

DAMPAK PSIKOLOGIS WANITA KARIR KORBAN CYBER BULLYING

Vera Imanti, Triyono

Dosen Psikologi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Surakarta
Jln. Pandawa Pucangan kartasura Sukoharjo, Jawa Tengah
e-mail: vera_imanti@iain-surakarta.ac.id, triyonoalarief82@iain-surakarta.ac.id

Abstract

Bullying is an aggressive behavior that someone does intentionally and repeatedly against someone with the aim of hurting, either physically or mentally. Bullying activities can occur anywhere and anytime, including career women. For women who play a dual role, namely as a mother and a career in bullying can have an impact on their lives, both personal life and social life. In this case the author focuses on cyber bullying. Cyber bullying is an intentional and repeated aggressive behavior with the aim of harassing or hurting the victim through technological devices. The types of cyber bullying are flaming, harassment, denigration, impersonation, outing and trickery, exclusion, and cyber stalking. Each type of cyber bullying has a psychological impact on victims. This paper attempts to conceptually answer the psychological impact caused by cyber bullying for career women. Given the rapid advances in technology, especially in the realm of social media that is not balanced with the ability to use it.

Keyword: career women, cyber bullying, psychological effects

Abstrak

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan seseorang dengan sengaja dan berulang-ulang terhadap seseorang dengan tujuan menyakiti, baik secara fisik atau mental. Aktivitas bullying dapat terjadi di mana dan kapan saja, termasuk wanita karir. Bagi wanita yang berperan ganda, yaitu sebagai ibu dan berkarir bullying bisa berdampak bagi kehidupannya, baik kehidupan pribadi maupun kehidupan sosialnya. Dalam hal ini penulis fokus pada *cyber bullying*. *Cyber bullying* merupakan perilaku agresif yang disengaja dan berulang dengan tujuan melecehkan atau menyakiti korban melalui perangkat teknologi. Jenis-jenis *cyber bullying* adalah *flaming, harassment, denigration, impersonation, outing and trickery, exclusion, dan cyber stalking*. Masing-masing jenis cyber bullying memiliki dampak psikologis bagi korban. Tulisan ini mencoba menjawab secara konseptual dampak psikologis yang diakibatkan oleh cyber bullying bagi wanita karir. Mengingat pesatnya kemajuan teknologi terutama dalam ranah sosial media yang tidak diimbangi dengan kecakapan dalam menggunakannya.

Kata Kunci: *wanita karir, cyber bullying, dampak psikologis*

A. PENDAHULUAN

Dalam beberapa dekade terakhir, peran wanita dalam berbagai bidang semakin terlihat. Peran wanita tidak hanya terbatas di lingkungan domestik rumah tangga, namun bidang-bidang lain seperti sosial, pendidikan, olahraga, ekonomi, hingga politik pemerintahan.

Munculnya gerakan emansipasi, kesetaraan gender, dan keadilan gender di beberapa negara, termasuk di Indonesia turut membawa andil perubahan pandangan wanita terhadap diri, rumah tangga, dan kehidupan sosialnya.

Keadilan gender (*gender equity*) berarti pemberian keadilan, tanpa melihat status gender seseorang dengan mempertimbangkan kesamaan hak, kewajiban, kesempatan, dan manfaat. Kesetaraan gender (*gender equality*) adalah pandangan kesamaan untuk bagi setiap individu untuk berpikir bebas atau mengembangkan kemampuan personal, membuat atau menentukan pilihan dan tujuan hidupnya sendiri, tanpa dibatasi oleh prasangka, *stereotip*, atau peran-peran gender yang kaku (Mugniesyah, 2007).

Terdapat banyak *stereotip* tentang wanita, misalnya dalam tradisi Jawa sebagaimana disebutkan Mahmudah (2014) sebagai *penumpang kemukten* (kemuliaan) suami, hidupnya terbatas pada lingkungan domestik rumah tangga sehingga diposisikan sebagai *konco wingking* yang harus menjalankan 5 “ah” yaitu berkeluarga (*omah-omah*), mengasuh anak (*momong bocah*), mencuci pakaian (ubah-ubah), memasak (*olah-olah*), dan mencuci pakaian atau peralatan dapur (*isah-isah*). Dalam hal memimpin, wanita dipandang tidak

memiliki kemampuan jika menduduki sebuah kekuasaan (memimpin), atau tidak memiliki kemampuan yang mumpuni dalam mengambil keputusan-keputusan penting dan strategis di luar wilayah pekerjaannya.

Kesetaraan gender (*gender equality*) dan keadilan gender (*gender equity*) dalam hal memaknai peran-peran sosial menjadikan wanita tidak lagi menganggap dirinya sebagai makhluk *the second creation* atau menjadi subordinasi dari laki-laki. Wanita memiliki kesempatan yang sama seperti laki-laki untuk memilih peran-peran aktualisasi diri yang lebih luas, tidak hanya peran domestik sebagaimana *stereotip* yang berkembang.

Melihat peran dan kiprah wanita di berbagai bidang saat ini menjadi penegas gender bukan lagi menjadi penghalang untuk berkarya atau berperan pada ruang-ruang yang sama seperti yang laki-laki, tentu dengan tidak mengabaikan kodrat sebagai seorang wanita.

