

Gilang Wardhana

Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Kecenderungan Perilaku Cyber Aggression pada Remaja di Yogyakarta

 Quick Submit

 Quick Submit

 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Document Details

Submission ID

trn:oid::1:3306248566

Submission Date

Aug 1, 2025, 9:53 AM GMT+7

Download Date

Aug 1, 2025, 10:05 AM GMT+7

File Name

Plagiarisme_212303053_Gilang_Setia_Wardhana_Psikologi.docx

File Size

148.2 KB

83 Pages




14,553 Words

96,621 Characters

23% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Top Sources

- 20%  Internet sources
- 12%  Publications
- 8%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YAN
YOGYAKARTA

Top Sources

- 20% Internet sources
- 12% Publications
- 8% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repository.unjaya.ac.id	2%
2	Internet	dspace.uii.ac.id	1%
3	Student papers	Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II	<1%
4	Student papers	Universitas Negeri Jakarta	<1%
5	Internet	ipindexing.com	<1%
6	Internet	123dok.com	<1%
7	Internet	repository.usd.ac.id	<1%
8	Internet	repository.uin-suska.ac.id	<1%
9	Internet	eprints.uny.ac.id	<1%
10	Internet	www.researchgate.net	<1%
11	Internet	www.scribd.com	<1%

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

12	Publication	Ida Bagus Gde Agung Yoga Pramana, Putu Riana Artyanti Putri, Ratna Devy Wina...	<1%
13	Student papers	Sriwijaya University	<1%
14	Internet	digilib.uinsby.ac.id	<1%
15	Student papers	Universitas Sains Alquran	<1%
16	Internet	jogjapress.com	<1%
17	Internet	repository.ubharajaya.ac.id	<1%
18	Internet	eprints.upj.ac.id	<1%
19	Internet	repository.ar-raniry.ac.id	<1%
20	Student papers	Universitas Diponegoro	<1%
21	Internet	docplayer.info	<1%
22	Internet	id.123dok.com	<1%
23	Internet	repository.unika.ac.id	<1%
24	Internet	repository.trisakti.ac.id	<1%
25	Internet	eprints.walisongo.ac.id	<1%

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

26	Internet	media.neliti.com	<1%
27	Student papers	Universitas Papua	<1%
28	Internet	lib.ibs.ac.id	<1%
29	Internet	repository.setiabudi.ac.id	<1%
30	Internet	repository.ub.ac.id	<1%
31	Publication	Hasmawati Hasmawati, Waode Suarni, Ida Sriwaty. "Regulasi Emosi Terhadap Per..."	<1%
32	Student papers	Universitas Pendidikan Indonesia	<1%
33	Publication	Glen Andre Yusuf T, Ryalno Stefano Noya. "Optimalisasi Kinerja Karyawan melalu..."	<1%
34	Internet	text-id.123dok.com	<1%
35	Internet	www.suaraduri.com	<1%
36	Student papers	Tarumanagara University	<1%
37	Student papers	Universitas Pertamina	<1%
38	Internet	etd.repository.ugm.ac.id	<1%
39	Internet	etheses.uin-malang.ac.id	<1%

40	Internet	id.scribd.com	<1%
41	Student papers	Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta	<1%
42	Internet	core.ac.uk	<1%
43	Internet	eprints.unm.ac.id	<1%
44	Internet	repository.radenintan.ac.id	<1%
45	Student papers	State Islamic University of Alauddin Makassar	<1%
46	Internet	jurnal.unived.ac.id	<1%
47	Internet	jurnal.unissula.ac.id	<1%
48	Internet	repository.unibos.ac.id	<1%
49	Internet	es.scribd.com	<1%
50	Internet	jurnal.poltekeskupang.ac.id	<1%
51	Publication	Dimas Satrio Pamungkas, Dinda Nimas Yulidatama Sumardiko, Ereine Filita Maka...	<1%
52	Internet	adoc.pub	<1%
53	Internet	eprints.ums.ac.id	<1%

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

54	Internet	pt.scribd.com	<1%
55	Student papers	Universitas Riau	<1%
56	Internet	docobook.com	<1%
57	Internet	ejournal.um-sorong.ac.id	<1%
58	Internet	news.detik.com	<1%
59	Internet	repository.unj.ac.id	<1%
60	Internet	ojs.uniska-bjm.ac.id	<1%
61	Publication	Gabe Artha Purba, Sahat P. Remus Silalahi, Selamat Siregar. "Pengaruh Pengawas...	<1%
62	Publication	Renata Zoraifi, Samsul Arifin. "Peran Kewirausahaan dan Kualitas Layanan dalam...	<1%
63	Publication	Verto Septiandika, Andhi Nur Rahmadi, Siti Nur Fadilah. "Analisis Program SIAPP ...	<1%
64	Internet	digilib.uinsa.ac.id	<1%
65	Internet	journalpedia.com	<1%
66	Internet	jurnal.umj.ac.id	<1%
67	Student papers	California High School	<1%

68	Student papers	Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta I 2023	<1%
69	Student papers	Universitas Islam Indonesia	<1%
70	Student papers	Universitas Negeri Surabaya	<1%
71	Student papers	Universitas Negeri Yogyakarta	<1%
72	Publication	Zulvana Zulvana, Didik Susetiyanto Atmojo, Iva Milia Hani Rahmawati, Erni Ahma...	<1%
73	Internet	prizrenjournal.com	<1%
74	Internet	www.detik.com	<1%
75	Student papers	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	<1%
76	Student papers	Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya	<1%
77	Internet	e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id	<1%
78	Student papers	esap	<1%
79	Internet	jurnal.iainkediri.ac.id	<1%
80	Internet	repository.unair.ac.id	<1%
81	Publication	Pratiwi Nur Widyaningsih, Fitri Aniowati, Cantika Nadrotan Naim, Nova Dwi Angg...	<1%

82	Student papers	Sekolah Tinggi Pariwisata Ambarrukmo Yogyakarta	<1%
83	Publication	Topan Agung Pinilih Rahmat Illahi, Nurul Astuty Yensy B, Ringki Agustinsa. "Anali...	<1%
84	Student papers	Universitas Islam Riau	<1%
85	Student papers	Universitas Mercu Buana Yogyakarta	<1%
86	Internet	eprints.iain-surakarta.ac.id	<1%
87	Internet	eprints.unika.ac.id	<1%
88	Internet	jiip.stkipyapisdompnu.ac.id	<1%
89	Internet	jurnal.kdi.or.id	<1%
90	Internet	laakfkb.telkomuniversity.ac.id	<1%
91	Internet	repository.upi.edu	<1%
92	Internet	siakad.stikesdhb.ac.id	<1%
93	Student papers	IAIN Purwokerto	<1%
94	Publication	Reskiwati Novita, Ardyanti Dian, Bernadetha Bernadetha. "HUBUNGAN DURASI P...	<1%
95	Student papers	UPN Veteran Yogyakarta	<1%

96	Internet	ejournal.umm.ac.id	<1%
97	Internet	ejournal.unesa.ac.id	<1%
98	Internet	pdfs.semanticscholar.org	<1%
99	Internet	repository.ukwk.ac.id	<1%
100	Internet	repository.unsoed.ac.id	<1%
101	Publication	Hulawa Theresia Waileruny, Hadinda Hadinda. "Strategi Ketahanan Rantai Pasok ...	<1%
102	Internet	candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id	<1%
103	Internet	e-jurnal.stkipgrisumenep.ac.id	<1%
104	Internet	fredcunhanews.com	<1%
105	Internet	id.berita.yahoo.com	<1%
106	Internet	kurniajurnal.com	<1%
107	Internet	repository.radenfatah.ac.id	<1%
108	Internet	repository.stei.ac.id	<1%
109	Internet	www.dongwha.co.kr	<1%

110	Publication	Amanda Permata Illahi, Rida Yanna Primanita. "Hubungan antara Loneliness den...	<1%
111	Student papers	Binus University International	<1%
112	Publication	Hesti Rahayu, Dina Sri Nindiati. "Pengaruh Model Pembelajaran Time Token terh...	<1%
113	Publication	Rindi Junedi, Ni Luh Sustiawati, Rinto Widyarto. "PENGARUH AUDIO INSTRUMENT...	<1%
114	Student papers	Universitas Djuanda	<1%
115	Internet	emka.web.id	<1%
116	Internet	eprints.umm.ac.id	<1%
117	Internet	eprints.undip.ac.id	<1%
118	Internet	issuu.com	<1%
119	Internet	journal.blasemarang.id	<1%
120	Internet	journal.stiem.ac.id	<1%
121	Internet	journal.unesa.ac.id	<1%
122	Internet	magas79.blogspot.com	<1%
123	Internet	repository.iainpalopo.ac.id	<1%

124	Internet	repository.stieykpn.ac.id	<1%
125	Publication	Arman Dapubeang, Maria Rosalinda Talan, Lenny Nofriyani Adan. "Sikap Bahasa ...	<1%
126	Publication	Fauziah, Ilma Fitriani, Nur Alwi, Salmainsi Syam. "Urgensi Kecerdasan Emosional (...)	<1%
127	Publication	Ika Apriati W.P., Nadya Andini. "Regulasi Emosi Ibu Bekerja Saat Mendampingi A...	<1%
128	Publication	Ika Apriati Widya Puteri. "ASERTIVITAS DAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHA...	<1%
129	Publication	Marissa Ulfa, Metha Lubis. "Social media wise education: Improving the digital lit...	<1%
130	Publication	Mutia Handayani. "Keefektifan Strategi Multiple Intelligences Terhadap Keterampi...	<1%
131	Publication	Nala Tri Kusuma, Ignatius Soni Kurniawan, Dewi Sartikhah Nurjannah. "Strategi ...	<1%
132	Publication	Nazula Hidayatul Ma'rufa, Fuad Nashori. "Peran Regulasi Emosi Terhadap Stres A...	<1%
133	Publication	Nisrina Auliyah Laras Karindra. "Hubungan antara Karakteristik, Intensitas Peng...	<1%
134	Publication	Syafira Triesna Adinda, Endang Prastuti. "Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial: S...	<1%
135	Internet	ejournal.unib.ac.id	<1%
136	Internet	ejurnal.univbatam.ac.id	<1%
137	Internet	eprint.stieww.ac.id	<1%

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
UNIVERSITAS YOGYAKARTA

138	Internet	eprints.ipdn.ac.id	<1%
139	Internet	id.wikihow.com	<1%
140	Internet	journal.ikipsiliwangi.ac.id	<1%
141	Internet	ml.scribd.com	<1%
142	Internet	ojs-jireh.org	<1%
143	Internet	pengantarsikologi.wordpress.com	<1%
144	Internet	prosiding.seminar-id.com	<1%
145	Internet	repository.maranatha.edu	<1%
146	Internet	repository.uma.ac.id	<1%
147	Internet	ruidera.uclm.es	<1%
148	Internet	scholar.unand.ac.id	<1%
149	Internet	vdocuments.mx	<1%
150	Internet	www.kompasiana.com	<1%
151	Internet	www.slideshare.net	<1%

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

152	Publication	Muhammad Isnan Buraera, Aspin - Aspin, Citra - Marhan. "Regulasi Emosi dengan...	<1%
153	Publication	Talitha Azalia Setiawan, Ursa Majorsy. "CYBER SEXUAL HARASSMENT DALAM APLI...	<1%
154	Publication	Tivanny Octasya, Eni Rindi Antika. "PENGARUH SELF-COMPASSION TERHADAP RE...	<1%
155	Internet	elisatjahayoe.blogspot.com	<1%
156	Publication	Akrom Daffa Ramadhan, Prima Aulia. "Hubungan Work Readiness dengan Subjec...	<1%
157	Publication	Citra Marhan, Waode Suarni, Yuliastri Ambar Pambudhi, Nur Qolbih. "Regulasi E...	<1%
158	Publication	Dwi Saputra, Dian Juliarti Bantam. "Hubungan kepuasan kerja dengan work enga...	<1%
159	Publication	Hurriyati Ratih, Tjahjono Benny, GafarAbdullah Ade, Sulastri, Lisnawati. "Advance...	<1%
160	Publication	Inne Pusvitasari, Hartati Bahar, Citra Marhan. "Regulasi Emosi dan Kecenderung...	<1%
161	Publication	Zainal Fatoni, Augustina Situmorang. "DETERMINAN PERILAKU BERISIKO REMAJA ...	<1%

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN KECENDERUNGAN
PERILAKU *CYBER-AGGRESSION* PADA REMAJA DI YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

Gilang Setia Wardhana

212303053

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA**

2025

16 **Hubungan antara Regulasi Emosi dan Kecenderungan Perilaku Cyber Aggression pada Remaja di Yogyakarta**
Gilang Setia Wardhana¹, Putri Pusvitasari²

RINGKASAN

11 **Latar Belakang:** Fenomena cyber aggression di kalangan remaja semakin meningkat seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi digital dan tingginya intensitas penggunaan media sosial. Salah satu faktor psikologis yang diyakini berperan dalam perilaku ini adalah regulasi emosi.

