

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU  
CYBERBULLYING PADA REMAJA  
DI KOTA JAMBI**

**SKRIPSI**



**Diajukan Oleh:**

**FARAH ISRANITA AURA UTAMA**

**NIM. G1C117076**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS JAMBI**

**2022**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU  
CYBERBULLYING PADA REMAJA**

**DI KOTA JAMBI**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu  
Kesehatan Universitas Jambi

Untuk Memenuhi Sebagian dari Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Psikologi



**Diajukan Oleh:**

**FARAH ISRANITA AURA UTAMA**

**NIM. G1C117076**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS JAMBI**

**2022**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU  
CYBERBULLYING PADA REMAJA DI KOTA JAMBI**

Disusun Oleh:  
**FARAH ISRANITA AURA UTAMA**  
G1C117076

**Telah disetujui Dosen Pembimbing Skripsi**  
**Pada, 6 Juni 2022**

**Pembimbing Utama**

**Pembimbing Pendamping**



Verdiantika Annisa, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 20190106 2002

Siti Raudhoh, S.Psi., M. Psi., Psikolog  
NIP. 19860128201504 2001

## PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul **HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI KOTA JAMBI** yang disusun oleh Farah Isranita Aura Utama NIM. G1C117076 telah dipertahankan didepan Tim Penguji pada tanggal 1 Juli 2022 dan dinyatakan lulus.

### Susunan Tim Penguji

**Ketua : Dessy Pramudiani, M.Psi., Psikolog.**

**Sekretaris : Nofrans Eka Saputra, S.Psi.,MA**

**Anggota :1. Verdiantika Annisa, M.Psi., Psikolog.  
2. Siti Raudhoh, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog.**

### Disetujui:

**Pembimbing I (Kesatu)**

**Pembimbing II (Kedua)**

**Verdiantika Annisa, M.Psi., Psikolog.**  
NIP. 201901062002

**Siti Raudhoh, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog.**  
NIP. 198601282015042001

### Diketahui:

**Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu  
Kesehatan Universitas Jambi**

**Ketua Jurusan Psikologi Fakultas  
Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas  
Jambi**

**Dr. dr. Humaryanto, Sp. OT, M. Kes.**  
NIP. 197302092005011001

**Yun Nina Ekawati, M.Psi., Psikolog**  
NIP. 198306262014042002

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU  
CYBERBULLYING PADA REMAJA DI KOTA JAMBI**

**Disusun Oleh:**

**FARAH ISRANITA AURA UTAMA**

**NIM. G1C117076**

**Pembimbing I : Verdiantika Annisa, M.Psi., Psikolog.**  
**Pembimbing II : Siti Raudhoh, M.Psi., Psikolog.**  
**Penguji I : Dessy Pramudiani, M.Psi., Psikolog.**  
**Penguji II : Nofrans Eka Saputra, S.Psi, MA**



## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Farah Isranita Aura Utama

NIM : G1C117076

Program Studi : Program Studi S1 Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku  
*Cyberbullying* Pada Remaja di Kota Jambi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tugas akhir skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Jambi, 16 Juni 2022

Yang Membuat Pernyataan

Farah Isranita Aura Utama

NIM. G1C117076

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirrabbi'l'amin. Puji syukur kehadiran Allah 'Azza Wa Jalla atas segala rahmat yang dilimpahkan-Nya sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian ini dengan judul “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying* pada Remaja Di Kota Jambi ”.

Penulis menyadari bahwa penulisan proposal penelitian ini tidak akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, melalui tulisan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Drs. H. Sutrisno, M.Sc., Ph.D selaku rektor universitas jambi.
2. Bapak Dr. dr. Humaryanto, Sp.OT., M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
3. Ibu Yun Nina Ekawati, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Jambi.
4. Bapak Agung Iranda, S.Psi., MA selaku dosen pembimbing akademik, terimakasih untuk bimbingan yang diberikan kepada penulis selama perkuliahan.
5. Ibu Verdiantika Annisa, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing utama dan Ibu Siti Raudhoh, S.Psi., M.Psi, Psikolog selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran dalam memberi masukan kepada penulis. Terimakasih atas ilmu dan semangat yang selalu diberikan.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi Universitas yang selama ini telah memberikan ilmu dan pengalaman yang berharga bagi penulis.
7. Keluarga besar penulis yakni kedua orangtua tercinta Bapak Drs. Surya Utama (Rahimahullah) dan Ibu Ir. Ida Yuliza Bachri, nyai Mayuning, abang Ekky Ramadhan Simanjuntak, S.E terimakasih tak terhingga untuk mereka sebagai motivasi terbesar penulis untuk

menyelesaikan masa studi ini, yang senantiasa mendoakan, serta memberikan dukungan baik materil maupun moril bagi penulis.

8. Suami terkasih Muhammad Havist Ferdinda, S.H yang senantiasa siap membantu segala keperluan untuk menyelesaikan penelitian ini, menemani pada proses menjelang selesainya penelitian, *support system* terdekat, serta menjadi salah satu motivasi terbesar juga untuk penulis menyelesaikan studinya.
9. Kakak saya Laura Amalia S.Psi., M.Psi yang senantiasa memotivasi dan memberi masukan dari awal mula penelitian ini penulis ajukan, terimakasih sudah menjadi senior, kakak, serta teman dekat yang tak akan tergantikan.
10. Sahabat perkuliahan Kamila Ditaputri S.Psi, Habibah S.Psi, Leonnya Madeline Shielendra S.Psi, dan Dinda Leoni yang selalu menemani masa-masa perkuliahan selama 4 tahun
11. Terimakasih untuk teman-teman mahasiswa Psikologi Universitas Jambi angkatan 2017 atas bantuan yang telah diberikan kepada penulis selama 4 tahun perkuliahan.

Semoga Allah ‘Azza Wa Jalla melimpahkan rahmat-Nya dan membalas semua amal kebaikan mereka. Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna, karena terbatasnya kemampuan dan pengalaman penulis. Oleh karena itu segala kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Jambi, 23 Juni 2022

Farah Isranita Aura Utama

## DAFTAR ISI

<b>PERSETUJUAN SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR DIAGRAM.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP PENULIS.....</b>	<b>xviii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xviii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xixx</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2    Rumusan Masalah .....	10
1.3    Tujuan Penelitian.....	10
1.3.1    Tujuan Penelitian Umum .....	10
1.3.2    Tujuan Penelitian Khusus .....	10
1.4    Manfaat Penelitian.....	11
1.4.1    Manfaat Teoritis .....	11
1.4.2    Manfaat Praktis .....	11
1.5    Ruang Lingkup Penelitian .....	12

1.6	Keaslian Penelitian .....	12
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>		<b>19</b>
2.1	Regulasi Emosi.....	19
2.1.1	Definisi Regulasi Emosi.....	19
2.1.2	Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	20
2.1.3	Strategi Regulasi Emosi .....	21
2.1.4	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi .....	23
2.2	Cyberbullying.....	24
2.2.1	Definisi Cyberbullying.....	24
2.2.2	Aspek-aspek Cyberbullying.....	25
2.2.3	Peran dalam Cyberbullying.....	26
2.2.4	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Cyberbullying .....	27
2.3	Remaja.....	28
2.3.1	Definisi Remaja.....	28
2.3.2	Tahap Perkembangan Remaja.....	29
2.3.3	Ciri-ciri Remaja.....	29
2.3.4	Tugas Perkembangan Remaja .....	31
2.4	Kerangka Teori.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>33</b>
3.1	Jenis Penelitian .....	33
3.2	Variabel Penelitian .....	33
3.3	Kerangka Konsep Penelitian .....	34
3.4	Hipotesis Penelitian .....	35
3.5	Subjek Penelitian .....	35

3.5.1	Populasi Penelitian .....	35
3.5.2	Sampel Penelitian.....	36
3.6	Instrumen Penelitian .....	37
3.6.1	Blue Print Alat Ukur .....	38
3.6.2	Teknik Penskalaan .....	40
3.6.3	Validitas .....	41
3.6.4	Realibilitas .....	42
3.6.5	Norma.....	42
3.7	Sumber Data Penelitian .....	43
3.8	Teknik Analisis Data .....	44
3.8.1	Deskriptif .....	44
3.8.2	Uji Asumsi .....	44
3.8.3	Uji Inferensial.....	45
3.9	Tempat dan Waktu Penelitian .....	46
3.10	Prosedur Penelitian .....	46
3.11	Etika Penelitian .....	47
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>49</b>
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	49
4.2	Hasil Alat Ukur Final .....	49
4.2.1	Skala Regulasi Emosi.....	50
4.2.2	Skala Cyberbullying.....	51
4.3	Prosedur Penelitian.....	52
4.4	Deskripsi Responden Penelitian .....	52
4.4.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	53

4.4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	53
4.4.3	Karakteristik Berdasarkan Kecamatan.....	54
4.5	Hasil Deskriptif Variabel Penelitian.....	54
4.5.1	Deskripsi Data Penelitian Variabel Regulasi Emosi.....	54
4.5.2	Deskripsi Data Penelitian Variabel Cyberbullying.....	56
4.6	Uji Asumsi Analisis Data.....	59
4.6.1	Uji Normalitas.....	59
4.6.2	Uji Linieritas.....	59
4.6.3	Uji Homogenitas.....	60
4.7	Uji Hipotesis.....	60
4.7.1	Hipotesis I.....	60
4.8	Pembahasan.....	61
4.9	Keterbatasan.....	63
<b>BAB V Kesimpulan dan Saran.....</b>		<b>64</b>
5.1	Kesimpulan.....	64
5.2	Saran.....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>66</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	14
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	34
Tabel 3. 2 Jumlah Penduduk Usia 18-21 tahun di Kota Jambi .....	35
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Regulasi Emosi .....	39
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Cyberbullying.....	40
Tabel 3. 5 Klasifikasi Skor Aitem Regulasi emosi .....	41
Tabel 3. 6 Klasifikasi Skor Aitem.....	41
Tabel 3. 7 Nilai Indeks Diskriminasi Aitem .....	42
Tabel 3. 8 Koefisien Reliabilitas Skala.....	42
Tabel 3. 9 Norma Pengkategorian.....	43
Tabel 4. 1 Jumlah Responden Penelitian per-Kecamatan .....	49
Tabel 4. 2 hasil uji coba item skala regulasi emosi.....	50
Tabel 4. 3 Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	51
Tabel 4. 4 Hasil Uji Coba Item Skala Regulasi Emosi .....	51
Tabel 4. 5 Hasil Uji Reliabilitas <i>Cyberbullying</i> .....	52
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	53
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia .....	53
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecamatan .....	54
Tabel 4. 9 Deskripsi Variabel Regulasi Emosi .....	54
Tabel 4. 10 Deskripsi Variabel Regulasi Emosi .....	55
Tabel 4. 11 Deskripsi Data Penelitian Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	55

Tabel 4. 12 Deskripsi Data Penelitian Regulasi Emosi Berdasarkan Usia .....	56
Tabel 4. 13 Deskripsi Data Penelitian Regulasi Emosi Berdasarkan Kecamatan. 56	
Tabel 4. 14 Deskripsi Penelitian Variabel Cyberbullying .....	57
Tabel 4. 15 Deskripsi Data Penelitian Variabel <i>Cyberbullying</i> .....	57
Tabel 4. 16 deskripsi data penelitian <i>cyberbullying</i> berdasarkan jenis kelamin... 57	
Tabel 4. 17 Deskripsi Data Penelitian <i>Cyberbullying</i> Berdasarkan Usia.....	58
Tabel 4. 18 Deskripsi Data Penelitian Cyberbullying Berdasarkan Kecamatan... 58	
Tabel 4. 19 uji normalitas data.....	59
Tabel 4. 20.....	59
Tabel 4. 21.....	60
Tabel 4. 22 uji korelasi regulasi emosi – cyberbullying .....	60

## DAFTAR DIAGRAM

Diagram 1. 1 Motif <i>Cyberbullying</i> .....	8
---	---

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Hubungan Regulasi Emosi dan Perilaku <i>Cyberbullying</i> pada Remaja .....	32
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian .....	34

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Data Awal Penelitian .....	71
Lampiran 2. Draft Wawancara Data Awal.....	72
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian.....	73
Lampiran 4. Wawancara Data Awal .....	76
Lampiran 5. Blue Print Penelitian.....	79

## **RIWAYAT HIDUP PENULIS**

Farah Isranita Aura Utama, lahir di Kota Palembang pada tanggal 17 November 1998, beralamat tinggal di Jl. Jend. A. Thalib No. 11 Kecamatan Telanaipura Kota Jambi. Merupakan putri pertama dari Bapak Drs. Surya Utama (Rahimahullah) dan Ibu Ir. Ida Yuliza Bachri. Penulis merupakan lulusan dari SD Adhyaksa I Jambi, SMPN 7 Kota Jambi, dan SMAN 1 Kota Jambi. Pada tahun 2017 penulis resmi menjadi mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. Selama perkuliahan, penulis aktif di beberapa organisasi di dalam kampus. Penulis pernah aktif dalam Ikatan Mahasiswa Psikologi (IMA) pada periode 2017-2018 sebagai Staff Divisi Hubungan Masyarakat (HUMAS) dan pada periode 2018-2019 sebagai Ketua Departemen Divisi Pengembangan Sumber Daya Manusia (PSDM). Selain itu, penulis juga aktif dalam organisasi Ikatan Lembaga Mahasiswa Psikologi Indonesia pada periode 2017-2018 sebagai staff Badan Keuangan Wilayah 1.

**The Relationship Between Emotional Regulation and Cyberbullying  
Behavior in Adolescents in Jambi City**

Farah Isranita Aura Utama  
Email: farahaura98@gmail.com

**ABSTRACT**

**Background:** The highest prevalence of internet users in Indonesia is among teenagers. Most internet users access the internet for various activities, the highest prevalence of internet users is accessing social media. The use of social media by teenagers can also cause problems such as cyberbullying. To minimize cyberbullying, it is necessary to have the ability to regulate or control emotions so that individuals can express emotions appropriately in responding to a situation, namely emotional regulation.

**Method:** This research is a quantitative research with a correlational method. The sampling technique uses purposive sampling. The subjects in this study were 156 adolescents aged 18-21 years and actively used social media. Data analysis techniques use correlation tests.

**Results:** The results of this study show that there is a significant negative relationship between emotional regulation and cyberbullying in adolescents in Jambi city with a correlation coefficient of -0.286 with a p value of  $< 0.00$

**Conclusions and advice:** Emotional regulation has a relationship with cyberbullying behavior in adolescents in Jambi city. With this research, it is hoped that it can be a consideration for teenagers in Jambi city to be wiser in using social media.

**Keywords:** cyberbullying, emotional regulation, adolescence.

Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku *Cyberbullying* Pada Remaja  
di Kota Jambi

Farah Isranita Aura Utama  
Email: farahaura98@gmail.com

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Prevalensi tertinggi pengguna internet di Indonesia adalah kalangan remaja. sebagian besar pengguna internet mengakses internet untuk berbagai aktivitas, prevalensi tertinggi pengguna internet adalah mengakses media sosial. Penggunaan media sosial yang dilakukan oleh remaja juga dapat menimbulkan permasalahan seperti *cyberbullying*. Untuk meminimalkan *cyberbullying* diperlukan kemampuan untuk mengatur atau mengontrol emosi agar individu dapat mengekspresikan emosi dengan tepat dalam menyikapi suatu situasi yaitu regulasi emosi.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Subjek pada penelitian ini sebanyak 156 remaja dengan usia 18-21 tahun dan aktif menggunakan sosial media. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi.

**Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja di kota jambi dengan koefisien korelasi sebesar -0,286 dengan p value < 0,00

**Kesimpulan dan Saran:** regulasi emosi memiliki hubungan dengan perilaku *cyberbullying* pada remaja di kota Jambi. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu pertimbangan bagi remaja di kota jambi untuk lebih bijak dalam menggunakan sosial media.

**Kata Kunci:** *cyberbullying*, regulasi emosi, remaja.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Penelitian

Penggunaan internet di masyarakat saat ini sedang berkembang pesat. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2020) mengungkapkan bahwa jumlah pengguna internet baik yang tersambung lewat *smartphone*, laptop maupun personal komputer meningkat dari 64,8% menjadi 73,7% dari jumlah populasi Indonesia pada tahun 2018-2019. Berdasarkan data tersebut maka dapat diketahui bahwa hampir sebagian besar penduduk Indonesia tersambung dengan internet.

Lebih lanjut berdasarkan data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2018) diketahui bahwa pengguna internet di Indonesia terdiri dari berbagai kelompok umur. Akan tetapi prevalensi tertinggi pengguna internet di Indonesia adalah kalangan remaja yaitu berusia 15-19 tahun (91%). Penggunaan internet pada remaja dapat dikatakan suatu hal yang wajar di masa kini, terlebih remaja dapat mengaksesnya dengan mudah dan kepemilikan perangkat pada remaja seperti *smarthphone* dapat dikatakan pasti. Hal tersebut disebabkan karena penggunaan internet bisa dilakukan dengan adanya faktor pendukung, seperti komputer, *notebook* atau melalui telepon seluler (Sari et al., 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Sartana & Afriyeni, (2017) mengungkapkan bahwa ditinjau dari perangkat yang digunakan remaja untuk tersambung dengan internet sebagian besar menggunakan *smarthpone* (44%), *gadget* (33%), dan komputer pribadi (17%). Sementara itu (31%) remaja tersambung internet dengan mengunjungi warnet. Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa *smarthphone* adalah perangkat yang lebih banyak digunakan untuk mengakses internet dibanding dengan perangkat lainnya. Remaja memanfaatkan fasilitas internet untuk berbagai tujuan pemenuhan kebutuhan. Penelitian yang dilakukan Novianty et al., (2019) terhadap remaja di Jatinangor mengungkapkan bahwa sebagian dari remaja paling sering setiap hari mengakses media sosial (79,9%), komunikasi

(74%), informasi (62,5%) dan *games online* (34,6%). Hasil penelitian tersebut tidak jauh berbeda dengan hasil survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik Provinsi Jambi (2017). Tujuan pengguna internet di Kota Jambi adalah mengakses media sosial (78.16%), mendapat informasi atau berita (73,33%), dan hiburan (50,51%), menerima atau mengirim email (34,42%), mengerjakan tugas sekolah (31,80%), dan lainnya (16,25%).

Jika dilihat dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengguna internet mengakses internet untuk berbagai aktivitas, prevalensi tertinggi pengguna internet adalah mengakses media sosial. Keadaan tersebut menjelaskan kebutuhan remaja akan interaksi sosial dan hiburan. Hal ini sejalan dengan salah satu tugas perkembangan remaja menurut William Kay yakni remaja mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individu maupun kelompok (Jahja, 2011). Lebih lanjut didukung dengan media sosial yang dapat memberikan kemudahan akses informasi dan memungkinkan penggunaannya untuk berinteraksi tanpa batasan jarak, tempat dan waktu termasuk para remaja (E.B. & S.W., 2017; Sisrazeni, 2017).

Sekalipun demikian, penggunaan media sosial yang dilakukan oleh remaja juga dapat menimbulkan permasalahan seperti *cyberbullying*. Kasus *cyberbullying* yang diberitakan oleh Kompas, (2020) menunjukkan bahwa aksi *cyberbullying* di Indonesia lebih banyak diekspresikan melalui media sosial, diantaranya adalah kasus *cyberbullying* yang terjadi pada publik figur berinisial BP. Bentuk perilaku *cyberbullying* yang dialami korban adalah mendapatkan hujatan di media sosial. Pelaku membuat akun Instagram yang mengatasnamakan dan mengubah foto BP menyerupai hewan. Kejadian tersebut dilaporkan kepada Polda Metro Jaya pada tanggal 15 Januari 2020 dan pelaku diduga adalah anak dibawah umur yaitu berusia kurang dari 17 tahun.

Selain itu, kasus yang sempat ramai diperbincangkan dan tersebar video kekerasan yang dilakukan oleh remaja, seperti yang diberitakan oleh (Newsdetik, 2019). Peristiwa terjadi di Pontianak pada tanggal 10 April 2019, kekerasan

dialami oleh remaja yang berinisial AD. Korban mendapatkan serangan oleh beberapa remaja yang berawal dari saling ejek di media sosial. Polisi menetapkan 3 siswi SMA sebagai tersangka karena melakukan kekerasan kepada Audrey dan korban mendapatkan perawatan di rumah sakit.

Menurut Rahayu (2012) pelaku *cyberbullying* menggunakan media sosial untuk memenuhi kebutuhannya yaitu mengintimidasi dan menindas individu lain hanya untuk kesenangan pribadi. Melalui media sosial pengguna dapat dengan mudah mengomentari status yang dibuat oleh pengguna lain, baik dengan komentar yang positif maupun negatif. Hal tersebut mengakibatkan siapapun dapat mengakses dengan mudah khususnya kalangan remaja yang cenderung suka dengan hal-hal baru.

Patchin dan Hinduja (2015) mendefinisikan *cyberbullying* sebagai perilaku yang disengaja, menyakiti dan berulang yang ditimbulkan melalui penggunaan komputer, ponsel, dan perangkat elektronik lainnya. Tindakan *cyberbullying* mengacu pada insiden dimana remaja menggunakan teknologi untuk mengganggu, mengancam, menghina atau melakukan perbuatan yang menimbulkan pertengkaran dengan teman sebaya. Selain itu Gámez-Guadix et al., (2016) menjelaskan bahwa *cyberbullying* merupakan salah satu bentuk perilaku daring beresiko. lebih lanjut Ramdhani, (2016) menyebutkan bahwa dalam kehidupan sosial, perilaku mengganggu orang lain termasuk di dalamnya *cyberbullying* merupakan perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai moral kehidupan antar manusia.

Tidak jauh berbeda dengan perilaku *bullying* di dunia nyata bentuk perilaku *cyberbulling* juga beragam. Vandebosch dan Van Cleemput (2008) menjelaskan bahwa *cyberbullying* dibedakan menjadi *cyberbullying* secara langsung dan tidak langsung. *Cyberbullying* secara langsung bisa berupa pengiriman virus, serangan berupa hinaan atau ancaman verbal, pengiriman gambar atau ilustrasi ponografi atau lainnya dan lain-lain. Selanjutnya *cyberbullying* secara tidak langsung bisa berupa membocorkan informasi rahasia, berpura-pura menjadi orang lain, menyebarkan gosip dan lain-lain.

Berbagai penelitian terkait *cyberbullying* menjelaskan bahwa *cyberbullying* dapat terjadi di negara manapun. Penelitian yang dilakukan oleh Paluckaitė dan Matulaitienė (2017) terhadap 152 remaja berusia 12-18 tahun di Lithuania, menyebutkan bahwa remaja cenderung melakukan perilaku online beresiko seperti berpura-pura menjadi orang lain, berbicara tentang hal-hal seksual, posting komentar kasar dan menyinggung, memposting foto perilaku terlarang (dibawah usia), dan sebagainya. Penelitian lainnya dilakukan oleh Zhou et al., (2013) terhadap 1438 remaja di China. Penelitian mengungkapkan bahwa 34,84% responden melaporkan *melakukan cyberbullying* dan 56,88% responden melaporkan telah diintimidasi secara *online*.

Hasil temuan pada penelitian tersebut tidak jauh berbeda dengan penelitian yang pernah dilakukan di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Sartana dan Afriyeni, (2017) terhadap 353 remaja SMP di Padang melaporkan bahwa 76 responden (21%) merupakan pelaku dan 172 responden (49%) merupakan korban *cyberbullying*. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Safaria, (2016) melaporkan bahwa dari total 102 siswa kelas tujuh SMP Yogyakarta yang dijadikan sasaran penelitian, diketahui sebagian besar yaitu (80%) dari responden pernah menjadi korban *cyberbullying*. Penelitian lainnya dilakukan oleh Komalasari et al., (2012) terhadap 360 siswa SMA di Jakarta melaporkan bahwa 233 siswa (71.6%) menyatakan pernah melakukan *cyberbullying* dan 127 siswa (28.4%) menyatakan mereka pernah menjadi korban *cyberbullying*.

Peneliti belum menemukan penelitian sebelumnya terkait perilaku *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi. Akan tetapi, melalui Metro Jambi (2020) diketahui bahwa Jambi adalah daerah dengan peringkat tertinggi yang memperoleh konten negative dimedia daring.