Shonhaji (2017) menyebutkan transformasi sosial masyarakat dewasa ini menuntut wanita tidak lagi tersekat dalam peran domestik, akan tetapi eksistensinya kini telah mulai diakui sebagai pihak yang memiliki sumber daya dalam pembangunan. Wanita kini tidak lagi hanya sebagai simbol atau *konco wingking*, Namun sebagai mitra sejajar laki-laki atau *Syaqa'iq al-Rijal* (saudara-saudara sekandung kaum laki-laki). Artinya, wanita memiliki hak-hak yang hampir sama dengan laki-laki. Jikalau pun terdapat perbedaan, lebih disebabkan adanya fungsi dan tugas utama (takdir) yang Allah swt. berikan kepada masing-masing jenis kelamin. Dengan kata

lain, perbedaan yang ada bukan menjadi penyebab laki-laki memiliki kelebihan daripada perempuan, dan atau sebaliknya.

Tingkat pendidikan perempuan yang setara dengan laki-laki, mampu mendorong peningkatan peran partisipasi wanita di berbagai bidang, baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Peran-peran yang dilakukan wanita tersebut menjadikan wanita memiliki pribadi yang khas. Peran yang dilakoninya tidak terbatas sebagai ibu, tetapi juga sebagai makhluk sosial yang juga terlibat pada sektor publik.

Terhadap peran ini, Kartini Kartono (1992), menyebut bahwa wanita merupakan *person* yang tidak bisa berdiri sendiri tanpa dunianya, tanpa komunikasi dan partisipasi dalam kehidupan sehari-hari. Bagi wanita yang sudah berkeluarga, khususnya berperan di luar rumah misalnya bekerja di pada sektor-sektor publik menjadikan wanita memiliki peran ganda (*dual career*), yaitu peran sebagai ibu rumah tangga, dan peran sebagai wanita pekerja (wanita karir).

Arus globalisasi yang ditopang dengan pesatnya perkembangan dalam bidang informasi dan teknologi, semakin membuka kesempatan dan memudahkan wanita untuk bekerja di berbagai sektor kehidupan.

Worell (2002) menyatakan bahwa wanita yang bekerja mempunyai tiga faktor yang melatarbelakanginya. *Pertama*, kebutuhan ekonomi. Hal ini muncul akibat tuntutan kebutuhan hidup atau faktor ekonomi yang semakin tinggi, besar, dan mendesak membuat wanita harus bekerja dan membantu suami mencukupi kebutuhan rumah tangga.

Kedua, pendidikan yang lebih tinggi. Faktor ini menjadikan wanita cenderung memilih bekerja daripada hanya menjadi ibu rumah tangga. *Ketiga*, pemenuhan kebutuhan untuk lebih dihargai atau untuk aktualisasi potensi diri. Peran penting suatu profesi juga menjadi stigma sosial yang positif bagi wanita karir. Pada era milenial ini berkarir bagi wanita juga dapat meningkatkan kualitas wawasan, kepercayaan diri dan harga diri.

Wanita yang bekerja bukanlah hal baru, namun tidak semua wanita yang bekerja disebut berkarir. Wanita karir adalah wanita yang menekuni profesi atau pekerjaan tertentu secara serius untuk meningkatkan hasil dan prestasinya, sebab di dalamnya terdapat jenjang kenaikan posisi yang jelas, terdapat ritme kerja teratur, *jobdesk* (pembagian kerja) sistematis, dan rutinitas yang kuat. Kondisi ini menjadikan wanita karir harus mampu mengatur jadwal pekerjaannya dan waktu untuk keluarga dengan baik (Dewi, 2015).

Peran ganda (*dual career*) bagi wanita, dalam satu kondisi menjadikan peran penting wanita dalam keluarga semakin berkurang, khususnya pengasuhan anak-anaknya. Tidak dapat dipungkiri, kehadiran dan peran ibu (wanita) masih sangat dibutuhkan bagi tumbuh kembang anak-anak. Peran ganda bagi wanita dapat memicu stress, konflik peran ganda, hingga ketidakpuasan terhadap perkawinan yang dilakukannya.

Penelitian yang dilakukan Saman dan Dewi (2012) menunjukkan stress konflik peran ganda memiliki efek negatif pada kepuasan pernikahan pada wanita karir. Penelitian tersebut juga menunjukkan

bahwa semakin tinggi motivasi ibu untuk berkarir maka semakin tinggi konflik peran ganda yang akan dialaminya.

Konflik peran ganda (*work family conflict*) menurut Sekaran (1986), merupakan problem yang dialami oleh ibu rumah tangga yang juga seorang wanita karir. Penyebab konflik peran ganda, di antaranya adalah tentang pengasuhan anak, pengaturan pekerjaan rumah tangga, pengaturan komunikasi dan interaksi, termasuk waktu dengan anggota keluarga, bagaimana menentukan urutan prioritas dalam kapasitasnya sebagai istri, serta adanya tekanan karir dan keluarga.

Pendapat tentang ibu merupakan sekolah pertama di dalam keluarga bagi sebagian orang masih dianut, namun bagi sebagian yang lain lebih mempercayakan kepada fasilitas, sekolah, maupun pengasuh. Namun tidak sedikit wanita karir yang juga berprofesi sebagai ibu tetap berusaha memainkan perannya dengan maksimal ketika di rumah. Ibu akan berusaha memenuhi kebutuhan keluarga dengan cara-cara yang mudah dan efektif, karena diharapkan akan menunjang aktivitas ibu berkarir yang sangat padat aktifitas termasuk tuntutan pekerjaan.

Kita memasuki zaman di mana media sosial (medsos) sangat mempengaruhi proses kehidupan manusia. Canggih dan mudahnya teknologi semakin hari semakin banyak diminati. Seolah tak berjarak dengan sesama individu yang berada di lain tempat. Adanya media sosial dimungkinkan terjadi pertukaran konten di antara para penggunanya.

