KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya
Vol.8, No.1, Oktober 2026, pp. 28-37
e-ISSN: 2686-2875
https://journal.ilininstitute.com/konseling
DOI: 10.31960/konseling.v8i1.3538
Received on 12/08/2026; Revised on 21/09/2026; Accepted on 19/10/2026; Published on: 29/10/2026



Pengembangan Video Edukasi Pencegahan Cyberbullying Berbasis Social Cognitive Theory

Ratri Alya Hawari[*)1], Bernadinus Agus Arswimba[2]
[12] Bimbingan dan Konseling, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, Indonesia
[*)] Corresponding author, E-mail: ratrialya1817@gmail.com; agusarswimba@usd.ac.id

Absract. This study aimed to develop a cyberbullying prevention educational video series grounded in Albert Bandura's Social Cognitive Theory (SCT), obtain preliminary assessments of product feasibility, and explore adolescents' initial responses. The study used a Research and Development approach with the Four-D model (define, design, develop, disseminate). Ten active adolescent Instagram users participated in two separate groups: five aged 15–17 for needs assessment and five aged 16–18 for limited product testing. One material expert and one media expert reviewed the product using separate 18-item questionnaires on a four-point scale. The resulting product comprised seven vertical Instagram Reels videos lasting 25–60 seconds. The mean ratings were 3.50/4.00 for material and 3.78/4.00 for media, meeting the study's predefined "highly feasible" category. Participants generally described the videos as understandable, relevant, and informative, and suggested adding real-life examples and improving titles, thumbnails, and voice-over consistency. These findings provide preliminary information on expert appraisal and user acceptability in a small sample; they do not establish gains in knowledge, changes in behavior, or broader acceptance.

Keywords: cyberbullying; Instagram Reels; Social Cognitive Theory; educational video; adolescents; guidance and counseling.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan mengembangkan serial video edukasi pencegahan cyberbullying yang berlandaskan Social Cognitive Theory (SCT) Albert Bandura, memperoleh penilaian awal mengenai kelayakan produk, dan mengeksplorasi tanggapan awal remaja. Penelitian menggunakan pendekatan Research and Development dengan model Four-D yang mencakup define, design, develop, dan disseminate. Sepuluh remaja pengguna aktif Instagram berpartisipasi dalam dua kelompok berbeda: lima peserta berusia 15–17 tahun untuk assessment kebutuhan dan lima peserta berusia 16–18 tahun untuk uji coba produk terbatas. Satu ahli materi dan satu ahli media menilai produk menggunakan angket terpisah yang masing-masing terdiri atas 18 butir dengan skala empat poin. Produk yang dihasilkan terdiri atas tujuh video vertikal Instagram Reels berdurasi 25–60 detik. Skor rata-rata penilaian adalah 3,50/4,00 untuk materi dan 3,78/4,00 untuk media; keduanya memenuhi kategori "sangat layak" yang telah ditetapkan dalam penelitian. Peserta umumnya menilai video mudah dipahami, relevan, dan informatif, serta menyarankan penambahan contoh nyata dan perbaikan judul, thumbnail, serta konsistensi voice-over. Temuan ini memberikan informasi awal tentang penilaian ahli dan penerimaan pengguna dalam sampel terbatas; hasilnya tidak membuktikan peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, atau penerimaan secara luas.

Kata kunci: cyberbullying; Instagram Reels; Social Cognitive Theory; video edukasi; remaja; bimbingan dan konseling.

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2026 by author.

Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi telah mengubah cara remaja berinteraksi, memperoleh informasi, dan mengekspresikan diri. Instagram menyediakan ruang interaksi publik dan privat melalui komentar, keterangan unggahan, pesan langsung, Stories, video, dan Reels (Anshori et al., 2022). Fitur-fitur tersebut dapat digunakan untuk membangun relasi dan menyebarkan informasi, tetapi juga dapat menjadi ruang bagi penghinaan, pelecehan, penyebaran rumor, penyamaran identitas, pengungkapan informasi privat, pengucilan, atau penguntitan digital (Kowalski et al., 2014). Ragam perilaku tersebut dibahas dalam literatur cyberbullying, meskipun definisi operasional dan batasan antarjenisnya bervariasi (Tokunaga, 2010). Kajian mengenai fungsi Instagram dalam layanan bimbingan dan konseling juga menunjukkan bahwa fitur platform dapat dimanfaatkan untuk komunikasi dan penyampaian materi edukatif (Noviyanti, 2020).

Urgensi pencegahan didukung oleh data empiris. Laporan Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja 2024 mencatat, pada indikator menerima pesan suara, gambar, atau tulisan yang merendahkan melalui media sosial atau komunikasi elektronik, persentasenya sebesar 10,81% pada laki-laki dan 9,46% pada perempuan usia 13–17 tahun. Pada indikator penyebaran foto/video secara daring tanpa izin yang menimbulkan rasa malu, persentasenya sebesar 6,18% pada laki-laki dan 6,86% pada perempuan (KemenPPPA, 2024). Angka-angka tersebut merujuk pada bentuk pengalaman yang spesifik dan tidak boleh dijumlahkan sebagai satu angka prevalensi keseluruhan. Sebagai data pembanding, UNICEF Indonesia melaporkan hasil jajak pendapat U-Report yang melibatkan 2.777 responden muda usia 14–24 tahun; 45% responden menyatakan pernah mengalami cyberbullying (UNICEF Indonesia, 2021). Data U-Report tersebut memperkuat urgensi, tetapi tidak dimaknai sebagai estimasi nasional yang representatif.