17 **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan kecenderungan perilaku cyber aggression pada remaja di Yogyakarta.

61 **Metode Penelitian:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Subjek penelitian berjumlah 204 remaja berusia 12–18 tahun. Instrumen yang digunakan adalah *Cyber Aggression Scale for Adolescent* (CYBA) dan skala regulasi emosi berdasarkan teori Gross (2014). Uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item memiliki korelasi item-total signifikan ($r > 0,30$), dan uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,874 (regulasi emosi) dan 0,902 (kecenderungan cyber aggression). Data tidak berdistribusi normal $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga analisis menggunakan metode non-parametrik. Uji linearitas menunjukkan hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

11 **Hasil:** Hasil uji *Spearman Rho* menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan cyber aggression ($r = -0,622$; $p = 0,000$).

158 **Kesimpulan:** Hipotesis diterima dengan hubungan yang kuat dan arah hubungan negatif. Semakin tinggi kemampuan regulasi emosi, semakin rendah kecenderungan remaja untuk terlibat dalam perilaku agresif di dunia maya.

69 **Kata Kunci:** Kecenderungan *Cyber aggression*, Regulasi emosi, Remaja, Yogyakarta

1 Mahasiswa (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

2 Dosen Prodi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

The Relationship Between Emotion Regulation and the Tendency of Cyber Aggression Behavior Among Adolescents in Yogyakarta

Gilang Setia Wardhana³, Putri Pusvitasari⁴

ABSTRACT

Latar Belakang: *The phenomenon of cyber aggression among adolescents has been on the rise, in line with the rapid advancement of digital technology and the increasing intensity of social media usage. One psychological factor believed to play a role in this behavior is emotion regulation.*

Tujuan: *This study aims to examine the relationship between emotion regulation and the tendency toward cyber aggression among adolescents in Yogyakarta.*

Metode: *A correlational quantitative method was employed, involving 204 adolescents aged 12–18 years as research participants. The instruments used were the Cyber Aggression Scale for Adolescents (CYBA) and an emotion regulation scale based on Gross's (2014) theory. Validity testing showed that all items had significant item-total correlations ($r > 0.30$), and reliability testing indicated Cronbach's Alpha values of 0.874 for emotion regulation and 0.902 for cyber aggression tendencies. Since the data were not normally distributed ($p = 0.000$, $p < 0.05$), non-parametric analysis methods were applied. The linearity test revealed a significant linear relationship between the two variables ($p = 0.000$, $p < 0.05$).*

Hasil: *The results of the Spearman Rho test indicated a significant negative correlation between emotion regulation and cyber aggression ($r = -0.622$; $p = 0.000$).*

Kesimpulan: *The hypothesis was supported, demonstrating a strong and negative relationship. The higher the adolescents' ability to regulate their emotions, the lower their tendency to engage in aggressive behavior in online environments.*

Keywords: *Cyber aggression tendency, Emotion regulation, Adolescents, Yogyakarta*

³ Mahasiswa (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

⁴ Dosen Prodi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

56

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Menurut Hurlock (2002) perjalanan seseorang dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan umumnya terbagi ke dalam dua tahap penting yang dikenal sebagai masa remaja. Tahap pertama, yaitu remaja awal, biasanya berlangsung antara usia 12 hingga 15 tahun. Pada fase ini, individu mulai mengalami berbagai perubahan fisik dan emosional yang menandai awal dari proses pendewasaan. Sementara itu, tahap kedua, yaitu remaja akhir, mencakup rentang usia 16 hingga 18 tahun. Meskipun relatif singkat, fase ini memainkan peran krusial karena dianggap sebagai periode transisi terakhir sebelum seseorang secara hukum diakui sebagai orang dewasa.

Remaja yang ideal adalah mereka yang mampu mengelola perubahan fisik dan psikologis dengan baik, mengembangkan keterampilan sosial yang sehat, dan membangun identitas diri yang positif. Remaja dianggap sebagai generasi penerus dengan peran strategis dalam proses pembangunan dan kemajuan suatu bangsa, sehingga kualitas perkembangan mereka menjadi faktor krusial yang harus mendapat perhatian serius dari berbagai kalangan (Yuliasari dan Pusvitasari, 2023). Pada fase ini, remaja mulai membentuk identitas diri, mengembangkan kemampuan berpikir abstrak, dan mengalami dinamika emosional yang lebih kompleks.

70

Masa remaja juga dikenal sebagai periode ketidakstabilan (masa labil), karena remaja berada dalam posisi transisi yaitu mereka tidak lagi dikategorikan sebagai anak-anak, namun juga belum sepenuhnya mencapai kedewasaan (Haidar dan Apsari, 2020). Pada fase ini, remaja juga cenderung terlibat dalam proses pencarian jati diri, yang sering diwujudkan dengan keinginan untuk mencoba berbagai hal baru, termasuk perilaku yang berisiko. Proses eksplorasi ini, meskipun merupakan bagian dari perkembangan normal, juga dapat menempatkan remaja pada kondisi yang rentan terhadap berbagai bentuk penyimpangan perilaku.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perilaku agresivitas di kalangan pelajar masih menjadi permasalahan klasik yang belum sepenuhnya terselesaikan hingga saat ini. Fenomena ini menunjukkan bahwa agresivitas bukanlah gejala sesaat, melainkan telah menjadi pola perilaku yang cukup mengakar dalam lingkungan pendidikan, khususnya pada masa remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Ainni dan Rusli (2022) terhadap 140 siswa SMK di wilayah Depok, Sleman, Yogyakarta, memberikan gambaran bahwa perilaku agresif di kalangan remaja masih menjadi fenomena yang nyata dan patut mendapat perhatian. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden berada pada kategori agresivitas rendah secara umum (58,6%), namun terdapat kecenderungan tingginya agresi verbal, dengan 52,86% responden berada pada kategori sedang. Sementara itu, agresi fisik juga tercatat cukup

153 signifikan, dengan 42,86% responden berada pada kategori sedang hingga tinggi.

6 Penelitian yang dilakukan oleh Wiretna, Saputra, dan Barida (2020) mengungkapkan bahwa perilaku online aggression masih cukup berkembang di lingkungan sekolah, khususnya di SMK Muhammadiyah 1 Yogyakarta yang menjadi lokasi studi mereka. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap siswa kelas XI, diketahui bahwa dari total 155 responden, sebanyak 16 siswa (10,32%) tergolong dalam kategori *online aggression* tinggi. Sementara itu, sebagian besar siswa, yaitu 82 orang (52,90%), berada pada kategori sedang, dan sisanya 57 siswa (36,77%) termasuk dalam kategori rendah. Data ini diperoleh melalui penyebaran skala online aggression yang dikembangkan oleh Leonardus Edwin. Temuan tersebut menunjukkan bahwa meskipun mayoritas siswa tidak berada pada tingkat ekstrem, tetap terdapat proporsi siswa yang menunjukkan kecenderungan agresi daring yang tinggi. Remaja merupakan kelompok usia yang cenderung memiliki tingkat kestabilan emosi yang belum matang, sehingga lebih rentan untuk terprovokasi dan menunjukkan perilaku agresif (Santoso, dalam Wiretna dan Saputra, (2020). Akibatnya, remaja lebih mudah terdorong oleh impuls emosional dalam menanggapi situasi yang memicu frustrasi atau konflik.

74 Menurut data terkini dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024, tingkat penetrasi internet di wilayah Yogyakarta mencapai 88,73%, yang secara signifikan lebih tinggi

28

dibandingkan dengan wilayah lain di Pulau Jawa. Sebagai perbandingan wilayah lain yaitu DKI Jakarta menduduki peringkat kedua dengan tingkat penetrasi internet 87,51%. Fakta ini menunjukkan bahwa Yogyakarta, yang dikenal sebagai kota pelajar, memiliki tingkat penetrasi internet yang lebih tinggi dibandingkan daerah lainnya. Secara nasional, penetrasi internet pada generasi Z tercatat sebesar 87,02%, menduduki posisi kedua setelah generasi milenial yang mencapai 93,17%. Meski demikian, generasi Z memberikan kontribusi terbesar dalam penggunaan internet dengan persentase mencapai 34,40%, yang menunjukkan bahwa generasi ini sangat aktif dalam memanfaatkan media sosial untuk berbagai keperluan. Penggunaan internet yang semakin luas memberikan dampak positif dalam hal akses informasi dan interaksi sosial, tetapi juga membawa tantangan baru salah satunya yaitu *cyber aggression*.

Cyber aggression adalah perilaku agresif yang dilakukan melalui media daring dengan tujuan menyakiti, merendahkan, atau merugikan individu atau kelompok. *Cyber aggression* mencakup berbagai bentuk tindakan bermusuhan seperti penghinaan, ancaman, penyebaran kebencian, serta penyebaran informasi pribadi tanpa izin, yang umumnya disampaikan melalui platform media sosial seperti TikTok, X (sebelumnya Twitter), Instagram, dan Facebook. Media sosial yaitu platform berbasis internet yang memungkinkan penggunanya untuk membuat, berbagi, serta merespons konten secara interaktif dan real-time (Alaimo dan Kallinikos, 2017). Platform ini menyediakan ruang terbuka yang luas bagi komunikasi

interpersonal dan publik, namun juga menyimpan potensi tinggi terhadap penyalahgunaan komunikasi, termasuk dalam bentuk agresi digital.

Washington, Cohen, Berlin, Hsueh, dan Zhou (Isabel, Wijaya, & Garvin, 2022) menjelaskan bahwa *cyber aggression* memiliki karakteristik yang berbeda dengan agresi konvensional yang umumnya terjadi dalam lingkungan sosial fisik di sekolah. *Cyber aggression* dapat terjadi secara berkelanjutan tanpa terikat oleh ruang dan waktu, selama seseorang masih memiliki akses ke media sosial. Keberlangsungan agresi dalam ranah digital tidak lagi bergantung pada keberadaan fisik pelaku dan korban dalam satu tempat yang sama. Bahkan dalam banyak kasus, korban tidak mengetahui secara langsung siapa pelakunya karena adanya fitur anonimitas yang disediakan oleh platform media sosial.

Penelitian Farisandy, Gunawan, dan Kaihatu (2023) yang melibatkan 312 remaja berusia 13–18 tahun di Yogyakarta, yang terbiasa menggunakan fake account dan aktif di media sosial minimal 1 jam per hari, memberikan gambaran empiris mengenai perilaku cyber aggression mereka. Dari populasi tersebut, mayoritas adalah perempuan (54,8%), dan sebagian besar mengakses media sosial selama 4–6 jam per hari (52,4%), dengan 80,1% responden memiliki satu hingga dua akun palsu. Era digital telah menghadirkan media alternatif bagi remaja untuk berinteraksi, namun juga menyimpan potensi munculnya bentuk-bentuk agresi non-fisik seperti *cyber aggression*, yang dapat dilakukan siapa saja. Internet, menjadi ruang baru yang memungkinkan

ekspresi perilaku agresif terjadi dalam bentuk yang lebih tersembunyi namun luas jangkauannya.

Menurut Bennett, Guran, Ramos, dan Margolin (Mishna, Regehr, Lacombe-Duncan, Daciuk, Fearing, & Wert, 2018), cyber aggression mencakup berbagai bentuk perilaku bermusuhan yang dilakukan melalui teknologi digital, baik secara langsung maupun tidak langsung. Perilaku tersebut dapat berupa mencaci maki, menyampaikan ancaman secara verbal, melakukan penguntitan atau pengawasan secara diam-diam melalui akun digital, hingga tindakan pelecehan seksual berbasis daring. Tindakan mengungkap atau menyebarkan informasi pribadi seseorang tanpa izin juga termasuk dalam kategori *cyber aggression*. Semua bentuk tindakan ini memiliki kesamaan karakteristik, yaitu dilakukan secara sengaja untuk menyakiti, mengintimidasi, atau merendahkan orang lain, dengan memanfaatkan kemudahan akses dan anonimitas di dunia maya.