Melalui media sosial, informasi akan lebih mudah berkembang dan

disebarluaskan ke masyarakat, sehingga mudah pula untuk didapatkan. Dengan cepat pulakonstruksis sosial, gaya hidup, pola pemikiran cepat bergeser, menggantikan budaya-budaya lama yang pernah ada.

Melalui media sosial, menurut Kamanto Sunarto (2000) manusia diajak atau saling berdialog, mengasah ketajaman nalar dan psikologisnya dengan alam yang hanya tampak pada layar, namun sebenarnya mendeskripsikan realitas kehidupan manusia. Melihat isi pesan, berbagi, dan bertukar pesan di antara pengguna media dalam satu kondisi dapat mengarahkannya pada perilaku prososial atau perilaku antisosial.

Tidak berempati, mudah menghakimi dan menilai sebuah perilaku orang lain, termasuk persepsi tentang wanita karir merupakan contoh penggunaan media sosial yang mengarah kepada antisosial.

Persepsi menurut Jalaluddin Rakhmat (2003), adalah suatu pengalaman tentang obyek, peristiwa yang diperoleh dengan cara menyimpulkan informasi yang didapat dan kemudian menafsirkannya. Persepsi merupakan penilaian secara keseluruhan tentang suatu objek atau kondisi. Jika subyek merasa senang dengan objek tersebut maka disebut sebagai persepsi positif, dan sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan Dewi (2015) tentang Pengasuhan Ibu Berkarir dan Internalisasi Nilai Karir Pada Remaja menunjukkan secara kuantitas lebih banyak yang berpersepsi positif dibandingkan yang negatif. Persepsi positif karena melihat wanita karir sebagai figur yang hebat, yakni mampu membagi waktunya dengan baik antara urusan

domestik dan publik, mandiri secara ekonomi dan dapat menjadi motivator bagi anaknya. Sementara persepsi negatif terbentuk karena merasakan bahwa wanita karir tidak memiliki banyak waktu untuk keluarga dan cenderung egois sehingga anak menjadi tidak terurus dengan baik.

Pada beberapa kasus, pengguna media sosial (*netizen*) memiliki persepsi negatif tentang wanita berkarir. Misalnya, karena alasan pekerjaan kantor, lebih suka menyediakan makanan cepat saji bagi keluarga daripada memasak sendiri, menjadi sasaran empuk para netizen untuk berkomentar negatif terhadap sikap tersebut di saat pegiat makanan bergizi gencar memberikan informasi-informasi mengenai pentingnya makanan sehat bagi anak-anak. Di saat yang hampir bersamaan, beredar postingan di media sosial yang memberikan *negative judgement* pada wanita karir. Perselisihan antara siapa yang terbaik antara ibu berkarir atau ibu rumah tangga terus bergulir tanpa ada ujungnya.

Dari sinilah kemudian timbul *cyber bullying* yaitu perilaku mencela, memberikan *negative judgement* melalui media sosial. Breguet (2007) menjelaskan *cyber bullying* adalah bentuk atau jenis intimidasi yang dilakukan pelaku dengan tujuan melecehkan atau mempermalukan korban melalui perangkat teknologi. Serangan *cyber bullying* kepada korban dapat berupa pesan atau gambar yang mengganggu yang kemudian disebarluaskan dengan mempermalukan korban bagi orang lain yang melihatnya.

Cyber bullying memiliki pengaruh negatif, khususnya dampak psikologis

bagi korban. Penelitian yang dilakukan Pandie dan Weismann (2016) menunjukkan tingginya pengaruh perilaku pelaku *cyber bullying* terhadap perilaku reaktif siswa korban *cyber bullying*. Anon (dalam Rahayu: 2013) menyebutkan dampak *cyber bullying* terhadap kondisi psikologis korban, yakni depresi, merasa terisolasi, dan merasa diperlakukan tidak manusiawi.

Pada wanita karir, *cyber bullying* berdampak psikologis dimulai dari mengalami perasaan bersalah, menarik diri, memunculkan emosi negatif yaitu sedih, merasa tidak berguna, dilema, kesulitan dalam mengambil keputusan, kesulitan menentukan sikap, merasa tidak mendapatkan dukungan dari lingkungan, serta dapat berefek negatif sikapnya terhadap anak-anak.

Dampak psikologis selain dari konflik peran ganda (*work-family conflict*) juga karena tekanan dari efek *cyber bullying*, *verbal bullying* yang terus bergulir tanpa mempedulikan kondisi emosional dari wanita karir.

Tulisan ini dapat membantu para pengguna media sosial agar bisa memahami kondisi psikologis yang berdampak, sehingga akan mengurangi atau menurunkan perilaku *cyber bullying*.

B. TINJAUAN PUSTAKA

Wanita Karir

Wanita memiliki posisi yang dominan dalam pengasuhan di dalam keluarga. Peran ganda sebagai ibu juga sebagai wanita karir tidaklah mudah untuk dilakukan. Dibutuhkan kesiapan mental dan dukungan dari lingkungan internal juga eksternalnya. Wanita tidak dituntut

untuk mencari nafkah, sehingga wanita berkarir sebenarnya tidak selalu beralasan dari faktor ekonomi saja.

Wanita karir menurut Muri'ah (2011) adalah wanita yang menekuni sesuatu pekerjaan secara penuh dalam waktu tertentu dan relatif lama, tujuannya adalah mencapai kemajuan hidup, pekerjaan atau jabatan. Tergolong wanita karir dalam hal ini adalah mereka yang berkiprah atau bekerja pada di sektor-sektor publik. Menurut Juwariyah Dahlan (dalam Qomar, 2015), wanita karir adalah ibu rumah tangga yang juga aktif berkarir dan bekerja pada suatu instansi sesuai dengan kemampuannya. Menurut Munandar (2001), wanita yang bekerja dengan tujuan mengembangkan karirnya dapat disebut dengan wanita karir.