Penelitian di Indonesia telah membahas pengalaman cyberbullying pada pengguna Instagram serta faktor-faktor yang berkaitan dengannya. Muzdalifah & Zanirah, (2018) mengkaji hubungan keterampilan sosial dengan cyberbullying pada pengguna Instagram; Putri et al., (2023) meneliti keterkaitan cyberbullying dengan self-blaming pada pengguna Instagram; sedangkan Bukhori et al., (2024) mengkaji peran religiositas, konformitas, pola asuh, dan pengendalian diri pada perilaku cyberbullying remaja. Kajian lain menggambarkan fenomena cyberbullying di kalangan pelajar dan dampak psikologisnya (Yulieta et al., 2021). Literatur ini membantu menjelaskan bentuk, faktor, dan dampak cyberbullying, tetapi tidak dengan sendirinya menunjukkan bagaimana temuan tersebut diterjemahkan menjadi produk video edukasi pendek yang dirancang secara teoritis, divalidasi, dan dievaluasi secara formatif.

Kajian intervensi menunjukkan bahwa edukasi dan program pencegahan dapat membantu mengurangi perundungan, tetapi hasilnya bergantung pada desain, pelaksanaan, dan indikator yang diukur. Meta-analisis Ng et al., (2022) melaporkan efek intervensi pendidikan terhadap cyberbullying pada remaja umumnya kecil, sedangkan kajian Gaffney et al., (2021) dan Kurnaz & Koçtürk, (2025) menegaskan pentingnya komponen program serta evaluasi yang sesuai. Karena itu, pengembangan media dan pembuktian efektivitas merupakan dua tahap yang berbeda. Social Cognitive Theory (SCT) menyediakan kerangka untuk merancang pesan yang menampilkan contoh perilaku, konsekuensi tindakan, keyakinan untuk bertindak, pengaturan diri, serta pengaruh lingkungan sosial (Bandura, 1986, 2001; Wahyuni & Fitriani, 2022). Dalam konteks bimbingan dan konseling, Instagram Reels berpotensi menjadi bahan pendukung layanan informasi atau bimbingan preventif, tetapi pemanfaatan pada layanan tersebut tetap merupakan potensi aplikasi kecuali telah diuji langsung (Noviyanti, 2020).

Observasi pendahuluan dilakukan terhadap 10 akun Instagram yang memuat edukasi mengenai cyberbullying. Catatan observasi peneliti mengelompokkan bentuk unggahan, topik dominan, materi yang belum banyak dijumpai, dan implikasi bagi rancangan produk. Unggahan yang diamati mencakup poster, infografis, carousel, serta video pendek. Catatan tersebut menunjukkan bahwa materi lebih sering berfokus pada definisi dan dampak, sementara strategi pencegahan yang praktis, ilustrasi kasus, langkah penanganan, dan integrasi teori relatif terbatas. Namun, dokumen skripsi tidak menyediakan jumlah unggahan yang dikodekan per kategori atau distribusi frekuensi tema. Dengan demikian, temuan ini diperlakukan sebagai observasi eksploratif pada 10 akun yang dipilih, bukan hasil analisis konten sistematis yang mewakili seluruh Instagram. Ringkasannya ditampilkan pada Table 1.

Table 1. Ringkasan Observasi Eksploratif terhadap 10 Akun Instagram

Aspek	Temuan dalam catatan observasi	Implikasi terhadap pengembangan
Cakupan	10 akun edukasi Instagram yang memuat topik cyberbullying.	Temuan diperlakukan eksploratif; bukan sampel representatif seluruh Instagram.
Format unggahan	Poster, infografis, carousel, dan video pendek.	Format video pendek dipilih sebagai satu produk yang spesifik, bukan mencakup semua format Instagram.
Topik yang tampak dominan	Definisi dan dampak cyberbullying.	Produk menambahkan tema yang diarahkan pada tindakan pencegahan praktis.
Materi yang dinilai terbatas	Strategi pencegahan, contoh kasus, langkah penanganan, dan materi yang dipetakan dengan teori.	Tujuh tema video disusun untuk memasukkan contoh tindakan dan respons positif.
Catatan transparansi	Naskah skripsi tidak mencantumkan jumlah unggahan per kategori atau frekuensi tema.	Tidak dibuat persentase/distribusi; klaim kesenjangan dibatasi pada catatan observasi peneliti.

Assessment kebutuhan melalui wawancara tertulis daring dilakukan kepada lima remaja pengguna aktif Instagram berusia 15–17 tahun; tiga berpendidikan SMA dan dua SMP. Mereka telah mengenal istilah cyberbullying, tetapi pengetahuan tentang bentuk dan langkah pencegahannya belum menyeluruh. Kelompok ini menyampaikan preferensi terhadap video singkat, bahasa sederhana, ilustrasi yang relevan, contoh kasus, dan langkah praktis. Temuan tersebut diterjemahkan menjadi keputusan desain produk: durasi di bawah satu menit, format vertikal, visual pendukung, dan isi yang bergerak dari pengenalan masalah menuju pilihan tindakan. Karena kelompok kebutuhan hanya terdiri atas lima peserta yang dipilih secara purposif, temuan ini digunakan untuk perancangan awal dan tidak ditafsirkan sebagai preferensi seluruh remaja.