Wright dan Li (2013) mengidentifikasi sejumlah ciri khas dari perilaku *cyber aggression* yang membedakannya dari bentuk agresi lainnya. Pertama, tindakan agresif ini sering kali dilakukan secara anonim, memungkinkan pelaku untuk menyembunyikan identitasnya dan menghindari tanggung jawab langsung atas perbuatannya. Kedua, *cyber aggression* memiliki jangkauan yang luas karena dilakukan melalui media digital, sehingga dapat menjangkau lebih banyak individu dan dilakukan kapan saja tanpa batasan waktu maupun tempat. Ketiga, pelaku tidak selalu menyaksikan secara langsung reaksi emosional dari korban, yang berpotensi menurunkan

empati dan meningkatkan intensitas agresi. Motivasi pelaku dalam melakukan agresi ini pun beragam, antara lain dilatarbelakangi oleh konflik personal maupun dorongan untuk membalas dendam. Berbeda dari agresi daring yang terjadi di ruang publik seperti forum atau media sosial terbuka, *cyber aggression* juga dapat berlangsung dalam ranah privat, misalnya melalui pesan langsung (*direct message*) atau email, sehingga menjadikannya lebih sulit untuk terdeteksi dan ditindaklanjuti oleh pihak lain (Mishna dkk., 2018).

Menurut Lo Moro, Scaioli, Martella, Pagani, Colli, Bert, dan Siliquini (2023) dampak negatif dari perilaku *cyber aggression* tidak hanya dirasakan oleh korban, tetapi juga oleh pelakunya. Pelaku dapat mengalami berbagai konsekuensi yang mencakup aspek emosional, sosial, dan fisik. Selain itu, tindakan ini dapat menimbulkan konflik dalam hubungan pribadi maupun sosial. Pelaku juga mungkin menghadapi dilema moral atau mengalami emosi yang ambivalen, seperti perasaan bangga yang bercampur dengan kecemasan atau keinginan untuk membalas dendam. Jika emosi tersebut tidak dikelola dengan baik, maka hal ini berpotensi memperkuat siklus kekerasan secara berkelanjutan.

Sebagai langkah awal sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti melakukan studi pendahuluan secara informal dengan melakukan wawancara singkat terhadap lima remaja di Yogyakarta yang aktif menggunakan media sosial. Wawancara ini bertujuan untuk memperoleh gambaran awal mengenai pengalaman subjektif remaja dalam melakukan perilaku agresif secara daring. Dari kelima partisipan yang diwawancarai, dua orang, yaitu partisipan dengan

inisial HS dan GRJW, secara terbuka mengakui bahwa mereka pernah terlibat sebagai pelaku dalam perilaku *cyber aggression*. Keduanya menjelaskan bahwa tindakan agresif tersebut muncul sebagai respons terhadap konten yang dianggap provokatif, tidak pantas, atau bertentangan dengan diri mereka. Bentuk perilaku agresif yang mereka lakukan umumnya berupa komentar berkaca kasar atau hinaan yang ditujukan langsung kepada unggahan atau pemilik konten melalui fitur komentar. HS menyatakan bahwa ia pernah melontarkan kata-kata kasar ketika merasa terganggu oleh unggahan yang menurutnya merusak moral atau tidak menghargai budaya lokal. Sementara itu, GRJW mengungkapkan bahwa ia beberapa kali merasa terpancing emosinya oleh isu-isu sosial yang viral, sehingga melampiaskan kemarahannya dalam bentuk komentar negatif terhadap suatu konten.

Kircaburun, Demetrovics, Kiraly, dan Griffiths (2018), ketidaksesuaian antara ekspektasi individu dengan konten daring tidak hanya menciptakan ketidaknyamanan kognitif, tetapi juga memicu respons emosional negatif seperti frustrasi, kekecewaan, atau kemarahan yang tidak terkendali. Pada penelitian yang dilakukan oleh Fulantelli, Taibi, Scifo, Schwarze, dan Eimler (2022) mengungkapkan bahwa remaja lebih rentan mengalami *cyber aggression* dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih dewasa. Kerentanan ini disebabkan oleh berbagai faktor psikologis, termasuk keterbatasan dalam regulasi emosi, literasi digital, pemikiran kritis, serta pengalaman dalam menghadapi dan mengatasi konflik di dunia maya. Menurut Ferdon dan Hertz (Wiretna, Saputra, & Barida, 2020), remaja yang

belum memiliki kestabilan emosi yang memadai cenderung lebih impulsif dalam mengekspresikan perasaannya, terutama melalui media sosial. Ketidakstabilan emosi ini membuat mereka lebih rentan dalam merespons stimulus sosial secara reaktif, tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari tindakan yang dilakukan secara daring. Ketika individu tidak mampu mengelola emosi-emosi ini secara adaptif, potensi untuk mengekspresikannya melalui tindakan agresif di ruang digital meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi emosi menjadi faktor kunci dalam mencegah perilaku *cyber aggression* di kalangan remaja.

Menurut Pusvitasari, Wahyuningsih, dan Astuti (2016) individu tidak hanya sekadar mengalami emosi, tetapi juga perlu memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengelola emosi tersebut secara adaptif. Proses mengatur dan mengelola emosi ini dikenal dengan istilah regulasi emosi (*emotion regulation*). Kokkinos dan Voulgaridou (2017) regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu untuk mengendalikan dan menyesuaikan respon emosionalnya terhadap situasi tertentu, baik itu secara internal maupun eksternal. Kemampuan ini memainkan peran penting dalam mengelola perilaku agresif, termasuk *cyber aggression*. Remaja dengan tingkat regulasi emosi yang rendah biasanya mengalami kesulitan dalam mengelola emosi negatif, seperti marah atau frustrasi, yang dapat mendorong munculnya perilaku agresif, baik dalam hubungan tatap muka maupun melalui platform media sosial. Sebaliknya, remaja yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik cenderung dapat merespons situasi dengan lebih rasional dan

31 menghindari perilaku agresif, termasuk agresi yang dilakukan melalui dunia maya. Penurunan kemampuan regulasi emosi dapat membuat individu lebih rentan terhadap kecenderungan perilaku agresif, karena mereka mungkin mencari cara untuk melepaskan ketegangan emosional dengan cara yang merugikan orang lain, baik dalam interaksi di dunia nyata maupun di ranah digital.

8 Regulasi emosi merupakan bagian penting dari *Four Branch Model of Emotional Intelligence* yang mereka kembangkan (Caruso dan Salovey, 2004). Regulasi emosi dijelaskan sebagai kemampuan untuk secara sadar memantau, mengevaluasi, dan mempengaruhi emosi, baik emosi diri sendiri maupun emosi orang lain dengan cara positif dan sehat. Regulasi ini tidak dimaksudkan untuk menekan atau menghilangkan emosi, tetapi justru untuk menggunakannya secara bijaksana. Artinya, regulasi emosi melibatkan kemampuan untuk mengelola respons emosional dalam berbagai situasi, seperti mengurangi intensitas emosi negatif yang dapat mengganggu kinerja atau hubungan interpersonal, serta memanfaatkan emosi positif untuk meningkatkan motivasi dan kreativitas.

44 12 Pratisti (Choirunissa & Ediati, 2018) menegaskan bahwa kemampuan dalam mengelola emosi negatif memungkinkan individu untuk memiliki kontrol diri yang lebih baik, sehingga mereka dapat menghindari keterlibatan dalam perilaku yang merugikan, seperti *cyber aggression*. Remaja dengan regulasi emosi yang baik biasanya lebih mampu berpikir secara rasional ketika menghadapi tekanan atau konflik, serta dapat merespons situasi dengan

12 cara yang lebih adaptif dan tidak impulsif. Regulasi emosi yang efektif tidak hanya berkontribusi dalam mengurangi risiko keterlibatan remaja dalam perilaku agresif di dunia maya, tetapi juga membantu mereka dalam membangun hubungan sosial yang lebih sehat dan konstruktif. Semakin tingginya penggunaan internet dan media sosial di kalangan remaja, muncul pertanyaan mengenai bagaimana ketidakmampuan mereka dalam mengelola emosi dapat berkontribusi terhadap perilaku *cyber aggression*.

Masa remaja merupakan fase krusial perkembangan emosional dan sosial yang rentan terhadap pengaruh lingkungan digital. Tingginya penggunaan internet di kalangan remaja meningkatkan risiko terjadinya *cyber aggression*, yakni perilaku agresif melalui media digital yang dapat berdampak serius secara psikologis. Remaja yang belum matang secara emosional dan kurang mampu mengelola emosi cenderung lebih rentan menjadi pelaku maupun korban. Regulasi emosi menjadi faktor kunci dalam mencegah *cyber aggression*, karena membantu individu mengelola emosi secara adaptif dan menghindari respons agresif impulsif di dunia maya.

102 Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara regulasi emosi dan keterlibatan remaja dalam tindakan *cyber aggression*. Penelitian ini ingin mengeksplorasi apakah remaja yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang rendah lebih cenderung terlibat dalam perilaku *cyber-aggression* dibandingkan dengan remaja yang memiliki kemampuan mengelola emosi dengan baik.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara kemampuan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyber aggression* yang muncul pada remaja pengguna media sosial aktif yang tinggal di Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan, penelitian ini dapat menjadi referensi yang signifikan dalam bidang psikologi, terutama dalam memahami dinamika perilaku agresif di dunia maya. *Cyber-aggression* merupakan isu yang mendesak dan relevan di berbagai negara, mengingat perkembangan teknologi yang pesat telah mengubah pola komunikasi serta interaksi sosial, terutama di kalangan remaja.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Remaja

Penelitian ini bermanfaat bagi remaja dalam meningkatkan kesadaran tentang dampak negatif *cyber aggression* serta pentingnya regulasi emosi dalam interaksi digital. Untuk memahami bagaimana emosi memengaruhi perilaku di dunia maya, remaja dapat lebih bijak dalam mengekspresikan diri, menghindari tindakan impulsif yang berpotensi merugikan, serta mengembangkan keterampilan mengelola emosi secara sehat.

b) Bagi Orang Tua

Penelitian ini bermanfaat bagi orang tua dalam memahami bagaimana regulasi emosi berperan dalam mencegah perilaku *cyber aggression* pada remaja. Dengan pemahaman yang lebih baik, orang tua dapat membimbing anak-anak mereka dalam mengelola emosi secara sehat serta memberikan edukasi mengenai etika berkomunikasi di dunia digital.

c) Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan manfaat bagi peneliti dengan menambah wawasan dan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara regulasi emosi dan *cyber aggression* pada remaja. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya, khususnya dalam mengembangkan strategi intervensi atau program edukasi yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif di dunia maya.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian ini berjudul "Hubungan antara Regulasi Emosi dan Kecenderungan Perilaku *Cyber aggression* pada Remaja di Yogyakarta", yang berfokus pada hubungan antara regulasi emosi dan perilaku agresif di dunia digital. *Cyber aggression* sebagai variabel terikat telah banyak diteliti dalam konteks internasional, terutama di negara-negara dengan tingkat penetrasi internet yang tinggi. Namun, di Indonesia, penelitian mengenai *cyber-aggression* masih tergolong terbatas, meskipun penggunaan media sosial dan platform digital terus meningkat, terutama di kalangan remaja. Di

sisi lain, regulasi emosi sebagai variabel bebas telah menjadi topik yang cukup banyak dikaji dalam penelitian psikologi di Indonesia. Regulasi emosi memiliki peran penting dalam membentuk respons individu terhadap berbagai situasi sosial, baik secara langsung maupun melalui media digital. Namun, meskipun regulasi emosi telah banyak diteliti dalam konteks perilaku remaja, masih sangat jarang penelitian yang secara spesifik mengaitkannya dengan *cyber aggression*. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan dalam literatur akademik dengan mengeksplorasi bagaimana regulasi emosi yang buruk dapat berkontribusi terhadap kecenderungan perilaku *cyber aggression* pada remaja di Indonesia, khususnya di Yogyakarta.

