

Kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

Pramudya Bangun Samodra¹

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

IGAA Noviekayati²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Amherstia Pasca Rina³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Email: noviekayati@untag-sby.ac.id

Abstract

As the rapid development of internet technology today can lead to the practice of cyberbullying or cyberbullying. Cyberbullying is referred to as a practice of aggression that is practiced every day using internet technology aimed at conveying negative messages. The act of cyberbullying is one of the influencing factors, namely emotion regulation. The purpose of this study is to see the relationship between emotion regulation and the tendency of cyberbullying behavior in adolescents who use social media. This type of study is quantitative correlation using the cyberbullying scale and emotion regulation. There were 97 participants in this study aged 15-18 years in Pelemwatu Village, Gresik. Sampling in this study using incidental sampling method. This study uses google form to obtain data. The technique used in this study uses the product moment test. The results of the study found a negative relationship between emotion regulation and the tendency of cyberbullying behavior in adolescents who use social media. This means that the lower the emotional regulation, the higher the tendency for cyberbullying behavior, besides that the higher the emotional regulation, the lower the tendency for cyberbullying behavior.

Keywords: Adolescents, Behavior, Cyberbullying, Emotion Regulation, Social Media.

Abstrak

Seiring pesatnya perkembangan teknologi internet saat ini dapat menimbulkan terjadinya praktik perundungan siber atau cyberbullying. Cyberbullying disebut sebagai praktik agresi yang dipraktikkan setiap hari menggunakan teknologi internet bertujuan menyampaikan pesan negatif. Tindakan cyberbullying satu di antara faktor yang mempengaruhi yakni regulasi emosi. Tujuan penelitian ini untuk melihat hubungan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja pengguna media sosial. Jenis penelitian ini ialah kuantitatif korelasional menggunakan skala cyberbullying dan regulasi emosi. Partisipan dalam penelitian ini berusia 15-18 tahun sebanyak 97 responden di Desa Pelemwatu, Gresik. Pengambilan sampel dalam penelitian ini memakai metode incidental sampling. Penelitian ini memakai google form guna memperoleh data. Teknik yang dipakai pada penelitian ini memakai uji product moment. Hasil penelitian terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja pengguna media sosial. Artinya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan perilaku cyberbullying, selain itu semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah kecenderungan perilaku cyberbullying.

Kata Kunci : Cyberbullying, Media Sosial, Perilaku, Remaja, Regulasi Emosi.

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

Pendahuluan

Pesatnya perkembangan internet saat ini menyebabkan adanya pergeseran interaksi antar sesama individu. Jumlah individu yang mengakses internet di Indonesia adanya peningkatan sebesar 1% pada tahun 2022 awal dibandingkan tahun 2021 yakni berkisar 204,7 juta jiwa atau 73,7% (Kemp, 2022). Pengguna internet pada tahun 2018 mayoritas 91% para remaja usia 15-19 tahun berdasarkan hasil temuan dari Asosiasi Jasa Pengguna Internet Indonesia (Prima, 2019). Hal ini menjadikan internet terutama dunia maya lebih mudah di akses oleh para remaja yang memungkinkan melakukan *cyberbullying* (Utami & Baiti, 2018). Tindakan *Cyberbullying* ternyata dilakukan oleh sebagian besar dari kalangan remaja usia 14-24 tahun sebesar 45% dari 2.777 berdasarkan survey UNICEF U-Report 2021 (Ratna, 2021).