Kesenjangan penelitian terletak pada kebutuhan untuk mendokumentasikan proses penerjemahan teori, temuan kebutuhan, dan materi pencegahan menjadi video Instagram Reels yang dinilai oleh ahli dan ditanggapi oleh pengguna sasaran. Kontribusi penelitian ini bukan klaim sebagai produk pertama atau bukti bahwa SCT efektif mengubah perilaku, melainkan rancangan kontekstual tujuh video yang memetakan tema pencegahan ke prinsip SCT serta dokumentasi evaluasi formatif awal. Tujuan penelitian dibatasi pada: (1) mengembangkan video edukasi berdasarkan kebutuhan remaja dan SCT; (2) mendeskripsikan penilaian awal ahli materi dan ahli media; dan (3) merangkum tanggapan serta saran dari lima pengguna pada uji coba terbatas. Penelitian tidak dirancang untuk mengukur perubahan pengetahuan sebelum-sesudah, perubahan perilaku, atau efektivitas intervensi.

Metode

Penelitian menggunakan pendekatan Research and Development (R&D) karena luaran utamanya adalah produk edukasi yang dirancang, ditelaah, direvisi, dan diuji secara formatif. Model Four-D yang dikembangkan oleh Thiagarajan, Semmel, dan Semmel (1974) dipilih karena tahap define memetakan kebutuhan; design menerjemahkannya ke materi dan storyboard; develop memungkinkan produksi, penilaian ahli, revisi, serta uji coba terbatas; dan disseminate mendokumentasikan penyebarluasan awal. Pemilihan ini didasarkan pada kesesuaian fungsional tahap dengan tujuan pengembangan, bukan pada klaim bahwa model Four-D terbukti lebih unggul daripada model lain. Skripsi melaporkan periode penelitian Juni 2025–Mei 2026, tetapi lembar validasi ahli bertanggal 15 Juni 2026. Rincian tanggal masing-masing tahap tidak tersedia dan ketidaksesuaian periode ini perlu diverifikasi terhadap catatan penelitian sebelum pengiriman final.

Partisipan remaja dipilih secara purposif berdasarkan kriteria yang tercatat dalam skripsi, yaitu pengguna aktif Instagram, berada pada rentang usia sasaran, dan bersedia memberikan tanggapan. Terdapat dua kelompok berbeda: lima peserta assessment kebutuhan berusia 15–17 tahun (empat perempuan dan satu laki-laki; tiga siswa SMA dan dua siswa SMP), serta lima peserta uji coba produk berusia 16–18 tahun (tiga perempuan dan dua laki-laki; empat siswa SMA dan satu siswa SMP). Jumlah tersebut ditujukan untuk memperoleh umpan balik formatif, bukan membuat generalisasi atau mengklaim saturasi data. Kajian

metodologis menunjukkan bahwa kecukupan sampel kualitatif bergantung pada tujuan, keseragaman populasi, serta cara saturasi ditentukan (Guest et al., 2006; Hennink & Kaiser, 2022). Validator terdiri atas satu ahli materi, Annisa Dahlila Angelina, M.Pd., Gr., guru Bimbingan dan Konseling dengan keahlian pedagogik dan sosial-profesional, serta satu ahli media, Yogi Prasetyo, S.E., yang bekerja di bidang fotografi, videografi, dan penyuntingan. Karena hanya satu orang menilai setiap bidang, skor mewakili penilaian awal individual dan tidak mengukur kesepakatan antarahli.

Data dikumpulkan melalui observasi terhadap 10 akun edukasi Instagram, wawancara kebutuhan dan uji coba secara daring, dokumentasi proses produksi/revisi/publikasi, serta angket penilaian ahli. Angket ahli materi memuat 18 butir dalam aspek materi (5 butir), kemanfaatan (4), penyajian (4), dan bahasa (5). Angket ahli media juga memuat 18 butir, meliputi desain konten (6), kesesuaian platform (3), tipografi (4), dan audio-visual (5). Instrumen digunakan sebagai penilaian formatif produk; skripsi tidak melaporkan sumber instrumen baku atau pengujian kualitas instrumen yang terpisah. Pilihan skala adalah 4 = sangat layak, 3 = layak, 2 = cukup layak, dan 1 = kurang layak. Rata-rata dihitung dengan membagi jumlah skor dengan jumlah butir. Kategori mengikuti kriteria yang dinyatakan dalam skripsi dengan merujuk pada pedoman skala empat Mardapi (2008): skor rata-rata ≥ 3,00 dikategorikan sangat layak; 2,50 hingga < 3,00 layak; 2,00 hingga < 2,50 cukup layak; dan < 2,00 kurang layak. Kriteria ini dituliskan dalam bagian metode skripsi, meskipun tabel konversi skornya tidak terisi lengkap; kesesuaian penerapan kriterianya tetap perlu diperiksa terhadap catatan analisis asli sebelum artikel dikirimkan.