Penelitian yang dilakukan oleh Nabelliasari dan Widyastuti (2023), pertanyaan penelitiannya adalah apakah terdapat hubungan signifikan antara tingkat pemujaan selebriti dengan perilaku agresif siber, dengan tujuan mengetahui keterkaitan kedua variabel tersebut serta memberikan masukan agar penggemar tidak berlebihan dalam memuja idolanya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi, mengumpulkan data melalui *Google Form* yang disebar di Twitter dengan 375 responden. Alat ukur yang digunakan adalah *Celebrity Attitude Scale* (CAS) sebanyak 34 item dan *Cyber aggression Typology Questionnaire* (CATQ) sebanyak 29 item, serta analisis data menggunakan uji Pearson r melalui program JASP. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan ($r = 0,287, p < 0,001$) antara *Celebrity Worship* dan *Cyber Aggression*, walaupun kekuatan hubungan tersebut tergolong rendah menurut kriteria Guilford.

Kesimpulannya, semakin tinggi tingkat pemujaan terhadap selebriti, semakin tinggi pula kecenderungan untuk melakukan *cyber aggression*, sehingga disarankan agar penggemar membatasi tingkat pemujaannya untuk menghindari dampak negatif di dunia maya.

Pelitian yang ditulis oleh Farisandy, Gunawan, dan Kaihatu (2023). Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perilaku *cyber aggression* pada remaja berusia 13–18 tahun yang menggunakan akun palsu di media sosial. Untuk menjawab pertanyaan penelitian mengenai bagaimana karakteristik dan tipe *cyber aggression* yang muncul pada kelompok tersebut, peneliti menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan teknik convenience sampling, melibatkan 312 responden. Instrumen yang digunakan adalah *Cyber-Aggression Typology Questionnaire* (CATQ), yang mengklasifikasikan *cyber-aggression* ke dalam empat tipe, yaitu *impulsive aversive aggression*, *controlled aversive aggression*, *controlled appetitive aggression*, dan *impulsive appetitive aggression*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja (56,1%) cenderung menunjukkan tipe *impulsive aversive aggression*, yang berarti mereka melakukan agresi secara spontan dengan tujuan untuk mengurangi emosi negatif. Kesimpulannya, remaja pengguna Pengguna akun palsu di media sosial cenderung lebih sering melakukan *cyber-aggression* secara impulsif sebagai mekanisme coping terhadap perasaan negatif, dan peneliti menyarankan perlunya intervensi psikoedukasi terkait pengelolaan emosi, kontrol diri, serta coping stres guna mencegah dampak negatif perilaku tersebut.

7 Penelitian yang dilakukan oleh Adinugroho, Kristiani, dan Nurrachman (2022). Penelitian ini mengajukan pertanyaan apakah emosi moral khususnya rasa malu dan rasa bersalah serta frekuensi penggunaan media sosial (FSMU) dapat memprediksi perilaku *cyber aggression* di jejaring sosial. Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi pengaruh masing-masing dimensi emosi moral terhadap *cyber aggression* dengan mempertimbangkan FSMU sebagai variabel kovariat. Metode yang digunakan adalah survei kuantitatif online melalui pengisian kuesioner, dengan alat ukur berupa *Guilt and Shame Proneness Scale* (GASP-S) dan *Cyber Aggression Typology Questionnaire* (CATQ) yang telah diterjemahkan dan disesuaikan ke dalam Bahasa Indonesia. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa dimensi bersalah (*guilt*) berperan sebagai prediktor negatif terhadap *cyber aggression*, sedangkan dimensi malu, terutama aspek penarikan diri (*withdraw*), mempunyai hubungan positif dengan *cyber aggression*. Kesimpulannya, emosi moral memiliki peran yang berbeda dalam mempengaruhi perilaku agresi di lingkungan digital, yang mengindikasikan pentingnya intervensi untuk mengelola dan mengarahkan respons emosional guna mengurangi *cyber aggression*.

Penelitian oleh Moesarofah (2025) mengajukan pertanyaan mengenai faktor-faktor individu, sosial, dan situasional yang mempengaruhi terjadinya *cyber aggression* serta bagaimana interaksi antar faktor tersebut. Tujuannya adalah untuk mensintesis berbagai temuan empiris dari tahun 2010 hingga 2024 guna memberikan gambaran komprehensif tentang dinamika *cyber*

aggression, mengidentifikasi kesenjangan dalam pengetahuan, dan menawarkan implikasi untuk penelitian serta aplikasi praktis. Metode yang diterapkan adalah tinjauan literatur sistematis dengan pencarian melalui basis data elektronik seperti Frontiers, Elsevier, Springer, Routledge, dan Google Scholar, dengan menggunakan kata kunci “*cyber aggression*” dan “*factors that influence*”, serta menerapkan kriteria inklusi untuk memperoleh 19 artikel yang relevan. Karena merupakan tinjauan pustaka, penelitian ini tidak menggunakan alat ukur primer melainkan menganalisis data dari studi-studi terdahulu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *cyber aggression* merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh faktor personal (misalnya moral disengagement dan trait kepribadian gelap), faktor sosial (seperti pola asuh, komunikasi keluarga, dan lingkungan sekolah), serta faktor situasional (termasuk penggunaan media sosial secara impulsif dan norma subjektif). Kesimpulannya, untuk mengatasi *cyber aggression* diperlukan pendekatan holistik yang mencakup peningkatan pendidikan digital, pengembangan empati, serta dukungan dari lingkungan keluarga dan sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Mardianto, Hanurawan, Chusniyah, Rahmawati, dan Hutagalung (2021) mengajukan pertanyaan apakah sikap, norma subjektif, pengendalian perilaku yang dirasakan, dan niat, serta kemampuan *cyber wellness*, dapat memprediksi tindakan *cyber aggression* pada siswa. Tujuannya adalah mengembangkan model perilaku *cyber aggression* dengan mengintegrasikan kerangka *Theory of Planned Behavior* (TPB) dan *cyber wellness* sebagai variabel prediktor dan moderator. Metode

yang digunakan berupa survei dengan kuesioner yang dibagikan kepada 291 siswa sekolah menengah di Padang, Indonesia, dengan analisis data yang dilakukan menggunakan pemodelan persamaan struktural (Structural Equation Modeling/SEM) berbasis WarpPLS. Alat ukur yang digunakan meliputi skala sikap, norma subjektif, kontrol perilaku, dan niat yang diadaptasi dari TPB, serta modifikasi dari *Cyber Aggression Typology Questionnaire* (CATQ) dan *Cyber bullying Questionnaire for Adolescents* (CYBA) untuk mengukur *cyber aggression*, ditambah dengan skala *cyber wellness*. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa sikap dan persepsi pengendalian perilaku berpengaruh signifikan terhadap niat melakukan *cyber aggression*, sedangkan norma subjektif tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Niat secara signifikan memprediksi *cyber-aggression*, sedangkan *cyber wellness* berpengaruh negatif terhadap *cyber aggression*. Kesimpulannya, model TPB terbukti efektif dalam memprediksi perilaku *cyber aggression* siswa, dengan sikap sebagai prediktor dominan, sehingga intervensi sebaiknya fokus pada pengurangan sikap positif terhadap *cyber aggression* dan peningkatan kemampuan *cyber wellness*.

Penelitian oleh Diajeng, Indari, dan Mustriwi (2021) mengajukan pertanyaan mengenai bagaimana Pengelolaan emosi pada remaja SMK yang menjadi korban perundungan, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan mereka mengontrol dan mengelola emosi. Metode penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif dengan penerapan total sampling pada 35 responden yang mengalami *bullying*. Instrumen yang digunakan berupa

kuesioner untuk mengukur tingkat regulasi emosi, dan temuannya memperlihatkan bahwa mayoritas remaja (65,7%) memiliki tingkat regulasi emosi yang rendah. Kesimpulannya, diperlukan pendampingan psikologis oleh guru bimbingan konseling serta dukungan dari orang tua guna membantu remaja korban *bullying* meningkatkan kemampuan mengontrol emosinya.

Penelitian oleh Widyayanti, Hidayatul Arofah, dan Azizah Nur Arifah Awali (2022) yang bertujuan untuk mengetahui apakah peningkatan regulasi emosi dapat menurunkan kecenderungan *cyberbullying* di kalangan siswa, khususnya pada siswa kelas VIII dan IX di MTs Al-Islam Limpung Batang (n=109). Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan teknik *cluster random sampling*, menggunakan dua skala terukur, yaitu skala regulasi emosi ($\alpha = 0,912$, 38 aitem) dan skala perilaku *cyberbullying* ($\alpha = 0,948$, 56 aitem). Hasil analisis mengindikasikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan ($r = -0,611$, $p < 0,01$) sehingga semakin baik regulasi emosi, maka perilaku *cyberbullying* cenderung menurun; kontribusi regulasi emosi terhadap penurunan perilaku *cyberbullying* mencapai 37,3%, sementara 62,7% dipengaruhi oleh faktor lain. Kesimpulannya, peningkatan kemampuan dalam mengontrol emosi sangat diperlukan untuk menurunkan perilaku *cyberbullying* pada remaja, serta perlunya intervensi dari sekolah dan orang tua guna mendukung perkembangan emosional yang positif.

Penelitian yang dilakukan oleh Ningrum, Matulessy, dan Rini (2019) mengajukan pertanyaan mengenai bagaimana dampak konformitas teman sebaya dan kemampuan regulasi emosi terhadap kecenderungan remaja

156 melakukan perilaku bullying. Tujuannya adalah untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut pada siswa SMK. Pendekatan kuantitatif dengan penyebaran kuesioner merupakan metode yang digunakan dan teknik *purposive sampling*, dengan melibatkan 128 siswa kelas 6 XII di SMK Ma'arif NU Driyorejo. Alat ukur yang digunakan terdiri dari 117 skala kecenderungan perilaku bullying (85 aitem, reliabilitas 0,962), skala konformitas teman sebaya (38 aitem, reliabilitas 0,866), dan skala regulasi emosi (berdasarkan teori Thompson, reliabilitas 0,876). Hasil analisis 6 memperlihatkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konformitas 6 teman sebaya dan kecenderungan perilaku bullying ($r = 0,390$, $p < 0,01$) serta hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku bullying ($r = -0,583$, $p < 0,01$). Kesimpulannya, 25 semakin tinggi konformitas terhadap teman sebaya, semakin besar kecenderungan untuk melakukan perilaku bullying, sedangkan peningkatan regulasi emosi dapat menurunkan kecenderungan tersebut.

72 Penelitian yang dilakukan oleh Nurajizah, Amalia, dan Hasanah (2023), mengajukan pertanyaan apakah terdapat hubungan signifikan antara 54 tingkat intensitas penggunaan gadget dan kemampuan regulasi emosi pada siswa kelas IX di SMP Negeri 4 Sumedang, dengan tujuan untuk mengetahui 66 seberapa besar pengaruh gadget terhadap pengelolaan emosi remaja. Metode Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional serta teknik pengambilan sampel *proportionate stratified random 17 sampling*, melibatkan 77 responden. Alat ukur yang digunakan terdiri dari

kuesioner intensitas penggunaan gadget (38 aitem, berdasarkan Fitria, 2019) dan kuesioner regulasi emosi (10 aitem, berdasarkan Rajagukguk, 2021), dengan analisis data menggunakan uji Somers'd. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki intensitas penggunaan gadget yang tinggi (75,3%) dan regulasi emosi dalam kategori tinggi (54,5%), namun uji statistik menghasilkan p-value sebesar 0,052 dan koefisien korelasi -0,239 yang mengindikasikan tidak adanya hubungan yang bermakna antara variabel intensitas penggunaan gadget dan regulasi emosi. Kesimpulannya, meskipun remaja menunjukkan penggunaan gadget yang tinggi, faktor-faktor lain di luar intensitas penggunaan gadget juga mempengaruhi kemampuan regulasi emosi mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Thohar (2017) bertujuan untuk mengeksplorasi apakah kemampuan regulasi emosi memengaruhi perilaku agresivitas pada remaja yang menjadi warga binaan di LPKA, serta untuk mengetahui sejauh mana pengaruh regulasi emosi terhadap agresivitas. Menggunakan pendekatan kuantitatif, penelitian ini melibatkan 115 narapidana remaja di LPKA Kelas I Kota Blitar dengan rentang usia antara 12 hingga 18 tahun. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang menggunakan Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS-16) untuk mengukur kesulitan dalam regulasi emosi dan Aggression Scale untuk menilai perilaku agresivitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh signifikan terhadap agresivitas ($p < 0,05$) dengan kontribusi sebesar 15,4%, yang berarti bahwa semakin baik kemampuan regulasi emosi, semakin rendah

tingkat agresivitas yang muncul. Penelitian ini menyimpulkan bahwa intervensi untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi sangat penting dalam mengurangi perilaku agresif pada remaja yang menjadi warga binaan.