Cyberbullying didefinisikan sebagai praktik agresi seperti menyampaikan atau menunjukkan informasi negatif melalui jejaring internet atau perangkat digital yang lain dilakukan kapanpun, dengan menyebarkan informasi dan foto negatif serta berpeluang tidak dihilangkan secara total (Willard, 2007). Praktik *cyberbullying* sengaja dipraktikkan oleh individu maupun kelompok yang dilakukan berulang-ulang hingga korban tidak berdaya (Smith, dkk., 2008). Praktik *cyberbullying* dapat dicontohkan ketika korban memposting gambar atau membuat story dan akhirnya diejek dan dihina oleh pelaku. Praktik *cyberbullying* akhirnya menjadi hal yang biasa yang mana pelaku mengolok-olok, mengumpat, mengancam, berbicara kasar melalui media sosial target dengan berkirim pesan atau teks yang kasar dan negatif di Facebook atau tweet (Johnson & Blackshire, 2019). *Cyberbullying* termasuk perilaku mengganggu, menurut Efendy dan Nainggolan (2022) apabila perilaku mengganggu terus saja dibiarkan, maka akan berdampak pada kurangnya efektivitas pembelajaran yang berlangsung. Pembelajaran tidak akan kondusif dan justru akan menimbulkan perilaku-perilaku yang lebih parah dikemudian hari.

Dapat diketahui berbagai kasus perundungan siber atau *cyberbullying* yang dilakukan remaja menjadi gambaran umum dimana praktik *cyberbullying* pelakunya berasal dari kalangan remaja itu sendiri. Sebuah kasus di Manado, Sulawesi Utara remaja 15 tahun dibully dikarenakan menjadikan konten mengenai rumah kayunya melalui media sosial TikTok (Fadhillah, 2021). Adapun kasus yang datang dari kalangan anak-anak artis. Anak dari seorang artis dihujat oleh orang-orang yang tidak senang dengannya di grup WhatsApp yang mana anak tersebut sebagai korban praktik *cyberbullying* (Pramita, 2020). Adapun kasus *cyberbullying* kasus *cyberbullying* yang mana sampai mengarah hingga pada tindak pidana bagi pelakunya. Seorang remaja berusia 18 tahun di penjara selama 2 bulan 15 hari karena telah melakukan praktik *cyberbullying* yakni menulis tulisan yang bertujuan menghina temannya di media sosial Facebook (Cyworldsite, 2017). Hal tersebut mencerminkan bahwa tahapan remaja merupakan tahap mencari jati diri sehingga banyak sekali permasalahan yang harus dihadapi, karena itu mudah sekali

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

rentan melampiaskan bullying melalui media sosial yang mana sebagai wadah interaksi antar sesama khususnya pada kalangan remaja pada saat ini.

Praktik *cyberbullying* ternyata tidak hanya berada pada daerah-daerah perkotaan yang cenderung lebih mudah mengakses internet atau media sosial lainnya, namun kini akses internet atau media sosial sudah dijangkau oleh para kalangan remaja yang berada di daerah pedesaan. Ini yang menjadi temuan peneliti ketika mewawancarai 2 remaja di Desa Pelemwatu, Gresik. Kedua remaja yang diwawancarai oleh peneliti mengaku pernah melakukan perundungan siber atau *cyberbullying*, yakni dengan membagikan foto aib temannya sendiri, mengolok-olok, menyindir, menghina hingga merendahkan orang lain melalui media sosial. Berdasarkan yang disampaikan mereka, ini dilakukan tidak hanya, akan tetapi tindakan *cyberbullying* tersebut sering dilakukan. Tidak hanya itu yang dilakukan, temannya sendiri pernah dikeluarkan dari grup online oleh mereka, serta media sosial milik orang lain diretas oleh mereka. Akibat merasa kesal terhadap konten yang diposting orang lain tidak sesuai apa yang diinginkan, inilah yang memicu mereka melontarkan komentar negatif di kolom komentar. Hal tersebut dilakukan mereka merupakan sebagai bentuk respon dari orang-orang yang berkomentar hate melalui media sosial. Penelitian dari Smith, dkk (2008) menyebutkan korban dari praktik *cyberbullying* sewaktu-waktu akan menjadi pelaku dikemudian hari.

