



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>



ARTIKEL PENELITIAN

## **Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying* Pada Remaja Pengguna Media Sosial Anonim**

MARIA ANGELA INTAN CAHYANING BULAN & PRIMATIA YOGI WULANDARI\*

Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini untuk melihat adakah pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial anonim. Penelitian ini ditujukan untuk remaja akhir berusia 18-21 tahun yang menggunakan media sosial anonim. Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 493 orang. Alat ukur pada penelitian ini yaitu *Brief Self Control Scale* dan *Skala Cyberbullying*. Teknik yang digunakan adalah teknik analisis data kuantitatif, yakni analisis regresi linear sederhana menggunakan *SPSS 24 for Windows*. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat pengaruh signifikan antara kontrol diri dan *cyberbullying*. Dari hasil persamaan analisis regresi didapatkan persamaan yaitu  $Y = 220.523 + (-2.418)$ . Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh negatif terhadap *cyberbullying* yang bermakna semakin tinggi kontrol diri akan menurunkan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial anonim.

**Kata kunci:** *cyberbullying, kontrol diri, media sosial anonim*

### **ABSTRACT**

*This study aims to see whether there is an effect of self-control on the tendency of cyberbullying behavior in adolescent anonymous social media users. This study is aimed at late adolescents aged 18-21 years who use anonymous social media. The number of respondents in this study are 493 people. The measuring instrument used in this study is Brief Self Control Scale and Cyberbullying Scale. This study uses quantitative data analysis techniques, namely simple linear regression statistical techniques with the help of SPSS 24 for Windows. The results of this study indicate that there is a significant effect between self-control and cyberbullying. From the results of the regression analysis equation also obtained the equation, namely  $Y = 220.523 + (-2.418)$ . It can be concluded that self-control has a negative effect on cyberbullying, which means that higher self-control will reduce the tendency of cyberbullying behavior in adolescent anonymous social media users.*

**Keywords:** *anonymous social media, cyberbullying, self-control*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2021, Vol. 1(1), 497-507

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: [primatia.yogi@psikologi.unair.ac.id](mailto:primatia.yogi@psikologi.unair.ac.id)



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

Media komunikasi dan informasi adalah mesin pendorong proses sosial yang memungkinkan munculnya interaksi antarmanusia. Manusia melakukan interaksi melalui beragam cara dalam kehidupan, mulai dari komunikasi secara langsung hingga melibatkan penggunaan perangkat-perangkat teknis. Pada media baru, terdapat penekanan terhadap kondisi keterhubungan (*network*) yang pada penerapannya bersifat *one to one*, *one to many*, dan *many to many*. Jaringan komputer yang dimanfaatkan untuk memfasilitasi komunikasi antarmanusia dengan berbasis teknologi dikenal dengan *Computer Mediated Communication (CMC)*. Selain memungkinkan komunikasi secara *one to one*, CMC juga dapat dikembangkan sebagai platform komunikasi *many to many* yang bergantung pada cara penggunaannya. Maka dari itu, CMC dapat digunakan sebagai sarana komunikasi bersama. Pada perspektif ini, komputer adalah sarana untuk masuk ke jaringan *cyber*.

Melalui interaksi menggunakan CMC, terdapat beragam kegiatan sosial selayaknya pada dunia nyata yang dapat dilaksanakan. Para pengguna berkenalan, saling menegur satu sama lain, berbisnis, melontarkan ide, argumentasi, gagasan, kritik, maupun ancaman yang dilakukan tanpa melibatkan kontak fisik. Interaksi dengan CMC menciptakan ruang alternatif bagi manusia dalam melakukan interaksi sosial. Terdapat beragam cakupan komunikasi yang dilibatkan dalam aktivitas sosial dengan CMC, baik pribadi, kelompok, atau massa. Para pengguna CMC melakukan interaksi, transaksi, mendiami suatu alamat, dan bersosialisasi dalam ruang maya (*cyberspace*) sebagaimana pada ruang kehidupan nyata.

Bell (2011) mengatakan *cyberspace* sebagai ruang bayangan antara komputer di mana orang memungkinkan membangun dirinya yang baru di dunia baru. Holmes (1997) menyatakan bahwa *cyberspace* adalah dunia tempat pembentukan nilai-nilai budaya baru yang bermula dari interaksi sehari-hari antar pengguna dengan mediasi teknologi. Dewasa ini, interaksi antarindividu baik secara *one to one*, *one to many*, dan *many to many* dapat dilaksanakan menggunakan beragam fasilitas pada aplikasi internet. Karena terbentuknya *cyberspace* bermula dari keterhubungan komputer pada suatu jaringan (*network*), *cyberspace* kerap disandingkan dengan internet.