1. Keaslian Topik

Penelitian ini berjudul “Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Kecenderungan Perilaku *Cyber-Aggression* pada Remaja di Yogyakarta,” dengan variabel independen berupa regulasi emosi dan variabel dependen berupa *cyber-aggression*. Penelitian ini berbeda dengan studi yang dilakukan oleh Nabelliasari dan Widyastuti (2023) yang berjudul “Hubungan Antara *Celebrity Worship* dengan *Cyber Aggression* pada Penggemar Kpop Usia Dewasa Awal dalam Platform Twitter,” di mana penelitian tersebut menggunakan *celebrity worship* sebagai variabel independen dan *cyber aggression* sebagai variabel dependen.

2. Keaslian Teori

Penelitian ini mengacu pada teori *cyber aggression* yang dikemukakan oleh Álvarez-García, Collazo, dan Dobarro (2016). Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Farisandy dkk. (2023) berjudul “Gambaran *Cyber-aggression* pada Remaja Pengguna *Fake Account* di Media Sosial” menggunakan teori *cyber aggression* dari Runions, Bak, dan Shaw. Adapun untuk variabel regulasi emosi, penelitian ini mengadopsi teori yang dikembangkan oleh Gross (2014). Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Thohar (2017) berjudul “Regulasi Emosi Sebagai Prediktor Perilaku Agresivitas Remaja Warga Binaan

LPKA,” yang mendasarkan kajiannya pada teori regulasi emosi dari Gratz dan Roemer.

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur *Cyber Aggression Scale for Adolescent* (CYBA) yang dikembangkan oleh Álvarez-García dkk., (2016) dan telah diadaptasi serta diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Hamida dkk., (2023). Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Farisandy dkk. (2023) menggunakan *Cyber-aggression Typology Questionnaire* (CATQ) yang dikembangkan oleh Runions dkk. dan telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan skala regulasi emosi yang disusun oleh Sari dan Naqiyah (2023). Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Thohar (2017), yang menggunakan *Difficulties in Emotion Regulation Scale-16* (DERS-16) yang dikembangkan oleh Gratz dan Roemer.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian ini melibatkan populasi remaja dengan sampel yang terdiri dari remaja yang berdomisili di Yogyakarta. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Mardianto dkk. (2021) menggunakan populasi remaja yang berasal dari Kota Padang.

Berdasarkan rangkuman dari beberapa penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki sejumlah perbedaan dibandingkan dengan studi-studi terdahulu. Perbedaan tersebut mencakup aspek topik yang diangkat, kerangka teori yang digunakan sebagai landasan, instrumen pengukuran yang dipakai, serta

21 karakteristik subjek penelitian yang menjadi fokus analisis. Penelitian ini menawarkan perspektif yang baru dan kontribusi yang berbeda dalam kajian terkait bidang yang diteliti.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Berdasarkan judul penelitian ini yang membahas mengenai hubungan antara regulasi emosi dan kecenderungan perilaku *cyber aggression* pada remaja di Yogyakarta.

Variabel Bebas : Regulasi Emosi

Variabel Tergantung : Kecenderungan *Cyber aggression*

B. Definisi Operasional

1. Kecenderungan *Cyber aggression*

Kecenderungan *cyber aggression* merupakan bentuk perilaku agresif yang dilakukan remaja di Yogyakarta secara sengaja melalui media sosial, khususnya pada platform media sosial seperti Instagram, TikTok, X (Twitter), WhatsApp, dan Facebook. Perilaku ini bertujuan untuk menyakiti, memermalukan, merugikan, atau mengeksklusi individu atau kelompok secara emosional dan psikologis dalam ruang daring. Aspek-aspek *cyber aggression* yaitu *impersonation*, *visual sexual cyber-aggression*, dan *verbal aggression dan exclusion*.

Dalam penelitian ini, pengukuran kecenderungan *cyber aggression* dilakukan menggunakan instrumen *Cyber Aggression Scale for Adolescent*, yang terdiri atas 12 butir pernyataan. Setiap item dijawab oleh responden dengan menggunakan skala Likert lima tingkat, yakni

Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

2. Regulasi Emosi

Regulasi emosi merujuk pada kemampuan remaja di Yogyakarta dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosi negatif yang muncul dalam berbagai situasi, khususnya saat menghadapi tekanan emosional dalam interaksi sosial, baik secara langsung maupun melalui media digital. Emosi negatif yang dimaksud mencakup perasaan marah, kecewa, sedih, tersinggung, hingga rasa frustrasi yang sering kali muncul dalam masa remaja sebagai bagian dari proses perkembangan psikososial. Aspek-aspek regulasi emosi yaitu *acceptance of emotional response*, *engaging in goal directed behavior*, *control emotional response*, *strategies of emotional response*.

Pada penelitian ini, regulasi emosi diukur menggunakan Skala regulasi emosi yang dikembangkan berdasarkan teori Gross. Skala tersebut terdiri dari 38 butir pernyataan, yang dirancang untuk mengevaluasi berbagai strategi regulasi emosi pada individu.

C. Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *snowball sampling*. *Snowball sampling* adalah teknik penentuan sampel yang pada awalnya berjumlah kecil, kemudian sampel ini diminta memilih teman-temannya untuk dijadikan sampel, begitu seterusnya sehingga jumlah sampel menjadi semakin banyak. Adapun karakteristik subjeknya:

1. Remaja berusia 12-18 tahun
2. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan
3. Berdomisili di Yogyakarta
4. Aktif menggunakan media sosial (Minimal penggunaan 1 jam/hari)

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data melalui skala psikologis. Jenis skala yang diterapkan adalah skala Likert dengan lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Menurut Azwar (2019), penggunaan respons sesuai-tidak sesuai umum diterapkan dalam instrumen yang mengevaluasi kondisi internal individu, di mana pilihan jawaban mencerminkan kecenderungan positif, netral, maupun negatif terhadap pernyataan yang diberikan. Penilaian dalam skala ini disusun secara berjenjang, dimulai dari skor terendah di sisi kiri hingga skor tertinggi di sisi kanan.

Tabel 3. 1 Model Likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

1. Skala Kecenderungan *Cyber Aggression*

Penelitian ini memodifikasi instrumen pengukuran *cyber aggression* yang sebelumnya telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Hamida dkk (2023). Skala tersebut pada dasarnya merujuk

pada *Cyber Aggression Scale for Adolescents* (CYBA) yang dikembangkan oleh Álvarez-García (2016). Skala yang digunakan dalam penelitian ini dikembangkan berdasarkan tiga aspek utama, yang kemudian dijabarkan ke dalam dua belas pernyataan untuk mengukur masing-masing aspeknya. Modifikasi dilakukan oleh peneliti pada skala ini, khususnya pada pilihan respons, yang semula menggunakan kategori Setuju–Tidak setuju diubah menjadi sangat sesuai–sangat tidak sesuai.

Tabel 3. 2 *Blueprint* Skala Kecenderungan *Cyber Aggression* Sebelum Uji Coba

Aspek	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Total	Nomor Aitem	Total
<i>Impersonation</i>	1, 2, 3	3	-	0
<i>Visual-Sexual cyber-aggression</i>	4, 5, 6	3	-	0
<i>Verbal cyber-aggression and exclusion</i>	7, 8, 9, 10, 11, 12	6	-	0
Total Aitem		12		0
Jumlah Aitem Keseluruhan				12

2. Skala Regulasi Emosi

Penelitian ini memodifikasi skala regulasi emosi yang dikembangkan oleh Sari dan Naqiyah (2023) berdasarkan teori Gross (2014). Skala ini disusun berdasarkan empat aspek utama yang masing-masing dikembangkan lebih lanjut menjadi tiga puluh delapan pernyataan sebagai indikator pengukuran. Modifikasi dilakukan oleh peneliti pada skala ini, khususnya pada pilihan respons, yang semula menggunakan empat kategori jawaban diubah menjadi lima kategori jawaban menjadi sangat sesuai-sangat tidak sesuai.

Tabel 3. 3 *Blueprint* Skala Regulasi Emosi Sebelum Uji Coba

Aspek	F		UF	
	Aitem	Total	Aitem	Total
1. <i>Acceptance of emotional responses</i>	1, 2, 6, 7,	4	3, 4, 5, 8	4
2. <i>Engaging in goal directed behavior</i>	9	1	10, 11, 12	5
3. <i>Control emotion responses</i>	15, 16, 17, 19	4	13, 14, 18, 20, 21, 22	6
4. <i>Strategies to emotion regulation</i>	23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32	10	29,	4
		18		14

E. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dengan memanfaatkan perangkat lunak SPSS versi 22, menyesuaikan dengan karakteristik pendekatan kuantitatif yang memerlukan pengolahan data secara statistik. Menurut Azwar (2022), analisis korelasional merupakan teknik pengolahan data yang bertujuan untuk mengetahui kekuatan arah hubungan yang ada diantara variabel-variabel. Pada penelitian ini untuk mengetahui arah hubungan antara variabel *independent* (regulasi emosi) dan variabel *dependent* (*cyber aggression*).

1. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini terdistribusi secara normal. Menurut Sugiyono (2021), salah satu metode yang dapat digunakan untuk menguji normalitas adalah *Kolmogorov-Smirnov*, terutama apabila jumlah sampel ≥ 50 . Dalam uji ini, data dikatakan berdistribusi normal

apabila nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) > 0,05. Sebaliknya, jika nilai signifikansi < 0,05, maka data dianggap tidak berdistribusi normal.

b) Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa hubungan antara variabel independen dan variabel dependen memenuhi asumsi linearitas. Prosedur uji linearitas dilakukan dengan mengevaluasi signifikansi dari *test for linearity*, di mana nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 menandakan adanya hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel. Selain itu, nilai signifikansi untuk *deviation from linearity* diperiksa untuk mendeteksi kemungkinan adanya penyimpangan dari pola linear. Jika nilai ini lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat penyimpangan signifikan dari linearitas. Menurut Sugiyono (2021) pentingnya uji linearitas sebagai salah satu syarat utama dalam analisis parametrik.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis melalui metode korelasi *Pearson Product Moment* bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel yang memiliki skala pengukuran interval atau rasio (Azwar, 2022). Sebelum penerapan teknik ini, penting untuk memastikan bahwa data yang digunakan telah memenuhi asumsi dasar berupa distribusi normal dan pola hubungan yang linear antara variabel. Azwar (2021) menyatakan bahwa uji korelasi Pearson merupakan

pendekatan yang tepat dalam menganalisis keterkaitan linear antarvariabel, dengan catatan bahwa persyaratan normalitas dan linearitas harus dipenuhi terlebih dahulu. Apabila data tidak berdistribusi normal, maka alternatif yang dapat digunakan adalah uji korelasi *Spearman Rho*.

F. Kredibilitas

1. Uji Validitas

Menurut Azwar (2022) validitas isi adalah usaha untuk membuktikan sejauhmana elemen-elemen dalam suatu instrumen ukur benar-benar relevan dan merupakan representasi dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Untuk menghitung validitas isi melalui metode try out, peneliti mengumpulkan penilaian langsung dari subjek penelitian (remaja 12–18 tahun) sebanyak 50 orang. Setiap subjek menilai sejauh mana setiap aitem merepresentasikan konstruk yang diukur dengan menggunakan skala validitas dari 1 hingga 5 (1 = tidak relevan sama sekali, 5 = sangat relevan). Rumus *Aiken's V* adalah sebagai berikut:

$$V = \frac{\sum S}{[n(c-1)]}$$

Keterangan:

$\sum S$ = Total skor yang diberikan (n) dalam satu aitem $s = r - l_0$

r = skor yang diberikan oleh setiap subjek

l_0 = skor terendah pada skala validitas (1)

c = skor tertinggi pada skala validitas (5)

n = jumlah subjek (rater) yang menilai

Koefisien *Aiken's V* dibentuk dari total selisih skor, jumlah rater, dan rentang skala validitas yang berjalan dari 1 hingga 5, menghasilkan nilai antara 0 hingga 1; apabila V melebihi 0,5, butir tersebut dikategorikan sah karena dianggap mampu mewakili konstruk yang diukur (Azwar, 2022).