Peneliti melakukan wawancara awal terhadap satu orang remaja yang berdomisili di kota jambi berinisial G berjenis kelamin perempuan dengan usia 20 tahun yang mengakui bahwa dirinya pernah mendapatkan tindakan *cyberbullying* di media sosial instagram. Ia mengatakan:

*“waktu itu ada senior yang membully kami melalui dm instagram, dia bilang kalo misalnya badan kami tuh besar, gendut dan mirip ibu anak dua. Menurut kami itu tindakan yang menyakiti hati karna menyebabkan kami tidak percaya diri sampai sempat mengurung diri” (G, Perempuan, 20 tahun, 10 maret 2021).*

Tidak hanya mendapatkan tindakan *cyberbullying*, ternyata G juga mengaku pernah menjadi pelaku *cyberbullying* digrup whatsapp bersama teman-temannya. Hal tersebut bermula dari G dan sekelompok temannya merasa kesal dengan perilaku korban, lalu G bersama sekelompok temannya melakukan tindakan pengucilan, memberikan komentar buruk, dan melontarkan kata-kata kasar terhadap temannya di grup whatsapp tersebut. G mengatakan:

*“kami mempunyai pengalaman melakukan tindakan cyberbullying juga, jadi kami punya grup berlima, salah satu anggota mempunyai sifat yang berbeda dari temen-temen yang lain yaitu A, teman lain bernama B membuat grup baru tanpa A dengan tujuan untuk ngata-ngatain si A, hal ini kami lakukan karna kesal dengan si A yang sering berbohong” (G, Perempuan, 20 tahun, 10 maret 2021).*

Peneliti juga mewawancarai remaja lain yang juga berdomisili di kota jambi berinisial L yang mengaku pernah mendapatkan tindakan *cyberbullying* melalui media sosial. Ia mengatakan:

*“sempat viral di tiktok, disitu banyak banget yang menghujat. Waktu itu mereka membicarakan tentang fisik, muka, rambut, jidat sampe menghujat fisik orang terdekatku dan itu dua kali terjadi. Dia bilang muka aku mirip squidward, kayak belum mandi, alisnya gak ada dan itu menyakiti hati” (L, Perempuan, 20 tahun, 10 maret 2021)*

Jika dilihat dari beberapa penelitian terdahulu terkait *cyberbullying* yang pernah dilakukan di Indonesia dan hasil wawancara awal yang peneliti lakukan, hasil tersebut sejalan dengan temuan Kowalski et al., (2014) yang menjelaskan bahwa terdapat beberapa peran *cyberbullying* yaitu peran pelaku, individu atau kelompok yang melakukan tindakan *cyberbullying*, korban sebagai individu atau kelompok yang mengalami tindakan *cyberbullying*, pelaku dan korban sebagai kedua dari peran tersebut. selanjutnya, *not involved* atau tidak berperan dari tindakan *cyberbullying* tersebut.

Hasil temuan tersebut juga sejalan dengan temuan Adiyanti et al., (2019) bahwa semakin tua usia remaja, semakin besar kemungkinan mereka untuk terlibat dalam *cyberbullying* dan remaja yang bersekolah di kota-kota besar menunjukkan kecenderungan yang lebih tinggi untuk terlibat dalam *cyberbullying*.

Berdasarkan hasil wawancara awal dua responden, didapatkan kesimpulan bahwa terdapat kasus tindakan *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi. Hal ini diperkuat dengan pernyataan L yang mengatakan:

*“sebenarnya kejadian kayak gini tuh udah jadi rahasia umum sih, aku udah sering banget ngeliet temen-temen aku kayak beberapa temen satu kampus dan bahkan aku pun pernah ngelakuin sendiri kayak nyindir orang di sosial media, terus berkomentar buruk tentang postingannya yang ga sesuai atau bahkan jadiin postingannya sebagai bahan ketawa dengan teman-teman, puas aja gitu hehe ” ”(L, Perempuan, 20 tahun, 10 maret 2021)*

Hal ini sejalan dengan data hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti mengenai apakah terdapat perilaku *cyberbullying* di Kota Jambi dan didapatkan hasil sebanyak 85,2% dari jumlah responden menjawab bahwa mereka pernah terlibat perilaku *cyberbullying*, salah satunya berperan sebagai pelaku. Diantara beberapa contoh bentuk perilaku *cyberbullying* adalah *hate comment*, sindiran pada postingan pribadi, dan menyebarkan aib orang lain pada postingan di media sosial.

Kasus-kasus yang terjadi diatas yang melibatkan remaja cukup menjadi permasalahan yang pelik dan mengkhawatirkan banyak orang seperti, orang tua, guru, dan masyarakat lainnya. Sayangnya, sebagian besar remaja melakukan perilaku yang menyimpang dengan penuh rasa kebanggaan. Remaja sebagai generasi penerus bangsa seharusnya tidak terjebak dalam perilaku *cyberbullying*. Hal ini disebabkan masa remaja merupakan periode kehidupan yang penuh dinamika dikarenakan terjadinya transisi dari anak-anak ke masa remaja, sehingga dikatakan masa remaja merupakan masa labil (Mawardah & Adiyanti, 2014).

Remaja merupakan transisi dari anak-anak menjadi dewasa (Batubara, 2016). Remaja sudah tidak lagi dapat dikatakan anak-anak namun masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa. Selain itu, Notten dan Nikken

menyatakan bahwa masa remaja adalah masa. Oleh sebab itu, tidak jarang remaja mengalami banyak permasalahan dan sebagian remaja terlibat dalam *cyberbullying* (Paluckaitė & Matulaitienė, 2017).

Remaja yang melakukan *cyberbullying* biasanya akan berdampak pada timbulnya rasa malu kepada korban dan lingkungan sekitar dikarenakan telah melakukan tindakan *cyberbullying* dan akan muncul dampak yang lebih parah lagi yakni penurunan harga diri (Chang, 2013). Pelaku akan takut bertemu teman-temannya disekolah dikarenakan akan banyak orang yang akan ikut menyalahi atas tindakan yang dilakukan pelaku terhadap korban (Chang, 2013). Sedangkan dampak yang ditimbulkan korban adalah perasaan murung, dilanda rasa khawatir, dan selalu merasa bersalah atau gagal. Sedangkan dampak yang paling menakutkan adalah apabila korban *cyberbullying* sampai berpikir untuk mengakhiri hidupnya (bunuh diri) karena tidak mampu menghadapi masalah yang ada (Rifauddin, 2016).

Paluckaitė dan Matulaitienė (2017) mengungkapkan bahwa pada penelitiannya remaja mengetahui bahwa perilaku yang mereka lakukan di internet merupakan perilaku beresiko akan tetapi mereka masih terlibat didalamnya. Menurut Mubarak dan Mani (Paluckaitė & Matulaitienė, 2017) hal tersebut terjadi disebabkan ketidakmampuan remaja untuk mengatur perilaku *online* mereka sehingga terlibat dalam perilaku *cyberbullying*. Sisi lain, Graham dan Hoehn (Camodeca & Goossens, 2005) menjelaskan bahwa perilaku dipengaruhi oleh emosi, yang bisa saja timbul dari pikiran. Terkait hal tersebut, beberapa peneliti telah mengamati dan mengidentifikasi peran emosi terhadap perilaku *cyberbullying*.

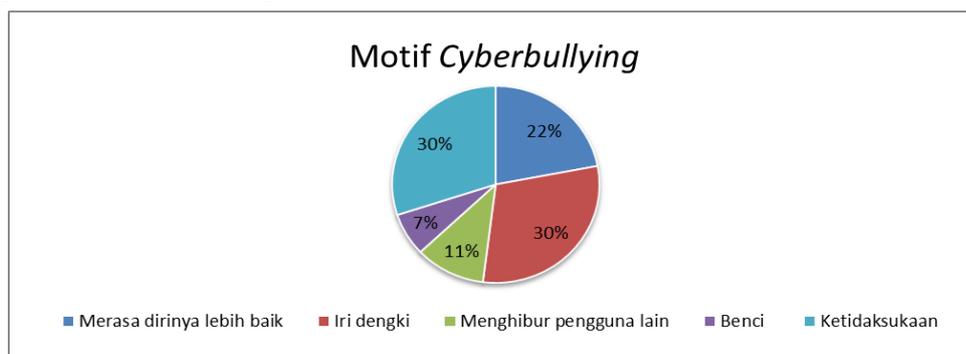
Penelitian yang dilakukan oleh Ramdhani, (2016) yang melibatkan 382 remaja, yang terdiri dari 208 siswa SMA dan 103 mahasiswa, mengungkapkan bahwa emosi negatif berupa rasa malu secara signifikan berkorelasi negatif terhadap *cyberbullying*, artinya semakin individu merasa malu maka kecenderungan individu terlibat *cyberbullying* akan semakin rendah. Selanjutnya emosi negatif berupa rasa bersalah secara signifikan berkorelasi positif terhadap

*cyberbullying*, bahwa semakin merasa bersalah maka kecenderungan individu melakukan *cyberbullying* akan semakin tinggi.

Hasil penelitian Ramdhani (2016) juga mengungkapkan bahwa emosi positif yaitu rasa bangga memainkan peran secara negatif terhadap *cyberbullying*, artinya semakin individu merasa bangga, baik yang disebabkan oleh keistimewaan kompetensi yang dimilikinya atau mencapai prestasi yang diinginkan, semakin rendah keinginan individu untuk terlibat di dalam *cyberbullying*.

Penelitian berikutnya dilakukan oleh Larrañaga et al., (2018) melibatkan 1062 remaja berusia 12 dan 19 tahun di Spanyol melaporkan bahwa beberapa pelaku *cyberbullying* dipengaruhi secara positif oleh emosi positif yaitu rasa kepuasan, artinya semakin tinggi rasa kepuasan dalam melakukan *cyberbullying* maka kecenderungan individu terlibat *cyberbullying* akan semakin tinggi. Hal tersebut disebabkan karena pelaku berpikir bahwa tindakan yang mereka lakukan demikian lucu atau korban pantas mendapatkan pelecehan.

Berdasarkan survei data awal yang dilakukan peneliti pada 20 oktober 2021 mengenai alasan apa yang mendasari seseorang melakukan *cyberbullying*, didapatkanlah hasil sebagai berikut:



**Gambar 1. 1 Diagram Motif Cyberbullying**

Dapat dilihat dari diagram diatas bahwa terdapat lima alasan yang mendasari perilaku *cyberbullying* yakni benci, ketidaksukaan, merasa dirinya lebih baik, iri dengki dan untuk menghibur pengguna sosial media lainnya dengan mempermalukan korban. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Riswanto & Marsinun (2020) bahwa alasan seseorang melakukan *cyberbullying* sebagian besar karena emosi negatif, seperti ketidaksukaan terhadap seseorang,

menyindir dengan kalimat negatif dikarenakan rasa iri, menghibur pengguna internet, perasaan dengki, dan pelaku merasa dirinya lebih baik dan pantas.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu dapat diketahui bahwa emosi positif maupun negatif dapat berperan terhadap *cyberbullying*. Dengan demikian untuk meminimalkan *cyberbullying* diperlukan kemampuan untuk mengatur atau mengontrol emosi agar individu dapat mengekspresikan emosi dengan tepat dalam menyikapi suatu situasi. Menurut Mawardah dan Adiyanti (2014) kemampuan tersebut disebut dengan regulasi emosi. Regulasi emosi merupakan proses kompleks yang terjadi dalam diri individu yang memungkinkannya mengevaluasi dan memodifikasi emosi yang terjadi (Faradiba & Febrayosi, 2019).

Kemampuan regulasi emosi sangat dibutuhkan bagi remaja dalam mengendalikan emosinya agar tidak terlibat dalam *cyberbullying*. Hal tersebut berdasarkan asumsi bahwa menurut Mawardah dan Adiyanti, (2014) kemampuan untuk mengatur emosi dengan tepat dapat membantu individu untuk mengontrol dirinya sendiri dan mencegah individu tersebut melakukan perilaku negatif termasuk *cyberbullying*, terutama dalam situasi yang bermasalah dan stres. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Syahadat (2013) bahwa apabila individu memiliki kemampuan regulasi yang baik, maka individu mampu membedakan emosi yang dirasakan dan mengidentifikasi stimulus yang memunculkan emosi tersebut sehingga perilaku yang muncul sebagai reaksi stimulus tidak bersifat negatif atau merugikan.

Menurut Ellis, apabila individu memiliki kemampuan regulasi emosi rendah, maka individu tersebut memiliki keyakinan yang irasional terhadap masalah yang sedang dihadapinya sehingga tidak mampu untuk berpikir logis karena tidak mampu memikirkan kenyataan yang sedang dihadapinya saat ini dan dampak yang akan terjadi pada masa yang akan datang. Selain itu individu yang memiliki regulasi emosi rendah tidak mampu berpikir positif dan tidak mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat. Hal tersebut akan berdampak pada dirinya sendiri dan lingkungan sosialnya (Fitriani & Alsa, 2015).

Berdasarkan uraian diatas dapat diasumsikan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan terhadap *cyberbullying* pada remaja. Oleh karena itu, penelitian ini ingin membuktikan apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja Kota Jambi. Hal ini berdasarkan asumsi bahwa individu dengan pengaturan emosi yang baik diharapkan mampu mengarahkan perilaku dalam penggunaan internet sehingga praktik *cyberbullying* dapat diminimalisir intensitasnya oleh remaja.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi?
2. Bagaimana gambaran perilaku *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi berdasarkan karakteristik sosial demografis?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa tujuan yaitu sebagai berikut:

### **1.3.1 Tujuan Penelitian Umum**

Secara umum tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi

### **1.3.2 Tujuan Penelitian Khusus**

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran regulasi emosi remaja di Kota Jambi.
2. Mengetahui perbedaan perilaku *cyberbullying* remaja di Kota Jambi berdasarkan karakteristik sosial demografis

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat yaitu sebagai berikut:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dan memperkaya penelitian-penelitian selanjutnya dan dapat dijadikan referensi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan regulasi emosi dan cyberbullying. Lebih lanjut penelitian ini sebagai sarana pengembangan wawasan bagi peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapat di bangku perkuliahan dan menambah pengetahuan bagi peneliti dalam hal penelitian ilmiah.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi beberapa pihak, antara lain:

1. Bagi pihak sekolah/universitas, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi mengenai regulasi emosi dan cyberbullying. Selain itu, diharapkan pihak sekolah/universitas juga ikut berperan dalam membangun lingkungan bebas dari cyberbullying.
2. Bagi orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai regulasi emosi dan cyberbullying sehingga dapat melakukan pengawasan pada remaja di kehidupan sehari-hari dalam penggunaan internet.
3. Bagi remaja, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai determinan dan konsekuensi cyberbullying dan regulasi emosi. Selain itu, diharapkan dapat memberikan kesadaran bagi remaja untuk bijak dalam penggunaan internet, menciptakan dampak positif bagi diri sendiri serta lingkungan untuk membangun suasana bebas dari cyberbullying.

## 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk melihat bagaimana hubungan regulasi emosi dengan cyberbullying pada remaja di Kota Jambi. Dengan demikian variabel terikat dalam penelitian ini adalah cyberbullying dan variabel bebas adalah regulasi emosi. Variabel bebas digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruhnya terhadap variabel terikat. Penelitian ini melibatkan remaja dengan kriteria usia 18-21 tahun, berdomisili di Kota Jambi, memiliki akses jaringan internet, menggunakan perangkat elektronik dan bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian dengan melengkapi identitas diri dan mengisi skala berdasarkan dengan kejadian sebenarnya. Pengambilan sampel tersebut dipilih karena fokus utama penelitian ini adalah mengkaji cyberbullying di kalangan remaja Kota Jambi.

Penelitian berlangsung selama dua bulan yaitu mulai dari bulan Maret-April tahun 2022. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Pengambilan data dilakukan secara online dengan menggunakan kuesioner Google Form yang didistribusikan melalui pesan dan media sosial. Data yang telah dikumpulkan akan di analisis dengan melakukan analisis deskriptif dan analisis inferensial yang bertujuan untuk pengujian hipotesis.

## 1.6 Keaslian Penelitian

Penelitian yang diajukan ini adalah sebuah penelitian yang akan mengungkap hubungan antara regulasi emosi terhadap *cyberbullying* pada remaja Kota Jambi. Penelitian ini tentunya memiliki beberapa tinjauan pada penelitian sebelumnya. Hal tersebut sebagai bahan pertimbangan dalam ranah keaslian untuk dapat memiliki perbedaan yang mendasar dari beberapa penelitian terdahulu maupun bersikap melengkapi penelitian yang sudah dilakukan.

Berdasarkan kumpulan penelitian-penelitian terdahulu yang telah peneliti rangkum dapat diketahui bahwa penelitian yang akan peneliti lakukan ini adalah penelitian yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya. Adapun perbedaan dengan penelitian-penelitian yang terdahulu adalah sebagai berikut:

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Penulis	Judul	Jurnal Publikasi	Instrumen Penelitian	Subjek	Hasil dan Kesimpulan
1	Bagaskara	Hubungan antara Konformitas dengan Perilaku <i>Cyberbullying</i> Siswa Sekolah Menengah Atas Di Samarinda Seberang	Psikoborneo, 7 (1), Hal. 301-312, 2019	- Skala <i>Cyberbullying</i> berdasarkan teori Willard (2007) - Skala Konformitas berdasarkan teori Sears (2004).	163 siswa SMA di Samarinda seberang	Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara konformitas dengan <i>cyberbullying</i> siswa sekolah menengah atas di Samarinda Seberang.
2	Adiyanti, Maria Goretti Nugraheni, Antonita Ardian Yuliawanti, Redita Ragasukmasuci, Laras Bethari Maharani, Meyrantika	Emotion regulation and empathy as mediators of self-esteem and friendship quality in predicting <i>cyberbullying</i> tendency in Javanese-Indonesian adolescents	International Journal of Adolescence and Youth, 25 (1), Hal. 251-263, 2019	- Skala <i>cyberbullying</i> berdasarkan teori Vandebosch & Cleemput, (2008) - Skala Self Esteem adaptasi dan modifikasi dari Coopersmith's (1967), - Skala friendship quality adaptasi dan modifikasi dari f Parker & Asher (1993), - Skala regulasi emosi berdasarkan teori Gross and Thompson (2007), - skala empati berdasarkan teori Davis (1996).	1038 remaja di Jawa berusia 12 dan 18 tahun	Self esteem berfungsi sebagai prediktor kecenderungan <i>cyberbullying</i> yang hubungannya negatif jika dimediasi oleh regulasi emosi. Lebih lanjut friendship quality adalah prediktor kecenderungan <i>cyberbullying</i> baik secara langsung maupun dimediasi oleh empati.
3	Rachmatan, Risana Ayunizar, Shella Rizky	<i>Cyberbullying</i> Pada Remaja SMA di Banda Aceh	Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, 13 (2), Hal. 67-79, 2017	- Student Needs Assessment Survey (SNAS) oleh Willard (2007)	364 siswa SMA di Banda Aceh	tidak terdapat perbedaan <i>cyberbullying</i> pada remaja laki-laki dan perempuan.
4	Malihah, Zahro Alfiasari, Alfiasari	Perilaku <i>Cyberbullying</i> pada Remaja dan Kaitannya dengan Kontrol Diri dan Komunikasi Orang Tua	Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen, 11 (2), Hal. 145-156, 2018	- Skala <i>Cyberbullying</i> berdasarkan teori Williard (2005), - Parent-Adolescent Communication Scale (PACS)	417 siswa di salah satu SMP di Kota Bogor	terdapat hubungan yang negatif signifikan antara komunikasi orang tua-remaja dan kontrol diri remaja dengan perilaku

---

				adaptasi dan modifikasi dari Barnes dan Olson (1985) - Skala Kontrol Diri adaptasi dan modifikasi dari Tangney, Baumeister, dan Boone (2004).		<i>cyberbullying</i> remaja. Selain itu, diketahui bahwa adanya faktor keluarga dan individu yang berperan dalam menurunkan <i>cyberbullying</i> pada remaja siswa SMP.
5	Nazriani, Dina Zahreni, Siti	Adolescent <i>Cyberbullying</i> in Indonesia Differentiation between Bullies and Victim	Journal Advances in Social Science, Education and Humanities Research (ASSEHR), 81, Hal. 505-508. 2017	- kuantitatif deskriptif - Self Report <i>Cyberbullying</i> dan Online Aggression Survey Instrument berdasarkan teori Hinduja and Patchin (2015).	232 siswa SMP dan SMA yang terletak di pedesaan dan perkotaan Medan.	remaja melaporkan bahwa diri mereka sendiri sebagai pelaku dan korban <i>cyberbullying</i> . namun prevalensi pelaku lebih kecil dari korban <i>cyberbullying</i> .

---

Penelitian yang dilakukan oleh Bagaskara (2019) dengan judul Hubungan antara Konformitas dengan Perilaku *Cyberbullying* Siswa Sekolah Menengah Atas Di Samarinda Seberang. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara konformitas dengan *cyberbullying* siswa. Penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan subjek penelitian 163 siswa sekolah menengah atas di Samarinda seberang. Alat ukur yang digunakan adalah skala *cyberbullying* berdasarkan teori Willard (2007) dan skala konformitas berdasarkan teori Sears (2004). Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan antara konformitas dengan *cyberbullying* siswa sekolah menengah atas di Samarinda Seberang.

Penelitian yang dilakukan oleh Adiyanti et al., (2019) dengan judul *Emotion Regulation and Empathy as Mediators of Self-esteem and Friendship Quality in Predicting Cyberbullying Tendency in Javanese-Indonesian Adolescents*. Penelitian dilakukan untuk mengetahui untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan untuk terlibat dalam *cyberbullying* oleh remaja di Jawa. Penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan subjek penelitian 1038 remaja di Jawa. Alat ukur yang digunakan adalah skala kecenderungan *cyberbullying* berdasarkan teori Vandebosch dan Cleemput, (2008), Skala *Self Esteem* yang disusun oleh Coopersmith's (1967), Skala *friendship quality* yang disusun oleh Parker dan Asher (1993), Skala regulasi emosi berdasarkan teori Gross and Thompson (2007), dan skala empati berdasarkan teori Davis (1996). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self esteem* berfungsi sebagai prediktor kecenderungan *cyberbullying* yang hubungannya negatif jika dimediasi oleh regulasi emosi. Lebih lanjut *friendship quality* adalah prediktor kecenderungan *cyberbullying* baik secara langsung maupun dimediasi oleh empati.

Penelitian yang dilakukan oleh Rachmatan dan Ayunizar,(2017) dengan judul *Cyberbullying* pada SMA di Banda Aceh. Penelitian dilakukan untuk mengetahui perbedaan perilaku *cyberbullying* ditinjau dari jenis kelamin pada remaja di kota Banda Aceh. Penelitian menggunakan metode kuantitatif

komparatif dengan subjek penelitian 364 siswa SMA yang terdiri dari 182 siswa laki-laki dan 182 siswa perempuan. Alat ukur yang digunakan adalah *Student Needs Assessment Survey* (SNAS) diajukan oleh Willard (2007). Hasil penelitian tersebut menunjukkan tidak terdapat perbedaan *cyberbullying* pada remaja laki-laki dan perempuan.

Penelitian yang dilakukan oleh Malihah dan Alfiasari (2018) dengan judul *Perilaku Cyberbullying pada Remaja dan Kaitannya dengan Kontrol Diri dan Komunikasi Orang Tua*. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan karakteristik orang tua-remaja dan komunikasi orang tua-remaja, serta kontrol diri terhadap perilaku *cyberbullying* remaja. Penelitian menggunakan metode kuantitatif *cross sectional study* dengan subjek penelitian 417 siswa di salah satu SMP di Kota Bogor. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Perilaku *Cyberbullying* berdasarkan teori Willard (2005), *Parent-Adolescent Communication Scale* (PACS) yang dimodifikasi dari Barnes dan Olson (1985), dan Skala Kontrol Diri dimodifikasi dari Tangney, Baumeister, dan Boone (2004). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang negatif signifikan antara komunikasi orang tua-remaja dan kontrol diri remaja dengan perilaku *cyberbullying* remaja. Selain itu, diketahui bahwa adanya faktor keluarga dan individu yang berperan dalam menurunkan *cyberbullying* pada remaja siswa SMP.