Dewasa ini, internet merupakan bagian dari kebutuhan hidup. Beberapa aktivitas yang dilakukan di dunia nyata seperti berkomunikasi, bermain, mencari pasangan kini dapat dilakukan melalui internet dan dikemas secara menarik. Penggunaan internet memungkinkan penggunanya untuk dapat mencari informasi seluas-luasnya bahkan dari seluruh belahan dunia. Selain itu, internet dapat digunakan sebagai media komunikasi tanpa mengenal jarak dan waktu. Pengguna internet dapat berkomunikasi dimanapun, kapan pun, dan dengan siapa pun.

Berdasarkan hasil laporan survei yang dilakukan APJII, terdapat pengelompokan pengguna internet di Indonesia pada tahun 2018 berdasarkan usia. Berdasarkan keseluruhan 171,17 juta pengguna internet di Indonesia, kelompok usia dominan dari pengguna internet yaitu remaja dengan interval usia 15 sampai 19 tahun sebanyak 91% dan pada rentang usia 20 hingga 24 tahun sebanyak 88.5% (Untari, 2019). Selain itu, UNICEF bekerja sama dengan Kominfo serta *Berkman Center for Internet and Society Harvard University* melaksanakan survei terkait perilaku digital generasi muda dan memperoleh kesimpulan bahwa dari 400 remaja di Indonesia sebanyak 98% mengetahui terkait internet dan 80% adalah pengguna internet (Kominfo, 2014). Sebagian besar remaja memanfaatkan internet untuk

mengakses media sosial. Dalam keseharian, remaja mengakses media sosial untuk memperoleh informasi serta membagikan kegiatan mereka menggunakan media sosial (Ayun, 2015).

Streep (2013) seorang pemerhati digital dan remaja mengemukakan empat alasan utama remaja menggunakan media sosial, yaitu untuk mendapatkan perhatian, meminta pendapat, menumbuhkan citra, dan kecanduan. Media sosial adalah suatu wadah dalam internet dimana individu dapat menunjukkan representasi diri, melakukan interaksi dan kerja sama, berbagi, dan melakukan komunikasi dengan pihak lain untuk secara virtual menciptakan keterikatan sosial (Nasrullah, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Joinson (2001) menemukan bahwa orang sering berperilaku berbeda ketika di dunia nyata dan dunia maya bila dalam situasi yang serupa. Perbedaan situasi mendasar ini disebut dengan *online disinhibition effect*. *Online disinhibition effect* adalah diabaikannya atau hilangnya aturan sosial serta hambatan yang muncul ketika komunikasi dengan orang lain dalam internet. *Online disinhibition effect* juga didefinisikan sebagai ketidakmampuan individu untuk mengendalikan perilaku, pikiran dan perasaan ketika mereka berinteraksi secara *online* serta berkomunikasi dengan cara yang tidak mereka lakukan ketika dunia nyata (Suler, 2004). Suler (2004) mengatakan bahwa terdapat dua dimensi dari *online disinhibition effect*, yaitu *benign online disinhibition effect* dan *toxic online disinhibition effect*. *Benign online disinhibition effect* didefinisikan sebagai perilaku seseorang dimana lebih banyak mengungkapkan emosi, harapan, dan keinginan serta menunjukkan tindakan kebaikan di lingkungan *online* sedangkan *toxic online disinhibition effect* merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengeluarkan kalimat kasar, ancaman, kebencian, kemarahan dan kritikan serta melakukan kejahatan yang tidak dilakukannya di lingkungan nyata.

Suler (2004) mengungkapkan bahwa satu diantara beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya *online disinhibition effect* adalah anonimitas. Anonimitas menurut Suler (2004) adalah kondisi dimana memungkinkan seseorang untuk mengubah atau menyembunyikan identitas asli dengan memisahkan perilaku secara nyata dan maya. Selain itu menurut Yanes (2014) anonimitas adalah kehadiran secara intrinsik pada konsep privasi, sehingga apabila definisi media sosial dengan definisi anonim digabungkan menjadi sebuah wadah bagi seseorang di internet untuk merepresentasikan diri, melakukan interaksi, melakukan kerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain untuk menghasilkan keterikatan sosial secara anonim dan *virtual*.

Menurut hasil penelitian dari Limilia dan Fuady (2016) remaja menggunakan media sosial berbasis anonim dengan motif mencari kepuasan eksplorasi, interaksi sosial, dan keinginan untuk keluar dari tekanan. Para remaja mengaku dapat membentuk persahabatan secara *online* dengan menggunakan media sosial berbasis anonim. Hal ini dapat mengurangi hambatan yang mendorong terjadinya kekhawatiran sosial sehingga dapat meningkatkan interaksi sosial dan semakin besar kemungkinan untuk membentuk persahabatan secara *online*. Berdasarkan teori menurut Omernick dan Sood (2013) tentang deindividuasi, anonimitas mengarah pada suatu keadaan dimana individu mengalami penurunan *self awareness*, *self evaluation*, *self regulation*, *self observation*, akuntabilitas, dan kepedulian terhadap perbandingan sosial. Kurangnya pertanggungjawaban dalam komunikasi secara *online* membuat individu menyalahgunakan anonimitas. Anonimitas pada komunikasi digital juga dapat menjadi prediktor agresivitas di dunia maya (*cyber aggression*) (Kowalski & Limber, 2007).