Tahapan pengembangan dioperasionalkan sebagai berikut. Pada define, peneliti menelaah literatur, mengumpulkan data sekunder, mencatat observasi terhadap 10 akun, dan mewawancarai lima remaja untuk mengidentifikasi kebutuhan. Pada design, peneliti memilih tujuh tema, menyusun naskah/storyboard, menentukan format vertikal 9:16, dan merancang video berdurasi 25–60 detik dengan prinsip SCT. Pada develop, peneliti memproduksi tujuh video melalui pengambilan gambar, perekaman narasi, penyusunan visual, dan penyuntingan; dua validator menilai prototipe melalui angket, lalu saran digunakan untuk revisi. Lima remaja dalam kelompok berbeda memberikan umpan balik formatif. Pada disseminate, produk akhir diunggah secara terbatas melalui akun Instagram @bekindonly. Analisis wawancara mengikuti alur Miles dan Huberman: jawaban tertulis diringkas, dikelompokkan menurut aspek pertanyaan (kemenarikan, keterpahaman, manfaat/persepsi pemahaman, tema pilihan, dan saran), dibandingkan antarpeserta, kemudian disajikan sebagai tema ringkas dan diperiksa kembali terhadap tangkapan layar dokumentasi. Skripsi tidak melaporkan pengodean oleh peneliti kedua atau pemeriksaan anggota; interpretasi kualitatif karenanya bersifat deskriptif dan tidak diklaim sebagai analisis isi dengan verifikasi antarpenilai. Literatur metodologis menekankan transparansi prosedur serta kredibilitas interpretasi dalam analisis isi kualitatif (Elo et al., 2014).

Wawancara didokumentasikan sebagai percakapan tertulis daring melalui pesan langsung Instagram dan disimpan dalam bentuk tangkapan layar. Pertanyaan assessment kebutuhan berfokus pada pengetahuan awal tentang cyberbullying, media dan durasi yang disukai, bahasa serta visual yang diharapkan, dan kebutuhan akan solusi praktis. Pada uji coba, lima pertanyaan membahas pendapat tentang video, kemudahan memahami materi, manfaat yang dirasakan, tema yang paling disukai, dan saran perbaikan. Skripsi tidak mencatat durasi wawancara atau prosedur tontonan yang seragam (misalnya jumlah pemutaran setiap video); karena itu durasi paparan tidak dilaporkan sebagai variabel penelitian.

Hasil dan Pembahasan

Hasil pengembangan meliputi identifikasi kebutuhan, rancangan teoretis, produksi tujuh video, penilaian awal dari ahli, tanggapan lima pengguna, dan publikasi terbatas. Produk ini dikembangkan untuk membantu remaja mengenali bentuk cyberbullying serta mempertimbangkan tindakan preventif. Studi ini tidak mengumpulkan ukuran pretest–posttest atau ukuran perilaku. Oleh sebab itu, setiap pernyataan mengenai manfaat atau kemudahan memahami materi pada bagian hasil merujuk pada persepsi peserta, bukan perubahan pengetahuan yang terukur.

Catatan observasi terhadap 10 akun Instagram menunjukkan variasi format berupa poster, infografis, carousel, dan video pendek. Tema yang tampak dominan dalam catatan peneliti ialah definisi dan dampak cyberbullying, sedangkan strategi praktis, contoh kasus, langkah penanganan, dan pemetaan teori dinilai kurang menonjol. Catatan observasi juga menandai teks yang relatif panjang, visual yang kurang menarik, serta terbatasnya contoh dekat dengan pengalaman remaja. Karena jumlah unggahan dan frekuensi masing-masing kategori tidak tercatat, temuan tersebut menjadi dasar eksploratif untuk

pengembangan produk, bukan bukti bahwa seluruh atau mayoritas konten Instagram memiliki karakteristik yang sama. Table 1 merangkum temuan dan implikasi desain.

Tahap design menghasilkan tujuh tema: (1) pendidikan dan peningkatan kesadaran; (2) literasi digital; (3) dukungan keluarga; (4) pengawasan dan filtering; (5) pengendalian diri dan manajemen emosi; (6) penegakan hukum; dan (7) penyebaran perilaku positif. Tema-tema tersebut disusun dengan mengacu pada strategi pencegahan dalam kajian cyberbullying dan prinsip SCT, bukan sekadar pengelompokan umum aspek kognitif, perilaku, dan lingkungan (Bandura, 1986, 2001; Marlef et al., 2024). Pemetaan konstruk dan komponen video ditampilkan pada Table 2. Pemetaan ini menjelaskan logika rancangan produk; konstruk SCT tidak diukur sebagai variabel terpisah dan tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan mekanisme perubahan perilaku.

Tabel 2. Pemetaan Tema Video dengan Prinsip Social Cognitive Theory

Tema video	Prinsip SCT terkait	Elemen rancangan yang diringkas dari produk	Tujuan edukatif (belum diukur)
Pendidikan dan kesadaran	Observational learning / pemodelan	Menampilkan contoh respons yang tidak merendahkan dan pilihan bertindak sebagai saksi.	Mengenali bentuk tindakan dan mencontoh respons prososial.
Literasi digital	Proses kognitif dan ekspektasi hasil	Mengajak pengguna menilai informasi dan konsekuensi sebelum berkomentar atau membagikan konten.	Mendorong pertimbangan sebelum bertindak daring.
Dukungan keluarga	Lingkungan sosial dan determinisme timbal balik	Menekankan pencarian bantuan dari keluarga/orang dewasa tepercaya.	Mengenali lingkungan dukungan yang tersedia.
Pengawasan dan filtering	Self-regulation dan pengelolaan lingkungan	Menyoroti pengaturan, penyaringan, pemblokiran, atau pelaporan konten yang merugikan.	Mengenali pilihan untuk mengelola paparan digital.
Pengendalian diri dan emosi	Self-regulation dan self-efficacy	Memberi contoh jeda, pengelolaan emosi, dan respons non-agresif saat terprovokasi.	Memperlihatkan alternatif respons yang lebih aman.
Penegakan hukum	Outcome expectations / konsekuensi perilaku	Menjelaskan bahwa tindakan daring memiliki konsekuensi dan memerlukan tanggung jawab.	Meningkatkan kesadaran tentang konsekuensi, bukan memberikan nasihat hukum individual.
Perilaku positif	Modeling dan reinforcement	Mendorong komentar suportif dan penyebaran pesan positif.	Menampilkan norma interaksi digital yang lebih konstruktif.