Berdasarkan pengertian-pengertian tersebut, yang disebut wanita karir adalah wanita yang memiliki peran ganda (*dual career*), yaitu sebagai istri atau ibu dan juga pekerja yang aktif mengerjakan tugas-tugas di luar pekerjaan rumah tangganya dalam durasi waktu yang lama dan penuh (*fulltime*), untuk mencapai prestasi tinggi, baik dalam upah maupun status (jabatan) serta berkiprah di sektor publik.

Peran Ganda Wanita Karir

Wanita dalam Islam memiliki posisi dan peran yang dimuliakan. Seorang istri harus patuh terhadap suami, namun wanita juga perlu dihormati dan diapresiasi utamanya oleh anak-anaknya.

Melakukan dua peran yang berbeda sekaligus adalah hal yang tidak mudah. Dibutuhkan kesiapan mental, tenaga, dan pikiran. Maka tidak jarang timbul konflik di antara dua tuntutan yang berbeda, yaitu

tanggung jawab sebagai ibu dan tanggung jawab pekerjaan. Tanggung jawab pekerjaan misalnya deadline pekerjaan, dan tanggung jawab ibu misalnya pengasuhan, mendidik, mendampingi, juga membimbing anak-anak dan keluarga.

Greenhaus & Beutel (dalam Triaryati, 2003) mendefinisikan tiga jenis *work family conflict*, yaitu:

1. *Time-based conflict*.

Konflik ini terjadi sebab masalah waktu. *Time-based conflict* terjadi karena waktu yang ada memaksa seseorang hanya sanggup melaksanakan satu perannya saja. Waktu bekerja tidak dapat digunakan untuk melakukan peran lain (keluarga).

2. *Strain-based conflict*.

Konflik ini terjadi sebab adanya *strain* atau tekanan di dalam suatu peran, yang membuat peran lainnya menjadi tidak maksimal, atau mungkin tidak bisa dilakukan sama sekali. *tekanan dalam memenuhi* peran ini dapat mengakibatkan munculnya kecemasan atau stres, tekanan darah meningkat dan sakit kepala.

3. *Behavior-based conflict*.

Konflik ini terjadi sebab adanya ketidaksesuaian atau perbedaan antara perilaku dengan sikap yang diharuskan untuk menjalankan peran tersebut (peran dalam pekerjaan dan keluarga).

Dari penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa wanita bekerja berarti menjalankan peran ganda di mana tuntutannya berbeda satu dengan yang lain, kemudian timbul konflik yaitu berkaitan dengan waktu, kondisi emosional, dan ketidaksesuaian perilaku.

Cyber Bullying

Cyber bullying adalah intimidasi yang dilakukan pelaku dengan tujuan melecehkan atau mempermalukan korban melalui perangkat teknologi. Serangan *cyber bullying* kepada korban dapat berupa pesan atau gambar yang mengganggu yang kemudian disebarluaskan dengan mempermalukan korban bagi orang lain yang melihatnya (Breguet, 2007).

Ditambahkan oleh Williams dan Guerra (dalam Steffgen, 2013) *cyber bullying* adalah suatu tindakan yang ditunjukkan kepada seseorang melalui pesan teks, email, video atau pesan gambar tujuannya untuk mengolok-olok, memaki, dan mengancam.

Selanjutnya menurut Kowalski, dkk (2013) *cyber bullying* didefinisikan sebagai agresi yang dilakukan secara sengaja dan berulang dengan memanfaatkan media elektronik (seperti email, blog, pesan teks, pesan instan) terhadap seseorang yang tidak dapat dengan mudah membela dirinya.

Dari beberapa definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa *cyber bullying* adalah perilaku agresi yang disengaja dan berulang, di mana pelaku melakukannya dengan tujuan untuk melecehkan, mempermalukan, dan membuat orang lain terluka dengan cara mengirim pesan teks, email, blog, gambar atau video melalui perangkat teknologi.

Aspek-Aspek Cyber Bullying

Menurut Willard (dalam Sartana & Afriyeni, 2017), aspek-aspek dari *cyber bullying* ada tujuh, yaitu:

1. *Flaming*, merupakan perilaku yang berupa mengirim pesan teks dengan kata-kata kasar, dan frontal. Perlakuan

ini biasanya dilakukan di dalam chat group pada media sosial seperti mengirimkan gambar-gambar yang dimaksudkan untuk menghina orang yang dituju.

2. *Harassment*, merupakan perilaku mengirim pesan-pesan dengan kata-kata tidak sopan, yang ditujukan kepada seseorang yang berupa gangguan yang dikirimkan melalui email, WA (*Whatsapp*), maupun pesan teks di jejaring sosial secara terus menerus. *Harassment* merupakan hasil dari tindakan *flaming* dalam jangka panjang. *Harassment* dilakukan dengan saling berbalas pesan atau bisa disebut perang teks.
3. *Denigration*, merupakan perilaku mengumbar atau memperlihatkan hal-hal yang buruk tentang seseorang di internet, tujuannya adalah merusak nama baik atau reputasi orang tersebut. Seperti seseorang yang mengirimkan gambar-gambar seseorang yang sudah diubah sebelumnya menjadi lebih sensual agar korban diolok-olok dan mendapatkan penilaian buruk dari orang lain.
4. *Impersonation*, merupakan perilaku berpura-pura atau berperan menjadi orang lain dan kemudian mengirimkan pesan-pesan yang tidak baik.
5. *Outing and trickery*. *Outing* merupakan perilaku menyebarkan rahasia atau foto-foto pribadi orang lain. *Trickery* merupakan perilaku membujuk seseorang dengan tipu daya (cara lain) tujuannya agar mendapatkan informasi (foto atau hal pribadi lainnya) yang bersifat rahasia.