Dengan adanya fitur *anonymous* dalam media sosial anonim tersebut, sering kali disalahgunakan oleh para remaja salah satunya *cyberbullying*. Beberapa hal yang menjadi pembeda antara media sosial pada umumnya dengan media sosial anonim yaitu media sosial yang biasanya mengharuskan penggunaanya

memasukkan identitas data diri yang asli karena akan memerlukan verifikasi sedangkan untuk di media sosial anonim tidak memerlukan data diri yang lengkap. Selain itu, kolom yang harus diisi calon pengguna cukup banyak seperti nama, tanggal lahir, *email*, nomor *handphone*, foto profil, dan *password*. Data diri yang harus diisi ada media sosial berbasis anonim ini tidak sebanyak dan tidak terlalu spesifik seperti media sosial pada umumnya, yaitu nama yang disediakan secara acak, jenis kelamin, dan usia. Beberapa contoh media sosial berbasis anonim adalah *Whisper*, *Secreto*, *Ask.Fm*, *Secret*, *LegaTalk*, *Gabut*, *Saya*, *Sarahah*, dan *Chatous*.

Penelitian mengenai *cyberbullying* di *Ask.Fm* di Indonesia dilakukan oleh Setyawati (2016) yang menyatakan terdapat sedikitnya 100 remaja di Bandar Lampung yang pernah menjadi pelaku *cyberbullying* di *Ask.Fm*. Penelitian serupa dilakukan oleh Sari (2016) yang menyatakan terdapat 4 korban berusia 12-18 tahun mengalami tindakan *cyberbullying* di *Ask.fm*. *Cyberbullying* yang dialami berupa *flaming* dan *online harrasment* yang terdiri dari kata-kata kasar dengan penyampaian berulang. Adilah (2015) meneliti 8 akun *Ask.Fm* yang seringkali menjadi sasaran praktik *cyberbullying*. Dari hasil penelitiannya tersebut terdapat 10 isu yang menyebabkan para anon melakukan *cyberbullying* terhadap 8 akun tersebut, yakni isu mengenai fisik, SARA, gaya hidup, seksualitas dan gender, pendidikan dan pekerjaan, orang terdekat, kemampuan, kelas sosial, opini, dan kemampuan.

Peneliti mengadakan studi pendahuluan (*preliminary*) untuk menunjang data yang ada, dikarenakan beberapa fenomena maupun kasus yang ada hanya berfokus pada *Ask.fm* sementara media sosial anonim ada beberapa jenis lainnya. Tujuan peneliti melakukan studi pendahuluan yakni untuk mengetahui adakah remaja yang melakukan perilaku *cyberbullying* di media sosial anonim. Selain itu dari studi pendahuluan itu juga dapat diketahui media sosial anonim apa saja yang banyak digunakan para remaja tersebut. Peneliti menggunakan metode kuantitatif berupa tiga buah pertanyaan sederhana yang dikemas dalam bentuk kuesioner. Dari 105 responden, sebanyak 67 orang (64%) menjawab pernah melakukan *cyberbullying* di media sosial anonim dan 55 orang (52%) pernah menjadi korban tindakan *cyberbullying* di media sosial anonim. Selain itu, terdapat tiga media sosial anonim terbanyak yang dimiliki oleh para remaja yaitu 52% subjek menggunakan *Whisper*, 46% menggunakan *Secreto*, 39% menggunakan *Ask.Fm*, dan sisanya menggunakan media sosial anonim lainnya.

Beberapa faktor yang dapat mendorong seseorang melakukan *cyberbullying* yaitu seorang individu memiliki tingkat *bullying* tradisional yang tinggi, penolakan dari teman sebaya, kelekatan dengan orangtua, harga diri, dan kontrol diri yang rendah (Bayraktar, Machackova, Dedkova, Cerna, & Ševčíková, 2014). Menurut Riebel, Reinhold, dan Fischer (2009) ada keterkaitan antara perilaku *bullying* langsung dengan yang terjadi di ruang maya. *Bullying* secara langsung memicu terjadinya *bullying* di dunia maya. Dunia maya menjadi wadah alternatif untuk pelaku melakukan penghinaan terhadap korban yang dikenal dengan *cyberbullying*. Menurut Santrock (2007) permasalahan yang sering kali dihadapi oleh remaja yaitu berhubungan dengan penolakan teman sebaya sehingga memunculkan *cyberbullying* di kalangan teman sebaya (Saifullah, 2016). Pei (2011) mengatakan seorang individu yang memiliki pengalaman kelekatan yang kurang nyaman (*insecure attachment*) dan kurangnya kehangatan dengan orangtuanya cenderung melakukan *cyberbullying*. Walker dan Bright (2009) mengemukakan bahwa individu yang memiliki harga diri yang rendah lebih sering terlibat dalam *cyberbullying* dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri yang tinggi. Menurut Bossler & Holt (2010) kontrol diri yang rendah memiliki hubungan dengan kejahatan di dunia maya, dimana *cyberbullying* merupakan salah satu contohnya.