Pada tahap develop, tujuh prototipe diproduksi dalam format vertikal 9:16 dengan durasi 25–60 detik. Prosesnya meliputi pengambilan gambar, perekaman narasi, penyusunan aset visual, serta penyuntingan. Prototipe dinilai secara terpisah oleh ahli materi dan ahli media melalui instrumen 18 butir masing-masing. Saran ahli materi terutama meminta penyempurnaan contoh kasus dan penggunaan bahasa yang lebih sederhana; ahli media meminta pembesaran ukuran teks dan penyesuaian lama tampilan informasi di layar. Revisi minor dilakukan sebelum uji coba terbatas. Table 3 merangkum input, aktivitas, luaran, dan keputusan pada setiap tahap Four-D.

Ahli materi memberikan skor total 63 dari maksimum 72, dengan rata-rata 3,50/4,00. Rata-rata per aspek adalah materi 3,60 (5 butir; skor 18), kemanfaatan 3,50 (4 butir; skor 14), penyajian 3,50 (4 butir; skor 14), dan bahasa 3,40 (5 butir; skor 17). Angka ini menunjukkan penilaian awal yang umumnya tinggi terhadap isi, tetapi juga memperlihatkan bahwa aspek bahasa mendapat rata-rata paling rendah di antara aspek materi dan menjadi area yang layak diperhatikan. Dengan satu validator, hasil tersebut tidak menunjukkan konsensus ahli atau validitas konten yang kuat secara statistik.

Ahli media memberikan skor total 68 dari maksimum 72, dengan rata-rata 3,78/4,00. Rata-rata per aspek adalah desain konten 3,83 (6 butir; skor 23), kesesuaian platform 3,67 (3 butir; skor 11), tipografi 3,75 (4 butir; skor 15), dan audio-visual 3,80 (5 butir; skor 19). Kesesuaian platform memperoleh nilai rata-rata terendah dalam penilaian media, sementara saran kualitatif menekankan ukuran teks dan waktu tampilnya

informasi. Skor tersebut merupakan ringkasan deskriptif satu penilaian ahli, bukan ukuran kesepakatan antarpenilai. Rincian total dan skor per aspek disajikan pada Table 4.

Tabel 3. Prosedur Operasional Pengembangan dengan Model Four-D

Tahap	Input dan kegiatan utama	Instrumen/keputusan	Luaran
Define	Telaah literatur dan data sekunder; observasi eksploratif 10 akun; wawancara kebutuhan 5 remaja usia 15–17 tahun.	Catatan observasi dan pedoman wawancara; tema kebutuhan dirangkum tanpa frekuensi unggahan per kategori.	Kebutuhan video pendek, bahasa sederhana, contoh kasus, ilustrasi, dan strategi praktis.
Design	Menetapkan tujuh tema; menyusun materi, naskah dan storyboard; memilih format vertikal 9:16 dengan durasi 25–60 detik.	Prinsip SCT dipetakan ke model perilaku, pengaturan diri, lingkungan sosial, ekspektasi konsekuensi dan penguatan positif.	Rancangan tujuh video Instagram Reels dan naskah/storyboard.
Develop	Produksi video, perekaman narasi, penyusunan visual dan editing; penilaian oleh satu ahli materi dan satu ahli media; revisi; uji coba 5 remaja usia 16–18 tahun.	Angket 18 butir per ahli; masukan ahli ditindaklanjuti melalui revisi minor; wawancara pengguna dianalisis secara deskriptif.	Tujuh video hasil revisi, skor penilaian ahli, dan ringkasan masukan pengguna.
Disseminate	Publikasi terbatas di akun Instagram @bekindonly dan dokumentasi insight untuk enam episode.	Tayangan diperlakukan sebagai data paparan saat tangkapan layar diambil, bukan bukti efektivitas.	Produk dipublikasikan secara terbatas; efektivitas perilaku belum diuji.

Tabel 4. Skor Penilaian Ahli per Aspek

Validator / aspek	Jumlah butir	Skor total	Rata-rata (maks. 4)	Kategori deskriptif
Ahli materi – Materi	5	18	3,60	Sangat layak
Ahli materi – Kemanfaatan	4	14	3,50	Sangat layak
Ahli materi – Penyajian	4	14	3,50	Sangat layak
Ahli materi – Bahasa	5	17	3,40	Sangat layak
Ahli materi – Total	18	63	3,50	Sangat layak
Ahli media – Desain konten	6	23	3,83	Sangat layak
Ahli media – Kesesuaian platform	3	11	3,67	Sangat layak
Ahli media – Tipografi	4	15	3,75	Sangat layak
Ahli media – Audio-visual	5	19	3,80	Sangat layak
Ahli media – Total	18	68	3,78	Sangat layak

Lima remaja pada uji coba terbatas menyampaikan tanggapan yang umumnya positif, tetapi tidak identik. Sebagian peserta menekankan bahwa materi ringkas dan mudah dipahami; salah satu respons menyebut "materinya mudah dipahami", sementara peserta lain menilai bahasa sederhana dan video singkat membantu memahami bentuk serta dampak cyberbullying. Tanggapan mengenai manfaat merupakan persepsi peserta dan tidak berasal dari tes pengetahuan. Saran perbaikan juga bervariasi: penambahan contoh kasus nyata, ilustrasi dan tips praktis; penguatan judul/thumbnail; serta konsistensi voice-over dan penyuntingan. Dua peserta secara khusus menekankan perlunya contoh yang lebih nyata atau interaktif. Ringkasan tematik, variasi masukan, dan implikasi revisi disajikan pada Table 5.