Praktik *cyberbullying* sendiri memiliki dampak yang cukup serius dan beberapa dampak lainnya menjurus pada psikologis seseorang sebagai korban. Johnson & Blackshire (2019) menyebutkan dampak psikologis tersebut antara lain hilangnya rasa kepercayaan terhadap seseorang, mengurangi komunikasi terhadap orang tertentu, perasaan takut, depresi, tingkat kefokusannya menurun, kekosongan dan perasaan sendiri, merasa cemas dan gagap, jengkel, perasaan sedih, marah, tidak nyaman, kesal. Dampak negatif dari praktik *cyberbullying* tidak hanya berlaku pada korban saja, akan tetapi sebagai pelaku *cyberbullying* juga merasakan konsekuensi negatif. Di antara konsekuensi negatif itu, yakni merasa bersalah, rasa empati menjadi hilang, penilaian negatif dari masyarakat sebagai anak nakal, kemudian dijauhi teman-temannya hingga terjerumus pada pertemanan yang negatif, orang-orang di sekitarnya juga dapat membully pelaku, bahkan pelaku praktik *cyberbullying* dapat mengarah pada tindakan hukum (ditsmp.kemdikbud, 2021).

Perilaku *cyberbullying* terdapat faktor-faktor yang berpengaruh, salah satu faktor tersebut yakni kemampuan mengendalikan emosi negatif atau regulasi emosi (Cowie & Jennifer, 2008). Hal ini diakibatkan seseorang yang memiliki sikap temperamental yang mana cenderung meluapkan amarahnya (Camodeca & Goossens, 2005). Individu seperti ini yang akan kesulitan mengendalikan emosi atau regulasi emosi ketika marah dan frustrasi. Hal ini yang sering dijumpai saat fase remaja karena fase remaja sebagai tahapan pencarian jati diri sehingga banyak sekali konflik terhadap aspek emosi sehingga fase remaja cenderung labil.

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

Gross (2007) mendefinisikan regulasi emosi adalah kecakapan individu dalam mengontrol berbagai emosi serta ekspresi yang dirasakan pada waktu dan tempat yang sesuai secara otomatis dan sadar sesuai dengan tujuan. Individu yang sulit mengendalikan emosinya mudah cenderung melampiaskan emosi dan ekspresinya kapanpun dan dimanapun salah satunya media sosial yang mana media sosial lebih sering diakses oleh para kalangan remaja. Dapat diketahui masa remaja memiliki tingkat emosi yang cenderung labil. Hal ini menurut Kokkinos & Voulgaridou (2017) menyebutkan bahwa remaja banyak yang melampiaskan amarahnya melalui internet, hal ini yang akan membuatnya tidak nyaman sehingga cenderung melakukan tindakan agresif untuk menghilangkan atau menghindari suatu tekanan emosi. Menurut Fujiyanto dkk (2022) apabila seorang remaja tidak memiliki kecerdasan emosi yang baik maka hal-hal yang dilakukannya pun akan terkesan buru-buru dan dipaksakan, hanya mengikuti kehendak emosinya dan tidak memperdulikan orang lain disekitarnya.

Peran penting regulasi emosi dalam membantu seseorang untuk tidak melampiaskan emosi negatif yang kemudian dapat cenderung mengarah pada tindakan agresif terutama melalui jejaring internet atau media sosial yang dikenal sebagai *cyberbullying*. Tindakan tersebut cenderung mengarah pada individu yang tidak mampu mengendalikan emosi atau regulasi emosi sehingga melampiaskan emosinya kepada siapapun. Perilaku *cyberbullying* ini dapat merugikan orang lain jika tidak dapat diatasi dan dianggap menjadi hal yang biasa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah adanya hubungan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial. Dari berbagai permasalahan di atas topik tersebut menarik untuk diteliti oleh peneliti yang mana dilihat dari remaja yang memakai media sosial.

