung dengan teknologi, seperti simulasi penggunaan media sosial atau perangkat digital yang lebih mudah dikelola oleh semua pihak. Selain itu, kolaborasi dengan lembaga-lembaga yang memiliki pengalaman dalam pelatihan literasi digital untuk kelompok dewasa bisa menjadi langkah penting untuk memperkuat program ini di masa depan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Literasi digital dan pola asuh demokratis terbukti efektif dalam mencegah cyberbullying di kalangan remaja. Literasi digital membekali remaja dengan keterampilan untuk menggunakan dunia maya secara bijak dan bertanggung jawab, sementara pola asuh demokratis menciptakan komunikasi terbuka antara orang tua, pendidik, dan remaja, yang memungkinkan remaja merasa aman berbicara tentang pengalaman mereka di dunia maya. Program psikoedukasi yang melibatkan orang tua dan pendidik meningkatkan kesadaran mereka tentang dampak cyberbullying dan memberikan keterampilan praktis dalam mengenali serta menangani masalah ini, yang pada gilirannya mengurangi prevalensi cyberbullying dan menciptakan lingkungan digital yang lebih aman. Pemberdayaan orang tua dan pendidik melalui peningkatan literasi digital dan penerapan pola asuh demokratis membantu menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sosial dan emosional remaja. Kolaborasi berkelanjutan antara orang tua, pendidik, remaja, dan masyarakat memperkuat ekosistem yang lebih responsif dan adaptif terhadap tantangan cyberbullying, mendukung upaya pencegahan secara lebih efektif dan berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, G. (2024). Role of Parent-Adolescent Communication to Prevent Cyberbullying in Youth: Challenges and Opportunities. *International Journal for Electronic Crime Investigation*, 8(3). <https://doi.org/10.54692/ijeci.2024.0803202>
- Achuthan, K., Muthupalani, S., Kolil, V. K., & Madathil, K. C. (2022). Theoretical perspectives of parental influence on adolescent cyber behaviour: A bi-national Instagram-based study. *Heliyon*, 8(11), e11813. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11813>
- Agustin, D. D., & Fauzan, L. (2024). Psikoedukasi Literasi Digital sebagai Upaya Mereduksi Tindakan Cyberbullying pada Siswa SMP. *JoLLA Journal of Language Literature and Arts*, 4(7), 674–680. <https://doi.org/10.17977/um064v4i72024p674-680>
- Bansal, S., Garg, N., Singh, J., & Van Der Walt, F. (2023). Cyberbullying and mental health: past, present and future. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1279234>
- Copenhagen. (2024). *Teens, screens and mental health: New WHO report indicates need for healthier*

- online habits among adolescents. World Health Organization. <https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>
- Fonseca, J., & Borges-Tiago, T. (2024). *Digital Literacy Education and Cyberbullying Combat: Scope and Perspectives BT - Strategic Innovative Marketing and Tourism* (A. Kavoura, T. Borges-Tiago, & F. Tiago (eds.); pp. 157–164). Springer Nature Switzerland.
- Haumahu, C. P. (2025). *Cyberbullying In Schools : Prevention And Intervention Strategies In The Digital Age*. 3(6), 1141–1149.
- Helmi, H., Anggreni, N., Sridila, S., Adiwijaya, S., Batubara, M. Z., & Saragih, O. K. (2024). Navigating Democratic Parenting Patterns in Parenting in the Digital Era. *West Science Interdisciplinary Studies*, 2(06), 1199–1205. <https://doi.org/10.58812/wsis.v2i06.996>
- Hinduja, S. (2022). *The Role of Parents in Preventing Bullying and Cyberbullying*. Cyberbullying Research Center. <https://cyberbullying.org/parenting-preventing-bullying-cyberbullying>
- Jackson, E., Boyes, M., Blundell, B., Hirn, J., & Leitão, S. (2025). Managing cyberbullying among adolescents with neurodevelopmental disorders: A scoping review. *International Journal of Speech-Language Pathology*, 27(3), 341–356. <https://doi.org/10.1080/17549507.2025.2451305>
- Lim, S., & Pernando, Y. (2025). Systematic Literature Review Optimalisasi Literasi Digital Untuk Efisiensi Penanggulangan Cyberbullying. *J-Com (Journal of Computer)*, 5(1), 9–18. <https://doi.org/10.33330/j-com.v5i1.3571>
- Mahmoudi-Dehaki, M., & Nasr-Esfahani, N. (2025). Nurturing Responsible Digital Citizens in the Online World. In *Digital Citizenship and Building a Responsible Online Presence* (pp. 99–122). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/979-8-3693-6675-2.ch004>
- Nixon, C. L. (2014). Current perspectives: the impact of cyberbullying on adolescent health. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 5, 143–158. <https://doi.org/10.2147/AHMT.S36456>
- Office of the Surgeon General. (2023). Social Media and Youth Mental Health: The U.S. Surgeon General's Advisory. *The U.S. Surgeon General's Advisory*, 25. <https://www.hhs.gov/surgeongeneral/priorities/youth-mental-health/social-media/index.html>
- Pinquart, M. (2016). Associations of parenting styles and dimensions with academic achievement in children and adolescents: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 28, 475–493.
- Popoola, O., Olagundoye, O., & Alugo, M. (2021). Social Media and Suicide. *Anxiety Disorders - The New Achievements*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.92160>
- Rosa, J. D. La. (2025). *UISD launches DigiWise task force to promote online student safety, combat cyberbullying*. LMT Online. <https://www.lmtonline.com/local/article/south-texas-webb-county-laredo-student-wellness-20814738.php>
- Rosyidah, F. I., Purwati, S., & Muzayyanah, N. (2023). Improving Adolescent knowledge to Prevent Cyber Bullying through Psychoeducation. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, VII(XI), 399–408. <https://doi.org/10.47772/ijriss.2023.7011031>
- Siddiqui, S., & Schultze-Krumbholz, A. (2023). Successful and Emerging Cyberbullying Prevention Programs: A Narrative Review of Seventeen Interventions Applied Worldwide. *Societies*, 13(9), 212. <https://doi.org/10.3390/soc13090212>
- Ulfa, M., Husniah, W. O., Kosilah, K., Fadillah, N., Samal, S. N. A., & Koriah, W. O. N. (2025). Media Zona Tumbuh Kembang dalam Membangun Karakter Anti Bullying Melalui Pola Asuh Otoritatif di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 6(3), 2005–2025.
- Ulfa, M., Wijaya, R. S., Fadillah, N., Amalia, A. P., Buton, U. M., Article, I., Character, C., & Commons, C. (2025). Building Children ' S Character Through Democratic Parenting : Bullying Prevention Strategy. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sabangka*, 4(03), 237–253. <https://azramedia-indonesia.azramediaindonesia.com/index.php/sabangkaabdimas/article/view/1512>
- Wijaya, R. S. (2024). Layanan Informasi untuk Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa SMK Negeri 3 Baubau dalam Mencegah Perilaku Bullying. *Dedikasi Saintek Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 145–155.
- Wise, T. (2025). *Empowering you to stay safe in our digital world*. TELUS. <https://www.telus.com/en/wise>