Tabel 5. Ringkasan Tanggapan Uji Coba Terbatas

Tema evaluasi	Bukti tanggapan pengguna	Variasi masukan	Implikasi / batas interpretasi
Kemenarikan dan relevansi	Responden umumnya menyebut video menarik, informatif, dan relevan dengan pengalaman bermedia sosial.	Satu responden menyebut konten "menarik, informatif, dan relevan dengan keadaan sekarang".	Menunjukkan kesan awal dari lima peserta, bukan penerimaan seluruh remaja.
Kemudahan memahami	Beberapa peserta menilai bahasa sederhana dan durasi singkat membantu mengikuti materi.	Satu responden menyebut "materinya mudah dipahami"; peserta lain mengaitkan kejelasan dengan bahasa sederhana dan video singkat.	Tanggapan bersifat persepsi; tidak ada tes pengetahuan sebelum-sesudah.
Manfaat yang dirasakan	Peserta menilai materi informatif dan membantu mengenali bentuk, dampak atau pencegahan cyberbullying.	Tema yang disukai tidak seragam; ada yang menyoroti dukungan keluarga, literasi digital, dan komentar positif.	Tidak dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan atau perubahan perilaku.
Saran penyempurnaan	Umpan balik mencakup kebutuhan contoh yang lebih nyata dan langkah praktis.	Saran lain meliputi penguatan judul/thumbnail, desain lebih interaktif, dan konsistensi voice-over.	Masukan menjadi dasar revisi formatif; respons positif tidak menggantikan validasi ahli.
Ringkasan	Respons lima peserta cenderung positif tetapi bervariasi dalam fokus dan saran.	Tidak ada tema negatif besar yang tercatat dalam tabel skripsi, namun variasi komentar tetap muncul.	Interpretasi dibatasi pada kelompok uji coba purposif berjumlah lima orang.

Tabel 6. Spesifikasi Produk Akhir

Aspek	Deskripsi
Nama produk	Video edukasi pencegahan cyberbullying berbasis Social Cognitive Theory.
Platform dan format	Instagram Reels; video vertikal dengan rasio 9:16.
Jumlah video	Tujuh video edukasi.
Sasaran rancangan	Remaja jenjang SMP–SMA dan pengguna aktif Instagram.
Durasi	25–60 detik per video.
Landasan pengembangan	Kebutuhan awal remaja, strategi pencegahan cyberbullying, dan Social Cognitive Theory Albert Bandura.
Tema 1–3	Pendidikan dan peningkatan kesadaran; pengembangan literasi digital; dukungan/peran keluarga.
Tema 4–7	Pengawasan dan filtering; pengendalian diri dan manajemen emosi; penegakan hukum; penyebaran perilaku positif di media sosial.
Fitur desain	Bahasa sederhana, narasi, teks, visual ilustratif, dan contoh yang ditujukan agar dekat dengan pengalaman pengguna.
Akun publikasi	@bekindonly; publikasi dilakukan secara terbatas.

Temuan desain ini selaras dengan pembahasan mengenai media sosial sebagai sarana edukasi dan layanan berbasis teknologi, termasuk dalam bimbingan dan konseling (Marlef et al., 2024; Noviyanti, 2020). Namun, kesesuaian format Reels dengan preferensi lima peserta hanya mendukung keputusan desain untuk kelompok tersebut; hal itu tidak membuktikan bahwa Reels lebih efektif daripada poster, carousel, atau format lain. Produk dapat digunakan sebagai bahan pemantik diskusi, refleksi etika digital, atau sumber belajar mandiri setelah ditelaah oleh guru BK, tetapi penggunaan dalam layanan klasikal belum diuji dalam penelitian ini.

Integrasi SCT dibuat melalui model perilaku dan konsekuensi tindakan dalam narasi, pengambilan keputusan sebelum berkomentar atau membagikan informasi, dukungan lingkungan keluarga, pengaturan

privasi/pelaporan, pengendalian diri, serta penguatan komunikasi positif. Dalam SCT, pembelajaran observasional, ekspektasi hasil, efikasi diri, pengaturan diri, penguatan, dan hubungan timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan merupakan konsep yang saling terkait (Bandura, 1986, 2001; Wahyuni & Fitriani, 2022). Dalam produk ini, istilah seperti "proses kognitif" atau "konsekuensi perilaku" digunakan sebagai label untuk elemen desain, bukan sebagai konstruk terukur secara independen. Karena penelitian hanya menilai produk dan persepsi pengguna, penelitian tidak menguji apakah elemen-elemen tersebut menghasilkan perubahan pada perilaku remaja.