Metode

Jenis penelitian ini menerapkan kuantitatif korelasional. Populasi pada penelitian ini remaja berusia 15-18 tahun di Desa Pelemwatu. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 97 remaja. *Incidental sampling* diterapkan untuk mengambil sampel dalam penelitian ini. Kriteria subjek berusia 15-18 tahun remaja laki-laki ataupun perempuan. Kemudian beberapa media sosial yang sering dipakai yang berlangsung 3 bulan terakhir seperti *WhatsApp*, *Instagram*, *Facebook*, *Twitter*, *TikTok*, *LINE*. Penelitian ini tidak mengetahui jumlah secara pasti populasi, oleh sebab itu rumus Lemeshow dipakai peneliti untuk mendapatkan total minimum sampel dikarenakan populasi tersebut tidak diketahui jumlahnya.

Instrumen yang dipakai skala *cyberbullying* dan skala regulasi emosi sebagai instrumen untuk memperoleh data penelitian ini. Skala *cyberbullying* pada penelitian ini meliputi bentuk-bentuk *cyberbullying* sebagaimana dicetuskan Willard (2007) mencakup *flaming*, *harassment*, *denigration*, *impersonation*, *outing* dan *trickery*, *exclusion*, dan

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

cyberstalking. Bentuk-bentuk *cyberbullying* tersebut dijadikan acuan peneliti untuk pengembangan alat ukur. Skala regulasi emosi pada penelitian ini berdasarkan pada Gratz & Roemer (2004) yang membagi 4 aspek regulasi emosi, yakni : *awareness, acceptance, goal, strategies*. Aspek regulasi emosi tersebut dijadikan acuan peneliti untuk pengembangan alat ukur. Teknik analisis data menggunakan analisis Korelasi *Product Moment*

Hasil

Penelitian ini untuk menguji normalitas variabel regulasi emosi dengan *cyberbullying* memakai uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* sehingga didapatkan angka signifikansi $p = 0,200$ ($p > 0,05$). Artinya korelasi antar variabel regulasi emosi dengan *cyberbullying* dinyatakan normal.

Tabel 1. Uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

Variabel	p	Keterangan
Regulasi Emosi - <i>Cyberbullying</i>	0,200	Normal

Penelitian ini untuk melihat *linearitas* variabel regulasi emosi dan *cyberbullying* memakai uji *linearitas* sehingga didapatkan angka signifikansi $p = 0,831$ ($p > 0,005$). Artinya korelasi antar variabel regulasi emosi dengan *cyberbullying* dinyatakan *linear*.

Tabel 2. Uji *Linearitas*

Variabel	P	Keterangan
Regulasi Emosi - <i>Cyberbullying</i>	0,831	Linear

Penelitian ini menerapkan metode uji hipotesis *product moment*, ini dikarenakan hasil dari korelasi antar variabel regulasi emosi dengan *cyberbullying* adalah normal dan *linear*. Kedua variabel regulasi emosi dan *cyberbullying* diuji menggunakan *product moment* sehingga didapatkan angka signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) serta didapatkan angka korelasi $-0,619$ sehingga berdasarkan hasil uji analisis tersebut hipotesis penelitian ini diterima yang mana diartikan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial. Artinya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi tingkat kecenderungan perilaku *cyberbullying*, sebaliknya semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *cyberbullying*.

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

Tabel 3. Hasil Analisis Uji *Product Moment*

Variabel	Pearson Correlation	p
Regulasi Emosi	-619	0,000
<i>Cyberbullying</i>	-619	0,000

Subjek paling banyak dalam penelitian ini mempunyai kecenderungan praktik *cyberbullying* kategori sedang dengan jumlah sebesar 59,8% atau 58 orang, subjek dengan kategori tinggi sebanyak 23 partisipan atau sekitar 23,7%, selain itu subjek dengan kategori rendah sebanyak 16 partisipan atau sekitar 16,5%.