Penelitian yang dilakukan oleh Nazriani dan Zahreni (2017) dengan judul *Adolescent Cyberbullying in Indonesia: Differentiation between Bullies and Victim*. Penelitian dilakukan untuk mengetahui prevalensi bullying pada remaja di dunia maya. Penelitian menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan subjek penelitian 232 siswa SMP dan SMA yang terletak di pedesaan dan perkotaan Medan.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, maka dapat diketahui bahwa penelitian yang akan dilakukan peneliti yang berjudul *Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Cyberbullying pada Remaja Di Kota Jambi* yang belum pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya dan memiliki keaslian topik. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan perilaku

*cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Lebih lanjut, penelitian ini memiliki keaslian subjek, dimana dalam penelitian akan menggunakan remaja dengan rentang usia 18-21 tahun, di Kota Jambi sebagai subjek penelitian.

Remaja yang menjadi subjek penelitian pun nantinya akan dibedakan dengan adanya beberapa karakteristik sosial demografis. Karakteristik sosial demografi adalah ciri yang menggambarkan perbedaan masyarakat berdasarkan usia, jenis kelamin, status sipil, pendidikan, tempat tinggal, pendapatan, dan situasi kerja (Rodríguez et al., 2020)

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Regulasi Emosi**

##### **2.1.1 Definisi Regulasi Emosi**

Regulasi emosi merupakan kemampuan mengekspresikan emosi yang dilakukan baik secara lisan maupun tulisan yang dapat membantu meningkatkan kesehatan, kesehatan psikologis dan fungsi fisik pada seseorang saat menghadapi peristiwa traumatic dalam hidupnya dan membantu mengatasi distress (Mawardah & Adiyanti, 2014).

Selanjutnya Kostiuk dan Fouts (2002) menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan salah satu aspek yang penting dari perkembangan emosi seseorang. Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk merespon tuntutan yang sedang berlangsung dari pengalaman dengan tingkat emosi dalam sikap yang dapat ditoleransi dan fleksibilitas yang cukup untuk melakukan reaksi spontan selama diperlukan. Ketidakmampuan meregulasi emosi menyebabkan seseorang tidak dapat membuat evaluasi yang masuk akal, tidak kreatif dalam meregulasi emosi dan juga ketidakmampuan membuat keputusan dalam berbagai konteks. Selain itu, Gratz dan Roemer (2004) mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan untuk mengatur situasi, mengendalikan dorongan perilaku agar sesuai dengan tujuan apabila mengalami emosi negatif yang meliputi kesadaran, pemahaman, dan penerimaan emosi.

Lebih lanjut Gross (2007) regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Respon emosional yang tidak tepat dapat menuntun individu ke arah yang salah. Pada saat emosi tampaknya tidak sesuai dengan situasi tertentu, individu sering mencoba untuk mengatur respon emosional agar emosi tersebut dapat lebih bermanfaat untuk mencapai tujuan, sehingga diperlukan suatu strategi yang dapat diterapkan untuk menghadapi situasi emosional berupa regulasi emosi

yang dapat mengurangi pengalaman emosi negatif maupun tingkah laku maladaptif.

Berdasarkan berbagai definisi regulasi emosi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengontrol, memahami, dan menerima emosi baik tampak atau tidak tampak yang dilakukan secara sadar maupun tidak sadar melalui strategi pemantauan, pengevaluasian, dan pemodifikasi reaksi-reaksi emosi yang muncul agar sesuai dengan tujuan yaitu mencapai keseimbangan emosi dan perilaku adaptif.

### **2.1.2 Aspek-aspek Regulasi Emosi**

Menurut Gratz dan Roemer (2004) aspek-aspek regulasi emosi adalah sebagai berikut:

*a. Strategies to emotion regulation*

Yakni merencanakan cara mengalihkan masalah ke hal-hal yang positif

*b. Engaging in goal directed behavior*

Yakni berpikir dan melakukan hal-hal positif walaupun dalam keadaan buruk

*c. Control emotional responses*

Yakni mengontrol emosi dan menunjukkan sikap positif

*d. Acceptance of emotional responses*

Menerima dan merasakan respon emosional yang menimbulkan emosi negative

Berdasarkan uraian diatas maka dapat diketahui bahwa regulasi emosi terdiri dari empat aspek diantaranya adalah *Strategies to emotion regulation*, *Engaging in goal directed behavior*, *Control emotional responses* dan *Acceptance of emotional responses*

Menurut Mawardah & Adiyanti (2014) Aspek-aspek regulasi emosi adalah sebagai berikut:

1. Pemantauan, yakni kemampuan berhubungan dengan bagaimana individu membuat suatu penetapan akan langkah apa yang digunakan dalam menghadapi segala bentuk emosi dan pikirannya
2. Penilaian, yakni individu memberikan penilaian baik positif dan negatif atas semua peristiwa yang dihadapi sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki dan bagaimana menggunakan pengetahuan tersebut untuk menghasilkan apa yang menjadi harapannya. Penilaian positif dapat mengelola emosi secara baik, sehingga terhindar dari pengaruh-pengaruh emosi negatif yang membuat individu dapat bertindak diluar harapannya
3. Pengubahan, yakni perubahan emosi ke arah yang lebih baik dengan mengubah pengaruh negatif yang masuk menjadi suatu dorongan dalam diri agar menjadi individu dengan motivasi perubahan ke arah positif dan kemudian diterapkan dalam perilaku atas respon yang dipilihnya.

### **2.1.3 Strategi Regulasi Emosi**

Menurut Gross (2007) strategi regulasi *emosi* adalah sebagai berikut:

#### *a. Situation Selection* (Pemilihan situasi)

Pada aspek ini melibatkan kemampuan individu untuk membuat tindakan untuk mendekati/menghindari situasi yang dapat menimbulkan emosi yang berlebihan. Lebih lanjut dalam pemilihan situasi dibutuhkan pemahaman individu tentang emosi yang diharapkan dan memperkirakan konsekuensi emosional untuk orang lain. Contohnya pada aspek ini seperti menghindari teman yang menyinggung, menonton film lucu setelah melewati hari yang buruk, atau mencari teman yang bisa membuat kita senang.

*b. Situation Modification* (Modifikasi situasi)

Pada aspek ini melibatkan kemampuan individu untuk mengubah lingkungan sehingga akan ikut mengurangi pengaruh kuat dari emosi yang timbul. Contohnya, seseorang yang mengatakan kepada temannya bahwa dirinya tidak mau membicarakan kegagalan yang dialaminya agar tidak bertambah sedih.

*c. Attention Deployment* (Penerapan perhatian)

Pada aspek ini melibatkan kemampuan individu untuk mengarahkan perhatian mereka dari situasi tertentu untuk mempengaruhi emosi mereka. Contohnya, seseorang yang mendengar musik untuk mengurangi kesedihannya.

*d. Cognitive Change* (Perubahan pikiran)

Pada aspek ini melibatkan kemampuan individu untuk mengevaluasi kembali situasi dengan mengubah cara berpikir menjadi lebih positif sehingga dapat mengurangi pengaruh kuat dari emosi. Contohnya, seseorang yang berpikir bahwa kegagalan yang dihadapi saat ini adalah tantangan untuk mendapatkan kesuksesan dimasa depan.

*e. Respon Modulation* (Modulasi respon)

Pada aspek ini individu mengacu pada respon fisiologis, pengalaman, atau secara langsung terhadap perilaku untuk mempengaruhi emosi mereka. Contohnya, seseorang melakukan latihan dan relaksasi untuk mengurangi aspek fisiologis dari emosi negatif, atau mengonsumsi makanan untuk mengubah pengalaman emosi.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek regulasi emosi terdiri dari empat aspek antara lain, *situation selection* (pemilihan situasi), *situation modification* (modifikasi situasi), *attention deployment* (penerapan perhatian), dan *cognitive change* (perubahan pikiran).

#### **2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi**

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi regulasi emosi menurut Hendrikson (2013), diantaranya sebagai berikut:

a. Lingkungan

Faktor lingkungan yang memengaruhi regulasi emosi pada individu ialah tempat dimana individu berada, yang didalamnya termasuk keluarga, masyarakat, maupun lingkungan pendidikan. Lingkungan yang kondusif, tentu berpengaruh terhadap perkembangan emosi seseorang.

b. Pengalaman

Pengalaman setiap individu tentu berbeda-beda, dan hal tersebut memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatur emosinya. Individu dapat banyak belajar dari orang lain di sekitarnya dan menjadikannya sebagai referensi individu dalam mengatur emosinya.

c. Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh yang dilakukan oleh orang tua terhadap anaknya sangat variatif. Diantaranya terdapat jenis-jenis pola asuh seperti otoriter, neglected, permissive, yang masing-masing memiliki pengaruh terhadap kemampuan individu untuk mengatur emosinya ketika beranjak dewasa.

d. Pengalaman Traumatik

Peristiwa yang pernah terjadi di masa lalu, terutama peristiwa traumatik dapat menanamkan rasa takut dan selalu waspada yang berlebihan dan dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatur emosinya.

e. Jenis Kelamin

Perbedaan fisik dan psikis pada laki-laki dan perempuan menimbulkan perbedaan karakteristik emosi diantara kedua jenis kelamin tersebut. Selain itu, peran sosial yang diberikan oleh masyarakat terhadap

keduanya juga berbeda. Hal itu akan memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengatur emosinya.

f. Usia

Tingkat pertumbuhan dan kematangan fisiologis seseorang memengaruhi kematangan emosinya juga. Bertambahnya usia seseorang menyebabkan turunnya kadar hormonal individu tersebut yang menyebabkan turunnya pengaruh emosional seseorang.

g. Perubahan jasmani,

Saat individu mengalami masa pubertas, hormon-hormon dalam tubuh seseorang akan mulai diproduksi dan mengambil peran sesuai dengan fungsinya, menyebabkan individu mengalami perubahan pada kondisi emosi.

h. Perubahan pandangan luar.

Perubahan pandangan seseorang terhadap dunia luar dapat menyebabkan terjadinya konflik dalam diri seseorang, hal tersebut mempengaruhi kondisi emosi seseorang.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi regulasi emosi diantaranya adalah lingkungan, pengalaman, pola asuh orang tua, pengalaman traumatik, jenis kelamin, usia, perubahan jasmani, dan perubahan pandangan luar.

## **2.2 Cyberbullying**

### **2.2.1 Definisi Cyberbullying**

*Cyberbullying* merupakan perilaku seseorang atau kelompok secara sengaja dan berulang kali melakukan tindakan yang menyakiti orang lain melalui komputer, telpon seluler, dan alat elektronik lainnya (Rifauddin, 2016). Kemudian Kowalski et al., (2014) menjelaskan *cyberbullying* disebut juga sebagai *electronic bullying* merupakan tindakan perundungan. Media yang sering dijumpai

terjadinya *cyberbullying* adalah melalui pesan teks, e-mail, halaman web, grup *chat*, situs jejaring sosial, *digital images* dan game online.

Patchin dan Hinduja, (2015) yang secara khusus meneliti perilaku agresi di media sosial menjelaskan tentang definisi dari *cyberbullying* yaitu sebagai perilaku yang disengaja, menyakiti dan berulang yang ditimbulkan melalui penggunaan komputer, ponsel, dan perangkat elektronik lainnya bahwa tindakan *cyberbullying* mengacu pada insiden dimana remaja menggunakan teknologi untuk mengganggu, mengancam, menghina atau melakukan perbuatan yang menimbulkan pertengkaran dengan teman sebaya.

Berdasarkan berbagai definisi *cyberbullying* di atas, dapat disimpulkan bahwa *cyberbullying* adalah tindakan menyakiti, mengganggu, mengancam atau menghina orang lain yang tidak bisa membela dirinya sendiri, dilakukan oleh sekelompok orang atau perorangan secara sengaja dan berulang kali melalui media elektronik atau digital untuk menimbulkan bahaya atau ketidaknyamanan bagi orang lain.

### **2.2.2 Aspek-aspek Cyberbullying**

Menurut Patchin dan Hinduja (2015) aspek *cyberbullying* adalah sebagai berikut:

#### **a. *Repetition* (Pengulangan)**

Seseorang dapat dikatakan melakukan *cyberbullying* apabila pelaku melakukan tindakan tersebut secara berulang-ulang sehingga menyebabkan seseorang merasa khawatir tentang apa yang akan dilakukan selanjutnya oleh pelaku.

#### **b. *Intent* (Niat)**

Seseorang dapat dikatakan melakukan *cyberbullying* apabila apabila perilaku melakukan tindakan tersebut dengan niat untuk mengganggu atau menyakiti orang lain.

c. *Harm* (Membahayakan)

Seseorang dapat dikatakan melakukan *cyberbullying* apabila seorang individu yang menjadi target merasa terganggu atau tersakiti. Gangguan yang dirasakan korban dapat berupa gangguan fisik, emosional serta gangguan psikologis.

d. *Imbalance of power* (Ketidakseimbangan kekuatan)

Seseorang dapat dikatakan melakukan *cyberbullying* apabila pelaku memiliki kekuatan yang lebih dari pada target. Kekuatan yang dimaksud dapat berupa popularitas, kekuatan fisik, tinggi badan, kompetensi sosial, kecerdasan, percaya diri, usia, jenis kelamin, ras, etnik, dan status sosial ekonomi.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *cyberbullying* adalah *repetition* (pengulangan), *intent* (niatan), *harm* (tersakiti), dan *imbalance of power* (ketidakseimbangan kekuatan).

### 2.2.3 Peran dalam *Cyberbullying*

Menurut Kowalski (2008) terdapat beberapa peran dalam *cyberbullying* diantaranya adalah sebagai berikut:

pelaku, korban, pelaku dan korban, dan *not involved*

a. Pelaku

Pelaku merupakan individu atau kelompok yang melakukan *cyberbullying*. Sifat yang dimiliki oleh pelaku adalah cenderung tempramen, impulsif, dan mudah frustrasi serta cenderung kesulitan dalam mengikuti aturan.

b. Korban

Korban merupakan individu atau kelompok yang mengalami *cyberbullying*. Sifat yang dimiliki oleh korban adalah cenderung

pendiam, hati-hati, dan sensitif sehingga mudah menangis. Lebih lanjut dijelaskan bahwa korban *cyberbullying* cenderung *memiliki self-esteem* dan kepercayaan diri yang rendah sehingga mudah merasakan cemas, depresi, hingga takut untuk tersakiti

c. Pelaku sekaligus korban

Pelaku dan sekaligus korban merupakan individu yang melakukan *cyberbullying* dan juga mengalami *cyberbullying* tersebut. Sifat pelaku yang sekaligus menjadi korban adalah cenderung akan cepat emosi dan mencoba untuk menyerang kembali ketika merasa telah dihina. Individu ini memiliki pengendalian diri, kompetensi sosial, dan depresi yang lebih buruk dibandingkan dengan peran *cyberbullying* lainnya.

d. *Not involved* (Tidak terlibat)

*Not Involved* adalah individu yang tidak terlibat dalam *cyberbullying*. Individu ini lebih berperan sebagai pengamat *cyberbullying*.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat diketahui bahwa terdapat beberapa peran dalam *cyberbullying* diantaranya adalah pelaku, korban, pelaku dan korban, dan *not involved*

#### **2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Cyberbullying**

Menurut Li (Huang & Chou, 2010) terdapat empat faktor yang mempengaruhi *cyberbullying* yaitu sebagai berikut:

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin menjadi faktor signifikan yang mempengaruhi perilaku agresif, dan dapat menyebabkan berbagai jenis bullying di kalangan remaja. menemukan bahwa laki-laki biasanya berada dilibatkan dalam bullying fisik dan langsung (yaitu, memukul seseorang) dan bahwa perempuan lebih terlibat dalam bullying psikologis (misalnya, rumor menyebar dan agresi relasional).

b. Prestasi Akademik

Prestasi akademik merupakan faktor kunci yang terlibat dalam *cyberbullying*. Terutama di negara-negara Asia Timur yang cenderung sangat tes berorientasi relatif, remaja umumnya telah menderita di bawah tekanan akademik yang kuat dari orang tua, guru, dan teman sebaya.

c. Budaya

Faktor budaya, yaitu terkait norma-norma dalam konteks sosial yang berada pada masing-masing daerah dapat menjelaskan perbedaan yang signifikan dalam proses perilaku intimidasi

d. Frekuensi dan pengetahuan tentang teknologi

Frekuensi dan pengetahuan teknologi menjadi factor yang mempengaruhi *cyberbullying* disebabkan dimana penggunaan teknologi sebagai tempat dan penggunaan teknologi dapat menciptakan situasi di mana intimidasi atau perundungan terjadi. Terlihat bahwa ketersediaan ponsel yang tersebar luas dapat mengakibatkan tingginya insiden penindasan seperti melalui pesan teks.

## 2.3 Remaja

### 2.3.1 Definisi Remaja

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang mengakibatkan terjadinya perubahan baik secara hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial yang terjadi sangat cepat dan terkadang tidak disadari (Batubara, 2016).

Definisi lainnya adalah dijelaskan oleh Santrock, (2007) bahwa masa remaja sendiri mempunyai artian sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional. Remaja sudah tidak lagi dapat dikatakan anak-anak namun masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan suatu masa peralihan dari masa anak-anak menjadi menuju dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional.

### **2.3.2 Tahap Perkembangan Remaja**

Berdasarkan tahap perkembangannya, Monks, et al., (2014) membagi masa remaja menjadi tiga tahap perkembangan yaitu sebagai berikut :

a. Masa remaja awal (12-15 tahun),

Ciri khas pada masa remaja awal adalah lebih dekat dengan teman sebaya, ingin bebas, lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berpikir abstrak.

b. Masa remaja tengah (15-17 tahun)

Ciri khas pada masa remaja tengah adalah mencari identitas diri, timbulnya keinginan untuk kencan, mempunyai rasa cinta yang mendalam. mengembangkan kemampuan berpikir abstrak dan berkhayal tentang aktivitas seks.

c. Masa remaja akhir (18-21 tahun)

Ciri khas pada masa remaja akhir adalah pengungkapan identitas diri, lebih selektif dalam mencari teman sebaya, mempunyai citra jasmani dirinya dan dapat mewujudkan rasa cinta dan mampu berpikir abstrak.

### **2.3.3 Ciri-ciri Remaja**

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri remaja menurut Hurlock (2003), antara lain:

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting yaitu perubahan-perubahan yang dialami masa remaja akan memberikan dampak langsung pada individu yang bersangkutan dan akan mempengaruhi perkembangan selanjutnya.
- b. Masa remaja sebagai periode pelatihan. Disini berarti perkembangan masa kanak-kanak lagi dan belum dapat dianggap sebagai orang dewasa. Status remaja tidak jelas, keadaan ini memberi waktu padanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan, yaitu perubahan pada emosi perubahan tubuh, minat dan peran (menjadi dewasa yang mandiri), perubahan pada nilai-nilai yang dianut, serta keinginan akan kebebasan.
- d. Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa peranannya dalam masyarakat.
- e. Masa remaja sebagai masa yang menimbulkan ketakutan. Dikatakan demikian karena sulit diatur, cenderung berperilaku yang kurang baik. Hal ini yang membuat banyak orangtua menjadi takut.
- f. Masa remaja adalah masa yang tidak realistis. Remaja cenderung memandang kehidupan dari kaca mata berwarna merah jambu, melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang diinginkan dan bukan sebagaimana adanya terlebih dalam cita-cita.
- g. Masa remaja sebagai masa dewasa. Remaja mengalami kebingungan atau kesulitan dalam usaha meninggalkan kebiasaan pada usia sebelumnya dan dalam memberikan kesan bahwa mereka hampir atau sudah dewasa, yaitu dengan merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perilaku seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

Ciri-ciri masa remaja menurut (Saputro, 2018) adalah sebagai berikut:

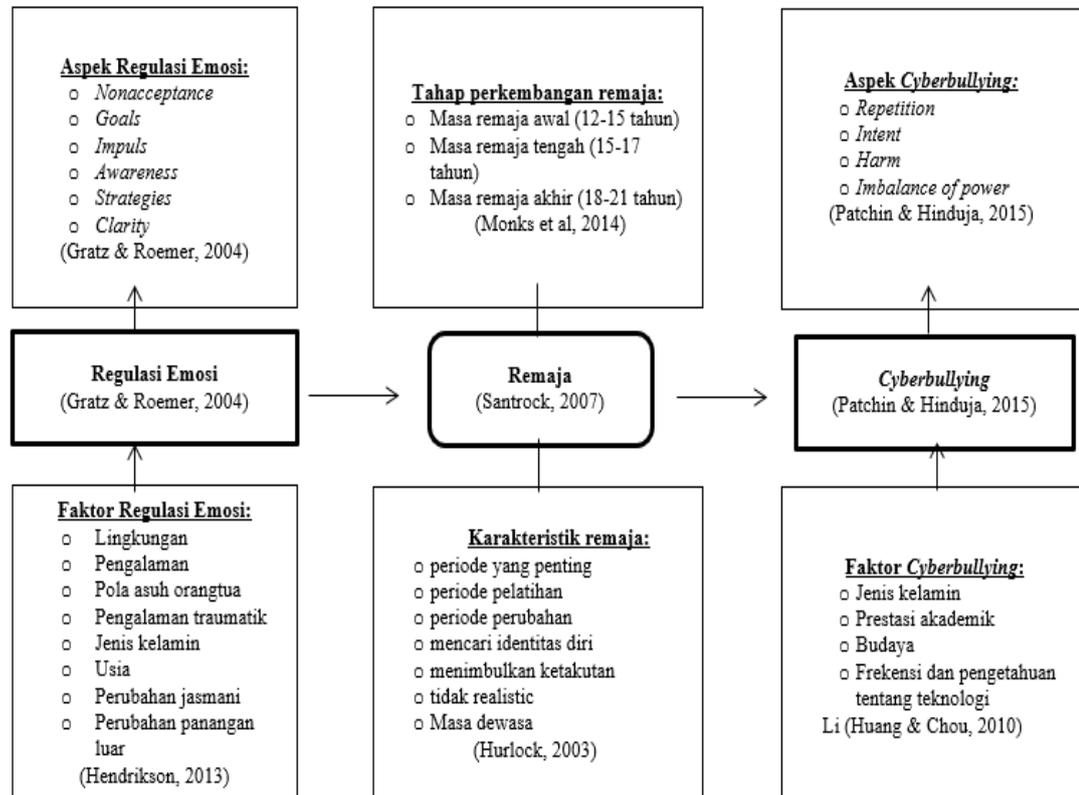
1. Masa remaja berada pada batas peralihan dari anak-anak dan dewasa.
2. Tubuhnya tampak sudah “dewasa”, akan tetapi bila diperlukan seperti orang dewasa remaja gagal menunjukkan kedewasaannya.
3. Pengalaman mengenai alam dewasa masih belum banyak karena sering terlihat pada remaja adanya kegelisahan, pertentangan, kebingungan, dan konflik pada diri sendiri.
4. Remaja memandang peristiwa yang dialami akan menentukan perilakunya dalam menghadapi peristiwa-peristiwa tersebut.

#### **2.3.4 Tugas Perkembangan Remaja**

Adapun tugas perkembangan remaja menurut Hurlock (2003) adalah sebagai berikut:

- a. Mampu menerima keadaan psikisnya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran dari seks usia dewasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mencapai kemandirian ekonomi.
- f. Mengembangkan konsep keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- g. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orangtua.
- h. Mengembangkan perilaku bertanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- i. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan.
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggungjawab kehidupan berkeluarga

## 2.4 Kerangka Teori



**Gambar 2. 1 Kerangka Teori Hubungan Regulasi Emosi dan Perilaku Cyberbullying pada Remaja**

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis Penelitian**

Apabila ditinjau dari tujuan penelitian, penelitian ini termasuk kedalam jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Azwar (2013) penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi satu atau variabel lain. Selain itu dengan penelitian korelasional, pengukuran terhadap beberapa variabel serta saling-hubungan di antara variabel-variabel dapat dilakukan serentak dalam kondisi yang realistik.

Sisi lain, apabila ditinjau dari perlakuan yang diberikan oleh peneliti, penelitian ini merupakan jenis penelitian survei. Menurut Periantalo (2016) penelitian survei adalah penelitian dalam kondisi alami dimana subjek tidak diberikan perlakuan apapun dan subjek hanya diminta untuk mengetahui kondisi yang ada pada diri subjek dan atau masa lalu.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja Kota Jambi.