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian penulis dilakukan dengan memanfaatkan perangkat lunak SPSS for Windows versi 25. Pengujian ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana instrumen penelitian mampu menghasilkan data yang konsisten dalam mengukur suatu fenomena, meskipun digunakan dalam berbagai kondisi atau waktu yang berbeda. Untuk menilai reliabilitas instrumen, penelitian ini menggunakan teknik *Cronbach's Alpha*. Metode ini digunakan untuk mengukur konsistensi internal, yaitu sejauh mana item-item dalam instrumen saling berkorelasi dan mengukur konstruk yang sama. Mengacu pada standar yang dikemukakan oleh Azwar (2022), suatu instrumen dikatakan memiliki reliabilitas yang dapat diterima apabila nilai koefisien *Cronbach's Alpha* mencapai 0,80 atau lebih. Selanjutnya, apabila nilai alpha mendekati 0,90 hingga 1,00, maka instrumen tersebut dianggap memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi, menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik dan memuaskan.

G. Rancangan Penelitian

1. **Prosedur Penelitian**

Prosedur Penelitian Prosedur penelitian merupakan tahapan yang akan dilaksanakan oleh peneliti. Berikut merupakan beberapa tahapan dalam penelitian :

a) **Persiapan Penelitian**

- 1) Peneliti mengusulkan judul penelitian kepada dosen pembimbing untuk memperoleh persetujuan resmi
- 2) Melakukan sesi konsultasi bersama dosen pembimbing guna mendapatkan bimbingan dan saran yang relevan terhadap rencana penelitian
- 3) Menyempurnakan proposal penelitian sesuai dengan masukan dan koreksi yang telah diberikan
- 4) Melaksanakan seminar proposal sebagai tahapan penilaian akademik yang harus dilalui

b) **Pelaksanaan Penelitian**

Pada tahap ini, peneliti menyusun serta menyiapkan alat ukur penelitian berupa daftar pernyataan yang nantinya akan melalui proses validasi. Setelah validasi selesai dilakukan, peneliti melanjutkan dengan merancang skala likert dalam format *Google Form* guna mempermudah akses dan pengisian oleh para responden.

c) Menyebar Skala

Setelah kuesioner selesai disusun dan diunggah dalam bentuk *Google Form*, langkah selanjutnya adalah mendistribusikan instrumen tersebut kepada responden yang telah ditentukan, yaitu remaja yang berdomisili di Kota Yogyakarta. Penyebaran dilakukan secara daring melalui berbagai platform media sosial yang umum digunakan oleh remaja, seperti *WhatsApp*, *Instagram*, dan *Telegram*, dengan harapan dapat menjangkau lebih banyak partisipan dalam waktu yang lebih efisien. Selain itu, penyebaran secara daring juga memungkinkan responden untuk mengisi kuesioner secara fleksibel sesuai waktu dan tempat yang nyaman bagi mereka.

d) Pengumpulan Data

Pada tahap ini, peneliti melakukan proses pengumpulan data dari berbagai sumber yang berkaitan dengan topik penelitian. Data yang dikumpulkan dapat berupa dokumen, berkas digital, maupun sumber lain yang relevan dan mendukung tujuan studi. Prosedur pengumpulan data dilakukan secara terstruktur dan terencana guna menjamin bahwa seluruh informasi yang diperoleh dapat digunakan secara optimal dalam proses analisis, serta berkontribusi secara signifikan terhadap perumusan kesimpulan penelitian yang akurat dan terpercaya.

9 e) Analisis Data

Tahap analisis data adalah langkah penting dalam penelitian, di mana peneliti mengolah, menilai, dan menginterpretasikan data yang telah dikumpulkan untuk menghasilkan temuan yang sah dan berarti.

f) Interpretasi

112 Berdasarkan analisis data, peneliti melakukan interpretasi untuk memahami makna temuan dan implikasinya. Pada tahap ini, peneliti mengevaluasi hasil uji statistik untuk menentukan apakah hipotesis diterima atau ditolak berdasarkan signifikansi data. Interpretasi ini membantu mengidentifikasi pola atau hubungan antarvariabel dan membandingkan hasil dengan teori atau penelitian sebelumnya. Hasilnya digunakan untuk menyusun kesimpulan dan rekomendasi yang dapat berkontribusi pada pengembangan ilmu dan praktik.

g) Kesimpulan

Kesimpulan adalah rangkuman dari penelitian yang mencakup temuan utama dan hasil analisis yang signifikan. Pada tahap ini, peneliti menilai apakah tujuan penelitian tercapai dan bagaimana temuan berkontribusi pada bidang studi. Kesimpulan juga memberikan dasar untuk rekomendasi praktis dan membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut dengan mengidentifikasi keterbatasan dan aspek yang perlu dieksplorasi.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancah

Partisipan dalam penelitian ini merupakan remaja yang berdomisili di wilayah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Provinsi ini dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki karakteristik demografis dan sosial yang cukup beragam, serta dikenal sebagai salah satu pusat pendidikan di Indonesia, yang menjadikannya relevan untuk meneliti perilaku remaja dalam konteks perkembangan teknologi dan media digital. Wilayah administratif DIY terdiri dari lima kabupaten/kota, yaitu Kabupaten Bantul, Kabupaten Sleman, Kabupaten Kulon Progo, Kabupaten Gunung Kidul, dan Kota Yogyakarta. Setiap wilayah ini memiliki keunikan tersendiri dalam hal akses terhadap teknologi, latar belakang sosial ekonomi, serta kepadatan penduduk, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih representatif mengenai perilaku remaja di wilayah urban maupun semi-urban.

Untuk memastikan bahwa partisipan yang terlibat memiliki relevansi langsung dengan fokus penelitian, ditetapkan beberapa kriteria inklusi. Pertama, partisipan harus berada dalam rentang usia 12 hingga 18 tahun, yang secara psikologis dikategorikan sebagai masa remaja. Pada masa ini, individu mengalami berbagai perubahan signifikan, baik dari

sisi biologis, kognitif, maupun sosial-emosional, sehingga sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan, termasuk interaksi di dunia maya. Kedua, partisipan harus merupakan pengguna aktif media sosial, dengan batas minimum penggunaan yaitu satu jam setiap harinya. Kriteria ini ditetapkan untuk menjamin bahwa partisipan memiliki paparan yang cukup terhadap media sosial, sehingga dapat menilai dengan lebih valid aspek-aspek yang berkaitan dengan *cyber aggression* dan regulasi emosi yang menjadi fokus dalam penelitian ini.

34 Proses pengambilan sampelnya menggunakan pendekatan *non-probability sampling*, dengan menggabungkan teknik *purposive sampling* pada tahap awal dan *snowball sampling* pada tahap penyebaran. Prosedur diawali dengan menjangkau komunitas daring yang memiliki konsentrasi tinggi anggota remaja, seperti grup *WhatsApp* dan *Facebook* yang berfokus pada permainan populer (antara lain *Roblox*, *Free Fire*, dan *Mobile Legends*), untuk merekrut beberapa sampel inti. Selanjutnya, melalui mekanisme *snowball sampling*, sampel inti tersebut diminta untuk menyebarkan tautan instrumen penelitian kepada rekan-rekan mereka yang lain. Guna menjaga agar sampel tetap sesuai dengan batasan populasi, setiap penyebar diberikan arahan yang jelas untuk hanya membagikan tautan kepada rekan yang juga berdomisili di wilayah DI Yogyakarta. Sebagai bentuk apresiasi dan untuk mendorong tingkat partisipasi, insentif (*reward*) diberikan untuk setiap pengisian yang berhasil diisi. Selain jalur daring, penelitian ini juga memanfaatkan

jaringan personal sebagai strategi pendukung, di mana peneliti meminta bantuan rekan kerja, saudara, dan tetangga untuk dihubungkan dengan remaja di lingkungan sekitar mereka yang memenuhi kriteria.

2. Persiapan Penelitian

a. Persiapan Administrasi

Penelitian ini tidak melibatkan proses administratif yang bersifat formal, seperti permohonan izin tertulis kepada institusi pendidikan, lembaga tertentu, atau pihak berwenang lainnya. Hal ini dikarenakan proses pengumpulan data dilakukan secara daring (*online*) dengan memanfaatkan platform media sosial sebagai sarana distribusi skala penelitian. Peneliti menyebarkan instrumen penelitian langsung kepada responden yang memenuhi kriteria melalui jejaring sosial seperti *WhatsApp*, *Instagram*, dan media sosial lainnya tanpa melalui jalur institusional yang mengharuskan adanya surat izin atau rekomendasi resmi.

Pemilihan metode penyebaran melalui media sosial ini bertujuan untuk menjangkau responden dengan lebih efisien dan cepat, terutama mengingat karakteristik target populasi, yaitu remaja yang aktif menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini dipilih agar lebih sesuai dengan kebiasaan dan media interaksi yang familiar bagi para responden, sekaligus memudahkan pengumpulan data dalam jumlah besar.

b. Persiapan Alat Ukur

1) Skala Kecenderungan *Cyber Aggression*

Penelitian ini menggunakan instrumen yang disusun oleh Álvarez-García (2016), yang dikembangkan berdasarkan teori yang dirancang oleh peneliti tersebut melalui konstruk alat ukurnya. Skala ini kemudian telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Hamida dkk., (2023). Skala tersebut terdiri dari tiga aspek utama, yaitu *impersonation* (penyamaran identitas digital), *visual sexual cyber aggression* (tindakan agresif yang melibatkan konten seksual secara visual), serta *verbal cyber aggression dan exclusion* (agresi verbal serta tindakan pengecualian sosial dalam media digital). Masing-masing aspek direpresentasikan melalui beberapa item pernyataan, dengan total 12 butir pernyataan yang semuanya bersifat *favorable*. Setiap item pada skala ini dijawab menggunakan format skala Likert lima tingkat, mulai dari sangat tidak sesuai, tidak sesuai, netral, sesuai, hingga sangat sesuai, yang menggambarkan sejauh mana pernyataan tersebut mencerminkan pengalaman atau pandangan responden.

Sebelum digunakan dalam pengumpulan data, peneliti terlebih dahulu melakukan proses uji validitas isi terhadap butir-butir dalam skala tersebut. Validasi dilakukan oleh 13 orang rater yang merupakan lulusan program studi Psikologi jenjang S1 dari

salah satu universitas swasta. Proses penilaian melibatkan analisis kuantitatif dengan menggunakan teknik *Aiken's V*, yaitu metode untuk menghitung indeks validitas isi yang menilai sejauh mana suatu butir dianggap mewakili konstruk yang dimaksud oleh para ahli. Standar minimum yang digunakan sebagai batas keterterimaan adalah nilai *Aiken's V* sebesar 0,67. Berdasarkan hasil perhitungan, semua item memiliki indeks validitas yang berada dalam rentang 0,673 hingga 0,884, yang berarti bahwa seluruh butir dinyatakan layak dan tidak ada item yang perlu dieliminasi.

2) Skala Regulasi Emosi

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel regulasi emosi dalam penelitian ini disusun oleh Sari dan Naqiyah (2023), dengan mengacu pada teori regulasi emosi yang dikemukakan oleh Gross (2014). Instrumen ini dirancang dengan memperhatikan empat aspek utama dalam regulasi emosi, yaitu *acceptance of emotional responses* (penerimaan terhadap respons emosional), *engaging in goal-directed behavior* (kemampuan tetap fokus pada tujuan meskipun mengalami gangguan emosi), *control emotional responses* (kemampuan menahan atau mengendalikan reaksi emosional), serta *strategies to emotion regulation* (penggunaan strategi tertentu untuk mengelola emosi secara efektif). Skala ini terdiri atas 38 butir pernyataan yang

2 seluruhnya bersifat *favorable* dan *unfavorable*, dan dijawab oleh responden menggunakan format skala Likert lima tingkat, mulai dari sangat tidak sesuai, tidak sesuai, netral, sesuai, hingga sangat sesuai.