Menurut Morsünbül (2015) kontrol diri merupakan prediktor terbaik dalam memengaruhi agresi, dimana *cyberbullying* merupakan salah satu bentuk agresi, Penelitian lain yang dilakukan Bayraktar, dkk. (2014) dua faktor paling baik dan kuat dalam memengaruhi *cyberbullying* yaitu kontrol diri yang rendah dan *bullying*, sementara faktor lain memengaruhi namun tidak seberapa kuat. Selain itu Lazarinis (2010) mengatakan ketidakmampuan untuk mengontrol diri dalam penggunaan media sosial dapat mengakibatkan *cyberbullying*. Remaja yang gagal dalam mengembangkan kontrol diri yang cukup dalam hal tingkah laku berarti gagal dalam mempelajari perilaku yang tidak dapat diterima oleh masyarakat (Aviyah & Farid, 2014). Individu dengan kontrol diri yang baik akan terhindar dari tingkah laku negatif karena adanya kemampuan individu menahan dorongan atau keinginan untuk bertingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial (Khairunnisa, 2013).

Casey dan Caudle (2013) menyatakan bahwa kondisi dan situasi tertentu dapat mempengaruhi remaja dalam menunjukkan perilakunya. Ketika dalam kondisi dan situasi yang tenang, remaja dapat mengontrol dirinya sehingga dapat menunjukkan perilaku yang rasional dan dapat menentukan pilihan dengan optimal. Setiap remaja memiliki kontrol diri yang berbeda. Hal ini bergantung oleh usia dan masa kehidupan remaja tersebut. Sementara itu menurut Aroma dan Suminar (2012) kontrol diri yang rendah mengakibatkan individu lebih senang melakukan risiko dan melanggar aturan tanpa memikirkan jangka panjang.

Menurut Santrock (2003) remaja merupakan masa perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Perubahan biologis yang dialami remaja mencakup perubahan-perubahan fisik, perubahan kognitif yang dialami remaja mencakup perubahan dalam pikiran, intelegensi, dan bahasa, sedangkan perubahan sosial-emosional yang dialami remaja mencakup perubahan emosi, kepribadian, peran dari konteks sosial dalam hubungan dengan individu lain (Santrock, 2007).

Kontrol diri adalah kemampuan untuk menahan diri serta mengesampingkan atau merubah respon dari kecenderungan perilaku yang negatif atau tidak diinginkan sehingga memunculkan perilaku yang positif (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004). Menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) kontrol diri merupakan dimensi tunggal yang di dalamnya terdapat lima aspek yaitu: *self discipline*, *deliberated/nonimpulsive*, *healthy habits*, *work ethic*, dan *reliability*.

*Cyberbullying* adalah perilaku kejam yang ditujukan pada orang lain dengan cara mengirimkan materi yang berbahaya dan terlibat dalam bentuk agresi sosial lainnya melalui internet maupun teknologi digital lainnya. Komunikasi secara *online* ini bisa membahayakan karena dapat terjadi setiap hari dan setiap waktu. Teks dan gambar yang merusak dapat disebarkan secara luas dan tidak mungkin dihapuskan sepenuhnya. *Cyberbullying* kebanyakan dilakukan oleh remaja. *Cyberbullying* terbagi atas delapan bentuk, yaitu *flaming*, *harassment*, *denigration*, *impersonation*, *outing*, *trickery*, *exclusion*, dan *cyberstalking* (Willard, 2007).