#### **3.2 Variabel Penelitian**

Menurut Periantalo (2016) variabel adalah suatu hal yang dijadikan objek untuk diselidiki dalam suatu penelitian yang mempunyai berbagai variasi di dalamnya. Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Menurut Azwar (2017) variabel x dan variabel y adalah variabel yang saling berhubungan dan mempunyai hubungan timbal balik.

Penelitian ini dirancang untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan *cyberbullying*, maka variabel bebas (x) dalam penelitian ini adalah regulasi emosi

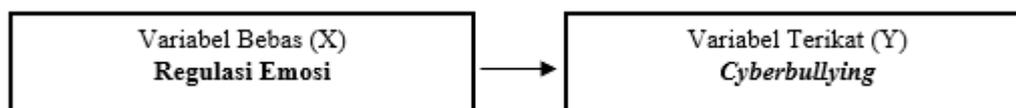
sedangkan variabel terikat (y) adalah cyberbullying. Definisi operasional dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Cara Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Regulasi emosi (x)	Regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengontrol, memahami, dan menerima emosi baik tampak atau tidak tampak yang dilakukan secara sadar maupun tidak sadar melalui sekumpulan strategi agar sesuai dengan tujuan yaitu mencapai keseimbangan emosi dan perilaku adaptif.	skala <i>likert</i>	Interval	1. Sangat Rendah 2. Rendah 3. Cukup 4. Tinggi 5. Sangat tinggi
<i>Cyberbullying</i> (y)	<i>Cyberbullying</i> adalah tindakan menyakiti, mengganggu, mengancam atau menghina orang lain yang tidak bisa membela dirinya sendiri, dilakukan oleh sekelompok orang atau perorangan secara sengaja dan berulang kali melalui media elektronik atau digital untuk menimbulkan bahaya atau ketidaknyamanan bagi orang lain	skala <i>likert</i>	Interval	1. Rendah 2. Sedang 3. Tinggi

### 3.3 Kerangka Konsep Penelitian

Berdasarkan kerangka teori yang telah disusun melalui studi literatur dari berbagai sumber dan tujuan penelitian, maka kerangka konsep penelitian adalah sebagai berikut:



**Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian**

Berdasarkan gambar 3.2 maka diketahui bahwa regulasi emosi merupakan variabel bebas (x) sedangkan *cyberbullying* sebagai variabel terikat (y). Variabel bebas digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruhnya terhadap variabel terikat.

### 3.4 Hipotesis Penelitian

Menurut Periantalo (2016) hipotesis adalah dugaan sementara terhadap hubungan, perbedaan atau pengaruh suatu variabel atau antar variabel. Berdasarkan uraian teoritik pada kajian teori, maka dalam penelitian ini peneliti mengajukan hipotesis penelitian sebagai berikut:

**Hipotesis Null (H<sub>0</sub>)** : Tidak ada hubungan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja Kota Jambi

**Hipotesis Alternatif (H<sub>a</sub>)** : Ada hubungan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja Kota Jambi

### 3.5 SUBJEK PENELITIAN

#### 3.5.1 Populasi Penelitian

Periantalo (2016) menjelaskan populasi adalah subjek yang dikenakan generalisasi dari hasil penelitian tersebut. Populasi dapat berbentuk daerah, perkembangan, dan karakteristik pribadi. Berdasarkan hal tersebut maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja Kota Jambi yang berusia 18-21 tahun berjumlah 42,068 jiwa

**Tabel 3. 2 Jumlah Penduduk Usia 18-21 tahun di Kota Jambi**

Kelompok usia	Jenis kelamin		Jumlah
	Laki-laki	Perempuan	
18	5.324	5.034	10.358
19	5.683	5.433	11.116
20	5.552	5.308	10.860
21	4.946	4.788	9.734
	<b>Jumlah</b>		<b>42.068</b>

Sumber: Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil Kota Jambi, 2020.

### 3.5.2 Sampel Penelitian

Periantalo (2016) menjelaskan bahwa sampel penelitian merupakan bagian dari populasi yang dijadikan subjek dalam pengambilan data penelitian sesuai dengan karakteristik yang setara dengan populasi tersebut.

Teknik pengambilan sampel yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan rumus Isaac dan Michael (Sugiyono, 2013) sebagai berikut:

$$s = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

$\lambda^2$  dengan dk = 1, taraf kesalahan bias 1%, 5%, 10%. P = Q = 0,5. d = 0,05. s = jumlah sampel

Keterangan,

- s : jumlah sampel
- $\lambda^2$  : Chi kuadrat yang harganya tergantung derajat kebebasan tingkat kesalahan. Untuk derajat kebebasan 1 dan kesalahan 5% harga Chi Kuadrat = 3,841
- N : jumlah populasi
- P : Peluang benar (0,5)
- Q : Peluang salah (0,5)
- d : Perbedaan antara rata-rata sampel dengan rata-rata populasi  
Perbedaan bias 0,01; 0,05; dan 0,1

Maka dapat ditentukan jumlah sampel penelitian sebagai berikut:

$$s = \frac{3,841 \times 42.068 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2 \times (42.068-1) + 3,841 \times 0,5 \times 0,5}$$

$$= \frac{40.395,797}{2,625,25} = 154$$

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, diketahui bahwa sampel yang harus terpenuhi pada penelitian ini berjumlah 154 responden.

Metode pengambilan sampel yang diterapkan pada penelitian ini adalah teknik purposive sampling. Menurut Sugiyono (2017) teknik purposive sampling merupakan teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini melibatkan remaja dengan karakteristik sebagai berikut:

#### **3.5.2.1 Kriteria Inklusi**

Menurut Notoatmodjo (2002), kriteria inklusi adalah kriteria subjek penelitian yang mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel. Kriteria Inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Remaja dengan rentang usia 18-21 tahun
- b. Berdomisili di Kota Jambi
- c. Memiliki akses internet dan perangkat elektronik
- d. Memiliki akun media sosial
- e. Bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian dengan melengkapi identitas diri dan mengisi skala berdasarkan dengan kejadian sebenarnya.

#### **3.5.2.2 Kriteria Eksklusi**

Menurut Notoatmodjo (2002), kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah remaja yang terpengaruh dan mengkonsumsi obat-obatan.

### **3.6 Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mendapatkan dan mengumpulkan data dalam penelitian ilmiah yang digunakan untuk mempermudah peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih

mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Pada penelitian ini instrument yang digunakan berupa skala (Periantalo, 2016).

Skala psikologi merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur konstruk psikologi yang berkaitan dengan atribut non-kognitif melalui item-item yang tersirat yang tidak diketahui maknanya oleh subjek, sehingga subjek akan merespon secara alamiah (Periantalo,2016). Terdapat dua skala yang digunakan dalam penelitian ini, regulasi emosi diukur menggunakan aspek-aspek dari Gratz dan Roemer (2004) dan cyberbullying diukur menggunakan aspek-aspek dari Patchin dan Hinduja (2015).

### **3.6.1 Blue Print Alat Ukur**

Terdapat dua skala pengukuran yang dipakai pada penelitian ini adalah regulasi emosi diukur menggunakan aspek-aspek dari Gratz dan Roemer (2004) dan cyberbullying diukur menggunakan aspek-aspek dari Patchin dan Hinduja (2015). Skala tersebut berisi pertanyaan-pertanyaan yang menggambarkan aspek dari regulasi emosi dan cyberbullying. Blueprint dari Gratz dan Roemer (2004) yang terbagi menjadi skala tersebut dijelaskan sebagai berikut:

#### **3.6.1.1 Skala Regulasi Emosi**

Skala regulasi emosi disusun berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi yang terbagi menjadi empat, yaitu *Strategies to emotion regulation, Engaging in goal directed behavior, Control emotional responses dan Acceptance of emotional response*. Lebih rinci digambarkan melalui blueprint berikut:

**Tabel 3. 3 Blueprint Skala Regulasi Emosi**

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Strategies to emotion regulation</i>	Memiliki keyakinan bahwa terdapat banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatur emosi secara efektif	1,3,5	2,4,6	6
<i>Engaging in goal directed behavior</i>	Mampu menyelesaikan tugas ketika mengalami emosi negatif	11 7,9	12 8,10	2 4
	Mampu berpikir dan melakukan hal hal positif walaupun dalam keadaan buruk			
<i>Control emotional responses</i>	Mampu mengontrol emosi dan menunjukkan sikap positif	13,15,17	14,16,18	6
	Mampu menerima dan merasakan respon emosional yang menimbulkan emosi negatif	19,21,23	20,22,24	6
<i>Acceptance of emotional responses</i>	Mampu menerima dan merasakan respon emosional yang menimbulkan emosi negatif	25,26,28,29	27,30	6
	Mampu menerima dan merasakan respon emosional yang menimbulkan emosi negatif	Mengetahui dengan jelas mengenai emosi yang dialami	31,33,37 32,34,35, 36	7
<b>Jumlah</b>				<b>36</b>

### 3.6.1.2 Skala Cyberbullying

*Cyberbullying* diukur berdasarkan aspek-aspek dari Patchin dan Hinduja (2015) yang terbagi menjadi empat, *Yaitu Repetition, Intent, Harm, Imbalance Power*. Lebih rinci digambarkan melalui *blueprint* berikut:

**Tabel 3. 4 Blueprint Skala Cyberbullying**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	unfavorable	
<i>Repetition</i> Melakukan pengulangan tindakan terhadap seseorang yang menyebabkan seseorang khawatir terhadap tindakan pelaku	Melakukan tindakan berulang untuk menyakiti seseorang	1,3,5,7,9,11,13,2*,4*,6*,8*,10*,12*,14*		14
	Terjadi kekhawatiran yang dialami individu akibat tindakan yang dialami pelaku	15,17,19,21,16*,18*,20*,22*		8
<i>cIntent</i> Niat mengganggu atau menyakiti orang lain	Memiliki niat untuk mengganggu orang lain		23,24*	
	Memiliki niat untuk menyakiti orang lain		25,26*	
<i>Harm</i> Apabila individu yang menjadi target terganggu.	Target cyberbullying merasa terganggu dengan apa yang dilakukan pelaku		27,28*,29,30*	
<i>Imbalance Power</i> Pelaku memiliki kekuatan yang lebih dari pada target	Pelaku lebih memiliki kekuatan dari pada korban		31,32	8
	Korban merasa lebih lemah dari pada pelaku.		33,34*	
<b>Jumlah</b>				34

### 3.6.2 Teknik Penskalaan

Teknik penskalaan yang digunakan pada penelitian ini adalah skala Likert. Skala likert pertama kali diperkenalkan oleh *Rensis Likert*. Skala likert berlaku untuk konstruk yang bersifat linear, dalam skala likert terdapat dua jenis aitem, yaitu aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung konstruk yang hendak diungkap, sementara aitem *unfavorable* merupakan bentuk negasi dari konstruk yang hendak diungkap (Periantalo, 2016)

Skala regulasi emosi terdiri dari aitem-aitem *favorable* dan *unfavorable* dengan 5 alternatif jawaban yaitu Tidak pernah, Jarang, Kadang-kadang, Sering, dan Selalu. Dengan demikian ketentuan pemberian skor pada aitem regulasi emosi adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. 5 Klasifikasi Skor Aitem Regulasi emosi**

Pilihan Jawaban	Nilai	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Tidak pernah	1	5
Jarang	2	4
Kadang-kadang	3	3
Sering	4	2
Selalu	5	1

Lebih lanjut pada skala cyberbullying aitem-aitem terbagi dalam 5 alternatif bagian yaitu tidak pernah (0), pernah (1), kadang-kadang (2), sering (3), selalu (4).

**Tabel 3. 6 Klasifikasi Skor Aitem**

Pilihan Jawaban	Nilai
Tidak Pernah	0
Pernah	1
Kadang-kadang	2
Sering	3
Selalu	4

Pengukuran ini memiliki 4 hasil peran, yaitu pelaku, korban, pelaku dan korban, dan *not involved*. Semakin tinggi skor menunjukkan individu tersebut pelaku *cyberbullying*.

### 3.6.3 Validitas

Pada tahap ini, peneliti menggunakan uji validitas konstruk yaitu pengujian terhadap sejauh mana tes atau alat ukur dapat mengukur konstruk teoritis. Periantalo (2016) teknik yang digunakan untuk validitas ini adalah dengan cara menghubungkan skor-skor pada aitem dengan skor total pada dimensinya (corrected item total-correlation). Semakin tinggi nilai korelasi antara skor aitem dengan skor total dimensi pada skala, maka semakin bagus daya beda aitem yang berarti aitem tersebut mampu untuk membedakan antar individu.

Menurut Azwar (2013) penyusun skala berhak menentukan sendiri batas minimal daya diskriminasi yang dipakai, akan tetapi menurunkan batas daya diskriminasi di bawah 0,20 sangat tidak disarankan. Lebih lanjut, Periantalo (2016) menjelaskan bahwa skala akan dinyatakan valid jika skor indeks

diskriminasi aitem yang digunakan minimal 0,250 yang dapat diklasifikasikan bahwa aitem yang digunakan tersebut cukup bagus. Indeks diskriminasi aitem dapat diamati melalui tabel berikut:

**Tabel 3. 7 Nilai Indeks Diskriminasi Aitem**

Nilai	Klasifikasi
$\geq 0.300$	Memuaskan (diterima)
$0.250 - 0.299$	Dipertimbangkan
$\leq 0.249$	Tidak disarankan
-(minus)	Gagal/Tolak

### 3.6.4 Realibilitas

Menurut Azwar, (2012) reliabilitas merupakan ukuran sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Pada penelitian ini untuk menguji reliabilitas, peneliti menggunakan metode *Cronbach aalpha*. Reliabilitas suatu alat ukur dapat tercermin melalui nilai koefisien reliabilitas *cronbach alpha*. Periantalo, (2016) menjelaskan bahwa nilai koefisien *cronbach alpha* bergerak dari 0-1, dengan klasifikasi sebagai berikut:

**Tabel 3. 8 Koefisien Reliabilitas Skala**

Nilai	Klasifikasi
$\geq 0,8 \leq 1,00$	Sangat tinggi
$0,6 \leq 0,8$	tinggi
$0,4 \leq 0,6$	Cukup
$0,2 \leq 0,4$	Rendah
$0,0 \leq 0,2$	Sangat rendah

Berdasarkan tabel tersebut diketahui reliabilitas yang sangat tinggi apabila  $\geq 0,8$ ; reliabilitas  $0,6 \leq 0,8$  tinggi,  $0,4 \leq 0,6$  dengan klasifikasi cukup,  $0,2 \leq 0,4$  dengan klasifikasi rendah dan  $0,0 \leq 0,2$  reliabilitas sangat rendah untuk insturmen penelitian.

### 3.6.5 Norma

Tujuan dari pengkategorian ini adalah menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Penelitian ini menggunakan kategorisasi dengan

model hipotetik, sehingga peneliti yang mengasumsikan sendiri model tersebut (Periantalo, 2016). Pada penelitian ini, kontinum yang digunakan dalam skala regulasi emosi dan skala *cyberbullying* adalah menggunakan tiga jenjang kategori. Perhitungan kategorisasi dalam penelitian ini berpedoman kepada kategorisasi menurut Azwar, (2014) dengan rumus sebagai berikut:

**Tabel 3. 9 Norma Pengkategorian**

<b>Skor</b>	<b>Klasifikasi</b>
$X \leq \text{Mean} - 1,5 \text{ SD}$	Sangat Rendah
$\text{Mean} - 1,5 \text{ SD} < X \leq \text{Mean} - 0,5 \text{ SD}$	Rendah
$\text{Mean} - 0,5 \text{ SD} < X \leq \text{Mean} + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
$\text{Mean} + 0,5 \text{ SD} < X \leq \text{Mean} + 1,5 \text{ SD}$	Tinggi
$X > \text{Mean} + 1,5 \text{ SD}$	Sangat Tinggi

### 3.7 Sumber Data Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan data primer dan data sekunder. Menurut Azwar, (2013) data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data langsung pada subjek sebagai sumber informasi yang dicari. Selanjutnya Azwar, (2013) menjelaskan bahwa data sekunder adalah data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya. Data sekunder biasanya berwujud data dokumentasi atau data laporan yang telah tersedia.

Berdasarkan uraian tersebut maka data primer dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh melalui skala penelitian dan kuesioner penunjang yang berisi data demografi, seperti pertanyaan mengenai umur, jenis kelamin, pendidikan, dan faktor lainnya mengenai subjek yang dibutuhkan dalam penelitian. Selanjutnya data sekunder dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh melalui buku, jurnal, artikel, dan media elektronik yang berkaitan dengan masalah-masalah yang diteliti dan relevan sebagai landasan dalam penelitian yang akan dilakukan.

### 3.8 Teknik Analisis Data

Analisis atau pengolahan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Data dalam penelitian ini dianalisis dengan JASP dan analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 3.8.1 Deskriptif

Menurut Azwar (2017) analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subjek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis. Lebih lanjut, analisis deskriptif dapat dilakukan dengan berdasarkan jenis datanya. Apabila data berjenis numerikal maka digunakan nilai *mean*, standart deviasi. Akan tetapi apabila data berjenis kategorik digunakan frekuensi dan persentase dari tiap variabel.

Pada penelitian ini analisis deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran perilaku *cyberbullying* pada remaja Kota Jambi. Analisis deskriptif dilakukan dengan uji frekuensi berdasarkan data demografis yang diperoleh yaitu jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, durasi akses internet. Lebih lanjut peneliti juga melihat variabilitas dari data tersebut mulai dari *mean*, standar deviasi, varians, hingga *range* (Periantalo, 2016).

#### 3.8.2 Uji Asumsi

Sebelum menguji hipotesis dengan uji korelasi yang tepat, peneliti melakukan uji asumsi menggunakan uji asumsi berupa:

##### a. Uji Normalitas

Tujuan dilakukannya uji normalitas terhadap serangkaian data adalah untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Sebaran data dalam penelitian dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi dari *statistic off normality* (*Kolmogorov-Smirnov* atau *Saphiro-Wilk*) sebesar  $P > 0,05$ . Artinya, tidak ada perbedaan yang signifikan diantara kedua bentuk distribusi.

b. Uji Homogenitas

Tujuan dilakukannya uji homogenitas terhadap serangkaian data adalah untuk mengetahui apakah objek yang diteliti mempunyai varian yang sama. Sebaran data dalam penelitian dikatakan homogen jika nilai signifikansi nilai *levene* sebesar  $P > 0,05$

c. Uji Linearitas

Uji linearitas terpenuhi jika variabel bebas dan variabel tergantung membentuk garis linear (lurus). Apabila nilai signifikansi dari *F linearity* lebih kecil dari 0,05 ( $P < 0,05$ ) maka hubungan kedua variabel linear.

### 3.8.3 Uji Inferensial

Menurut Azwar (2012) uji inferensial bertujuan untuk mengambil kesimpulan dengan pengujian hipotesis. Apabila data memenuhi persyaratan (asumsi) maka dilakukan analisis parametrik dengan uji korelasi *Pearson's Product Moment* untuk membuktikan hipotesis tentang yang diajukan dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Namun, apabila data tidak memenuhi persyaratan (asumsi) maka analisis non parametrik dengan uji korelasi Spearman Rho menjadi alternatif.

Pada penelitian ini, data yang digunakan dalam korelasi adalah data skor total dari masing-masing variabel, bukan data per-aitem dan cara penghitungannya akan dibantu dengan menggunakan program JASP. Korelasi *Pearson's Product Moment* dilambangkan ( $r$ ) dengan ketentuan nilai  $r$  tidak lebih dari harga ( $-1 \leq r \leq +1$ ). Apabila nilai  $r = -1$  artinya korelasinya negatif sempurna;  $r = 0$  artinya tidak ada korelasi; dan  $r = +1$  berarti korelasinya sangat kuat. Sedangkan arti harga  $r$  akan dikonsultasikan dengan tabel interpretasi nilai  $r$  menurut Akdon dan Riduwan, (2005) sebagai berikut:

**Tabel 3.10 Interpretasi nilai r**

<b>Interval Koefisien</b>	<b>Tingkat Hubungan</b>
0,800 – 1,000	Sangat Tinggi
0,60 – 0,799	Tinggi
0,40 – 0,599	Cukup
0,20 - 0,399	Rendah
0,00 – 199	Sangat Rendah

### 3.9 Tempat Dan Waktu Penelitian

Selanjutnya dilakukan analisis perbedaan kelompok untuk mengetahui perbedaan perilaku *cyberbullying* pada remaja Kota Jambi berdasarkan karakteristik demografis yaitu usia, jenis kelamin, dan domisili responden. Pengujian tersebut dapat dilakukan melalui prosedur analisis varians, apabila analisis varians menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan maka akan dilakukan uji lanjutan untuk mengetahui pasangan kelompok mana yang sebenarnya berbeda yaitu melalui uji *t-test* Azwar (2013).

### 3.10 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan tahap-tahap yang harus dilalui oleh peneliti dalam melakukan penelitian. Pada penelitian ini, peneliti melalui beberapa tahap antara lain sebagai berikut:

- a. Tahap konseptual, pada tahap ini peneliti melakukan identifikasi masalah selanjutnya melakukan identifikasi variabel penelitian yang cocok dengan permasalahan yang peneliti temukan
- b. Review *literature*, pada tahap ini peneliti mengumpulkan data yang bersumber dari literatur-literatur, hasil penelitian, dokumen-dokumen, serta informasi tambahan lainnya yang berkaitan dengan masalah-masalah yang akan diteliti yaitu regulasi emosi dan *cyberbullying*. Hal ini dilakukan untuk menemukan informasi yang berguna dan relevan sebagai landasan dalam penelitian yang akan dilakukan.

- c. Menyusun rancangan penelitian, pada tahap ini peneliti melakukan identifikasi desain penelitian, mengidentifikasi subjek yang diteliti, menyiapkan instrumen penelitian dan membuat jadwal pelaksanaan penelitian, pengolahan data dan penulisan laporan.
- d. Validasi instrumen penelitian, pada tahap ini peneliti melakukan uji validasi dan reliabilitas kembali terhadap alat ukur yang peneliti adaptasi.
- e. Pengambilan data, pada tahap ini peneliti melakukan pengambilan data dengan mendistribusikan skala kepada subjek penelitian. Rata-rata subjek penelitian membutuhkan waktu 10-15 menit untuk menyelesaikan pengisian alat ukur penelitian. Skala dijawab dan dikumpulkan secara online menggunakan kuesioner *Google Form* serta didistribusikan melalui pesan dan media sosial.
- f. Pengolahan data, pada tahap ini data yang telah terkumpul dianalisis untuk mendapatkan kesimpulan penelitian dengan pengujian hipotesis penelitian.
- g. Pembuatan laporan penelitian merupakan tahap akhir dalam penelitian. Pada tahap ini peneliti menuliskan hasil penelitian dalam bentuk laporan dan jurnal agar dapat dibaca, dimengerti, dan diketahui oleh pembaca dengan mudah.

### **3.11 Etika Penelitian**

Pada penelitian ini, responden berhak untuk berpartisipasi ataupun tidak dalam kegiatan penelitian tanpa ada paksaan, dijaga kerahasiaannya. Penelitian akan dilakukan apabila responden bersedia untuk terlibat dalam penelitian dengan mengisi lembar persetujuan (*Informed Consent*). Adapun hal-hal yang diperhatikan dalam etika penelitian ini meliputi:

- a. *Informed consent*, diberikan kepada responden, peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Jika responden bersedia diteliti, maka responden menandatangani lembar persetujuan.

- b. *Anonymity* (tanpa nama), dilakukan untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur. Lembar tersebut hanya diberi nomor kode tertentu pada lembar pengumpulan data.
- c. *Confidentiality* (kerahasiaan), menjaga kerahasiaan hasil penelitian, peneliti menjamin kerahasiaan semua informasi yang telah dikumpulkan dari responden.
- d. *Reward* atau semacam hadiah, peneliti memberikan *reward* kepada responden berupa gopay/ovo sebagai ucapan terima kasih atas penggunaan waktu, tenaga dan pikiran dalam pelaksanaan penelitian.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian mengenai hubungan regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi dilaksanakan dengan mengambil responden berusia 18 sampai 21 tahun berdomisili di Kota Jambi yang tersebar di 11 kecamatan, sebagai berikut:

**Tabel 4. 1 Jumlah Responden Penelitian per-Kecamatan**

<b>Kecamatan</b>	<b>Jumlah Responden</b>	<b>Persentase</b>
Alam Barajo	27	17,3%
Telanaipura	23	21,2%
Kota Baru	17	10,9%
Jambi Selatan	11	7,1%
Paal Merah	13	8,3%
Jelutung	13	8,3%
Pasar Jambi	10	6,4%
Jambi Timur	10	6,4%
Danau Sipin	11	7,1%
Pelayangan	5	3,2%
Danau Teluk	5	3,2%
<b>Total</b>	<b>156</b>	

Pada pelaksanaan penelitian, peneliti berkoordinasi dengan Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Jambi untuk membantu proses perizinan dengan nomor surat 2633 dalam penyebaran kuisioner daring kepada masyarakat Kota Jambi dengan kriteria usia yang telah ditentukan. Peneliti aktif menyebarkan kuisioner daring melalui berbagai sosial media seperti Instagram dan Whatsapp. Lokasi dan langkah tersebut dipilih dalam pelaksanaan penelitian ini atas dasar pertimbangan situasi pandemi, kondisi subjek, dan efisiensi waktu.