Sebelum digunakan dalam proses pengumpulan data, peneliti melakukan uji validitas isi terhadap semua butir yang ada pada skala. Validasi dilakukan oleh sejumlah ahli psikologi yang mengevaluasi sejauh mana setiap item merepresentasikan konstruk regulasi emosi sesuai teori Gross (2014). Penilaian dilakukan menggunakan metode *Aiken's V*, dengan nilai minimum kelayakan yang ditetapkan sebesar 0,67. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh indeks validitas yang berada dalam rentang 0,673 hingga 0,865, yang berarti bahwa seluruh butir memenuhi kriteria validitas isi dan tidak ada item yang dieliminasi dari instrumen.

1 c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

4 Sebelum instrumen digunakan dalam pengumpulan data utama, peneliti terlebih dahulu melakukan uji validitas dan reliabilitas guna memastikan bahwa alat ukur yang digunakan benar-benar mampu mengukur konstruk yang dimaksud secara tepat dan konsisten. Proses uji coba instrumen ini dilaksanakan pada tanggal 15 hingga 21 Juni 2025 dan dilakukan secara daring, dengan menggunakan platform digital untuk distribusi skala. Dalam

84 pelaksanaannya, penyebaran kuesioner dilakukan melalui berbagai platform media sosial, seperti *WhatsApp* dan *Instagram*, serta dikombinasikan dengan teknik penyebaran snowball sampling, yaitu meminta partisipan awal untuk menyebarluaskan tautan kepada remaja lainnya yang memenuhi kriteria. Adapun jumlah partisipan dalam uji coba berjumlah 56 responden, yang seluruhnya merupakan remaja berusia 12–18 tahun dan secara aktif menggunakan media sosial lebih dari satu jam per hari. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik *SPSS for Windows versi 25*, dengan tujuan untuk menguji validitas dan reliabilitas.

58
88
1 d. Hasil Analisis Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Berdasarkan analisis terhadap uji validitas dan reliabilitas kedua instrumen, diperoleh hasil sebagai berikut:

1) Skala Kecenderungan *Cyber Aggression*

78 Pengujian reliabilitas juga dilakukan terhadap skala *cyber aggression* yang terdiri dari 12 item. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,949, yang termasuk dalam kategori sangat tinggi dan menunjukkan bahwa skala ini memiliki konsistensi internal yang sangat baik.

97 Berdasarkan tabel *item-total statistics*, diperoleh bahwa nilai *Corrected Item-Total Correlation* berada pada rentang 0,631 hingga 0,870, dengan nilai terendah pada item ke-3 (0,631) dan

nilai tertinggi pada item ke-8 (0,870). Seluruh item berada di atas ambang batas korelasi minimal yang disarankan yakni 0,30, sehingga dapat disimpulkan bahwa setiap item memiliki kontribusi yang layak terhadap total skor.

Pada putaran pertama uji reliabilitas, tidak terdapat item yang harus dihapus karena seluruh item memenuhi standar konsistensi internal dan tidak meningkatkan nilai alpha secara signifikan jika dieliminasi. Oleh karena itu semua item dinyatakan layak dan tetap dipertahankan dalam instrumen.

Blueprint final skala kecenderungan *cyber aggression* disajikan pada Tabel 4.1.

Tabel 4.1 *Blueprint* Skala kecenderungan *Cyber Aggresison* Setelah Uji Coba

Aspek	F		UF	
	Aitem	Total	Aitem	Total
1. <i>Impersonation</i>	1, 2, 3	3	-	0
2. <i>Visual-Sexual cyber-aggression</i>	4, 5, 6	3	-	0
3. <i>Verbal cyber-aggression and exclusion</i>	7, 8, 9, 10, 11, 12	6	-	0
		12		0

2) Skala Regulasi Emosi

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana konsistensi internal instrumen regulasi emosi dalam mengukur konstruk yang dimaksud. Skala ini terdiri dari 32 item dan dianalisis menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*, yang menghasilkan nilai 0,957 pada putaran pertama. Nilai ini menunjukkan bahwa skala memiliki tingkat reliabilitas yang

sangat tinggi dan telah memenuhi kriteria minimum yang disarankan dalam penelitian psikologi, yaitu 0,80.

Hasil *item-total statistics* menunjukkan bahwa nilai *Corrected Item-Total Correlation* berkisar antara 0,407 hingga 0,803, dengan nilai terendah terdapat pada item ke-9 (0,407) dan nilai tertinggi pada item ke-4 (0,803). Semua item memiliki korelasi positif dan signifikan terhadap total skor, yang menandakan bahwa setiap item memberikan kontribusi yang memadai terhadap keseluruhan konstruk. Tidak terdapat item yang memiliki korelasi di bawah ambang batas kritis, dan tidak ada peningkatan signifikan pada nilai alpha jika suatu item dihapus. Pada putaran pertama analisis, seluruh item dinyatakan valid dan tidak ada yang digugurkan, karena semuanya memenuhi kriteria kelayakan secara statistik. Rincian final dari skala regulasi emosi yang telah memenuhi syarat ini dapat dilihat pada Tabel 4.2.

Tabel 4. 2 *Blueprint* Skala Regulasi Emosi Setelah Uji Coba

Aspek	F		UF	
	Aitem	Total	Aitem	Total
1. <i>Acceptance of emotional responses</i>	1, 2, 6, 7,	4	3, 4, 5, 8	4
2. <i>Engaging in goal directed behavior</i>	9	1	10, 11, 12	5
3. <i>Control emotion responses</i>	15, 16, 17, 19	4	13, 14, 18, 20, 21, 22	6
4. <i>Strategies to emotion regulation</i>	23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32	10	29,	4
		18		14

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

35 Pelaksanaan penelitian ini dilakukan secara daring dengan memanfaatkan berbagai platform media sosial sebagai jalur utama distribusi instrumen pengumpulan data. Metode ini dipilih karena dinilai efektif untuk menjangkau populasi target, yakni remaja yang berada di wilayah DI Yogyakarta dan memiliki kebiasaan tinggi dalam menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. 9 Proses pengumpulan data dilakukan dengan 61 menggunakan layanan *Google Form*, yang menyediakan kemudahan akses serta memungkinkan responden untuk mengisi instrumen secara fleksibel dari berbagai perangkat.

118 Pengumpulan data berlangsung selama enam hari berturut-turut, dimulai dari tanggal 25 Juni hingga 30 Juni 2025. Selama periode tersebut, setiap calon responden menerima tautan (*link*) ke formulir daring yang telah disusun oleh peneliti. Tautan tersebut memuat informasi lengkap mengenai petunjuk pengisian, pernyataan persetujuan sebagai partisipan, serta dua skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian. Responden kemudian diminta untuk membaca instruksi secara saksama dan mengisi butir-butir pernyataan sesuai dengan kondisi dan pengalaman pribadi mereka secara jujur. 11 Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas dua skala utama yang telah 146 disusun berdasarkan landasan teori dan studi terdahulu. Skala pertama adalah skala kecenderungan *cyber aggression*, yang mencakup 12 item, kemudian skala kedua adalah skala regulasi emosi, yang terdiri dari 32 item pernyataan.

Selama periode pengumpulan data, sebanyak 204 remaja berhasil mengisi instrumen secara lengkap. Seluruh responden berada dalam rentang usia remaja (12-18 tahun) dan berdomisili di wilayah DI Yogyakarta. Data yang terkumpul dari responden tersebut kemudian diolah dan dianalisis menggunakan metode statistik untuk menguji hubungan antara kemampuan regulasi emosi dengan kecenderungan melakukan *cyber aggression*.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Responden Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan pengumpulan data berbasis daring dengan mendistribusikan instrumen melalui platform *Google Form*. Strategi ini dipilih karena memungkinkan distribusi skala secara luas dan efisien kepada partisipan yang tersebar di berbagai lokasi. Melalui metode ini, diperoleh total sebanyak 204 partisipan yang secara sukarela mengisi instrumen penelitian. Seluruh data yang berhasil dikumpulkan kemudian diolah untuk mengungkap gambaran umum mengenai karakteristik responden. Hasil dari analisis awal ini disusun secara terstruktur dan disajikan dalam bentuk tabel untuk memudahkan pemahaman terhadap profil responden secara keseluruhan.

a) Usia

Berdasarkan data dari 204 partisipan yang turut serta dalam penelitian ini, rentang usia responden berada antara 12 hingga 18 tahun, yang merepresentasikan kelompok usia remaja secara umum. Secara keseluruhan, partisipan dapat dikelompokkan menjadi dua kategori usia, yaitu kelompok remaja awal (12–15 tahun) sebanyak 86 orang, yang setara dengan 42,16%, dan kelompok remaja akhir (16–18 tahun) sebanyak 118 orang, atau sebesar 57,84% dari total responden. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berasal dari kelompok remaja yang lebih tua.

Jika ditinjau secara lebih rinci berdasarkan usia spesifik, kelompok usia yang paling dominan adalah remaja berusia 17 tahun, yang berjumlah 46 orang, atau sekitar 22,5% dari total responden. Posisi berikutnya ditempati oleh remaja berusia 16 tahun sebanyak 43 orang (21,1%), diikuti oleh remaja 15 tahun dengan jumlah 33 orang (16,2%), dan usia 18 tahun sebanyak 29 orang (14,2%). Sementara itu, kelompok usia yang lebih muda menunjukkan proporsi yang lebih kecil. Terdapat 14 partisipan berusia 12 tahun (6,9%), 20 partisipan berusia 13 tahun (9,8%), serta 19 partisipan berusia 14 tahun (9,3%). Masing-masing dari ketiga kelompok usia termuda ini menyumbang kurang dari 10% terhadap total keseluruhan partisipan dalam penelitian ini.

Tabel 4. 3 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	N	Presentase (%)
Remaja awal (12-15 Tahun)	86	42,16
Remaja Akhir (16-18 Tahun)	118	57,84
Total	204	100

b) Jenis Kelamin

Penelitian ini melibatkan sebanyak 204 remaja yang seluruhnya berdomisili di wilayah Yogyakarta. Berdasarkan klasifikasi jenis kelamin, partisipan terdiri dari 104 remaja perempuan, yang mencakup sekitar 50,98% dari total keseluruhan, dan 100 remaja laki-laki, dengan proporsi 49,02%. Komposisi ini memperlihatkan bahwa jumlah responden perempuan sedikit lebih dominan dibandingkan responden laki-laki, meskipun perbedaannya relatif kecil dan tidak signifikan secara statistik.

Jenis Kelamin	N	Presentase (%)
Perempuan	104	50,98
Laki-laki	100	49,2
Total	204	100

c) Domisili

Para partisipan dalam penelitian ini berasal dari berbagai wilayah administratif yang berada di lingkup Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Distribusi responden mencerminkan keterwakilan dari seluruh kabupaten/kota di provinsi tersebut, meskipun jumlah partisipan tidak merata di setiap daerah. Jumlah responden tertinggi tercatat berasal dari Kabupaten Sleman, dengan total 49 orang atau setara dengan 24% dari keseluruhan responden. Sleman menjadi

wilayah dengan kontribusi terbesar dalam pengumpulan data ini. Di urutan berikutnya terdapat Kota Yogyakarta, yang menyumbang sebanyak 45 partisipan (22,1%), diikuti oleh Kabupaten Kulon Progo dengan jumlah responden sebanyak 43 orang (21,1%).

Sementara itu, dua wilayah lainnya menunjukkan kontribusi yang lebih rendah dalam jumlah partisipan. Kabupaten Bantul terdapat 35 responden (17,2%), sedangkan Kabupaten Gunungkidul menempati posisi terbawah dengan 32 responden (15,7%). Meskipun jumlah responden dari dua wilayah terakhir tersebut relatif lebih sedikit dibandingkan daerah lainnya, namun secara keseluruhan kelima wilayah di DIY berhasil terwakili dalam pengumpulan data ini, sehingga mendukung validitas geografis dari penelitian yang dilakukan.