6. *Exclusion*, merupakan perilaku dengan sengaja mengeluarkan seseorang dari grup online tertentu.
7. *Cyberstalking*, merupakan perilaku berupa ancaman atau intimidasi berbahaya yang dilakukan secara berulang menggunakan komunikasi elektronik.

Dampak Psikologis Korban Bullying

Kondisi stress berkaitan dengan sikap, perilaku, kognitif, dan kesehatan fisik. Kondisi yang dihadapi seseorang yang terkadang tidak sesuai dengan harapan akan menimbulkan dampak psikologis. Faktor eksternal yaitu tekanan dari luar menjadi salah satu penyebab stress.

Robbins (2007) menyebutkan tiga gejala stress:

1. Gejala fisiologis. Gejala-gejala ini akan ditunjukkan dalam bentuk keluhan fisik atau gangguan fisik. Gangguan fisik yang disebabkan oleh kondisi psikologis ini biasa disebut dengan istilah *somatisasi* atau *psikosomatis*. Individu akan mengeluhkan rasa sakit pada bagian-bagian tubuh tertentu. Antara lain keluhan pada kepala, bagian perut, kulit, sesak nafas, dan lain-lain. Yang mana jika ditinjau secara medis, individu tersebut tidak mengalami gangguan fisik.
2. Gejala psikologis. Gejala-gejala yang tampak pada ranah psikologis dapat dilihat dari emosi yang menjadi tidak stabil, cara berfikir yang keliru, serta mempengaruhi kondisi sosialnya. Emosi yang kurang stabil menyulitkan individu tersebut untuk menyesuaikan diri ketika berada pada kondisi

yang tertekan. Karena penguasaan emosi yang kurang baik, maka juga akan mempengaruhi cara berpikir. Di mana individu akan terhambat dalam menemukan solusi, mengambil keputusan, serta menentukan sikap. Hal ini jelas akan mempengaruhi kondisi sosial dan perilakunya.

3. Gejala perilaku. Semakin tinggi tingkat stress yang dialami tanpa adanya katarsis dan pelampiasan yang tepat, maka akan memunculkan perilaku diluar kebiasaan individu tersebut. Perilaku ini dipengaruhi oleh kondisi psikologis seperti emosi, cara berfikir, juga kondisi sosialnya. Individu tersebut akan memunculkan perilaku emosi yang kurang stabil, mudah marah, mudah putus asa, menarik diri dari lingkungan, berfikir negatif, produktifitas menurun, konsentrasi menurun, serta motivasi yang rendah.

Tentang dampak psikologis korban bullying Coloroso (2006) mengemukakan bahayanya jika bullying menimpa korban secara berulang-ulang. Konsekuensi bullying bagi para korban, yaitu korban akan merasa depresi dan marah, ia marah terhadap dirinya sendiri, terhadap pelaku bullying, dan terhadap orang-orang di sekitarnya.

C. PEMBAHASAN

Informasi dan teknologi merupakan dua hal yang tak dapat dipisahkan. Berkat kemajuan teknologi, informasi menyebar secara cepat dan telah mampu mengubah bentuk kehidupan masyarakat.

Kecanggihan teknologi informasi, termasuk media sosial sudah seharusnya

digunakan untuk mendukung aktifitas manusia secara tepat. Namun, dalam berbagai kesempatan seiring derasnya arus komunikasi, budaya santun dan etika berkomunikasi yang baik mulai terkikis. Penyampaian pesan tidak lagi menggunakan etika komunikasi. Hal ini terjadi salah satunya karena kurang adanya kelekatan emosi antara kedua belah pihak, tidak ada interaksi nyata yang tampak.

Orang-orang berkomunikasi dengan menggunakan layar, tanpa melihat bahasa tubuh, tanpa melihat ekspresi wajah, tanpa mendengar intonasi bicara, di mana hal-hal tersebut merupakan faktor-faktor pendukung seseorang dapat berkomunikasi dengan baik pada lawan bicaranya. Inilah yang mengikis kepekaan-kepekaan untuk memahami emosional lawan bicara.

Terkait dengan persepsi, di mana sejak proses menerima stimulus hingga terbentuknya sebuah persepsi terjadi sangat cepat. Persepsi merupakan penilaian secara keseluruhan terhadap suatu kondisi yang diterima seseorang. Persepsi terbentuk dari sesuatu yang dekat dengan diri seseorang. Sehingga sesuatu yang diutarakan dan dinilai adalah sesuatu yang sebenarnya dekat dengan dirinya. Persepsi dapat dikatakan bersifat sangat subjektif jika seseorang tidak berusaha untuk mendapatkan dan menerima data-data penunjang yang lain, tidak mau melihat dari berbagai sudut pandang, dan tidak menerima informasi secara utuh. Jika subyek merasa senang dengan objek tersebut maka disebut sebagai persepsi positif, dan sebaliknya.

Bagi wanita yang sudah menikah (berkeluarga), bekerja atau berkarir di luar rumah dengan berbagai sebab merupakan

sebuah pilihan. Ernawati (2016), menyebut wanita yang berkarir merupakan wanita yang melakukan pekerjaan sesuai bidang ilmu dan keahliannya.