#### 4.2 Hasil Alat Ukur Final

Validator yang menilai alat ukur ini adalah Jelpa Periantalo, M.Psi.,Psikolog, Natalia Damayanti, M.Psi.,Psikolog dan Annisa Reginasari S.Psi.,MA.

#### 4.2.1 Skala Regulasi Emosi

Skala Regulasi Emosi disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Gratz dan Roemer (2004) yaitu: *Strategies to emotion regulation*, *Engaging in goal directed behavior* (berpikir dan melakukan hal hal positif walaupun dalam keadaan buruk), *Control emotional responses* (mengontrol emosi dan menunjukkan sikap positif), dan *Acceptance of emotional responses* (menerima dan merasakan respon emosional yang menimbulkan emosi negatif). Skala ini terdiri dari 25 item yang telah dilakukan Validitas Logis menggunakan Aiken dan uji indeks daya diskriminasi item. Adapun hasil perhitungannya ditampilkan pada tabel berikut:

**Tabel 4. 2 hasil uji coba item skala regulasi emosi**

Aspek	Indikator perilaku	Favorable		Unfavorable		Jumlah item valid
		Item valid	Item gugur	Item valid	item gugur	
<i>Strategies to emotion regulation</i>	Memiliki keyakinan bahwa terdapat banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatur emosi secara efektif.	1,3,5	-	2,4,6		6
<i>Engaging in goal directed behavior</i> (berpikir dan melakukan hal hal positif walaupun dalam keadaan buruk)	Mampu menyelesaikan tugas ketika mengalami emosi negative	7,9	-	8, 10	-	4
	Mampu berkonsentrasi	11	-	12	-	2
<i>Control emotional respond</i>	Mampu mengontrol emosi dan menunjukkan sikap positif	13,15,17	19	14,16,18,20	-	7
<i>Acceptance of emotional responses</i> menerima dan merasakan respon emosional yang menimbulkan emosi negative	menerima dan merasakan peristiwa yang menimbulkan emosi negatif.	21,23	-	22	24	3
	Memiliki kesadaran terhadap respon emosional	27,29	25	30	26,28	6
	Mengetahui dengan jelas mengenai emosi yang dialami	31	33,	32	36	3
<b>Total item valid</b>						<b>25</b>

Berdasarkan **tabel 4.2** diatas dapat dilihat dari dari 36 item yang diuji, terdapat 25 item yang memiliki nilai koefisien  $\geq 0,3$  dengan kategori memuaskan.

**Tabel 4. 3 Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi**

Skala variabel	Nilai reliabilitas	Kategori
Regulasi Emosi	0.869	Sangat tinggi

Pada tabel 4.3 dapat diketahui bahwa nilai reliabilitas skala Regulasi Emosi adalah 0,869 dimana hasil ini dikatakan reliabel dengan kategori memuaskan.

#### 4.2.2 Skala *Cyberbullying*

Skala *Cyberbullying* disusun berdasarkan aspek-aspek dari Patchin dan Hinduja (2015) sebagai berikut: *Repetition* (Pengulangan), *Intent* (Niat), *Harm* (Membahayakan), *Imbalance of power* (Ketidakseimbangan kekuatan). Skala ini terdiri dari 16 item yang telah dilakukan Validitas Logis menggunakan Aiken V, dan uji indeks daya diskriminasi item. Adapun hasil perhitungannya ditampilkan pada tabel berikut:

**Tabel 4. 4 Hasil Uji Coba Item Skala Regulasi Emosi**

Aspek	Indikator perilaku	Favorabel		unfavorabel		Jumlah item valid
		Item valid	Item gugur	Item valid	Item gugur	
<i>Repetition</i>	Melakukan tindakan berulang untuk menyakiti seseorang	3,5,7,9,13	1,11,15	6,8,10,12,14	2,4,16	10
<i>Intent</i> Niat mengganggu atau menyakiti orang lain	Memiliki niat untuk mengganggu orang lain atau menyakiti orang lain	17,19	-	18,20	-	4
<i>Harm</i> Apabila individu yang menjadi target terganggu.	Target cyberbullying merasa terganggu dengan apa yang dilakukan pelaku	23,25	21	22,24,26	-	5
<i>Imbalance Power</i> Pelaku memiliki kekuatan yang lebih dari pada target	Pelaku memiliki kekuatan yang lebih dari pada korban	27	-	-	28	1
<b>Total item valid</b>						<b>20</b>

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat dilihat dari dari 28 item yang diuji, terdapat 14 item yang memiliki nilai koefisien  $\geq 0,3$  dengan kategori memuaskan. Namun terdapat 6 item yang memiliki koefisien  $\leq 0,3$  dengan kategori cukup.

**Tabel 4. 5 Hasil Uji Reliabilitas *Cyberbullying***

<b>Skala variabel</b>	<b>Nilai reliabilitas</b>	<b>Kategori</b>
<i>Cyberbullying</i>	0.724	Tinggi

Pada tabel 4.5 dapat diketahui bahwa nilai reliabilitas skala *cyberbullying* adalah 0,724 dimana hasil ini dikatakan reliabel dengan kategori diperbolehkan.

### **4.3 Prosedur Penelitian**

Penelitian dilakukan di Kota Jambi. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 15 Maret sampai dengan tanggal 4 April 2022. Dalam pelaksanaannya, mengingat kondisi saat pandemi covid 19 ini yang mengharuskan untuk melakukan pembatasan jarak fisik sehingga penelitian dilakukan dengan menyebarkan kuisisioner daring kepada masing-masing responden dan menyebarkan di media sosial. Peneliti juga meminta responden untuk menyebarkan kepada teman-temannya dan menyebarkan kuisisioner di media sosialnya.

### **4.4 Deskripsi Responden Penelitian**

Subjek yang diteliti dalam penelitian ini adalah remaja di Kota Jambi. Jumlah subjek penelitian sebanyak 156 orang. Berdasarkan identitas diri pada kuisisioner daring yang telah diisi oleh subjek, terdapat beberapa karakteristik yang menjelaskan gambaran subjek dalam penelitian seperti usia, jenis kelamin, dan kecamatan.

#### 4.4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Penelitian ini melibatkan 156 responden yang terdiri dari responden berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Tabel 4.6 menggambarkan distribusi penyebaran responden berdasarkan jenis kelamin.

**Tabel 4. 6 Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis kelamin	Responden	
	Jumlah	Presentase
Perempuan	107	68,5%
Laki-laki	49	31,5%
Total	156	100%

Karakteristik responden penelitian berdasarkan jenis kelamin pada tabel diatas menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan yang mengisi penelitian lebih tinggi dibandingkan responden laki-laki dengan jumlah 108 subjek dan presentase sebesar 69,2%

#### 4.4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Penelitian ini melibatkan 156 responden yang terdiri dari 4 kelompok usia dengan rentang usia 18 sampai 21 tahun. Tabel 4.7 menggambarkan distribusi penyebaran responden berdasarkan usia.

**Tabel 4. 7 Responden Berdasarkan Usia**

Usia	Responden	
	Jumlah	Presentase
18	21	13,5%
19	23	14,7%
20	47	30,1%
21	65	41,7%
<b>Total</b>	156	100%

Karakteristik responden penelitian berdasarkan usia pada tabel di atas menggambarkan bahwa usia 21 tahun merupakan responden terbanyak dalam penelitian ini dengan jumlah 65 responden dengan presentase sebesar 41,7%

### 4.4.3 Karakteristik Berdasarkan Kecamatan

Penelitian ini melibatkan 156 responden yang terdiri dari sebelas kecamatan di Kota Jambi. Tabel 4.8 menggambarkan distribusi penyebaran responden berdasarkan kecamatan.

**Tabel 4. 8 Responden Penelitian Berdasarkan Kecamatan**

Kecamatan	Responden	
	Jumlah	Presentase
Telanai pura	33	21,2%
Alam barajo	27	17,3%
Jambi selatan	11	7,1%
Kota baru	17	10,9%
Paal merah	13	8,3%
Jelutung	13	8,3%
Pasar jambi	10	6,4%
Danau teluk	5	3,2%
Pelayangan	5	3,2%
Jambi timur	11	7,1%
Danau sipin	11	7,1%
<b>Total</b>	156	100%

Karakteristik responden penelitian berdasarkan kecamatan pada tabel di atas menggambarkan bahwa responden tertinggi bertempat tinggal di telanai pura dengan jumlah 33 responden dengan presentase 21,2%. Sementara itu, responden yang bertempat tinggal di kecamatan danau teluk dan pelayangan merupakan responden terendah dengan masing-masing responden berjumlah 5 responden dan presentase sebesar 3,2%.

## 4.5 Hasil Deskriptif Variabel Penelitian

### 4.5.1 Deskripsi Data Penelitian Variabel Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan variabel bebas dalam penelitian ini. Deskripsi data penelitian pada variabel regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 4.9 berikut:

**Tabel 4. 9 Deskripsi Variabel Regulasi Emosi**

Variable	Jumlah subjek	Skor terendah	Skor tertinggi	Rata-rata (mean)	Standar deviasi
Regulasi emosi	156	56	111	77,4	7,6

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa secara hipotetik skala Regulasi Emosi memiliki skor tertinggi sebesar 111 dan skor terendah sebesar 56. Data penelitian ini selanjutnya digunakan untuk mengkategorikan subjek penelitian agar skor yang diperoleh subjek dapat diinterpretasi.

Kategorisasi dalam penelitian ini dibagi menjadi lima bagian yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Hasil kategorisasi dari variabel regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 4.10 berikut:

**Tabel 4. 10 Deskripsi Variabel Regulasi Emosi**

Variabel	Rentang skor	Klasifikasi	Frekuensi	Presentase
Regulasi emosi	$X \leq 65,94$	Sangat rendah	11	7%
	$65,94 < X \leq 73,5$	Rendah	29	18,5%
	$73,5 < X \leq 81,2$	Sedang	70	45%
	$81,2 < X \leq 88,8$	Tinggi	39	25%
	$X > 88,8$	Sangat tinggi	7	4,5%
<b>Total</b>			156	100%

Berdasarkan tabel diatas, data yang diperoleh dari respon subjek menunjukkan bahwa kecendrungan regulasi emosi berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 45%. Adapun gambaran regulasi emosi pada subjek berdasarkan jenis kelamin dapat diamati dalam penyajian tabel berikut ini:

**Tabel 4. 11 Deskripsi Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis kelamin	Kategori									
	Sangat rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat tinggi	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	6	12,2%	8	14,2%	19	38,7%	12	24,4%	4	8,16%
Perempuan	5	4,6%	20	18,7%	52	48,7	27	25,2%	3	2,8%

Pada tabel 4.11 menunjukkan bahwa pada kategori sangat rendah dan sangat tinggi, presentase skor responden jenis kelamin laki-laki lebih tinggi, namun untuk kategori rendah, sedang dan tinggi responden perempuan memiliki presentasi skor lebih tinggi.

Peneliti juga mendeskripsikan gambaran regulasi emosi berdasarkan usia. Hasil tersebut dijelaskan melalui tabel berikut ini:

**Tabel 4. 12 Deskripsi Regulasi Emosi Berdasarkan Usia**

Usia	Kategori									
	Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
18 Tahun	1	5%	3	15%	10	47%	5	24%	2	9%
19 Tahun	3	13%	4	17%	9	39%	5	22%	2	9%
20 Tahun	2	4%	6	13%	20	43%	16	34%	3	6%
21 Tahun	5	8%	15	23%	31	48%	13	20%	1	1%

Pada tabel 4.12 menunjukkan bahwa pada kategori sangat rendah, usia 19 tahun presentase skor tertinggi. Sementara itu, pada kategori sangat tinggi, presentase tertinggi dimiliki usia 18 dan 19 tahun. Data penelitian selanjutnya mendeskripsikan gambaran regulasi emosi berdasarkan kecamatan tempat tinggal responden di Kota Jambi yang dapat diamati pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4. 13 Deskripsi Regulasi Emosi Berdasarkan Kecamatan**

Kecamatan	Kategori									
	Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat tinggi	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Telanai pura	1	5%	3	15%	10	47%	5	24%	2	9%
Alam barajo	3	13%	4	17%	9	39%	5	22%	2	9%
Jambi selatan	2	4%	6	13%	20	43%	16	34%	3	6%
Kota baru	5	8%	15	23%	31	48%	13	20%	1	1%
Paal merah	1	8%	2	15%	7	54%	3	23%	0	0%
Jelutung	1	8%	0	0%	7	54%	3	23%	2	15%
Pasar jambi	1	11%	1	11%	5	56%	1	11%	1	11%
Danau teluk	0	0%	0	0%	3	60%	2	40%	0	0%
Pelayangan	0	0%	2	40%	1	20%	2	40%	0	0%
Jambi timur	1	9%	2	18%	5	56%	2	18%	1	9%
Danau sipin	2	18%	2	18%	5	56%	2	18%	0	0%

Pada tabel 4.13 menunjukkan bahwa pada kategori sangat rendah, presentase skor tertinggi dimiliki oleh responden yang bertempat tinggal di kecamatan Danau teluk dan Pelayangan. Sementara itu pada kategori sangat tinggi, responden yang bertempat tinggal di Jelutung memiliki presentase skor tertinggi

#### 4.5.2 Deskripsi Data Penelitian Variabel Cyberbullying

*Cyberbullying* merupakan variabel terikat dalam penelitian ini. Deskripsi data penelitian pada variabel cyberbullying dapat dilihat pada tabel 4.14 berikut:

Tabel 4. 14 Deskripsi Variabel Cyberbullying

Variabel	Jumlah subjek	Skor terendah	Skor tertinggi	Rata-rata (mean)	Standar deviasi
<i>Cyberbullying</i>	156	17	72	42.7	6.6

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa secara hipotetik skala *cyberbullying* memiliki skor tertinggi sebesar 72 dan skor terendah sebesar 17. Data penelitian ini selanjutnya digunakan untuk mengkategorikan subjek penelitian agar skor yang diperoleh subjek dapat diinterpretasi.

Kategorisasi dalam penelitian ini dibagi menjadi lima bagian yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Hasil kategorisasi dari variabel regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 4.15 berikut:

Tabel 4. 15 Deskripsi Variabel Cyberbullying

Variabel	Rentang skor	Klasifikasi	Frekuensi	Presentase
<i>Cyberbullying</i>	$X \leq 32,7$	Sangat rendah	7	4%
	$32,7 < X \leq 39,3$	Rendah	30	19%
	$39,3 < X \leq 43,2$	Sedang	41	26%
	$43,2 < X \leq 52,6$	Tinggi	71	46%
	$X > 52,6$	Sangat tinggi	7	4%
<b>Total</b>			156	100%

Berdasarkan tabel diatas, data yang diperoleh dari respon subjek menunjukkan bahwa kecendrungan *cyberbullying* berada pada kategori tinggi dengan presentase sebesar 46%. Adapun gambaran *cyberbullying* pada subjek berdasarkan jenis kelamin dapat diamati dalam penyajian tabel berikut ini:

Tabel 4. 16 Deskripsi Cyberbullying Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Kategori									
	Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	3	6%	11	22%	10	20%	22	45%	4	8%
Perempuan	4	4%	22	21%	31	20%	47	44%	3	3%

Pada tabel 4.16 menunjukkan bahwa pada kategori sangat tinggi, tinggi, dan sangat rendah, presentase skor responden jenis kelamin laki-laki lebih besar daripada responden perempuan, namun untuk kategori rendah, tinggi responden perempuan memiliki presentasi skor lebih besar, untuk kategori sedang, kedua responden memiliki skor yang sama.

Data penelitian juga mendeskripsikan gambaran *cyberbullying* berdasarkan usia yang dapat diamati pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4. 17 Deskripsi *Cyberbullying* Berdasarkan Usia**

Usia	Kategori									
	Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
18 Tahun	1	5%	6	29%	4	19%	9	43%	1	5%
19 Tahun	1	4%	1	4%	8	35%	12	52%	1	4%
20 Tahun	2	3%	10	21%	13	28%	21	45%	2	3%
21 Tahun	3	5%	14	22%	17	28%	28	43	3	5%

Pada tabel 4.17 menunjukkan bahwa pada kategori sangat rendah, usia 20 tahun presentase skor tertinggi. Sementara itu, pada kategori sangat tinggi, presentase tertinggi dimiliki usia 18 dan 21 tahun. Data penelitian selanjutnya mendeskripsikan gambaran *cyberbullying* berdasarkan kecamatan tempat tinggal responden di Kota Jambi yang dapat diamati pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4. 18 Deskripsi *Cyberbullying* Berdasarkan Kecamatan**

Kecamatan	Kategori									
	Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Telanai pura	1	3%	6	18%	11	33%	15	45%	0	0%
Alam barajo	0	0%	7	26%	9	33%	9	33%	2	7%
Jambi selatan	0	0%	1	9%	3	27%	6	55%	1	9%
Kota baru	2	12%	4	24%	6	35%	3	18%	2	12%
Paal merah	1	8%	1	8%	5	38%	6	46%	0	0%
Jelutung	1	8%	3	23%	0	0%	8	62%	1	8%
Pasar jambi	1	10%	4	40%	1	10%	4	40%	0	0%
Danau teluk	0	0%	1	20%	0	%	4	80%	0	0%
Pelayangan	0	0%	0	0%	1	10%	4	80%	0	0%
Jambi timur	1	9%	3	27%	1	9%	6	55%	1	9%
Danau sipin	0	0%	3	27%	3	27%	6	55%	0	0%

Pada tabel 4.13 menunjukkan bahwa pada kategori sangat rendah dan sangat tinggi, presentase skor tertinggi dimiliki oleh responden yang bertempat tinggal di kecamatan Kota Baru.

## 4.6 Uji Asumsi Analisis Data

### 4.6.1 Uji Normalitas

Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan teknik shapiro-wilk. Kaidah uji normalitas dinyatakan normal jika nilai probabilitas lebih besar atau sama dengan 0,05 ( $p > 0,05$ ). Hasil uji normalitas pada data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4. 19 Uji Normalitas Data**

Variable	Statistic	Df	Sig	Keterangan
Regulasi emosi	0,986	156	0,135	Normal
<i>Cyberbullying</i>	0,987	156	0,136	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan teknik saphiro-wilk, dapat dilihat bahwa variabel regulasi emosi memiliki probabilitas sebesar  $0,135 > 0,05$  menunjukkan bahwa variabel tersebut terdistribusi secara normal. Selanjutnya, pada variabel *cyberbullying* memiliki nilai probabilitas sebesar  $0,136 > 0,05$  menunjukkan bahwa data terdistribusi secara normal. Adapun teknik korelasi yang akan digunakan adalah uji korelasi pearson.

### 4.6.2 Uji Linieritas

Uji linearitas digunakan untuk menguji apakah data bersifat linear, sebelum melanjutkan ke uji korelasi. Tabel 4.20 menunjukkan hasil uji linearitas pada data dibawah ini:

**Tabel 4. 20 Uji Linearitas Regulasi emosi dan Cyberbullying**

	Sum of square	Df	Mean square	F	Sig	Ket
Regulasi emosi* <i>cyberbullying</i>	52.505	1	52.505	4.423	.037	Linear

Pada penelitian ini, uji linearitas data menemukan hasil bahwa nilai signifikasi data sebesar  $0,037 < 0,05$  sehingga disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linear.

### 4.6.3 Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan syarat uji hipotesis perbedaan. Untuk uji homogenitas data digunakan *levene's test for equality of variances*. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4. 21 Uji Homogenitas jenis kelamin dan usia**

		<b>Levene Statistic</b>	<b>Df1</b>	<b>Df2</b>	<b>Sig</b>	<b>Ket</b>
<i>Cyberbullying</i>	Jenis kelamin	.524	1	153	0,470	Homogen
	Usia	.432	3	152	0,329	Homogen

## 4.7 Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji asumsi yang telah dilakukan, terbukti bahwa variabel regulasi emosi dan *cyberbullying* telah memenuhi uji normalitas, uji linearitas, dan uji homogenitas. Maka untuk selanjutnya, dilakukan analisis data untuk menguji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan setelah penelitian dilaksanakan untuk menerima atau menolak hipotesis yang telah dibuat. Pada penelitian ini dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

### 4.7.1 Hipotesis I

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi. Uji korelasi dilakukan menggunakan uji korelasi pearson. Hasil uji korelasi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4. 22 Uji Korelasi Regulasi Emosi – Cyberbullying**

<b>Korelasi</b>	<b>Koefisien korelasi</b>	<b>Signifikasi</b>	<b>Arah korelasi</b>	<b>Keterangan</b>
Regulasi emosi– <i>Cyberbullying</i>	-0,286	0,00	Negative	Berkolerasi

Pada tabel 4.22 hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi. Dapat dilihat bahwa nilai p values  $0,00 < 0,05$  sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan *cyberbullying*

dengan koefisiensi korelasi sebesar  $-0,286$  yang memiliki arah korelasi negatif dan berarti apabila regulasi emosi tinggi maka *cyberbullying* rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak.

#### 4.8 Pembahasan

Berdasarkan hasil uji korelasi untuk melihat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi dengan subjek sebanyak 156 orang, didapatkan hasil koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar  $-0,286$  dengan nilai  $p < 0,00$ . Hasil ini menunjukkan terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi emosi pada individu, maka akan diikuti dengan semakin rendah kecenderungan perilaku *cyberbullying*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Adiyanti & Mawardah (2020) yang menyatakan bahwa kecenderungan menjadi pelaku *cyberbullying* berhubungan negatif dengan regulasi emosi dan penelitian yang dilakukan oleh Arianty (2018) menemukan adanya hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*, serta penelitian yang dilakukan Astuti & Bone (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dan persepsi terhadap iklim sekolah dengan *cyberbullying* pada siswa SMAK Giovanni Kupang, artinya semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki oleh seseorang, maka semakin tinggi pula kecenderungan perilaku *cyberbullying* yang dilakukan, sebaliknya semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki maka semakin rendah pula kecenderungan perilaku *cyberbullying* yang dilakukan.

Hasil deskriptif penelitian mengungkapkan gambaran regulasi emosi responden dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 45%. Sementara itu, presentase responden dengan regulasi emosi yang sangat tinggi sebesar 4,5%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Arianty (2018) menyatakan bahwa, ketika sedang mengalami emosi negatif, siswa dengan regulasi emosi yang baik akan tetap berpikir jernih sehingga perilaku yang muncul tetap berdasarkan logika dan

kesadaran. Ekspresi emosi negatif yang tidak dapat diregulasi dengan baik akan menyebabkan perilaku *cyberbullying* muncul, regulasi emosi yang tepat meliputi kemampuan untuk mengatur perasaan, reaksi fisiologis, kognisi yang berhubungan dengan emosi, dan reaksi yang berhubungan dengan emosi.

Berdasarkan penemuan yang peneliti dapatkan terdapat bahwa perilaku *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi baik pada laki laki maupun perempuan berada pada kategori sedang memiliki presentase yang sama yakni 20%, untuk usia 18 dan 21 tahun kecenderungan *cyberbullying* memiliki presentase yang sangat tinggi, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Alyza et al.,(2021) bahwa terdapat 82 dari 100 responden mengalami kecenderungan *cyberbullying* di usia 18-23 tahun, hal ini dikarenakan dominasi pengguna internet Indonesia berada pada kelompok 15-19 tahun dan 20-24 tahun, ini menyebabkan remaja rentan mengalami *cyberbullying* baik sebagai korban maupun sebagai pelaku.