Tabel 4. Hasil Uji Kategorisasi *Cyberbullying*

Pedoman	Skor	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X < 39$	Rendah	16	16,5%
$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$39,5 \leq 89$	Sedang	58	59,8%
$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$89,5 \leq X$	Tinggi	23	23,7%
Total			97	100%

Subjek paling banyak dalam penelitian ini mempunyai regulasi emosi kategori sedang dengan jumlah sebesar 63,9% atau 62 orang, subjek dengan kategori tinggi berjumlah 15 orang atau sebesar 15,5%, sedangkan subjek dengan kategori rendah berjumlah 20 orang atau sebesar 20,6%.

Tabel 5. Hasil Kategorisasi Regulasi Emosi

Pedoman	Skor	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X < 32$	Rendah	20	20,6%
$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$32,5 \leq 53,5$	Sedang	62	63,9%
$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$54 \leq X$	Tinggi	15	15,5%
Total			97	100%

Pembahasan

Penelitian ini mengartikan bawasannya adanya hubungan negatif antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial. Demikian merujuk pada hasil uji *product moment* maka hipotesis penelitian ini diterima. Mengungkapkan bawasannya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan praktik *cyberbullying*, selain itu semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Melihat hasil tersebut

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

mengindikasikan bahwa kecenderungan perilaku *cyberbullying* remaja Desa Pelemwatu dipengaruhi oleh regulasi emosi.

Merujuk pada hasil penelitian ini memiliki kemiripan dari penelitian yang dilakukan oleh (Bone & Astuti, 2019), penelitian tersebut memperlihatkan bawasanya semakin tinggi regulasi emosi seseorang maka semakin rendah juga kecenderungan melakukan *cyberbullying*, akan tetapi semakin rendah regulasi emosi seseorang maka semakin tinggi juga kecenderungan untuk melakukan praktik *cyberbullying*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa di fase remaja, remaja cenderung dipengaruhi oleh ketidakstabilan emosi yang dirasakan oleh remaja. Emosi yang naik turun sebenarnya mampu diatasi sendiri oleh remaja dengan mempunyai kecakapan dalam mengelola emosi.

Artinya apabila emosi yang dialami oleh seseorang tidak dapat dirasakan dan disadari akan mengakibatkan munculnya perilaku-perilaku negatif contohnya *cyberbullying*. Hal tersebut diakibatkan ketika individu mampu menyadari hadirnya emosinya sendiri maka dapat mewujudkan suatu perilaku positif atau negatif, ini menyesuaikan emosi apa yang dirasakannya, akhirnya individu memiliki pilihan apakah mampu mengendalikan emosinya tersebut supaya tidak menjurus pada praktik-praktik yang menyakiti orang lain. Apabila individu memiliki regulasi emosi yang baik kemudian ketika merasakan emosi negatif, individu tersebut menyadari bahwa emosi tersebut dapat dikendalikan dan menunjukkan perilaku yang baik. Berbeda dengan individu yang memiliki regulasi emosi yang buruk, maka emosi negatifnya kurang mampu dikendalikan sehingga menunjukkan perilaku negatif seperti *cyberbullying* (Widyayanti, dkk., 2022).

Umumnya perilaku baik atau buruk dari seseorang didasarkan pada cara seseorang itu sendiri bagaimana meluapkan emosi yang dirasakan. Artinya bahwa ketika individu merasa marah maka individu tersebut akan meluapkannya terhadap sesuatu yang menimbulkan ketidaknyamanan. Akibatnya individu akan memberikan kata-kata sindirian dan ejekan terhadap media sosial orang lain pada saat orang tersebut mereka benci (Riswanto & Marsinun, 2020). Umumnya melampiaskan tindakan negatif kepada orang lain bertujuan untuk mengurangi rasa kesal sehingga membentuk emosi negatif yang membuat individu merasa marah dan ingin membalas perbuatan orang lain (Gustiningsih & Hartosujono, 2013).