Tanggapan pengguna dan penilaian ahli memberikan jenis bukti yang berbeda. Ahli menilai kesesuaian isi dan kualitas penyajian, sedangkan peserta menilai pengalaman serta persepsi mereka setelah berinteraksi dengan produk. Keduanya saling melengkapi untuk menyempurnakan prototipe, tetapi respons positif peserta tidak mengonfirmasi validitas materi atau kualitas media secara statistik. Studi meta-analisis mengenai program pencegahan juga membedakan proses pengembangan dari pengukuran hasil intervensi; klaim efektivitas memerlukan ukuran hasil, pembanding atau rancangan evaluasi yang memadai (Gaffney et al., 2019, 2021; Kurnaz & Koçtürk, 2025; Ng et al., 2022).

Pada tahap disseminate, produk akhir diunggah secara terbatas melalui akun @bekindonly. Dokumentasi insight mencakup enam episode: Literasi Digital (121 tayangan), Dukungan Peran Keluarga (114), Pengawasan dan Filtering Konten (117), Pengendalian Diri dan Manajemen Emosi (119), Penegakan Hukum (129), serta Menyebarkan Hal Positif di Media Sosial (18). Episode terakhir merupakan unggahan terbaru saat tangkapan layar dibuat. Data untuk satu episode lainnya tidak tercantum dalam tabel insight skripsi. Jumlah tayangan hanya menunjukkan paparan yang tercatat ketika dokumentasi diambil; jumlah tersebut tidak digunakan untuk menyimpulkan minat, keterlibatan, penerimaan, atau efektivitas produk. Rincian data tercatat disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Data Tayangan pada Diseminasi Terbatas

Episode yang terdokumentasi	Views	Catatan interpretasi
Pengembangan Literasi Digital	121	Jumlah tayangan pada saat tangkapan layar didokumentasikan.
Dukungan Peran Keluarga	114	Jumlah tayangan pada saat tangkapan layar didokumentasikan.
Pengawasan dan Filtering Konten	117	Jumlah tayangan pada saat tangkapan layar didokumentasikan.
Pengendalian Diri dan Manajemen Emosi	119	Jumlah tayangan pada saat tangkapan layar didokumentasikan.
Penegakan Hukum	129	Nilai tayangan tertinggi dalam enam episode yang tercatat; bukan bukti efektivitas.
Menyebarkan Hal Positif di Media Sosial	18	Merupakan unggahan terbaru saat dokumentasi dibuat; waktu paparan lebih singkat.

Dalam konteks bimbingan dan konseling, video ini berpotensi digunakan sebagai media pendukung layanan informasi dan layanan preventif tentang literasi digital, pengendalian diri, komunikasi prososial, dan langkah menghadapi cyberbullying. Guru BK dapat menayangkannya sebagai pemantik diskusi dalam bimbingan klasikal, mengajak peserta didik mengidentifikasi tindakan pada kasus simulasi, lalu mendiskusikan pilihan melapor, memblokir, mencari bantuan orang dewasa tepercaya, dan memberikan dukungan kepada korban. Rekomendasi penggunaan tersebut merupakan implikasi praktis dari karakteristik produk, bukan hasil uji penerapan dalam layanan BK pada penelitian ini.

Uji coba hanya melibatkan lima remaja yang dipilih secara purposif dan satu validator untuk setiap bidang; hasilnya tidak dapat digeneralisasi dan kesepakatan antarahli tidak dapat dihitung. Observasi terhadap 10 akun tidak mencatat frekuensi unggahan per kategori, sedangkan jawaban wawancara diringkas secara deskriptif tanpa pengode kedua atau pemeriksaan anggota. Tidak dilakukan pretest–posttest, pengamatan perilaku, atau tindak lanjut, sehingga peningkatan pengetahuan dan efektivitas belum dapat disimpulkan. Naskah sumber tidak merinci durasi wawancara, keseragaman paparan video, proses rekrutmen, keterlibatan validator dalam produksi, atau prosedur persetujuan peserta/wali dan telaah etik; rincian faktual perlu diverifikasi dari catatan penelitian sebelum publikasi. Periode umum penelitian (Juni 2025–Mei 2026) juga perlu diselaraskan dengan tanggal validasi 15 Juni 2026. Tabel konversi skor dalam

skripsi tidak terisi lengkap meskipun kriteria verbal tercantum dalam metode, sehingga skor dan kategori perlu dicocokkan kembali dengan lembar penskoran asli.

Simpulan

Penelitian ini menghasilkan tujuh video Instagram Reels berdurasi 25–60 detik yang dirancang berdasarkan kebutuhan awal remaja dan prinsip Social Cognitive Theory. Skor satu ahli materi sebesar 3,50/4,00 dan satu ahli media sebesar 3,78/4,00 menunjukkan penilaian awal yang tinggi terhadap materi dan penyajian, sementara lima peserta uji coba umumnya melaporkan materi yang ringkas, mudah dipahami, dan relevan serta menyarankan contoh kasus, judul/thumbnail, dan narasi yang lebih kuat. Kontribusi penelitian terletak pada dokumentasi pengembangan media pencegahan berbasis SCT yang dapat dipertimbangkan sebagai bahan pendukung layanan informasi atau preventif BK. Bukti yang diperoleh terbatas pada penilaian ahli individual dan penerimaan awal kelompok kecil; efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan atau mengubah perilaku belum dibuktikan. Penelitian berikutnya perlu melibatkan lebih banyak penilai dan pengguna, menerapkan uji coba yang lebih sistematis, serta menggunakan desain pretest–posttest atau desain evaluasi pembanding bila ingin menguji efektivitas.