Pilihan berkarir di luar rumah bagi wanita/ibu rumah tangga membawa beberapa konsekuensi seperti adanya konflik peran ganda (*work-family conflict*), yang kemudian berakibat pada stress, *negative judgement*, dan ketidakpuasan perkawinan.

Melihat derasnya arus komunikasi di dunia maya, dan mudahnya orang-orang untuk mengakses informasi, maka mudah pula orang-orang mendapatkan data negatif. Orang lain akan dengan mudahnya mengonsumsi informasi negatif dengan hanya membaca dari kolom-kolom komentar, kemudian menyimpulkannya. Lalu muncullah persepsi baru dari pengguna media sosial yang lain.

Dari sinilah awal mulanya mereka mendapatkan stimulus dari sebuah informasi, lalu mempersepsikannya, kemudian meresponnya. Bagi sebagian pengguna yang tidak mendapatkan data informasi secara utuh serta tidak memiliki kepekaan emosional, maka respon yang ditunjukkan pun akan negatif, dan terbentuklah label negatif (*negative judgement*) selanjutnya. Respon-respon dari persepsi negatif inilah yang kemudian disebut dengan *cyber bullying*.

Media sosial merupakan media online, yang mana para penggunanya dapat dengan mudah berpartisipasi, berbagi, atau menyebarkan informasi ke tengah masyarakat. Media sosial memungkinkan terjadinya interaksi di antara pengguna, sebab media ini mengubah komunikasi

searah menjadi komunikasi interaktif.

Dengan kata lain, media sosial mengajak siapa pun yang tertarik untuk bergabung dan memberikan respon atau *feedback* secara terbuka, atau dapat juga memberi ragam komentar secara bebas, cepat dan tak terbatas tanpa rasa khawatir.

Keterbukaan dan kebebasan dalam memberikan respon, *feedback* atau komentar pada tema-tema yang sedang dibahas atau yang diunggah oleh pengguna media sosial, secara tidak langsung mengarahkan netizen (masyarakat pengguna media sosial) pada dua perilaku, yaitu perilaku prososial dan antisosial. Perilaku penggunaan internet seseorang merupakan bagian dari cerminan perilaku sosial seseorang di masyarakat.

Batson (dalam Sanderson, 2011) menjelaskan bahwa perilaku prososial adalah jenis tindakan atau perilaku dengan tujuan memberikan manfaat atau keuntungan bagi orang lain (fisik atau psikologis). Manfaat tersebut terkadang tidak memiliki manfaat secara langsung pada yang melakukan. Contoh perilaku prososial adalah simpati, kerja sama, membantu, berderma, dan menolong.

Dalam konteks bermedia sosial, menurut Strasburger, Wilson, dan Jordan (2009) perilaku prososial ini ditunjukkan misalnya dengan keramahan, bekerja sama, *altruisme* (suka menolong), dan menghargai perbedaan pendapat saat bermedia.

Netizen yang prososial saat berpendapat atau berkomentar, komentarnya adalah positif, berempati kepada seseorang yang dianggap terzalimi atau menjadi korban sesuatu. Juga mendorong netizen lain untuk menghindari ujaran

kebencian (*hate speech*), tidak menyakiti, dan berhati-hati dalam berpendapat.

Adapun perilaku antisosial merupakan perilaku negatif atau perilaku yang menyimpang dari norma-norma, baik aturan keluarga, sekolah, masyarakat, maupun hukum. *Cyber bullying* adalah perilaku menyakiti orang lain secara sengaja menggunakan media internet. *Cyber bullying* termasuk perilaku antisosial yang berdampak kepada korban.

Cyber bullying merupakan bagian dari bullying, yang menurut Kowalski & Limber (2013) berarti tindakan agresif yang mengganggu kenyamanan dan menyakiti orang lain dengan adanya perbedaan kekuatan maupun psikis dari korban dan pelaku yang dilakukan secara berulang. Menurut Kim (2006) dalam Adilla (2009) bullying dapat dilakukan secara verbal, psikologis, dan fisik.

Berdasarkan medianya, Modecki et al., (2014) membedakannya media bullying menjadi dua, yakni traditional bullying (bullying yang dilakukan dengan adanya kontak antara pelaku dan korban), dan *cyber bullying* (bullying melalui media sosial).

Pada *cyber bullying*, perilaku agresif kepada korban lebih mudah dilakukan, sebab tidak ada kontak secara langsung (fisik). Dengan menggunakan media sosial, pembully atau *mobbing* (julukan untuk satu kelompok pem-bully) tidak perlu khawatir menyerang, mengancam (intimidasi), atau melakukan pelecehan kepada korban, sebab mudah baginya misalnya untuk memalsukan identitas atau jati diri.

Tentang faktor penyebab seseorang melakukan bullying, Levianti (2008),

menyebutkan adalah karena faktor temperamen dan kepribadian dengan kontrol diri yang rendah, faktor keluarga, dan faktor media massa

Cyber bullying dalam berbagai jenis, seperti perselisihan yang menyebar (*flaming*), pelecehan (*harassment*), fitnah (*denigration*), meniru (*impersonation*), penipuan (*outing and trickery*), pengucilan (*exclusion*), dan penguntitan di dunia maya (*cyber-stalking*) menjadikan seseorang dengan mudahnya mencela, mengolok-olok, menyalahkan dengan tujuan untuk membuat korban merasa terluka, merasa bersalah, serta merasa tidak nyaman secara psikologis.