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau pengaruh negatif kontrol diri terhadap *cyberbullying* di kalangan remaja pengguna media sosial anonim. Manfaat penelitian secara teoritis adalah penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi secara ilmiah terhadap pengetahuan serta pemahaman mengenai kontrol diri dan *cyberbullying*, khususnya pada pengguna media sosial anonim. Penelitian ini juga hendaknya bisa menyumbangkan pengetahuan bagi ilmu psikologi terkait kontrol diri dan *cyberbullying*, khususnya pada pengguna media sosial anonim. Manfaat praktis dalam penelitian ini hendaknya dapat bermanfaat untuk remaja dalam memberikan gambaran mengenai fenomena



*cyberbullying* terutama di media sosial anonim. Bagi orangtua, agar penelitian ini dapat dijadikan sumber pengetahuan mengenai fenomena *cyberbullying* yang masih sering terjadi saat ini. Bagi peneliti selanjutnya, agar hasil penelitian yang didapat menjadi acuan pelaksanaan penelitian serupa.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik pengambilan data survei. Survei dipilih karena pengumpulan data pada sampel penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala psikologis berbentuk kuesioner. Adapun kuesioner secara *online* menggunakan skala Likert dipilih sebagai instrumen untuk mengumpulkan data penelitian. Variabel dependen atau bebas (X) pada penelitian ini yaitu kontrol diri, sedangkan variabel independen atau terikat (Y) pada penelitian ini yaitu *cyberbullying*.

### *Partisipan*

Kriteria partisipan pada penelitian ini yaitu: (1) Laki-laki atau perempuan; (2) Berumur 18-21 tahun; (3) Memiliki minimal satu akun media sosial anonim. Teknik *non-probability sampling* menggunakan metode *purposive sampling* digunakan sebagai teknik dalam mengambil sampel penelitian. Dalam menentukan jumlah sampel yang digunakan, peneliti menggunakan perhitungan rumus  $N > 50 + 8m$  (dimana  $m$  = jumlah variabel bebas, sehingga diperoleh rumus  $N > 50 + 8(1)$  (Tabachnick, Fidell, & Ullman, 2007). Maka, jumlah minimal sampel dalam penelitian ini  $N > 58$ . Selain itu partisipan diberikan *informed consent* sebelum berpartisipasi dalam penelitian ini.

Untuk menguji hipotesis penelitian, penulis mengumpulkan sebanyak 493 partisipan, dengan 78.8% perempuan dan 21.3% laki-laki yang merupakan remaja pengguna media sosial anonim. Nilai rata-rata variabel kontrol diri adalah 58.01 sedangkan nilai rata-rata untuk variabel *cyberbullying* sebesar 80.23. Nilai standar deviasi variabel kontrol diri adalah 5.571 sedangkan nilai standar deviasi untuk variabel *cyberbullying* sebesar 13.658.

### *Pengukuran*

Untuk mengukur kontrol diri penulis menggunakan *Brief Self Control Scale* (BSCS) yang dikembangkan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) yang telah ditranslasi dan diadaptasi oleh Amriel (2015) yang terdiri dari 36 aitem dengan 4 pilihan jawaban (1="sangat tidak setuju", 4="sangat setuju"), dengan koefisien reliabilitas yang baik ( $\alpha=.91$ ). Sedangkan alat pengumpulan data untuk variabel *cyberbullying* menggunakan skala yang disusun sendiri oleh Larasati (2016) yang terdiri dari 46 aitem dengan 4 pilihan jawaban (1="sangat tidak setuju", 4="sangat setuju"), dengan koefisien reliabilitas yang baik ( $\alpha=.89$ ).

### *Analisis Data*

Teknik analisis yang dilakukan pada penelitian ini yaitu analisis deskriptif lalu uji asumsi serta uji hipotesis dengan analisis regresi linear sederhana. Uji asumsi yang harus dilakukan sebelum melakukan uji regresi linear sederhana adalah uji normalitas, uji linearitas, dan uji heteroskedastisitas. Secara keseluruhan, analisis data dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 24 for Windows*.

## HASIL PENELITIAN

Tujuan uji normalitas adalah untuk meninjau apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* digunakan untuk menguji normal atau tidaknya distribusi data berdasarkan nilai signifikansi yang didapatkan. Uji normalitas memiliki ketentuan apabila  $p > 0,05$  termasuk distribusi data normal, sementara jika  $p < 0,05$  termasuk tidak berdistribusi normal. Mengacu pada hasil uji normalitas penelitian ini diperoleh bahwa hasil normalitas *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* memiliki signifikansi sebesar 0,2. Dikarenakan  $p > 0,05$ , dapat disimpulkan bahwa nilai residual pada penelitian adalah berdistribusi normal.

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui kecenderungan hubungan antar variabel dan linearitas merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi sebelum melakukan uji regresi (Pallant, 2010). Dasar pengambilan keputusan untuk uji linearitas apabila  $p < 0,05$ , bisa dikatakan sifat hubungan kedua variabel adalah linear. Nilai signifikansi *linearity* pada kedua variabel, yaitu antara kontrol diri dengan *cyberbullying* adalah 0,000, dapat dikatakan kedua variabel berhubungan linier secara signifikan karena bernilai  $p < 0,05$ .