Ucapan Terimakasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma, dosen pembimbing, ahli materi dan ahli media yang memberikan penilaian, serta para remaja yang berpartisipasi dalam assessment kebutuhan dan uji coba terbatas. Masukan yang diberikan membantu proses penyempurnaan awal video edukasi yang dikembangkan.

Daftar Rujukan

Anshori, I. F., Hidayatulloh, S., Dewi, A. S., Viargi, R., & Yulianti, S. (2022). Fenomena Cyber Bullying Dalam Kehidupan Remaja. *Jurnal Sosial & Abdimas*, *4*(1), 26–32. https://doi.org/10.51977/jsa.v4i1.670

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory of mass communication. *Media Psychology*, *3*(3), 265–299. https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0303_03

Bukhori, B., Nuriyyatiningrum, N. A. H., Zikrinawati, K., Liem, A., Wahib, A., & Darmu'in. (2024). Determinant factors of cyberbullying behaviour among Indonesian adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, *29*(1). https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2295442

Elo, S., Kääriäinen, M., Kanste, O., Pölkki, T., Utriainen, K., & Kyngäs, H. (2014). Qualitative content analysis: A focus on trustworthiness. *SAGE Open*, *4*(1). https://doi.org/10.1177/2158244014522633

Gaffney, H., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2019). Examining the effectiveness of school-bullying intervention programs globally: A meta-analysis. *International Journal of Bullying Prevention*, *1*, 14–31. https://doi.org/10.1007/s42380-019-0007-4

Gaffney, H., Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2021). What works in anti-bullying programs? Analysis of effective intervention components. *Journal of School Psychology*, *85*, 37–56. https://doi.org/10.1016/j.jsp.2020.12.002

Guest, G., Bunce, A., & Johnson, L. (2006). How many interviews are enough? An experiment with data saturation and variability. *Field Methods*, *18*(1), 59–82. https://doi.org/10.1177/1525822X05279903

Hennink, M., & Kaiser, B. N. (2022). Sample sizes for saturation in qualitative research: A systematic review of empirical tests. *Social Science & Medicine*, *292*. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114523

Indonesia, K. P. P. dan P. A. R. (2024). *Survei nasional pengalaman hidup anak dan remaja (SNPHAR) 2024: Laporan tematik—Suara yang terabaikan: Analisis faktor*. https://www.kemenpppa.go.id/show-pdf/dokumen/detail/laporan-tematik-1-snphar-2024

Indonesia, U. (2021). *Indonesia: Hundreds of children and young people call for kindness and an end to bullying*. https://www.unicef.org/indonesia/id/siaran-pers/indonesia-ratusan-anak-dan-remaja-menyerukan-kebaikan-dan-diakhirinya-perundungan

Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, *140*(4), 1073–1137. https://doi.org/10.1037/a0035618

Kurnaz, M. F., & Koçtürk, N. (2025). Addressing cyberbullying in adolescents: A comprehensive meta-analytic evaluation of intervention programs. *Aggression and Violent Behavior*, *84*. https://doi.org/10.1016/j.avb.2025.102081

Larasati, S. P. (2024). Cyberbullying phenomenon on Instagram social media: Phenomenological analysis of Indonesian students. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, *9*(3), 19–22. https://doi.org/10.29210/022026jpgi0005

Mardapi, D. (2008). *Teknik penyusunan instrumen tes dan nontes*. Mitra Cendikia Press.

Marlef, A., Masyhuri, M., & Muda, Y. (2024). Mengenal dan Mencegah Cyberbullying: Tantangan Dunia Digital. *Journal of Education Research*, *5*(3), 4002–4010. https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1295

Muzdalifah, F., & Zanirah, F. (2018). Pengaruh keterampilan sosial terhadap cyberbullying pada remaja pengguna Instagram. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, *7*(2), 60–67. https://doi.org/10.21009/JPPP.072.01

Ng, E. D., Chua, J. Y. X., & Shorey, S. (2022). The effectiveness of educational interventions on traditional bullying and cyberbullying among adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, *23*(1), 132–151. https://doi.org/10.1177/1524838020933867

Noviyanti, N. I. (2020). Instagram Social Media As Guidance And Counseling Media Based On Technology. *International Journal of Applied Guidance and Counseling*, *1*(1), 16–19. https://doi.org/10.26486/ijagc.v1i1.1045

Putri, C. H. M. P., Suwarni, E., & Roebianto, A. (2023). Pengaruh cyberbullying terhadap self-blaming pada remaja pengguna Instagram. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, *12*(2), 123–128. https://doi.org/10.21009/JPPP.122.07

Thiagarajan, S., Semmel, D. S., & Semmel, M. I. (1974). *Instructional development for training teachers of exceptional children: A sourcebook*. Indiana University.

Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, *26*(3), 277–287. https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014

Wahyuni, N., & Fitriani, W. (2022). Relevansi teori belajar sosial Albert Bandura dan metode pendidikan keluarga dalam Islam. *Qalam: Jurnal Ilmu Kependidikan*, *11*(2), 60–66. https://doi.org/10.33506/jq.v11i2.2060

Yulieta, F. T., Syafira, H. N. A., Alkautsar, M. H., Maharani, S., & Audrey, V. (2021). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental. *De Cive: Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, *1*(8), 257–263. https://doi.org/10.56393/decive.v1i8.298

Zych, I., Ortega-Ruiz, R., & Del Rey, R. (2015). Systematic review of theoretical studies on bullying and cyberbullying: Facts, knowledge, prevention, and intervention. *Aggression and Violent Behavior*, *23*, 1–21. https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.10.001