Flaming, misalnya akan menjadikan seseorang (korban) tersakiti akibat menerima pesan teks dengan kata-kata kasar, dan frontal di dalam di chat room media sosial yang menghina harga dirinya. Flaming yang pada awalnya merupakan perselisihan antara dua orang (dalam skala kecil), kemudian menyebar dan melibatkan banyak orang sehingga akan memunculkan kegaduhan dalam masyarakat.

Begitu juga dengan *harassment* (pelecehan). Pelaku *cyber bullying* ini melakukan pecehan kepada orang lain dengan cara mengirimkan berbagai pesan-pesan atau tulisan yang bersifat menghina, mempermalukan, atau menghina seseorang secara online.

Cyber bullying dalam bentuk ini *harassment* dilakukan secara terus-menerus atau berulang. Umumnya dikirim melalui saluran komunikasi pribadi, termasuk email, *instant messaging*, Whatsapp (WA) dan *Short Message Service* (SMS). Di dalam dunia maya, media sosial khususnya,

perilaku ini didapatkan secara terus menerus, bertubi-tubi, dan mudah untuk disebarluaskan. Sehingga akan berdampak secara emosi, kognitif, dan sosial.

Secara emosi, seseorang yang terus menerus mendapatkan rangsangan yang tidak menyenangkan membuatnya merasa bersalah, merasa rendah diri, merasa eksistensi dirinya terancam, menjadi tidak percaya diri, serta merasakan kesedihan dan kebingungan. Wanita karir dengan peran ganda tak luput dari dampak emosional seperti ini, sehingga akan mempengaruhi keputusannya. Padahal wanita karir pun harus menyesuaikan dirinya dengan *work-family conflict*.

Dapat digambarkan dari aspek pembagian waktu, wanita karir harus bisa mengatur waktu antara pekerjaan kantor dengan pekerjaan rumah. Juga harus mengelola pembagian waktu agar keduanya mendapatkan porsi yang sama dan maksimal. Tuntutan pekerjaan dengan deadline waktu, tekanan pekerjaan, serta konflik pekerjaan tidak mudah untuk dihadapi.

Kondisi ini membutuhkan pengelolaan emosi yang baik. Jika tidak pandai dalam mengelola emosi, maka akan terbawa hingga di luar pekerjaan (rumah). Tumbuh kembang anak-anak dengan berbagai macam tingkah polahnya akan memunculkan kembali emosi yang terakumulasi. Akibatnya ibu menjadi tidak maksimal dalam mendampingi anak.

Dengan kondisi lelah serta emosi yang belum stabil, tuntutan dan harapan dari ibu terhadap anak-anak pun menjadi tinggi. Anak-anak diharapkan lebih mandiri, lebih disiplin, dan lebih teratur. Jika yang

terjadi tidak sesuai ekspektasi, emosi yang terakumulasi pun akan semakin meningkat.

Selanjutnya yang muncul adalah perilaku marah, yaitu membentak anak, memarahi, komunikasi dengan anak menjadi terhambat, untuk perilaku yang lebih ekstrim akan memunculkan kekerasan fisik. Jika kondisi ini terus berlanjut, maka pembentukan karakter dan pribadi dari anak-anak akan terhambat. Emosi yang kurang stabil ini akan semakin terakumulasi lagi dengan adanya *cyber bullying*. Mereka akan mengalami stres, cemas, depresi, hingga yang parah adalah psikosomatis.

Secara kognitif, wanita karir korban *cyber bullying* akan berpikir bahwa lingkungannya tidak mendukungnya. Bahwa lingkungannya merupakan sumber masalah dan konflik baginya. Pengambilan keputusan akan melewati pertimbangan yang tidak maksimal, karena dalam kondisi emosi yang kurang stabil. Kemudian muncul pikiran penyesalan, merasa gagal, merasa tidak berguna, merasa bersalah, hingga pemikiran yang ekstrim untuk menyakiti diri sendiri.

Sedangkan secara sosial, wanita karir korban *cyber bullying* akan menjadi kurang nyaman berada di lingkungan, karena mereka merasa lingkungan tidak bisa memahaminya, merasa mengalami penolakan, serta lingkungan yang selalu memberikan citra buruk terhadapnya. Selain itu mereka juga akan menarik diri, membatasi pergaulan, rasa percaya diri menurun, begitu juga halnya berkurangnya rasa percaya terhadap orang lain dan lingkungan, hingga perilaku yang cukup berat yaitu anti sosial.

D. SIMPULAN

Cyber bullying adalah perilaku agresi (menyerang orang lain) secara sengaja dan berulang-ulang, di mana pelaku melakukannya dengan tujuan untuk melecehkan, mempermalukan, dan membuat orang lain terluka melalui media sosial.

Pada wanita karir, jenis *cyber bullying* seperti perselisihan yang menyebar (*flaming*), pelecehan (*harassment*), fitnah (*denigration*), meniru (*impersonation*), penipuan (*outing and trickery*), pengucilan (*exclusion*), dan penguntitan di dunia maya (*cyber-stalking*) memiliki dampak psikologis yang besar.

Seorang wanita karir, yang menjalani peran ganda (*dual career*) secara emosi jika terus menerus mendapatkan rangsangan yang tidak menyenangkan akan membuatnya merasa bersalah, merasa rendah diri, merasa eksistensi dirinya terancam, menjadi tidak percaya diri, serta merasakan kesedihan dan kebingungan.

Hal ini belum ditambah dengan adanya konflik peran ganda (*work-family conflict*) yang tak luput dari dampak emosional seperti ini, sehingga akan mempengaruhi keputusannya. Kondisi tersebut seringkali menjadi dilema bagi seorang wanita karier. Di satu sisi, ia harus memiliki kesempatan untuk menghasilkan kinerja terbaik di dalam pekerjaannya. Pada kondisi yang lain, harus memiliki waktu untuk melayani suami, mendidik anak-anaknya, dan mengurus keperluan-keperluan rumah tangga lainnya.