Emosi ini yang dikontrol oleh individu dapat dikatakan kurang baik dikarenakan strategi *coping* yang bersifat maladaptif yang diterapkan oleh individu guna untuk meredam emosi negatif yang dirasakannya. Ketika individu menghadapi suatu permasalahan atau situasi tetapi kurang mampu dalam mengendalikan emosi maka individu tersebut akan sukar berpikir jernih sehingga kesulitan dalam mengambil keputusan. Biasanya individu yang tidak memiliki kecakapan dalam mengendalikan emosi akan menjurus pada praktik-praktik negatif. Hal ini apabila individu tidak mampu mengelola emosi ketika dihadapkan dengan konflik, maka dapat mencaci maki, berkata

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

kasar, mengumpat orang lain yang dibenci atau dianggap musuh mereka serta mengancam melalui beragam cara seperti jejaring internet (Sitasari, dkk., 2020).

Merujuk pada hasil penjelasan tersebut menunjukkan bahwa peran penting regulasi emosi dalam mengarahkan suatu perbuatan atau praktik. Dijelaskan oleh Bone & Astuti (2019) pada penelitiannya bahwa regulasi emosi dapat meminimalisir praktik *cyberbullying*, hal tersebut memperlihatkan praktik negatif individu seperti *cyberbullying* dapat dicegah dengan regulasi emosi. Artinya begitu penting individu untuk perlu meningkatkan regulasi emosinya supaya tidak menjurus pada praktik-praktik negatif yang dapat merugikan dan menyakiti perasaan orang lain contohnya *cyberbullying*.

Kesimpulan

Melihat hasil uji hipotesis dari penelitian ini akhirnya bisa diambil kesimpulan bawasannya adanya hubungan negatif antara regulasi emosi dengan kecenderungan praktik *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial. Ini artinya bahwa semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan praktik *cyberbullying*, selain itu semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah kecenderungan praktik *cyberbullying*.

Berdasarkan data tersebut memperlihatkan bahwa subjek saat terlibat pada penelitian ini rata-rata mempunyai tingkat kecenderungan praktik *cyberbullying* kelompok sedang, sedangkan subjek yang terlibat pada penelitian ini mempunyai tingkat regulasi emosi kelompok sedang. Dapat diambil kesimpulannya mengungkapkan bahwa subjek pada penelitian ini sama-sama memiliki tingkatan sedang pada semua variabel yakni regulasi emosi maupun *cyberbullying*. Hal ini mengartikan bawasannya regulasi emosi sangat berperan penting dalam menjadikan individu mempraktikkan *cyberbullying*, oleh sebab itu regulasi emosi seseorang dapat ditingkatkan lagi agar tidak menjurus pada praktik negatif contohnya perundungan siber atau *cyberbullying*.

Referensi

- Bone, D., & Astuti, K. (2019). Perilaku Cyberbullying pada Remaja Ditinjau dari Faktor Regulasi Emosi dan Persepsi Terhadap Iklim Sekolah Cyberbullying. *The 9th University Research Colloquium 2019 (URECOL)*, 9(3), 97–109. Diambil dari <http://eproceedings.umpwr.ac.id/index.php/urecol9/article/view/913/791>
- 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>
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2008). *New Perspectives on Bullying*. New York, NY: Open University Press.
- Cyworldsite. (2017). Kasus Cyberbullying di Media Sosial | CYBER TECHNOLOGY. Diambil

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

18 Mei 2022, dari <https://cyworldsite.wordpress.com/2017/04/17/kasus-cyberbullying-di-media-sosial-pada-siswa-smp-nasional-makassar/>

ditsmp.kemdikbud. (2021). Mengenal Dampak Perundungan Siber. Diambil 22 November 2022, dari <https://ditsmp.kemdikbud.go.id/mengenal-dampak-perundungan-siber/#:~:text=Berikut dampak perundungan siber bagi korban dan pelaku%3A,... 2%29 Dampak bagi pelaku%2C di antaranya%3A.>

Efendy, M., & Nainggolan, E. E. (2022). Pendekatan Behavioral untuk Mengurangi Perilaku Mengganggu pada Siswa di Sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 12653-12661.