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk melihat apakah variabilitas skor variabel X sama dengan skor variabel Y, karena variabilitas skor variabel X harus sama dengan skor variabel Y. Uji heteroskedastisitas pada penelitian ini menggunakan metode Uji *Glejser* yang menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,2 dimana  $p > 0,05$ . Oleh sebab itu, mengacu pada dasar pengambilan keputusan pada uji *Glejser*, diperoleh kesimpulan tidak muncul gejala heteroskedastisitas pada model regresi atau dalam kata lain, data yang digunakan merupakan homogenitas.

Setelah uji asumsi terpenuhi, uji regresi linear sederhana dapat dilakukan. Hasil analisis anova dilaksanakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari signifikansi regresi. Setelah dilakukan analisis regresi linier sederhana, model diketahui cocok dalam menjelaskan data ( $F(1, 492) = 17731,805$ ;  $p < 0,000$ ;  $R^2 = 0,973$ ) dan varians prediktor dapat menjelaskan 97,3 persen dari kontrol diri. *Cyberbullying* ( $B = -2,418$ ;  $SE = 1,058$ ;  $t = 208,360$ ;  $p < 0,000$ ) berkorelasi negatif dan sangat kuat sehingga hal ini menunjukkan bahwa jika nilai kontrol diri meningkat maka akan menurunkan kecenderungan *cyberbullying*.

## DISKUSI

Tujuan penelitian ini adalah untuk mencari apakah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap *cyberbullying* pada pengguna media sosial anonim di kalangan remaja. Untuk mencapai tujuan tersebut, penulis melakukan uji statistik menggunakan regresi linear sederhana untuk menguji rumusan masalah dan menguji hipotesis penelitian. Penelitian ini menjelaskan kontrol diri berdampak negatif pada *cyberbullying*, yang artinya apabila semakin meningkat kontrol diri, akan semakin menurunkan kecenderungan *cyberbullying* sehingga hipotesis penelitian ini diterima. Hal ini sejalan dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa kontrol diri merupakan prediktor terbaik dalam memengaruhi agresi dimana *cyberbullying* merupakan salah satu bentuk agresi (Morsünbül, 2015). Selain itu penelitian lain yang dilakukan Bayraktar, dkk, (2014) menyatakan bahwa kontrol diri yang rendah

termasuk salah satu faktor yang paling baik dan kuat dalam memengaruhi *cyberbullying*. Ketika remaja berusia 12-18 tahun memiliki kontrol diri yang rendah maka dapat mendorong mereka untuk terlibat dengan kasus *cyberbullying* (Bayraktar, Machackova, Dedkova, Cerna, & Ševčíková, 2014).

Individu yang memiliki kontrol diri rendah rentan untuk melakukan perilaku kriminal dimana *cyberbullying* merupakan salah satu jenis dari *cyber crime* atau kejahatan di dunia maya (Bossler & Holt, 2010). Menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) kontrol diri yang baik dapat mengurangi timbulnya dorongan untuk berperilaku negatif atau menyimpang, artinya ketika individu memiliki kontrol diri tinggi maka akan memiliki penyesuaian diri yang lebih baik, memiliki kemampuan dan hubungan interpersonal yang lebih baik, memiliki kelekatan yang baik, serta memiliki respon emosi yang lebih optimal. Kontrol diri membantu individu mengurangi keinginan melakukan *cyberbullying* dengan memperhatikan norma sosial, aspek aturan, dan dampak negatif yang akan dialami dari perilaku agresif dan perundungan dunia maya. Kegagalan kontrol diri dapat mengakibatkan tindakan yang paling agresif dan adanya kekerasan di dunia maya. Ketika seseorang mulai menunjukkan sikap agresif, kontrol diri dapat membantu untuk mengurangi keinginan untuk menyakiti orang lain secara langsung maupun melalui sosial media.

Seseorang yang sering kali terlibat dalam perilaku agresif memiliki resiko yang lebih tinggi untuk terlibat dalam perundungan dunia maya hal ini dipicu oleh kurangnya kontrol diri individu tersebut. Kontrol diri akan membantu seseorang untuk merespon sesuai dengan norma sosial (Denson, DeWall, & Finkel, 2012). *Cyberbullying* dipicu oleh kurangnya kontrol diri dari remaja sehingga pelaku selalu berusaha untuk mengganggu korbannya. Diperlukan kontrol diri yang baik untuk mengendalikan pelaku *cyberbullying* agar tidak merugikan banyak remaja yang menjadi korban dari kekerasan media sosial tersebut. Kontrol diri yang dimiliki oleh setiap remaja berbeda-beda ada yang memiliki kontrol diri yang tinggi ada pula yang memiliki kontrol diri rendah (Suyasa, 2004).