Dengan kondisi tersebut, menjadikan emosi wanita karir kurang stabil yang

kemudian akan mengalami stres, cemas, depresi, hingga yang parah adalah psikosomatis. Pada sisi kognitif, wanita karir korban *cyber bullying* akan berpikir bahwa lingkungannya tidak mendukungnya.

Sedangkan secara sosial, wanita karir korban *cyber bullying* akan menjadi kurang nyaman berada di lingkungan, karena mereka merasa lingkungan tidak bisa memahaminya, merasa mengalami penolakan, serta lingkungan yang selalu memberikan citra buruk terhadapnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adilla, Nissa. (2009) Pengaruh Kontrol Sosial Terhadap Prilaku Bullying Pelajar di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 5, (1). 56-66.
- Breguet, T. (2007). *Cyberbullying*. The Rosen Publishing Group
- Coloroso, Barbara. 2006. *Penindas, Tertindas, dan Penonton; Resep Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah hingga SMU*. Jakarta: Serambi Ilmu Pustaka.
- Dewi, Eva Meizara Puspita (2015). Pengasuhan Ibu Berkarir Dan Internalisasi Nilai Karir Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 03, No.01 Januari 2015
- Ernawati. S. (2016). Peran Ganda Wanita karir (Konflik Peran Ganda Wanita karir ditinjau dalam Perspektif Islam). *Jurnal Edutama*. Vol.2. No.2
- Kartono, Kartini. 1992. *Psikologi Wanita : Mengenal Wanita sebagai Ibu dan Nenek*, Bandung : CV. Mandar Maju.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P. (2013). Psychological, Physical, and Academic Correlates of Cyberbullying. *Journal of Adolescent Health*, 53(1):13-20.
- Levianti. (2008). Konformitas dan Bullying Pada Siswa. *Jurnal Psikologi*, 6, 1-9.
- Mahmudah, Siti. (2014) Peran Wanita Karir dalam Menciptakan Keluarga Sakinah (diakses tanggal 9 September 2018. ([http:// psikologi.uin-malang.ac.id/wp-content/uploads/2014/03/Peran-Wanita-Karier-Dalam-Menciptakan-Keluarga-Sakinah.pdf](http://psikologi.uin-malang.ac.id/wp-content/uploads/2014/03/Peran-Wanita-Karier-Dalam-Menciptakan-Keluarga-Sakinah.pdf))
PERAN WANITA KARIR DALAM MENCIPTAKAN KELUARGA

SAKINAH

- Mugniesyah, SS (2007). *Gender, Lingkungan dan Pembangunan Berkelanjutan dalam Adiwibowo* (Ed.). Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor, Bogor
- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G., Runions, K. C. (2014). Bullying Prevalence Across Contexts: A Meta-analysis Measuring. *Journal of Adolescent Health*, 55(5): 602 - 611
- Munandar. A. S. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Depok: Penerbit Universitas Indonesia (UIPress)
- Muri'ah, Siti. (2011). *Nilai-nilai Pendidikan Islam dan Wanita karir*. Semarang. Rasail Media Group
- Pandi, Mira Marleni., Weismann, Ivan Th. J. (2016). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelaku Maupun Sebagai Korban Cyberbullying Pada Siswa Kristen Smp Nasional Makassar. *Jurnal Jaffray*, Vol. 14, No. 1, April 2016
- Qomar, Muzamil. (2015). *Dimensi Manajemen Pendidikan Islam*. Jakarta. Erlangga
- Rahayu, Flourensia Spty. (2012). Cyberbullying Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Teknologi Informasi. *Jurnal Sistem Informasi*. Vol 8 No 1 2012
- Rahmat, Jalaluddin. (2003). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Robbins, Stephen P & Judge, Timothy A. (2017). *Organizational Behavior*. New Jersey: Person Education.
- Saman, A., & Dewi, E. M. P. (2012). Pengaruh Motivasi Kerja dan Dukungan Suami terhadap stres konflik peran ganda dan kepuasan perkawinan pada wanita karir. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 2, 2. Unesa.
- Sanderson, Stephen. (2011). *Sebuah Pendekatan Terhadap Realitas Sosial*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sartana, & Afriyeni, N. 2017. Perundungan Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Insight*. Vol.1, No.1. hlm 25-39
- Sekaran, U. (1986). *Dual Career Families*. San Fransisco: Josey Bass Publishers.
- Shonhaji. (2017). Keterlibatan Perempuan dalam Mewujudkan Keserasian Sosial Pada Masyarakat Multietnik di Lampung, *Jurnal TAPIS* Vo. 14 No.01 Januari - Juni 2017
- Steffgen, G, dkk. 2011. Are Cyberbullies Less Empathic? Adolescents Cyberbullying Behavior and Empathic Responsiveness. *Jurnal Cyberpsychology, behavior, and social networking*. Vol.14 No.11. p.643-648
- Strasburger VC, Wilson BJ, Jordan AB. (2009). *Children, Adolescents, and The Media*. Edisi ke-2. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Sunarto, Kamanto. (2000). *Pengantar Sosiologi* Jakarta: Fak Ekonomi UI
- Triaryati, N. 2003. Pengaruh Adaptasi Kebijakan Mengenai Work Family Issue Terhadap Absen dan Turnover. *Jurnal Manajemen & Kewirausahaan*
- Worell. J. (2002). *Encyclopedia of women and Gender: Sex Similaritas and Differences of Society on gender*. London: Academic Press