Sedangkan berdasarkan kecamatan, responden yang bertempat tinggal di kota baru berada dalam kategori sangat tinggi yakni sebesar 12% dalam kecenderungan perilaku *cyberbullying*, menurut pengamatan peneliti kecamatan kota baru merupakan kecamatan strategis dengan pertumbuhan kota yang beragam banyaknya tempat wisata maupun tempat hiburan yang membuat remaja tertarik, hal itulah yang membuat kota baru memiliki kecenderungan perilaku *cyberbullying*.

Regulasi emosi memiliki peran dalam membentuk kompetensi sosial seseorang dalam menjalankan kehidupan, dikarenakan manusia mahluk sosial yang saling membutuhkan orang lain (Low & Esplage, 2013). Seseorang yang memiliki regulasi emosi rendah tidak mampu mengatur pemikiran dan perilakunya saat munculnya emosi- emosi yang berbeda (emosi negatif dan emosi positif). *Cyberbullying* membuat individu dapat melampiaskan amarah melalui sosial media, menyebarkan rahasia orang lain, peniruan dengan menggunakan akun orang lain, mengeluarkan seseorang dari grup, dan menguntit secara *online* dengan tujuan untuk menyampaikan rasa amarah, mencari kesenangan pribadi dan balas dendam (Ariany, 2018)

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi. Hal ini berarti semakin rendah Regulasi Emosi seseorang, maka semakin tinggi tingkat *cyberbullying*, begitu pula sebaliknya, semakin tinggi regulasi emosi seseorang, maka semakin rendah tingkat *cyberbullying*.

#### **4.9 Keterbatasan**

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu kuisisioner dibuat melalui *google form* dan disebarluaskan melalui media sosial membuat peneliti tidak dapat secara langsung melihat dan menggali data lebih lanjut kepada responden. Hal tersebut menjadi keterbatasan dalam penelitian dikarenakan peneliti tidak melihat langsung proses pengisian kuisisioner dan tidak dapat membantu apabila didapati adanya responden yang mengalami kendala dalam proses pengisian kuisisioner.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada remaja di Kota Jambi, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil uji korelasi didapatkan nilai p-value  $<0,00$  (p-value  $< 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan *cyberbullying* di Kota Jambi. Adapun nilai korelasi sebesar  $-0,286$  yang berarti hubungan regulasi emosi dan *cyberbullying* berada dalam kategori rendah dengan arah hubungan bersifat negatif.
2. Berdasarkan karakteristik sosial demografis, perilaku *cyberbullying* baik pada laki laki maupun perempuan berada pada kategori sedang memiliki presentase yang sama yakni 20%, untuk usia 18 dan 21 tahun kecendrungan *cyberbullying* memiliki presentase yang sangat tinggi, sedangkan berdasarkan kecamatan, responden yang bertempat tinggal di Kota Baru berada dalam kategori sangat tinggi yakni sebesar 12% dalam *cyberbullying*.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberikan saran yang ditujukan kepada beberapa pihak, yakni:

1. Bagi pihak sekolah/universitas

Dari penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi mengenai *cyberbullying* dan regulasi emosi, diharapkan pihak sekolah juga ikut berperan membangun lingkungan bebas dari *cyberbullying*

## 2. Bagi orang tua

Diharapkan dapat memberikan pengawasan pada remaja di kehidupan sehari-hari dalam menggunakan internet maupun berinteraksi dengan orang lain

## 3. Remaja

Diharapkan remaja dapat lebih bijak dalam menggunakan media sosial, terutama ketika berinteraksi dengan orang lain. Dikarenakan *cyberbullying* dapat membawa dampak negatif baik bagi korban maupun pelaku yang dapat berbahaya untuk kehidupan baik di dunia maya maupun di dunia nyata.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiyanti, M. G., Nugraheni, A. A., Yuliawanti, R., Ragasukmasuci, L. B., & Maharani, M. (2020). Emotion regulation and empathy as mediators of self-esteem and friendship quality in predicting cyberbullying tendency in Javanese-Indonesian adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 251–263. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1614079>
- Afriyeni, N. (2017). Perundungan Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal\*. *Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi*, 1(1), 25–39.
- Akdon, R. (2005). *Formulas and Data in Statistics Applications*.
- APJII (2018). Survey Pengguna Internet APJII 2018: Hasil Survei Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia Tahun 2018”. [apjii.or.id](http://apjii.or.id). diakses: [https:// hasil-survei-penetrasi-dan-perilaku-pengguna-internet-indonesia-tahun-2018/](https://hasil-survei-penetrasi-dan-perilaku-pengguna-internet-indonesia-tahun-2018/)
- APJII (2020). Survey Pengguna Internet APJII 2019-Q2 2020: ada kenaikan 25,5 juta
- APJII (2020). Survey Pengguna Internet APJII 2019-Q2 2020: ada kenaikan 25,5 juta pengguna internet baru di RP”. [apjii.or.id](http://apjii.or.id). diakses: <https://apjii.or.id/downfile/file/BULETINAPJIIEDISI74November2020.pdf>
- Arianty, R. (2018). Pengaruh Konformitas dan Regulasi Emosi terhadap Perilaku Cyberbullying. *Psikoborneo*, 6(4), 505–512. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4641>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2017). Penetrasi & Profil Perilaku Pengguna Internet Indonesia. *Apjii*, 51.
- Bagaskara, M. A. (2019). *Hubungan Antara Konformitas Dengan Perilaku Cyberbullying Siswa Sekolah Menengah Atas Di Samarinda Seberang*. 7(1), 301–312.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Camodeca, M., & Goossens, F. A. (2005). Aggression, social cognitions, anger and sadness in bullies and victims. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 46(2), 186–197. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00347.x>
- Chang, F., Lee, C., Chui, C., Hsi, W., Huang, T., Pan, Y. (2013). Bullying , and Mental Health in Taiwanese. *Journal of School Health*, 83(6), 454–462.
- Chang, F., Lee, C., Chui, C., Hsi, W., Huang, T., Pan, Y. (2013). Bullying , and Mental Health in Taiwanese. *Journal of School Health*, 83(6), 454–462.
- Desmita. (2007). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- E.B., G. A., & S.W., E. D. (2017). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Kepekaan Sosial di Usia Remaja. *Jurnal The Messenger*, 9(1), 65. <https://doi.org/10.26623/themessenger.v9i1.428>
- Fadhil (2019). “Berawal dari Bully di medsos, begini Kronologi Kasus Audrey” NewsDetik.Com. Diakses: [News.detik.com/berita/d-4506079/berawal-dari-bully-di-medsos-begini-kronologi-kasus-audrey](https://news.detik.com/berita/d-4506079/berawal-dari-bully-di-medsos-begini-kronologi-kasus-audrey)

- FAIZ, H. B. N. (2019). PENGARUH HARGA DIRI TERHADAP BULLYING DIMODERATORI OLEH REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS “X”.
- Faradiba, A. T., & Febrayosi, P. (2019). Evaluasi Psikometri Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Versi Indonesia. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 9(02), 42–49. <https://doi.org/10.35814/mindset.v9i02.731>
- Faradiba, A. T., & Febrayosi, P. (2019). Evaluasi Psikometri Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Versi Indonesia. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 9(02), 42–49. <https://doi.org/10.35814/mindset.v9i02.731>
- Fitriani, Y., & Alsa, A. (2015). Relaksasi autogenik untuk meningkatkan regulasi emosi pada siswa SMP. *E-Jurnal Gama Jpp*, 1(3), 149–162.
- Gámez-Guadix, M., Borrajo, E., & Almendros, C. (2016). Risky online behaviors among adolescents: Longitudinal relations among problematic Internet use, cyberbullying perpetration, and meeting strangers online. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(1), 100–107. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.013>
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141–149. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.23.3.141>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross, J. J. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. *Handbook of Emotion Regulation*, 3–24.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Hendrikson. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Emosi. Jakarta: Gramedia
- Huang, Y. Y., & Chou, C. (2010). An analysis of multiple factors of cyberbullying among junior high school students in Taiwan. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1581–1590. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.06.005>
- Irawan, A. W., Yusufianto, A., Agustina, D., & Dean, R. (2020). *Laporan Survei Internet Apjii 2019-2020 (Q2)*. 2020, 15.
- Jahja, Yudrik, Psikologi Perkembangan, Jakarta: Kencana, 2011
- Komalasari, G., Nabilah, N., & Wahyuni, E. (2012). Studi perilaku cyberbullying siswa sman di dki Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(1), 3-12.
- Kostiuk, L. M., & Fouts, G. T. (2002). Understanding of emotions and emotion regulation in adolescent females with conduct problems: A qualitative analysis. *The Qualitative Report*, 7(1), 1–14.
- 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>
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2008). *Cyber bullying: Bullying in the digital age*. Blackwell Publishing Ltd.
- Larrañaga, E., Navarro, R., & Yubero, S. (2018). Socio-cognitive and emotional factors on perpetration of cyberbullying. *Comunicar*, 26(56), 19–28. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-02>
- Low, S., & Espelage, D. (2013). Differentiating Cyberbullying Perpetration From Non Physical Bullying: Communalities Across Race, Individual, and Family Predictors. *Psychology of Violence*, 3(1), 39-52
- Malihah, Z., & Alfiasari, A. (2018). Perilaku Cyberbullying pada Remaja dan Kaitannya dengan Kontrol Diri dan Komunikasi Orang Tua. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 11(2), 145–156. <https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.2.145>
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 60. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6958>
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 60. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6958>
- Nazriani, D., & Zahreni, S. (2017). *Adolescent Cyberbullying in Indonesia: Differentiation between Bullies and Victim*. 81(Icosop 2016), 505–508. <https://doi.org/10.2991/icosop-16.2017.68>
- Notoatmojo. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Novianty, D. D., Sriati, A., & Yamin, A. (2019). Gambaran Penggunaan Dan Tingkat Kecanduan Internet Pada Siswa-Siswi Sma X Di Jatinangor. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 5(2), 76. <https://doi.org/10.33755/jkk.v5i2.138>
- Paluckaitė, U., & Žardeckaitė-Matulaitienė, K. (2017). Risks and consequences of adolescents' online self-disclosure. In *Conference Proceedings: The Future of Education* (pp. 179-181).
- Pangerang (2020). "Betrand Perto korban cyberbullying: Pelaku Masih dibawah umur dan tim Ruben Onsu diperiksa" [kompas.com](https://www.kompas.com). diakses: [Kompas.com/hype/read/2020/01/16/081322866/betrand-peto-korban-cyberbullying-pelaku-masih-di-bawah-umur-dan-tim-ruben](https://www.kompas.com/hype/read/2020/01/16/081322866/betrand-peto-korban-cyberbullying-pelaku-masih-di-bawah-umur-dan-tim-ruben)
- Paper, C. (2017). *Adolescents' Perception Of Risky Behaviour On The Internet Social & Behavioural Sciences 3rd icH & Hpsy 2017 3rd International Conference on Health and Health Psychology ADOLESCENTS' PERCEPTION OF RISKY BEHAVIOUR ON THE*. September.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring cyberbullying: Implications for research. *Aggression and Violent Behavior*, 23(May), 69–74. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.013>
- Rachmatan, R., & Ayunizar, S. R. (2017). Cyberbullying Pada Remaja SMA di Banda Aceh. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 13(2), 67–79.
- Rahayu, S. F. (2012). *CyberBullying sebagai Dampak Negatif Penggunaan*

- Teknologi Informasi. *Journal Of Information System*, 8 (1).
- Ramdhani, N. (2016). Emosi Moral dan Empati pada Pelaku Perundungan-siber. *Jurnal Psikologi*, 43(1), 66. <https://doi.org/10.22146/jpsi.12955>
- Rifauddin, M. (2016). Fenomena Cyberbullying pada Remaja. *Khizanah Al-Hikmah : Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, Dan Kearsipan*, 4(1), 35–44. <https://doi.org/10.24252/kah.v4i1a3>
- Rifauddin, M. (2016). Fenomena Cyberbullying pada Remaja. *Khizanah Al-Hikmah : Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, Dan Kearsipan*, 4(1), 35–44. <https://doi.org/10.24252/kah.v4i1a3>
- Rina (2020). “Jambi Peringkat Tertinggi peroleh Konten Negatif di Media Daring”. *MetroJambi.Com*. diakses: <https://www.metrojambi.com/read/2021/07/29/50710/jambi-peringkat-tertinggi-peroleh-konten-negatif-di-media-daring>
- Riswanto, D., & Marsinun, R. (2020). Perilaku Cyberbullying Remaja di Media Sosial. *Analitika*, 12(2), 98–111. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3704>
- Rodríguez, S., Valle, A., Piñeiro, I., Rodríguez-Llorente, C., Guerrero, E., & Martins, L. (2020). Sociodemographic characteristics and stress of people from spain confined by covid-19. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 10(4), 1095–1105. <https://doi.org/10.3390/ejihpe10040077>
- Rodríguez, S., Valle, A., Piñeiro, I., Rodríguez-Llorente, C., Guerrero, E., & Martins, L. (2020). Sociodemographic characteristics and stress of people from spain confined by covid-19. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 10(4), 1095–1105. <https://doi.org/10.3390/ejihpe10040077>
- Safaria, T. (2016). Prevalence and impact of cyberbullying in a sample of indonesian junior high school students. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 15(1), 82–91.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sari, A. P., Ilyas, A., & Ifdil, I. (2017). KontrolDiridenganTingkatAgresivitasRemajayangMemilikiOrangtuaTNIatauPOLRI. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 3(2), 45.
- Sisrazeni. (2017). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Interaksi Sosial Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Tahun 2016/2017 Iain Batusangkar. *2nd International Seminar on Education 2017 Empowering Local Wisdom on Education for Global Issue Batusangkar*, 12.
- Swartz, J. R., Carrasco, M., Wiggins, J. L., Thomason, M. E., & Monk, C. S. (2014). Age-related changes in the structure and function of prefrontal cortex–amygdala circuitry in children and adolescents: A multi-modal imaging approach. *Neuroimage*, 86, 212-220.
- Syahadat, Y. M. (2013). Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Perilaku

- Agresif Pada Anak. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 10(1), 19. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v10i1.326>
- Syahadat, Y. M. (2013). Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Anak. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 10(1), 19. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v10i1.326>
- Vandebosch, H., & Van Cleemput, K. (2008). Defining cyberbullying: A qualitative research into the perceptions of youngsters. *Cyberpsychology and Behavior*, 11(4), 499–503. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0042>
- Victor, S. E., & Klonsky, E. D. (2016). Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS-18) in Five Samples. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(4), 582–589. <https://doi.org/10.1007/s10862-016-9547-9>
- Zhou, Z., Tang, H., Tian, Y., Wei, H., Zhang, F., & Morrison, C. M. (2013). Cyberbullying and its risk factors among Chinese high school students. *School Psychology International*, 34(6), 630–647. <https://doi.org/10.1177/0143034313479692>

**Lampiran 1. Data awal penelitian**

**DATA PENDUDUK KOTA JAMBI USIA 18 SAMPAI 21 TAHUN**

<b>Kelompok usia</b>	<b>Jenis kelamin</b>		<b>Jumlah penduduk</b>
	<b>L</b>	<b>P</b>	
18	5.324	5.034	10.358
19	5.683	5.433	11.116
20	5.552	5.308	10.860
21	4.946	4.788	9.734
	jumlah		42.068

Sumber: dinas kependudukan dan catatan sipil, 2020

## **Lampiran 2. Draft wawancara data awal**

1. Apakah anda pernah mendengar tentang *cyberbullying*?
2. Menurut anda, apa itu *cyberbullying*?
3. apakah anda memiliki pengalaman dalam perilaku *cyberbullying*? Baik mendapat perlakuan *cyberbullying* atau mungkin secara sengaja melakukan tindakan tersebut, atau malah dua-duanya?
4. apa yang mendorong anda pada saat itu sehingga berani melakukan salah satu bentuk dari perilaku *cyberbullying*?”
5. tindakan itu bisa dikatakan dilandasi rasa kesal karena teman yang tadi itu berbohong?
6. setelah melakukan tindakan tersebut apakah ada kepuasan tersendiri?
7. dalam sehari anda kira-kira mengakses internet itu berapa lama?
8. menurut anda *platform* media sosial apa yang memiliki kecenderungan tinggi munculnya perilaku *cyberbullying*?

### Lampiran 3. Surat izin penelitian

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS JAMBI  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
Alamat : Jl. Letjend Soeprapto No. 33 Telanaipura Jambi Kode Pos 36122  
Telp/Fax: (0741) 60246 website: www. fk.unja.ac.id e-mail: fktelanar@gmail.com

---

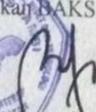
Nomor : 2021/UN21.8/PT.01.04/2021  
Hal : survei data awal

Kepada Yth,  
Responden G  
di -  
Tempat

Dengan Hormat,  
Dalam rangka penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi Tahun Akademik 2021/2022, bersama ini mohon kiranya Bapak/Ibu untuk menjadi responden dalam melakukan survei data awal yang akan digunakan dalam penyusunan skripsi, atas nama :

Nama : Farah Isranita Aura Utama  
NIM : G1C117076  
Judul Penelitian : Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying* pada Remaja di Kota Jambi  
Pembimbing I : Verdiantika Annisa, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog  
Pembimbing II : Siti Raudhoh, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya kami ucapkan terima kasih.

Jambi, 08 DEC 2021  
An. Dekan  
Wakil Dekan BAKSI  
  
dr. Nindya Aryanty, M.Med.Ed,Sp.A  
NIP. 19830201 200801 2 009

Tembusan Yth :  
1. Pembimbing I dan Pembimbing II mahasiswa.  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS JAMBI

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

Alamat: Jl. Letjend Soeprapto No. 33 Telanaiपुरa Jambi Kode Pos 36122  
Telp/Fax: (0741) 60246 website: www.fk.unja.ac.id e-mail: fktelana@gmail.com

Nomor : UN21.8/PT.01.04/2021  
Hal : survei data awal

Kepada Yth,  
Responden L  
di -  
Tempat

Dengan Hormat,

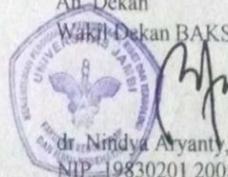
Dalam rangka penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi Tahun Akademik 2021/2022, bersama ini mohon kiranya Bapak/Ibu untuk menjadi responden dalam melakukan survei data awal yang akan digunakan dalam penyusunan skripsi, atas nama :

Nama : Farah Isranita Aura Utama  
NIM : G1C117076  
Judul Penelitian : Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying* pada Remaja di Kota Jambi  
Pembimbing I : Verdiantika Annisa, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog  
Pembimbing II : Siti Raudhoh, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya kami ucapkan terima kasih.

Jambi,  
An - Dekan

Wakil Dekan BAKSI



dr. Nindya Aiyanty, M. Med Ed, Sp.A  
NIP. 19830201 200801 2 009

Tembusan Yth :  
1. Pembimbing I dan Pembimbing II mahasiswa.  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS JAMBI

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

Alamat : Jl. Letjend Soeprato No. 33 Telanaipura Jambi Kode Pos 36122  
Telp/Fax: (0741) 60246 website: www. fk.unja.ac.id e-mail: fktelana@gmail.com

Nomor : ~~082~~UN21.8/PT.01.04/2021  
Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth,  
Annisa Reginasari, S.Psi., MA  
di -  
Tempat

Dengan Hormat,

Dalam rangka penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi Tahun Akademik 2021/2022, bersama ini mohon kiranya Bapak/Ibu untuk menjadi validator pada alat ukur penelitian yang akan digunakan, atas nama :

Nama : Farah Isranita Aura Utama  
NIM : G1C117076  
Judul Penelitian : Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying* pada Remaja di Kota Jambi  
Pembimbing I : Verdiantika Annisa, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog  
Pembimbing II : Siti Raudhoh, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya kami ucapkan terima kasih. Sehubungan dengan surat izin penelitian ini, maka setiap hak dan kewajiban mengenai proses penilaian/validasi alat ukur tersebut adalah tanggung jawab dari mahasiswa bersangkutan

Jambi, 08 DEC 2021

An. Dekan  
Wakil Dekan BAKSI



dr. Nindya Ardyanti, M.Med.Ed,Sp.A  
NIP.198302012008012009

Tembusan Yth :  
1. Pembimbing I dan Pembimbing II mahasiswa.  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

## Lampiran 4. Wawancara data awal

### Transkrip Wawancara

**Nama :** G

**Usia :** 20 tahun

**Jenis Kelamin :** Perempuan

**Perangkat elektronik yang digunakan untuk akses internet :** Handphone dan Laptop

**Jenis internet/media komunikasi elektronik :** Instagram, Twitter, Tiktok, dan Whatsapp

**Durasi penggunaan internet :** 6-7/hari

- | No | Pertanyaan   | Jawaban  |
|----|--|--|
| 1. | Apakah anda pernah mendengar tentang <i>cyberbullying</i> ?  | iya kak pernah, apalagi di era <i>digital</i> saat ini yang buat anak-anak muda zaman sekarang lebih sering main <i>handphone</i> , <i>gadget</i> gitu kan.  |
| 2. | Menurut anda, apa itu <i>cyberbullying</i> ?   | menurut saya <i>cyberbullying</i> itu sama seperti tindakan <i>bullying</i> pada umumnya, tetapi kalo <i>cyberbullying</i> ini lebih kepada eee <i>bullying</i> yang dilakukan melalui teks ataupun tindakan cemooh dan lain sebagainya, tetapi <i>cyberbullying</i> ini meninggalkan jejak <i>digital</i> nah kalau menurut saya <i>cyberbullying</i> ini sering dilakukan di eee grup <i>whatsapp</i> , ataupun <i>instagram</i> , ataupun <i>platform</i> lainnya   |
| 3. | apakah anda memiliki pengalaman dalam perilaku <i>cyberbullying</i> ? Baik mendapat perlakuan <i>cyberbullying</i> atau mungkin secara sengaja melakukan tindakan tersebut, atau malah dua-duanya? | kalau saya sendiri sebenarnya pernah mendapat tindakan <i>cyberbullying</i> cuma bukan dari sekelompok orang melainkan dari individu yaitu senior paskib saya 2014, dia membully saya pada saat itu nge-dm saya ee bilang kalau misalnya badan saya itu besar, gendut, dan mirip ibu anak dua. Buat sebagian orang mungkin biasa aja cuma bagi saya itu merupakan tindakan yang menyakiti hati karena kek menyebabkan saya <i>insecure</i> dan mengurung dirilah ibaratnya gitu kan... nah menurut saya ini merupakan suatu tindakan <i>cyberbullying</i> terhadap saya dan tindakan yang saya ambil pada saat itu |

- adalah saya memblokir senior paskib saya itu agar lebih menghilangkan *toxic* lah menurut saya. Oiya untuk melakukan tindakan *cyberbullying* juga saya pernah.. ga munafik karena kek misalnya saya punya grup nih di whatsapp, jadi ada salah satu orang yang membuat kesalahan yaitu bersikap sombong dan suka berbohong... karena kami satu gang itu kesal dengan satu teman itu akhirnya kami sering menyindir.. mengucilkan dia di grup, bahkan gak segan kami melontarkan kata-kata kasar. Saya sadar itu merupakan suatu tindakan *cyberbullying* jadi menurut saya yaaa saya pernah melakukannya.. baik itu lewat *whatsapp* maupun secara langsung pada saat nongkrong sama temen-temen.
4. apa yang mendorong anda pada saat itu sehingga berani melakukan salah satu bentuk dari perilaku *cyberbullying*?"
 

lebih kepada dari dalam diri kak haha, karena kalo udah melakukan tindakan *bullying* itu berarti kita udah ga suka kan kak sama orang itu, dan mungkin juga karena pengaruh teman juga jadi ingin ikutan ngatatin gitu kak lagian kami tu jadi kesal gara-gara teman yang satu itu bohong sama kami jadinya terpancing.”
  - 5 tindakan itu bisa dikatakan dilandasi rasa kesal karena teman yang tadi itu berbohong?
 

iya kak betul, sebenarnya awalnya tu mencoba untuk biasa aja cuma bohongnya ini berulang kak jadi siapa sih kak yang kesal gitu kan? tapi kami ga menyerang fisik lebih ke sifatnya kak seperti contoh giloooo makin menjadi-jadi sifat tu dak berubah-ubah... gitu kak.”
  - 6 setelah melakukan tindakan tersebut apakah ada kepuasan tersendiri?
 

kalau kepuasan tersendiri tu engga karena itu ya ga mungkin la namanya temen kan kak, lebih ke “ngebatin” gitu dan akhirnya kami memutuskan untuk ngomong sama-sama dan saling minta maaf
  - 7 dalam sehari anda kira-kira mengakses internet itu berapa lama?
 

sehari bisa 6-7 jam kak hahaha apalagi sekarang jaman tiktok jadi gak bias lepas dari hp selalu *scroll*
  - 8 menurut anda *platform* media sosial apa yang memiliki kecenderungan tinggi munculnya perilaku *cyberbullying*?
 