Individu dengan disiplin diri yang baik mampu membatasi penggunaan sosial media dan juga dapat memilah mana perilaku yang bermanfaat atau tidak untuk tujuan yang dicapai. Individu dengan disiplin diri yang baik akan mengenyampingkan *cyberbullying* karena tidak bermanfaat untuk pencapaian tujuannya. Kedua, individu dengan *nonimpulsive* cenderung tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak, sehingga ketika individu dihadapkan pada sebuah situasi ia akan berhati-hati dalam mengambil keputusan dan menjauhi tindakan negatif seperti *cyberbullying*. Ketiga, individu yang mempunyai *healthy habits* memprioritaskan hal-hal berdampak positif untuk dirinya, walaupun tidak mengalami dampaknya secara langsung sehingga individu dengan *healthy habits* cenderung menjauhi perilaku negatif seperti halnya *cyberbullying*. Keempat, *work ethic* yaitu individu yang beretika dan memahami bagaimana etika individu ketika berhubungan dengan orang lain. Apabila individu mempunyai kontrol diri yang baik, ia memiliki etika dalam bersikap sehingga ia akan menghindari *cyberbullying* dimana hal tersebut jelas akan merugikan pihak lain yang artinya hal tersebut melanggar etika. Kelima, *reliability* yaitu individu akan memikirkan konsekuensi ke depannya dalam berperilaku akan seperti apa dan apa dampaknya baik untuk pribadi maupun orang lain. Individu dengan *reliability* cenderung dapat menahan diri dari melakukan *cyberbullying* karena ia akan memikirkan efek jangka panjangnya sebelum bertindak, seperti bagaimana bila perilaku dia diketahui oleh orang lain, bagaimana nasib korbannya, dan sebagainya. Dengan banyaknya kemungkinan konsekuensi buruk membuat individu tersebut dapat menahan *cyberbullying*.



## SIMPULAN

Mengacu pada hasil analisa data yang sudah dilaksanakan pada penelitian ini, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh negatif antara kontrol diri terhadap *cyberbullying* pada pengguna media sosial anonim di kalangan remaja. Pengaruh kontrol diri menunjukkan arah hubungan yang negatif yang bermakna semakin tinggi kontrol diri pada remaja, semakin rendah kecenderungan *cyberbullying* sehingga hipotesis penelitian ini diterima.

Dari serangkaian hasil penelitian, penulis juga memiliki beberapa saran. Saran untuk remaja agar semakin *aware* terhadap resiko atas perilakunya di dunia maya untuk dapat menghindari melakukan perilaku menyimpang. Selain itu remaja diharapkan dapat memilih lingkungan pertemanan yang sehat dimana hal ini sesuai dengan tahapan psikososialnya sehingga remaja dapat berkecimpung pada hal-hal positif dan terhindar dari perilaku menyimpang.

Saran untuk orangtua dalam membentuk kontrol diri anak-anaknya dapat dimulai dari mendidik dengan menggiring mereka untuk menaati nilai sosial dan kaidah yang ada, hingga melalui paksaan, memberi konsekuensi atau sanksi bagi yang melanggar atau menyimpang. Selain itu, keluarga yang menjalankan fungsinya secara efektif seperti mempunyai teknik penyelesaian masalah yang baik, menjalin komunikasi dua arah yang baik, membagi peran secara jelas dan adil, mempunyai kepekaan emosi, dan mempunyai keterlibatan afektif serta kontrol terhadap perilaku anggotanya, dapat turut andil dalam melatih kontrol diri anak-anak terutama yang beranjak remaja. Saran untuk penelitian selanjutnya, diharapkan dapat dilaksanakan penelitian lanjutan dari hasil riset penelitian yang didapatkan oleh peneliti saat ini, seperti faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap *cyberbullying*. Lebih jauh lagi, dapat pula dipertimbangkan kehadiran variabel lain yang turut mempengaruhi *cyberbullying*.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Dekan Fakultas Psikologi UNAIR, dosen pembimbing, para dosen penguji, para staff dan karyawan, para responden, kedua orangtua penulis, saudara, keluarga, kerabat, para sahabat penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terimakasih atas kontribusi, bantuan, bimbingan, doa, cinta, dan kasih sayang yang diberikan.

## DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Maria Angela Intan Cahyaning Bulan dan Primatia Yogi Wulandari tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

## PUSTAKA ACUAN

Adilah, B. (2015). *Praktik cyberbullying di media sosial (Studi kasus pada Ask.Fm)*. Surabaya: Universitas Airlangga.

Amriel, G. P. (2015). Hubungan antara kontrol diri dengan kepatuhan berlalu lintas pada remaja pengendara sepeda motor di Surabaya. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*.