Fadhillah, A. (2021). Meningkatnya Kasus Cyberbullying di Kalangan Anak di Masa Pandemi Halaman all - Kompasiana.com. Diambil 12 Mei 2022, dari <https://www.kompasiana.com/aliya27792/61cbf9af9bdc4042a2604ce2/meningkatnya-kasus-cyberbullying-di-kalangan-anak-di-masa-pandemi?page=all#sectionall>

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). *Handbook of Emotion Regulation* (1st ed). New York, NY: The Guilford Press.

Gustiningsih, S., & Hartosujono. (2013). Hubungan Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Perilaku Cyberbullying Pada Pengguna Twitter Di Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta. *Jurnal SPIRITS*, 4(1), 64–73.

Johnson, L. D., & Blackshire, B. (2019). The prevalence and psychological impact of cyberbullying on undergraduate students at a historically black college and university. *Violence and Gender*, 6(1), 72–77. <https://doi.org/10.1089/vio.2017.0068>

Kemp, S. (2022). Digital 2022: Indonesia. Diambil 11 April 2022, dari <https://datareportal.com/reports/digital-2022-indonesia?msclkid=15aef78cb96711ecac42c8c06b62ccod>.

Kokkinos, C. M., & Voulgaridou, I. (2017). Relational and cyber aggression among adolescents: Personality and emotion regulation as moderators. *Computers in Human Behavior*, 68, 528–537. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.046>

Pramita, E. W. (2020). Naura Mengalami Cyber Bullying, Ini Alasan Remaja Rentan Menjadi Pelaku - Cantik Tempo.co. Diambil 12 Mei 2022, dari <https://cantik.tempo.co/read/1372962/naura-mengalami-cyber-bullying-ini-alasan-remaja-rentan-menjadi-pelaku/full&view=ok>.

Pratitis, N. T., & Efendy, M. Toleransi stres akademik pada mahasiswa pada saat kuliah daring: bagaimana peran kecerdasan emosi? Fujiyanto.

Prima, E. (2019). Potensi Ekonomi Digital Indonesia Harus Diimbangi Peningkatan

Kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial: bagaimana peran regulasi emosi ?

Penetrasi Internet. Diambil 11 April 2022, dari <https://tekno.tempoco.co/read/1205955/usia-15-19-tahun-pengakses-internet-terbesar-di-indonesia>

Ratna, D. M. N. (2021). Korban Cyberbullying Makin Meningkat di Kalangan Remaja. Diambil 5 Maret 2022, dari <https://techno.okezone.com/read/2021/10/04/54/2481131/korban-cyberbullying-makin-meningkat-di-kalangan-remaja>

Riswanto, D., & Marsinun, R. (2020). Perilaku Cyberbullying Remaja di Media Sosial. *Analitika*, 12(2), 98–111. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3704>

Sitasari, N. W., M, S., & Roespinoedji, D. (2020). the Relationship Between Emotion Regulation and Cyber Bullying Behavior Among Internet Users, 11, 1567–1576. <https://doi.org/10.48047/rigeo.11.06.171>

Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 49(4), 376–385. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>

Utami, A. S. F., & Baiti, N. (2018). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Cyber Bullying Pada Kalangan Remaja. *Cakrawala-Jurnal Humaniora*, 18(2), 257–262. Diambil dari <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/cakrawala%0APengaruh>

Widayanti, N., Arofah, H., & Awali, A. N. A. (2022). Regulasi emosi dan perilaku cyberbullying pada remaja awal. *Jurnal Spirits*, 12(2), 68–75. <https://doi.org/10.30738/spirits.v12i2.12810>

Willard, N. E. (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress*. Champaign, Illinois: Research Press.