Twitter dan Instagram kak *fix no debat*, beda sama tiktok malah banyak yang *ngesupport* satu sama lain dan banyak ilmunya di tiktok kak

## Transkrip Wawancara

**Nama :** L

**Usia :** 20 tahun

**Jenis Kelamin :** Perempuan

**Perangkat elektronik yang digunakan untuk akses internet :** Handphone dan Laptop

**Jenis internet/media komunikasi elektronik :** Instagram, Twitter, Tiktok, dan Whatsapp

**Durasi penggunaan internet :** 6-7/hari

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda pernah mendengar tentang <i>cyberbullying</i> ?	Pernah kak
2.	Menurut anda, apa itu <i>cyberbullying</i> ?	Menurut aku sendiri <i>cyberbullying</i> tuh tindakan ngebully orang lain lewat media sosial kayak Instagram, tiktok gitu gitu kak
3.	apakah anda memiliki pengalaman dalam perilaku <i>cyberbullying</i> ? Baik mendapat perlakuan <i>cyberbullying</i> atau mungkin secara sengaja melakukan tindakan tersebut, atau malah dua-duanya?	Aku pernah sih kak dapat perlakuan buruk di tiktok, sempat fyp..itu karena aku bikin video opini aku gitu kak, terus mereka pada dak setuju dan ngebully aku, itu rame nian kak. Aku jugo pernah ngebully orang di Instagram kak, nyindir nyindir gitulah.
4.	apa yang mendorong anda pada saat itu sehingga berani melakukan salah satu bentuk dari perilaku <i>cyberbullying</i> ?"	Karena dia melakukan hal yang dak aku suka kak, dia curang gitu ke aku, jadinya aku nyindir dia lewat Instagram story
5.	tindakan itu bisa dikatakan dilandasi rasa kesal ya?	Iya kak, aku kesal nian sama dia
6.	setelah melakukan tindakan tersebut apakah ada kepuasan tersendiri?	Iya kakk, puas banget rasanya
7.	dalam sehari anda kira-kira mengakses internet itu berapa lama?	sehari bisa 6-7 jam kak hahaha apalagi sekarang jaman tiktok jadi gak bias lepas dari hp selalu <i>scroll</i>
8.	menurut anda <i>platform</i> media sosial apa yang memiliki kecenderungan tinggi munculnya perilaku <i>cyberbullying</i> ?	Twitter dan Instagram kak <i>fix no debat</i> , beda sama tiktok malah banyak yang nge- <i>support</i> satu sama lain dan banyak ilmunya di tiktok kak

## Lampiran 5. Blue print penelitian

### Instrumen Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan kemampuan mengekspresikan emosi yang dilakukan baik secara lisan maupun tulisan yang dapat membantu meningkatkan kesehatan, kesehatan psikologis dan fungsi fisik pada seseorang saat menghadapi peristiwa traumatic dalam hidupnya dan membantu mengatasi distress (Mawardah & Adiyanti, 2014). Menurut Gratz dan Roemer (2004) aspek-aspek regulasi emosi adalah sebagai berikut: Strategies to emotion regulation, Engaging in goal directed behavior (berpikir dan melakukan hal hal positif walaupun dalam keadaan buruk), Control emotional responses (mengontrol emosi dan menunjukkan sikap positif), dan Acceptance of emotional responses (menerima dan merasakan respon emosional yang menimbulkan emosi negative)

Aspek	Indikator	No	Favorabel	Unfavorabel
Strategies to emotion regulation. Mampu merencanakan cara mengalihkan masalah ke hal hal yang positif	Memiliki keyakinan bahwa terdapat banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatur emosi secara efektif.	1	Saya mempunyai cara agar dapat tetap tenang ketika terpancing emosi.	Saya sulit menenangkan diri saya kembali ketika sedang emosi
		2	Ketika marah, saya mencari kesibukan lain untuk menenangkan diri.	Ketika marah, apapun bisa saya lakukan tanpa memikirkan akibatnya
		3	Saya dapat menjadikan kegagalan sebagai sebuah pembelajaran	Saya merasa putus asa ketika mengalami kegagalan.

Engaging in goal directed behavior  Mampu berpikir dan melakukan hal hal positif walaupun dalam keadaan buruk	Mampu menyelesaikan tugas ketika mengalami emosi negatif	4	Saya mampu mengerjakan tugas dengan baik walau sedang sedih	Saya merasa sulit mengerjakan tugas ketika sedang sedih
		5	Saya mampu melakukan aktivitas produktif walau sedang marah	Saya kesulitan melakukan aktivitas produktif ketika sedang marah
		6	Saya tetap bisa berkonsentrasi walau sedang kesal.	Saya sulit memusatkan perhatian saya ke hal lain ketika kesal
Control emotional respond  Mampu mengontrol emosi dan menunjukkan sikap positif	Mampu mengontrol emosi dan menunjukkan sikap positif	7	Saya mampu menenangkan diri ketika marah dengan mengubah cara berpikir saya.	Saya kesulitan berpikir jernih saat saya sedang marah.
		8	Ketika marah, saya berusaha untuk berbicara dengan tenang.	Saya selalu berbicara kasar dengan orang lain ketika sedang marah
		9	Saya berusaha memikirkan baik buruk dari sebuah peristiwa yang terjadi.	Saya mudah terpancing emosi
		10	Ketika dijauhi teman, saya mampu menenangkan diri saya untuk refleksi diri	Saya sulit menahan amarah saya ketika dijauhi teman
Acceptance of emotional	menerima dan merasakan	11	Saya mudah memaafkan orang	Saya sulit mengubah rasa

responses menerima dan merasakan respon emosional yang menimbulkan emosi negative	peristiwa yang menimbulkan emosi negatif.		yang membuat saya kesal.	kesal ketika berhadapan dengan orang lain yang mengganggu saya
		12	Ketika kecewa dengan orang lain, Saya pergi ke suatu tempat untuk menenangkan diri.	Ketika kecewa dengan orang lain, saya melampiaskannya dengan melemparkan barang-barang yang ada disekitar saya.
	Memiliki kesadaran terhadap respon emosional	13	Menurut saya, tidak ada salahnya mengakui bahwa saya merasa sedih.	Saya sulit menjelaskan alasan saya merasa sedih.
		14	Menurut saya, tidak masalah jika sesuatu tidak sesuai harapan.	Saya memaki- maki ketika tidak mendapatkan apa yang saya mau
		15	Saya berusaha untuk menerima diri saya ketika menghadapi kegagalan.	Saya sulit menerima diri saya ketika menghadapi kegagalan.
	Mengetahui dengan jelas mengenai emosi yang dialami	16	Saya paham mengenai apa yang saya rasakan ketika sedang kesal.	Saya sulit menemukan alasan mengapa saya merasa kesal.
		17	Saya dapat mengetahui alasan saya merasa sedih.	Saya sulit menemukan alasan saya merasa sedih.
		18	Saya dapat mengetahui	Terkadang, saya sulit mengetahui

			alasan mengapa saya merasa gelisah.	alasan mengapa saya merasa gelisah.
--	--	--	-------------------------------------	-------------------------------------

### **Instrumen CyberBullying**

*Cyberbullying* merupakan perilaku seseorang atau kelompok secara sengaja dan berulang kali melakukan tindakan yang menyakiti orang lain melalui komputer, telpon seluler, dan alat elektronik lainnya (Rifauddin, 2016). Menurut Patchin dan Hinduja (2015) aspek *cyberbullying* adalah sebagai berikut: *Repetition* (Pengulangan), *Intent* (Niat), *Harm* (Membahayakan), *Imbalance of power* (Ketidakseimbangan kekuatan).

Aspek	indikator	No	Favorable	Unfavorable
<i>Repetition</i> Melakukan pengulangan terhadap tindakan yang menyebabkan seseorang khawatir terhadap tindakan pelaku	Melakukan tindakan berulang untuk menyakiti seseorang	1	Saya seringkali mengirim pesan berisi kata-kata sindirian di sosial media.	Sosial media saya manfaatkan untuk mengirim kata kata motivasi kepada teman saya
		2	Saya seringkali mengirim kata kata kasar di sosial media	Saya menghindari berkata kasar di sosial media.
		4	Saya seringkali memberikan komentar sindirian untuk orang lain	Saya memikirkan terlebih dahulu konsekuensi sebelum berkomentar.
		5	Saya seringkali membagikan foto orang lain yang tidak pantas tanpa izin	Membagikan foto orang lain yang tidak pantas tanpa izin merupakan hal yang tidak wajar.
		6	Saya seringkali mengirimkan pesan ejekan kepada teman di sosial media	Saya berusaha untuk mengirimkan pesan yang baik kepada teman
		7	Saya seringkali membuka aib teman di obrolan grup chat	Aib teman sebaiknya tidak untuk disebarluaskan
		8	Saya seringkali memberikan komentar buruk kepada teman di grup chat	Saya hanya memberikan komentar baik kepada teman di grup chat.
<i>Intent</i> Niat mengganggu atau menyakiti orang	Memiliki niat untuk mengganggu	11	Ketika menulis komentar jahat di sosial media, saya	Saya menulis komentar hanya untuk bercanda

lain	orang lain atau menyakiti orang lain		sudah merencanakannya jauh-jauh hari	
		12	Saya sudah merencanakan jauh-jauh hari untuk menulis komentar menyakitkan untuk orang lain	Komentar saya yang dianggap menyakitkan orang lain terkadang bagi saya hanya sebatas bercanda
<i>Harm</i> Apabila individu yang menjadi target terganggu.	Target cyberbullying merasa terganggu dengan apa yang dilakukan pelaku	13	sosial media saya gunakan untuk mengancam seseorang	Saya menghindari untuk melakukan hal negatif ketika bermain sosial media
			Saya sengaja memberikan komentar buruk di sosial media agar orang lain merasa sedih	Saya hanya memberikan komentar baik di sosial media
		14	Teman saya pantas mendapatkan komentar buruk di sosial media	Menurut saya semua orang pantas mendapatkan komentar baik
<i>Imbalance Power</i> Pelaku memiliki kekuatan yang lebih dari pada target	Pelaku lebih memiliki kekuatan dari pada korban	15	saya merasa berhak untuk memberikan komentar buruk di sosial media	Saya merasa berkomentar buruk merupakan hal yang tidak benar.
		16	orang yang mendapatkan komentar buruk dari saya memang pantas untuk merasakannya.	menurut saya, semua orang sebaiknya hanya menerima komentar baik

### Aiken V

validator	P1	P2	P3				total nilai	$\sum s$	$n$	$(C - 1)$	V	keterangan
AITEM	JELPA	ANNISA	NATALIA	s1	s2	s3						
A1	3	4	5	2	3	4	12	9	12	0,75	tinggi	
A2	4	3	5	3	2	4	12	9	12	0,75	tinggi	
A3	5	4	3	4	3	2	12	9	12	0,75	tinggi	
A4	2	4	5	1	3	4	11	8	12	0,666667	tinggi	
A5	3	5	4	2	4	3	12	9	12	0,75	tinggi	
A6	3	4	4	2	3	3	11	8	12	0,666667	tinggi	
A7	4	5	4	3	4	3	13	10	12	0,833333	tinggi	
A8	3	4	4	2	3	3	11	8	12	0,666667	tinggi	
A9	3	5	4	2	4	3	12	9	12	0,75	tinggi	
A10	3	5	4	2	4	3	12	9	12	0,75	tinggi	
A11	2	5	4	1	4	3	11	8	12	0,666667	tinggi	
A12	3	5	4	2	4	3	12	9	12	0,75	tinggi	
A13	4	5	4	3	4	3	13	10	12	0,833333	tinggi	
A14	3	3	4	2	2	3	10	7	12	0,583333	tinggi	
A15	2	4	4	1	3	3	10	7	12	0,583333	tinggi	
A16	3	4	4	2	3	3	11	8	12	0,666667	tinggi	
A17	4	2	3	3	1	2	9	6	12	0,5	cukup	
A18	5	4	4	4	3	3	13	10	12	0,833333	tinggi	
A19	5	2	3	4	1	2	10	7	12	0,583333	tinggi	
A20	4	5	3	3	4	2	12	9	12	0,75	tinggi	

A21	3	1	4	2	0	3	8	5	12	0,416667	cukup
A22	2	1	4	1	0	3	7	4	12	0,333333	kurang
A23	3	4	4	2	3	3	11	8	12	0,666667	tinggi
A24	3	4	4	2	3	3	11	8	12	0,666667	tinggi
A25	4	4	4	3	3	3	12	9	12	0,75	tinggi
A26	4	4	4	3	3	3	12	9	12	0,75	tinggi
A27	3	5	4	2	4	3	12	9	12	0,75	tinggi
A28	4	5	4	3	4	3	13	10	12	0,833333	tinggi
A29	4	3	4	3	2	3	11	8	12	0,666667	tinggi
A30	3	3	3	2	2	2	9	6	12	0,5	cukup
A31	3	3	4	2	2	3	10	7	12	0,583333	tinggi
A32	3	5	4	2	4	3	12	9	12	0,75	tinggi

## Lampiran.7 Indeks diskriminasi aitem dan reliabilitas

### Reliability Analysis

#### Scale Reliability Statistics

	McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$	Average interitem correlation
scale	0.797	0.724	0.122

*Note.* Of the observations, 42 were used, 0 were excluded listwise, and 42 were provided.

#### Item Reliability Statistics

	item-rest correlation	If item dropped	
		McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$
item 1	0.238	0.796	0.718
item 2 <sup>-</sup>	0.165	0.796	0.723
item 3	0.456	0.784	0.705
item 4 <sup>-</sup>	0.215	0.795	0.721
item 5	0.267	0.793	0.716
item 6 <sup>-</sup>	0.406	0.784	0.711
item 7	0.330	0.788	0.717
item 8 <sup>-</sup>	0.253	0.796	0.729
item 9	0.317	0.784	0.713
item 10 <sup>-</sup>	0.358	0.786	0.713
item 11	0.055	0.799	0.728
item 12 <sup>-</sup>	0.401	0.791	0.703

### Scale Reliability Statistics

	McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$		Average interitem correlation
item 13	0.267	0.791	0.717	
item 14 <sup>-</sup>	0.385	0.784	0.706	
item 15	0.122	0.801	0.726	
item 16 <sup>-</sup>	-0.128	0.809	0.752	
item 17	0.263	0.796	0.716	
item 18	0.267	0.792	0.716	
item 19	0.409	0.784	0.719	
item 20 <sup>-</sup>	0.495	0.780	0.697	
item 22 <sup>-</sup>	0.471	0.781	0.700	
item 23	0.383	0.788	0.720	
item 24 <sup>-</sup>	0.386	0.786	0.712	
item 25	0.363	0.786	0.717	
item 26 <sup>-</sup>	0.419	0.790	0.703	
item 27	0.193	0.796	0.721	
item 28 <sup>-</sup>	0.209	0.794	0.720	

<sup>-</sup> reverse-scaled item

Untuk cyberbullying, ada 13 aitem gugur setelah tryout dan aitem final 15 aitem.

Jika aitem yg gugur < 0,300

Namun jika aitem yang gugur < 0,250, maka aitem yg gugur ada 8 dan aitem final ada 20.

### Try out regulasi emosi

#### Results

#### Reliability Analysis

##### Scale Reliability Statistics

	McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$	Average interitem correlation
scale	0.878	0.869	0.159

*Note.* Of the observations, 42 were used, 0 were excluded listwise, and 42 were provided.

##### Item Reliability Statistics

	item-rest correlation	If item dropped	
		McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$
item 1	0.585	0.870	0.862
item 2 <sup>-</sup>	0.535	0.871	0.863
item 3	0.449	0.872	0.864
item 4 <sup>-</sup>	0.470	0.873	0.864
item 5	0.620	0.870	0.861
item 6 <sup>-</sup>	0.400	0.874	0.865
item 7	0.295	0.876	0.868
item 8 <sup>-</sup>	0.457	0.872	0.864

### Scale Reliability Statistics

	McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$	Average interitem correlation
item 9	0.476	0.872	0.864
item 10 <sup>-</sup>	0.380	0.874	0.866
item 11	0.388	0.874	0.866
item 12 <sup>-</sup>	0.398	0.874	0.866
item 13	0.671	0.867	0.860
item 14 <sup>-</sup>	0.612	0.869	0.860
item 15	0.484	0.872	0.864
item 16 <sup>-</sup>	0.294	0.876	0.868
item 17	0.350	0.874	0.867
item 18 <sup>-</sup>	0.424	0.874	0.865
item 19	0.228	0.877	0.870
item 20 <sup>-</sup>	0.367	0.875	0.866
item 21	0.504	0.872	0.863
item 22 <sup>-</sup>	0.253	0.877	0.868
item 23	0.313	0.876	0.868
item 24 <sup>-</sup>	0.074	0.880	0.872
item 25	0.003	0.881	0.875
item 26 <sup>-</sup>	0.183	0.879	0.871
item 27	0.539	0.871	0.862
item 28 <sup>-</sup>	0.152	0.879	0.870
item 29	0.475	0.873	0.864

### Scale Reliability Statistics

	McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$	Average interitem correlation
item 30 <sup>-</sup>	0.420	0.874	0.865
item 31	0.425	0.874	0.865
item 32 <sup>-</sup>	0.494	0.872	0.863
item 33	0.079	0.880	0.872
item 34 <sup>-</sup>	0.259	0.877	0.869
item 35	0.185	0.878	0.870
item 36 <sup>-</sup>	0.186	0.878	0.870

<sup>-</sup> reverse-scaled item

Untuk regulasi emosi, dari 36 aitem yg diuji, ada 12 aitem gugur dan 24 aitem final = jika aitem dengan angka < 0,300 gugur.

Namun jika aitem yang gugur < 0,250 maka aitem yg gugur ada 8 dan aitem final ada 28.

### Lampiran 8. Surat izin penelitian dukcapil



**PEMERINTAH KOTA JAMBI**  
**DINAS KEPENDUDUKAN DAN PENCATATAN SIPIL**

Jln. Zainir Haviz Telp. (0741) 62242-667220 Fax. (0741) 62242  
Email : dukcapil@jambikota.go.id, disdukcapiljambikota@gmail.com  
JAMBI – 36128

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : PPG.00/ /Disdukcapil/2022

Kepala Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Jambi, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Farah Isranita Aura Utama  
NIM : G1C117076  
Program Studi/ Semester : Psikologi/ 10 (Sepuluh)  
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Telah melakukan penelitian dan pengambilan data pada Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Jambi dalam rangka penyelesaian tugas akhir (Penulisan Skripsi).

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jambi, Juni 2022

**AN. KEPALA DINAS KEPENDUDUKAN  
DAN PENCATATAN SIPIL KOTA JAMBI  
KASUBBAG UMUM DAN KEPEGAWAIAN**

**NANANG NUR RAHMAN, SE**

Penata Muda Tk.I

NIP. 19810918 200801 1 001



## Lampiran 9. Instrument penelitian

### Inform consent penelitian

Assalamualaikum wr.wb

Saya Farah Isranita Aura Utama, mahasiswi tingkat akhir program studi psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi, saat ini saya sedang melakukan penelitian yang bertujuan untuk melihat keterkaitan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada remaja di Kota Jambi, oleh karena itu, apabila anda memiliki kriteria sebagai berikut, yaitu:

- berusia 18 sampai 21 tahun
- memiliki akun sosial media
- berdomisili di kota jambi

kuisisioner ini terdiri dari pernyataan pernyataan, diharapkan saudara/I memberikan tanggapan atas pernyataan pernyataan sesuai dengan keadaan yang sebenar benarnya. Dimohon saudara/i untuk memperhatikan petunjuk pengerjaan dan instruksi yang diberikan.

Semua informasi yang anda berikan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Apablila anda memiliki pertanyaan sehubungan dengan penelitian ini, anda dapat menghubungi peneliti yaitu farah isranita aura melalui email: [farahaura98@gmail.com](mailto:farahaura98@gmail.com). Atas kesediaan partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

#### **Apakah anda bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini?**

Saya telah membaca dan memahami informasi terkait penelitian yang dilakukan oleh saudari farah aura, sehingga saya bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, semua jawaban yang saya berikan dalam skala penelitian ini merupakan jawaban sebenar-benarnya sesuai dengan keadaan diri saya.



Saya mengizinkan peneliti untuk menggunakan informasi yang saya berikan untuk kepentingan penelitian.

bersedia                      tidak bersedia

peneliti,

februari 2022

farah

aura.

### **DATA DEMOGRAFI**

Nama:

Usia:

Jenis kelamin:

Kecamatan:

<input type="checkbox"/>	Kota baru
<input type="checkbox"/>	Telanai pura
<input type="checkbox"/>	Jambi selatan
<input type="checkbox"/>	Jambi timur
<input type="checkbox"/>	Pasar jambi
<input type="checkbox"/>	Pelayangan
<input type="checkbox"/>	Alam barajo
<input type="checkbox"/>	Danau sipin

<input type="checkbox"/>	Danau teluk
<input type="checkbox"/>	Jelutung
<input type="checkbox"/>	Paal merah

## **SKALA PENELITIAN**

### **BAGIAN 1**

#### **Tata cara pengisian**

Dibawah ini terdapat serangkaian pertanyaan. Saudara diminta untuk menjawab sesuai dengan diri saudara. Adapun pilihan jawaban sebagai berikut:

STS: apabila keadaan anda SANGAT TIDAK SESUAI dengan pernyataan tersebut

TS: apabila keadaan anda TIDAK SESUAI dengan pernyataan tersebut

N: apabila keadaan anda NETRAL dengan pernyataan tersebut

S: apabila keadaan anda SESUAI dengan pernyataan tersebut

SS: apabila keadaan anda SANGAT SESUAI dengan pernyataan tersebut

Anda dapat memilih satu kolom pada skala yang paling menggambarkan keadaan diri anda. Semua jawaban yang anda pilih adalah benar.

### Skala Regulasi Emosi

no	pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya mempunyai cara agar dapat tetap tenang ketika terpancing emosi.					
2	Saya sulit menenangkan diri saya kembali ketika sedang emosi					
3	Ketika marah, saya mencari kesibukan lain					

	untuk menenangkan diri.					
	Ketika marah, apapun bisa saya lakukan tanpa memikirkan akibatnya					
	Saya dapat menjadikan kegagalan sebagai sebuah pembelajaran					
	Saya merasa putus asa ketika mengalami kegagalan.					
	Saya mampu mengerjakan tugas dengan baik walau sedang sedih					
	Saya merasa sulit mengerjakan tugas ketika sedang sedih					
	Saya mampu					

	melakukan aktivitas produktif walau sedang marah					
	Saya kesulitan melakukan aktivitas produktif ketika sedang marah					
	Saya tetap bisa berkonsentrasi walau sedang kesal.					
	Saya sulit memusatkan perhatian saya ke hal lain ketika kesal					
	Saya mampu menenangkan diri ketika marah dengan mengubah cara berpikir saya.					
	Saya kesulitan berpikir jernih saat saya sedang marah.					

	Ketika marah, saya berusaha untuk berbicara dengan tenang.					
	Saya selalu berbicara kasar dengan orang lain ketika sedang marah					
	Saya berusaha memikirkan baik buruk dari sebuah peristiwa yang terjadi.					
	Saya mudah terpancing emosi					
	Saya sulit menahan amarah saya ketika dijauhi teman					
	Saya mudah memaafkan orang yang membuat saya kesal.					
	Saya sulit mengubah rasa kesal ketika					

berhadapan dengan orang lain yang mengganggu saya						
Ketika kecewa dengan orang lain, Saya pergi ke suatu tempat untuk menenangkan diri.						
Menurut saya, tidak masalah jika sesuatu tidak sesuai harapan						
Saya berusaha untuk menerima diri saya ketika menghadapi kegagalan.						
Saya sulit menerima diri saya ketika menghadapi kegagalan.						
Saya paham mengenai apa yang saya rasakan						

	ketika sedang kesal.					
	Saya sulit menemukan alasan mengapa saya merasa kesal					
	Saya sulit menemukan alasan saya merasa sedih.					