- Aroma, I. S., & Suminar, D. R. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal psikologi pendidikan dan perkembangan*, 1(2), 1-6.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal psikologi Indonesia*, 3(02).
- Ayun, P. Q. (2015). Fenomena remaja menggunakan media sosial dalam membentuk identitas. *Channel*, Vol. 3; No. 2, hal. 1-16.
- Bayraktar, F., Machackova, H., Dedkova, L., Cerna, A., & Ševčíková, A. (2014). Cyberbullying: The discriminant factors among cyberbullies, cybervictims, and cyberbully-victims in a Czech adolescent sample. *Journal of interpersonal violence*, 3192-3216.
- Bell, D. (2011). *An introduction to cybercultures*. London: Routledge.
- Bossler, A. M., & Holt, T. J. (2010). The effect of self-control on victimization in the cyberworld. *Journal of Criminal Justice*, Volume 38, Issue 3, 227-236.
- Casey, B., & Caudle, K. (2013). The teenage brain: self control. *Association for psychology science*, 82-87.
- Denson, T. F., DeWall, C. N., & Finkel, E. J. (2012). Self-control and aggression. *Current directions in psychological science*, 21(1), 20-25.
- Holmes, L. D. (1997). *Virtual politics: Identity and community in cyberspace*. Sage.
- Joinson, A. (2001). Self-disclosure in computer-mediated communication: The role of self-awareness and visual anonymity. *European journal of social psychology*, 31(2), 177-192.
- Khairunnisa, A. (2013). Hubungan religiusitas dan kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah remaja di MAN 1 Samarinda. *Psikoborneo*, No.3, 126-131.
- Kominfo. (2014, Februari 18). *Riset Kominfo dan UNICEF Mengenai Perilaku Anak dan Remaja Dalam Menggunakan Internet*. Diakses pada tanggal 17 November 2019 dari <https://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3834/siaran+pers+no.+17pikominfo22014+tentang+riset+ko>
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *Journal of adolescent health*, 41(6), S22-S30.
- Lazarinis, F. (2010). Online risks obstructing safe internet access for students. *The electronic library*, Vol. 28, No. 1, 157-170.
- Limilia, P., & Fuady, I. (2016). *Peran fitur anonim media sosial dalam keputusan penggunaan media sosial di kalangan remaja*. Jakarta: Serikat Pekerja Pers.
- Morsünbül, Ü. (2015). The effect of identity development, self-esteem, low self-control and gender on aggression in adolescence and emerging adulthood. *Eurasian journal of educational research*, 61, 99-116.
- Nasrullah, R. (2015). *Media sosial: Perspektif komunikasi, budaya, dan sosioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.

- Omernick, E., & Sood, S. O. (2013). The impact of anonymity in online communities. *In 2013 International Conference on Social Computing*, 526-535.
- Pallant, J. (2010). *A step by step guide to data analysis using SPSS*. Berkshire UK: McGraw-Hill Education.
- Pei, M. (2011). The relation between parent-child attachment, child-rearing behaviors, and aggression in childhood and adolescence. 1-38.
- Riebel, J., Reinhold, S., & Fischer, J. C. (2009). Cyberbullying in Germany – an exploration of prevalence, overlapping with real life bullying and coping strategies. *Psychology science quarterly*, 298-314.
- Saifullah, F. (2016). Hubungan antara konsep diri dengan bullying pada siswa-siswi SMP (SMP NEGERI 16 SAMARINDA). *eJournal Psikologi*, 200-214.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi pendidikan edisi kedua*.
- Sari, T. R. (2016). *Self Disclosure Remaja Korban Cyberbullying*. Medan: Universitas Sumatra Utara.
- Setyawati, I. (2016). *Pengaruh cyberbullying di media sosial Ask. Fm terhadap gangguan emosi remaja (Studi pada siswa-siswi SMAN 10 Bandarlampung)*. Bandar Lampung.
- Streep, P. (2013, June 25). *4 things teens want and need from social media*. Diakses pada tanggal 4 April 2020 dari <https://www.psychologytoday.com>
- Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *Cyberpsychology & behavior*, 7(3), 321-326.
- Suyasa, P. T. (2004). *Pengendalian diri pada remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics (Vol. 5, pp. 481-498)*. Boston, MA: Pearson.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, & A. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72(2) 272-322.
- Tangney, J., Baumeister, R., & Boone, A. (2004). High self control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 272-322.
- Untari, P. H. (2019, Mei 22). *Pengguna internet Indonesia paling banyak di usia 15-19 tahun*. Diakses pada tanggal 10 Oktober 2019 dari <https://techno.okezone.com/read/2019/05/21/207/2058544/2018-pengguna-internet-indonesia-paling-banyak-di-usia-15-19-tahun>
- Walker, J. S., & Bright, J. A. (2009). False inflated self-esteem and violence: a systematic review and cognitive model. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 1-32.
- Willard, N. E. (2007). *Cyberbullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. United States of America: Research Press.
- Yanes, A. (2014). Privacy and anonymity. 1-7.