## **BAGIAN 2**

### **Tata cara pengisian**

Dibawah ini terdapat serangkaian pertanyaan. Saudara diminta untuk menjawab sesuai dengan diri saudara. Adapun pilihan jawaban sebagai berikut:

STS: apabila keadaan anda SANGAT TIDAK SESUAI dengan pernyataan tersebut

TS: apabila keadaan anda TIDAK SESUAI dengan pernyataan tersebut

N: apabila keadaan anda NETRAL dengan pernyataan tersebut

S: apabila keadaan anda SESUAI dengan pernyataan tersebut

SS: apabila keadaan anda SANGAT SESUAI dengan pernyataan tersebut

Anda dapat memilih satu kolom pada skala yang paling menggambarkan keadaan diri anda. Semua jawaban yang anda pilih adalah benar.

### Skala cyberbullying

no	pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya seringkali mengirim kata kata kasar di sosial media					
2	Saya seringkali memberikan komentar sindirian untuk orang lain					
3	Saya memikirkan terlebih dahulu konsekuensi sebelum berkomentar..					
	Saya seringkali membagikan foto orang lain yang tidak pantas tanpa					

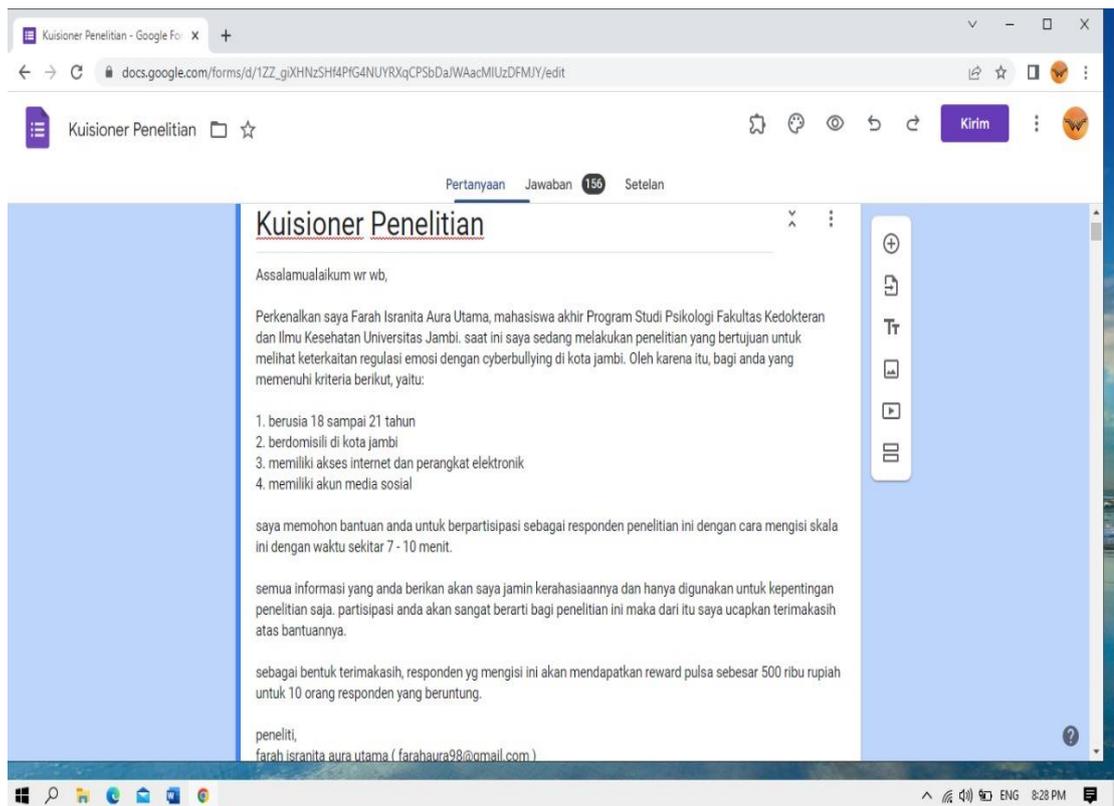
	izin					
	Membagikan foto orang lain yang tidak pantas tanpa izin merupakan hal yang tidak wajar.					
	Saya seringkali mengirimkan pesan ejekan kepada teman di sosial media					
	Saya berusaha untuk mengirimkan pesan yang baik kepada teman					
	Aib teman sebaiknya tidak untuk disebarluaskan					
	Saya seringkali memberikan komentar buruk kepada teman di grup chat					
	Saya hanya					

memberikan komentar baik kepada teman di grup chat.						
Saya sudah merencanakan jauh-jauh hari untuk menulis komentar menyakitkan untuk orang lain						
Komentar saya yang dianggap menyakitkan orang lain terkadang bagi saya hanya sebatas bercanda						
sosial media saya gunakan untuk mengancam seseorang						
Saya menghindari untuk melakukan hal negatif ketika bermain sosial media						

	<p>Saya sengaja memberikan komentar buruk di sosial media agar orang lain merasa sedih</p>					
	<p>Saya hanya memberikan komentar baik di sosial media</p>					
	<p>Teman saya pantas mendapatkan komentar buruk di sosial media</p>					
	<p>Menurut saya semua orang pantas mendapatkan komentar baik</p>					
	<p>saya merasa berhak untuk memberikan komentar buruk di sosial media</p>					

	<p>Saya merasa berkomentar buruk merupakan hal yang tidak benar.</p>					
--	--	--	--	--	--	--

### Lampiran 10. Instrumen penelitian goggle form



**Lampiran 11. Data responden penelitian**

no	kesediaan	inisial	usia	Jenis kelamin	kecamatan	Skor	
						Regulasi emosi	cyberbullying
1	Bersedia	SDA	21 tahun	perempuan	kota baru	66	44
2	Bersedia	Intan	20 tahun	perempuan	telanaipura	75	43
3	Bersedia	Risky Utami	21 tahun	perempuan	alam barajo	77	42
4	Bersedia	Evi Yulianti	21 tahun	perempuan	telanaipura	66	46
5	Bersedia	Mr.DA P	21 tahun	laki laki	alam barajo	64	46
6	Bersedia	Ditya	21 tahun	perempuan	telanaipura	73	46
7	Bersedia	YJF	21 tahun	perempuan	alam barajo	75	39
8	Bersedia	Nadhira	19 tahun	perempuan	kota baru	69	40
9	Bersedia	RD	21	perempuan	telanaipura	77	45

			tahun	n			
<b>10</b>	Bersedia	Dini	21 tahun	perempua n	alam barajo	79	44
<b>11</b>	Bersedia	AA	21 tahun	laki laki	alam barajo	83	38
<b>12</b>	Bersedia	I	21 tahun	perempua n	telanaipura	71	40
<b>13</b>	Bersedia	IF	20 tahun	laki laki	telanaipura	75	42
<b>14</b>	Bersedia	Triyan lhza Mahen dra	21 tahun	laki laki	telanaipura	83	43
<b>15</b>	Bersedia	Bella	21 tahun	perempua n	jelutung	78	45
<b>16</b>	Bersedia	N	20 tahun	perempua n	jambi selatan	86	43
<b>17</b>	Bersedia	Anna	20 tahun	perempua n	kota baru	93	52
<b>18</b>	Bersedia	Zella	20 tahun	perempua n	jambi selatan	77	45
<b>19</b>	Bersedia	dyg	21 tahun	perempua n	kota baru	79	37
<b>20</b>	Bersedia	B	21 tahun	perempua n	alam barajo	75	36
<b>21</b>	Bersedia	Dannis a	20 tahun	perempua n	kota baru	72	42

<b>22</b>	Bersedia	Mocha	21 tahun	laki laki	jelutung	81	45
<b>23</b>	Bersedia	om bram	20 tahun	laki laki	jambi selatan	77	49
<b>24</b>	Bersedia	V	19 tahun	perempua n	alam barajo	73	41
<b>25</b>	Bersedia	Harum	20 tahun	perempua n	alam barajo	78	50
<b>26</b>	Bersedia	Yanti	19 tahun	perempua n	telanaipura	74	41
<b>27</b>	Bersedia	Rifqi	20 tahun	laki laki	telanaipura	82	42
<b>28</b>	Bersedia	Nabila Amirah Sahlah	20 tahun	perempua n	telanaipura	74	48
<b>29</b>	Bersedia	Fauza n	20 tahun	laki laki	telanaipura	83	39
<b>30</b>	Bersedia	Violetta	20 tahun	perempua n	telanaipura	75	37
<b>31</b>	Bersedia	Alam	20 tahun	laki laki	telanaipura	76	40
<b>32</b>	Bersedia	Nadira	19 tahun	perempua n	telanaipura	78	45
<b>33</b>	Bersedia	Mu'nis ana	20 tahun	perempua n	telanaipura	84	46
<b>34</b>	Bersedia	Jihan	19 tahun	perempua n	telanaipura	78	41

<b>35</b>	Bersedia	Azila	19 tahun	perempuan	paal merah	78	45
<b>36</b>	Bersedia	Nf	20 tahun	perempuan	jelutung	85	44
<b>37</b>	Bersedia	Syabina patarani/unja	19 tahun	perempuan	paal merah	73	43
<b>38</b>	Bersedia	Tsania	19 tahun	perempuan	alam barajo	81	46
<b>39</b>	Bersedia	MH	19 tahun	perempuan	paal merah	73	43
<b>40</b>	Bersedia	Ghinda Ratu Aura	19 tahun	perempuan	paal merah	78	44
<b>41</b>	Bersedia	windy	19 tahun	perempuan	jambi selatan	83	40
<b>42</b>	Bersedia	Aqshal	18 tahun	laki laki	jambi timur	73	48
<b>43</b>	Bersedia	Syakira	19 tahun	perempuan	jelutung	77	47
<b>44</b>	Bersedia	Adinda	19 tahun	perempuan	jambi selatan	85	48
<b>45</b>	Bersedia	Riko	21 tahun	laki laki	jambi timur	98	44
<b>46</b>	Bersedia	arel	19 tahun	perempuan	jambi timur	85	49

<b>47</b>	Bersedia	Ss	21 tahun	perempuan	telanaipura	76	41
<b>48</b>	Bersedia	Ff	21 tahun	perempuan	jelutung	74	38
<b>49</b>	Bersedia	Rian	18 tahun	laki laki	kota baru	71	42
<b>50</b>	Bersedia	Teguh sukani putra	20 tahun	laki laki	danau teluk	78	39
<b>51</b>	Bersedia	f	21 tahun	perempuan	jambi selatan	79	47
<b>52</b>	Bersedia	Dira	21 tahun	perempuan	alam barajo	67	39
<b>53</b>	Bersedia	Annisa	20 tahun	perempuan	paal merah	88	37
<b>54</b>	Bersedia	ilham	20 tahun	laki laki	jelutung	56	32
<b>55</b>	Bersedia	S	18 tahun	perempuan	kota baru	79	50
<b>56</b>	Bersedia	Ayu	18 tahun	perempuan	jambi timur	74	38
<b>57</b>	Bersedia	Taufiq	21 tahun	laki laki	paal merah	81	17
<b>58</b>	Bersedia	M	18 tahun	perempuan	kota baru	82	38
<b>59</b>	Bersedia	Vampire	18 tahun	perempuan	jambi selatan	83	45

<b>60</b>	Bersedia	mutia	18 tahun	perempuan	jambi timur	71	38
<b>61</b>	Bersedia	Syah	19 tahun	perempuan	pasar jambi	64	44
<b>62</b>	Bersedia	Erika Maharani	19 tahun	perempuan	alam barajo	76	48
<b>63</b>	Bersedia	N	21 tahun	perempuan	alam barajo	82	43
<b>64</b>	Bersedia	synta	18 tahun	perempuan	pelayangan	87	46
<b>65</b>	Bersedia	Hilal	21 tahun	laki laki	alam barajo	69	41
<b>66</b>	Bersedia	Dik	21 tahun	laki laki	danau sipin	65	35
<b>67</b>	Bersedia	Yuli	19 tahun	perempuan	danau sipin	83	49
<b>68</b>	Bersedia	N	20 tahun	laki laki	danau teluk	84	45
<b>69</b>	Bersedia	P	20 tahun	laki laki	danau sipin	87	51
<b>70</b>	Bersedia	Z	21 tahun	laki laki	pelayangan	73	47
<b>71</b>	Bersedia	Anggun saputri	21 tahun	perempuan	jambi timur	78	41
<b>72</b>	Bersedia	P	20	laki laki	danau teluk	90	51

			tahun				
<b>73</b>	Bersedia	la	21 tahun	perempuan	jambi selatan	81	47
<b>74</b>	Bersedia	M	21 tahun	perempuan	telanaipura	76	36
<b>75</b>	Bersedia	Sri	21 tahun	perempuan	jambi timur	86	23
<b>76</b>	Bersedia	MK	20 tahun	perempuan	kota baru	76	36
<b>77</b>	Bersedia	mud	21 tahun	laki laki	paal merah	77	40
<b>78</b>	Bersedia	N	21 tahun	perempuan	paal merah	66	42
<b>79</b>	Bersedia	Diemas	20 tahun	laki laki	jambi selatan	83	55
<b>80</b>	Bersedia	E	20 tahun	perempuan	jelutung	88	45
<b>81</b>	Bersedia	Aul	20 tahun	perempuan	jambi selatan	84	40
<b>82</b>	Bersedia	Salsa	20 tahun	perempuan	kota baru	93	42
<b>83</b>	Bersedia	Wahyu Illahi	21 tahun	laki laki	jambi selatan	82	42
<b>84</b>	Bersedia	R	20 tahun	perempuan	kota baru	70	43
<b>85</b>	Bersedia	Sherina	20 tahun	perempuan	paal merah	75	47

<b>86</b>	Bersedia	Destina	20 tahun	perempuan	telanaipura	67	41
<b>87</b>	Bersedia	Tasya Marisy a	20 tahun	perempuan	jambi timur	77	44
<b>88</b>	Bersedia	Maulana	21 tahun	laki laki	alam barajo	67	43
<b>89</b>	Bersedia	Jihan	18 tahun	perempuan	telanaipura	85	39
<b>90</b>	Bersedia	Indah	20 tahun	perempuan	paal merah	87	50
<b>91</b>	Bersedia	PaceKun	21 tahun	laki laki	paal merah	59	43
<b>92</b>	Bersedia	Tria	20 tahun	perempuan	danau teluk	75	45
<b>93</b>	Bersedia	y	20 tahun	perempuan	jambi timur	78	44
<b>94</b>	Bersedia	Monika Seplia Wulan dari	20 tahun	perempuan	jelutung	83	44
<b>95</b>	Bersedia	Desrina	20 tahun	perempuan	kota baru	78	43
<b>96</b>	Bersedia	TNW	21 tahun	perempuan	telanaipura	78	44
<b>97</b>	Bersedia	Rafi	21 tahun	laki laki	danau sipin	77	41

<b>98</b>	Bersedia	RIO PANG ESTU	20 tahun	laki laki	jambi timur	85	56
<b>99</b>	Bersedia	Y	21 tahun	laki laki	pasar jambi	79	45
<b>100</b>	Bersedia	FDL	21 tahun	laki laki	telanaipura	77	37
<b>101</b>	Bersedia	Geriatr i	21 tahun	perempua n	telanaipura	68	42
<b>102</b>	Bersedia	R	21 tahun	perempua n	pasar jambi	83	43
<b>103</b>	Bersedia	B	21 tahun	perempua n	kota baru	84	49
<b>104</b>	Bersedia	G	20 tahun	perempua n	telanaipura	77	45
<b>105</b>	Bersedia	H. R. Yuniar ccih	21 tahun	perempua n	alam barajo	75	35
<b>106</b>	Bersedia	A	21 tahun	perempua n	kota baru	76	29
<b>107</b>	Bersedia	Prity	18 tahun	perempua n	danau sipin	76	44
<b>108</b>	Bersedia	CA	21 tahun	perempua n	pasar jambi	78	33
<b>109</b>	Bersedia	Jamal	21 tahun	laki laki	jambi timur	65	49
<b>110</b>	Bersedia	AN	20	perempua	telanaipura	83	22

			tahun	n			
<b>111</b>	Bersedia	Rama	18 tahun	laki laki	pasar jambi	91	48
<b>112</b>	Bersedia	Erlangga	19 tahun	laki laki	alam barajo	111	72
<b>113</b>	Bersedia	Jus	21 tahun	laki laki	jelutung	78	34
<b>114</b>	Bersedia	Deni	19 tahun	laki laki	danau sipin	67	35
<b>115</b>	Bersedia	A	18 tahun	laki laki	paal merah	76	44
<b>116</b>	Bersedia	Rc	21 tahun	perempuan	telanaipura	82	46
<b>117</b>	Bersedia	I	18 tahun	laki laki	pelayangan	83	44
<b>118</b>	Bersedia	D	21 tahun	perempuan	danau teluk	80	44
<b>119</b>	Bersedia	Vr	21 tahun	perempuan	alam barajo	87	59
<b>120</b>	Bersedia	R	20 tahun	perempuan	jelutung	89	38
<b>121</b>	Bersedia	Mocha	21 tahun	laki laki	jelutung	78	44
<b>122</b>	Bersedia	Julia	21 tahun	perempuan	danau sipin	75	43
<b>123</b>	Bersedia	yaiza	21 tahun	perempuan	telanaipura	87	47

<b>124</b>	Bersedia	M	20 tahun	perempuan	telanaipura	78	44
<b>125</b>	Bersedia	Joanna	21 tahun	perempuan	paal merah	76	44
<b>126</b>	Bersedia	Regina	21 tahun	perempuan	telanaipura	71	45
<b>127</b>	Bersedia	Ridwan	21 tahun	laki laki	alam barajo	67	45
<b>128</b>	Bersedia	Yuli	20 tahun	perempuan	alam barajo	76	45
<b>129</b>	Bersedia	Aril	21 tahun	perempuan	telanaipura	65	45
<b>130</b>	Bersedia	Rara	19 tahun	perempuan	danau sipin	64	42
<b>131</b>	Bersedia	Aurel	21 tahun	perempuan	pasar jambi	80	36
<b>132</b>	Bersedia	Tara dwi	20 tahun	perempuan	pasar jambi	76	38
<b>133</b>	Bersedia	Andika	21 tahun	laki laki	pasar jambi	73	50
<b>134</b>	Bersedia	Rizky rahmat	19 tahun	laki laki	kota baru	64	26
<b>135</b>	Bersedia	Diaz	19 tahun	perempuan	alam barajo	83	44
<b>136</b>	Bersedia	Da	20 tahun	perempuan	kota baru	79	33

<b>137</b>	Bersedia	YI	21 tahun	perempuan	kota baru	84	53
<b>138</b>	Bersedia	Ds	20 tahun	perempuan	alam barajo	73	40
<b>139</b>	Bersedia	a	21 tahun	laki laki	jelutung	77	48
<b>140</b>	Bersedia	An	21 tahun	laki laki	alam barajo	76	39
<b>141</b>	Bersedia	R	18 tahun	laki laki	pelayangan	79	47
<b>142</b>	Bersedia	Ani	18 tahun	perempuan	alam barajo	77	35
<b>143</b>	Bersedia	Dian	21 tahun	perempuan	pelayangan	73	40
<b>144</b>	Bersedia	Seung hyun	21 tahun	lainnya	alam barajo	82	47
<b>145</b>	Bersedia	Ce	18 tahun	laki laki	alam barajo	80	43
<b>146</b>	Bersedia	DL	20 tahun	perempuan	alam barajo	72	42
<b>147</b>	Bersedia	Dwi Afrida	18 tahun	perempuan	telanaipura	75	43
<b>148</b>	Bersedia	fa	18 tahun	perempuan	telanaipura	75	42
<b>149</b>	Bersedia	darc	21 tahun	perempuan	alam barajo	82	40

<b>150</b>	Bersedia	Arzila putri	18 tahun	perempuan	pasar jambi	60	36
<b>151</b>	Bersedia	Ravia	21 tahun	perempuan	danau sipin	70	46
<b>152</b>	Bersedia	Melvi yulia	20 tahun	perempuan	danau sipin	80	46
<b>153</b>	Bersedia	AC	18 tahun	perempuan	pasar jambi	77	23
<b>154</b>	Bersedia	Sri handa yani	20 tahun	perempuan	telanaipura	60	37
<b>155</b>	Bersedia	Dimas	18 tahun	laki laki	jelutung	91	58
<b>156</b>	Bersedia	Samsudin	19 tahun	laki laki	danau sipin	76	52

## Lampiran 12. Analisis data

### Descriptive analisis

	Regulasi emosi	cyberbullying
Valid	156	156

missing	0	0
Mean	77.442	42.724
Std. Deviation	7.643	6.580
Minimum	56.000	17.000
maximum	111.000	72.000

---

### Reliabilitas data

#### cyberbullying

#### Reliability Analysis

##### Scale Reliability Statistics

	McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$	Average interitem correlation
scale	0.797	0.724	0.122

*Note.* Of the observations, 42 were used, 0 were excluded listwise, and 42 were provided.

#### Regulasi emosi

#### Reliability Analysis

##### Scale Reliability Statistics

	McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$	Average interitem correlation
scale	0.878	0.869	0.159

### Scale Reliability Statistics

---

McDonald's $\omega$	Cronbach's $\alpha$	Average interitem correlation
---------------------	---------------------	-------------------------------

---

Note. Of the observations, 42 were used, 0 were excluded listwise, and 42 were provided.

### Uji normalitas data

cyberbullying

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
VAR00001	.092	156	.003	.987	156	.136

a. Lilliefors Significance Correction

### Regulasi emosi

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
VAR00005	.087	156	.006	.986	156	.135

a. Lilliefors Significance Correction

### Uji linearitas data

### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
VAR00003	* Between	(Combined)	291.267	30	9.709	.818	.733
VAR00001	Groups	Linearity	52.505	1	52.505	4.423	.037
		Deviation from Linearity	238.763	29	8.233	.694	.873
	Within Groups		1483.707	125	11.870		
	Total		1774.974	155			

## Uji homogenitas

Jenis kelamin

### Test of Homogeneity of Variances

VAR00001

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.524	1	153	.470

Usia

Uji korelasi

### Correlations

		regulasi emosi	cyberbullying
regulasi emosi	Pearson Correlation	1	-.286**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	156	156
cyberbullying	Pearson Correlation	-.286**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	156	156

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU CYBERBULLYING PADA REMAJA DI KOTA JAMBI

ORIGINALITY REPORT

**10%** SIMILARITY INDEX  
**9%** INTERNET SOURCES  
**2%** PUBLICATIONS  
**4%** STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.unair.ac.id Internet Source	1%
2	repository.unj.ac.id Internet Source	1%
3	dspace.uii.ac.id Internet Source	1%
4	scoutnet3tangerang.wordpress.com Internet Source	1%
5	core.ac.uk Internet Source	1%
6	Submitted to UM Surabaya Student Paper	<1%
7	Submitted to Universitas Jambi Student Paper	<1%
8	repository.upi.edu Internet Source	<1%
9	123dok.com Internet Source	<1%
10	id.123dok.com Internet Source	<1%
11	Submitted to Universitas Negeri Malang Student Paper	<1%
12	nabilajilan14.wordpress.com Internet Source	<1%
13	www.scribd.com Internet Source	<1%
14	kurniadhani.web.ugm.ac.id Internet Source	<1%
15	repository.usd.ac.id Internet Source	<1%
16	repository.iainpalopo.ac.id Internet Source	<1%
17	Nur Amila Fatmawati, Fitria Eka Wulandari. Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja Di Kota Jambi	<1%

18	id.scribd.com Internet Source	<1%
19	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1%
20	konsultasiskripsi.com Internet Source	<1%
21	Submitted to Unika Soegijapranata Student Paper	<1%
22	docobook.com Internet Source	<1%
23	slideplayer.info Internet Source	<1%
24	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1%
25	pt.scribd.com Internet Source	<1%
26	repository.uksw.edu Internet Source	<1%
27	www.slideshare.net Internet Source	<1%
28	fazrianfaldi.blogspot.com Internet Source	<1%
29	repository.its.ac.id Internet Source	<1%
30	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1%
31	text-id.123dok.com Internet Source	<1%
32	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet Source	<1%

Exclude quotes On Exclude matches Off  
 Exclude bibliography On

Lampiran 13. Turnitin