Tabel 4. 4 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Domisili

Domisili	N	Presentase (%)
Bantul	35	17,2
Sleman	49	24
Kulon Progo	43	21,1
Kota Yogyakarta	45	22,1
Gunung Kidul	32	15,7
Total	204	100

d) Durasi Penggunaan Sosial Media

Data yang diperoleh dari 204 partisipan memperlihatkan adanya variasi yang cukup jelas terkait durasi penggunaan media sosial dalam keseharian mereka. Sebanyak 116 responden atau 56,9 persen dari jumlah keseluruhan melaporkan bahwa mereka

mengakses media sosial selama lebih dari satu jam per hari. Proporsi ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja dalam penelitian telah menjadikan media sosial sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas harian mereka.

Tercatat 49 responden atau 24 persen menyatakan bahwa mereka menggunakan media sosial sekitar tiga hingga empat jam setiap hari. Angka ini menunjukkan tingkat interaksi digital yang tinggi di kalangan remaja. Sebanyak 39 responden atau 19,1 persen lainnya melaporkan durasi penggunaan yang lebih panjang, yaitu melebihi empat jam per hari, yang mencerminkan keterlibatan sangat intensif dengan platform digital. Tidak ditemukan responden yang menggunakan media sosial kurang dari satu jam per hari. Seluruh peserta menunjukkan tingkat keterpaparan yang tinggi terhadap media sosial, sehingga menggambarkan kuatnya peran media digital dalam kehidupan remaja, khususnya dalam konteks wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta yang menjadi fokus penelitian ini.

Tabel 4. 5 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Durasi Penggunaan Sosial Media

Durasi penggunaan media sosial	N	Presentase (%)
Lebih dari 1 jam/hari	116	56,9
Kurang lebih 3-4 jam/hari	49	24%
Lebih dari 4 jam/hari	39	19,1
Total	204	100

e) Platform Media Sosial

23 Hasil analisis terhadap platform media sosial yang paling sering digunakan oleh para responden menunjukkan adanya variasi preferensi yang cukup mencolok. Dari total 204 responden, sebagian besar lebih memilih menggunakan Instagram sebagai media sosial utama mereka. Sebanyak 74 responden atau sekitar 36,3% tercatat aktif menggunakan Instagram, menjadikannya sebagai platform yang paling populer di kalangan partisipan. Tiktok berada di posisi kedua dengan jumlah pengguna sebanyak 72 responden, atau setara dengan 35,3%. Angka ini menunjukkan bahwa Tiktok menjadi alternatif utama bagi remaja dalam menjelajahi dan berinteraksi di ruang digital, terutama karena kontennya yang bersifat visual dan cepat dikonsumsi.

Platform X, yang sebelumnya dikenal sebagai Twitter, digunakan oleh 37 responden (18,1%). Meskipun tidak sepopuler Instagram dan Tiktok, platform ini tetap menjadi media pilihan bagi sebagian remaja, khususnya yang tertarik pada konten berbasis opini, berita, atau diskusi terbuka. Facebook tercatat sebagai platform dengan jumlah pengguna terendah di antara seluruh opsi yang disediakan, yakni hanya digunakan oleh 21 responden atau sekitar 10,3%. Temuan ini dapat mencerminkan adanya pergeseran tren media sosial di kalangan remaja, di mana platform yang lebih lama seperti Facebook mulai ditinggalkan dan digantikan oleh media sosial yang lebih interaktif dan berbasis video pendek.

14

Tabel 4. 6 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Sosial Media

Platform Media Sosial	N	Presentase (%)
Facebook	21	10,3
Instagram	74	36,3
Tiktok	72	35,3
X (Twitter)	37	18,1
Total	204	100

2. Deskripsi Data Penelitian

Pengkategorian bertujuan untuk menempatkan masing-masing individu ke dalam jenjang tertentu yang merefleksikan kelanjutan karakteristik yang diukur (Sugiyono, 2021). Dengan pendekatan ini, hasil pengukuran dapat disusun secara sistematis dan memberikan informasi yang lebih jelas, sehingga memudahkan dalam tahap analisis selanjutnya. Pada tahapan ini, skor yang diperoleh setiap partisipan akan dialihkan ke dalam kelompok-kelompok tertentu sesuai dengan batas nilai yang telah ditentukan sebelumnya. Pengelompokan tersebut dilakukan dengan menggunakan rumus norma yang relevan, yaitu sebagai berikut:

19

Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Kecenderungan <i>Cyber Aggression</i>	Regulasi Emosi
Hipotetik	<i>Xmin</i>	60
	<i>Xmax</i>	12
	<i>Mean</i>	36
	<i>Standar Deviasi</i>	8
Empirik	<i>Xmin</i>	160
	<i>Xmax</i>	32
	<i>Mean</i>	96
	<i>Standar Deviasi</i>	21,333
Hipotetik	<i>Xmin</i>	56
	<i>Xmax</i>	17
	<i>Mean</i>	36,5
	<i>Standar Deviasi</i>	11,7
Empirik	<i>Xmin</i>	112
	<i>Xmax</i>	72
	<i>Mean</i>	92
	<i>Standar Deviasi</i>	6,666

3

Keterangan:

Skor hipotetik: diperoleh dari skala

Skor empirik: diperoleh dari hasil penelitian

Tabel 4. 8 Rumus Norma Kategorisasi

No	Kategorisasi	Rumus Kategorisasi
1	Sangat Rendah	$X < \mu - 1,8 \sigma$
2	Rendah	$\mu - 1,8 \sigma \leq X < \mu - 0,6 \sigma$
3	Sedang	$\mu - 0,6 \sigma \leq X < \mu + 0,6 \sigma$
4	Tinggi	$\mu + 0,6 \sigma \leq X < \mu + 1,8 \sigma$
5	Sangat Tinggi	$X > \mu + 1,8 \sigma$

Keterangan:

X: Nilai Total

 μ : Mean σ : Standar Deviasi

Setelah formula norma untuk kategorisasi ditentukan, peneliti melanjutkan dengan mendistribusikan responden ke dalam lima kelompok sesuai dengan hasil perhitungan dan analisis data yang telah dilakukan. Tahapan ini dilakukan dengan teliti dan berlandaskan prosedur yang sistematis, sehingga menghasilkan klasifikasi yang relevan dan selaras dengan tujuan penelitian. Hasil klasifikasi ini selanjutnya digunakan sebagai pijakan dalam menafsirkan data secara lebih mendalam, sekaligus memberikan representasi yang lebih terstruktur mengenai persebaran responden dalam kaitannya dengan variabel yang diteliti. Adapun hasil klasifikasi tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 9 Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel

Kategori	Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>	Regulasi emosi
Sangat rendah	$X < 24,8$	$X < 80$
Rendah	$24,8 \leq X < 32,6$	$80 \leq X < 88$
Sedang	$32,6 \leq X < 40,4$	$88 \leq X < 96$
Tinggi	$40,4 \leq X < 48,2$	$96 \leq X < 104$
Sangat Tinggi	$X > 48,2$	$X > 104$

Tabel 4. 10 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategori	Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>		Regulasi Emosi	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Sangat Rendah	133	65,2	54	26,5
Rendah	9	4,4	8	3,9
Sedang	1	0,5	60	29,4
Tinggi	2	1,0	28	13,7
Sangat Tinggi	59	28,9	54	26,5
Total	204	100	204	100

Berdasarkan hasil kategorisasi pada variabel *cyber aggression* menunjukkan pola yang lebih terpusat. Mayoritas besar partisipan, yakni sebanyak 133 individu atau 65,2%, termasuk dalam kategori sangat rendah, yang berarti kecenderungan mereka untuk melakukan agresi di dunia maya tergolong sangat minim. Kategori sangat tinggi diisi oleh 59 responden (28,9%), menunjukkan adanya sekelompok remaja yang cukup besar yang memiliki kecenderungan tinggi terhadap perilaku agresif di media sosial. Jumlah partisipan pada kategori lainnya sangat kecil, yakni sedang sebanyak 1,5%, rendah sebesar 4,4%, dan tinggi hanya 1,0%. Distribusi ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar remaja tidak menunjukkan perilaku agresif secara daring, terdapat minoritas yang menunjukkan kecenderungan sangat tinggi terhadap *cyber aggression*, yang tentu perlu menjadi perhatian khusus dalam konteks intervensi psikologis atau pendidikan digital.

Hasil analisis kategorisasi terhadap variabel regulasi emosi, diketahui bahwa partisipan dalam penelitian ini tersebar secara cukup merata di beberapa kategori. Sebanyak 54 remaja atau 26,5% dari total responden berada pada kategori sangat rendah, yang menunjukkan bahwa

mereka memiliki kemampuan regulasi emosi yang tergolong sangat lemah. Sebaliknya, jumlah yang sama yaitu 54 responden (26,5%) juga masuk ke dalam kategori sangat tinggi, yang mencerminkan kemampuan pengelolaan emosi yang sangat baik. Sementara itu kategori sedang menjadi yang paling banyak diisi oleh partisipan, yakni sebanyak 60 orang atau sebesar 29,4%. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja berada pada tingkat sedang dalam mengatur emosi mereka, dengan sebagian lainnya berada pada kategori tinggi (13,7%) dan rendah (3,9%). Secara umum distribusi ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat kelompok dengan kemampuan regulasi emosi yang sangat baik, masih terdapat proporsi yang signifikan dari remaja yang belum mampu mengelola emosinya secara optimal.

Jika dibandingkan secara keseluruhan, distribusi antara kedua variabel. Pada variabel regulasi emosi, terdapat keseimbangan antara kategori sangat rendah dan sangat tinggi, serta proporsi yang cukup besar pada kategori sedang. Hal ini mencerminkan keragaman tingkat penguasaan emosi di kalangan remaja. Sementara itu pada variabel *cyber aggression*, mayoritas responden cenderung tidak menunjukkan perilaku agresif secara daring, meskipun tetap terdapat kelompok signifikan yang berada dalam kategori sangat tinggi.

3. Uji Asumsi

Pemeriksaan terhadap asumsi-asumsi statistik dasar dalam penelitian ini dilakukan sebagai tahap awal yang esensial sebelum dilanjutkan ke proses pengujian hipotesis. Tahapan ini mencakup evaluasi terhadap normalitas dan linearitas data, yang berfungsi untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan memenuhi prasyarat kelayakan untuk dianalisis secara statistik. Seluruh proses pengujian asumsi dilakukan secara terstruktur dan sistematis dengan memanfaatkan perangkat lunak *SPSS for Windows versi 25*, agar hasil yang diperoleh memiliki tingkat akurasi dan kredibilitas yang tinggi serta dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

a) Uji Normalitas

Peneliti melakukan pengujian normalitas sebagai langkah untuk memastikan bahwa distribusi data yang diperoleh mendekati pola distribusi normal, yang merupakan salah satu syarat penting dalam penerapan berbagai teknik analisis statistik. Pengujian ini dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak *SPSS versi 25*, dengan pendekatan *Kolmogorov-Smirnov* sebagai metode analisisnya. Apabila nilai signifikansi (*p-value*) yang diperoleh melebihi angka 0,05, maka data dianggap terdistribusi secara normal, sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara sebaran data aktual dengan distribusi normal teoritis yang dijadikan acuan.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas

Variabel	P-value	Interpretasi
Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>	0,000	Tidak normal
Regulasi emosi	0,000	Tidak normal

Hasil dari uji *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p-value) untuk kedua variabel, baik regulasi emosi maupun *cyber aggression*, adalah sebesar 0,000. Nilai ini jauh lebih kecil dari tingkat signifikansi yang telah ditetapkan dalam penelitian, yaitu $\alpha = 0,05$. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan dalam uji normalitas, apabila p-value < 0,05, maka data dinyatakan tidak terdistribusi normal secara statistik. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa distribusi skor pada kedua variabel tersebut menyimpang dari distribusi normal.

Temuan ini memiliki implikasi yang penting terhadap pendekatan analisis statistik yang akan digunakan. Karena asumsi normalitas tidak terpenuhi, maka metode statistik yang bersifat parametrik tidak dapat diterapkan secara valid. Sebagai gantinya digunakan pendekatan non-parametrik yang tidak mengharuskan data untuk berdistribusi normal. Metode ini dianggap lebih tepat untuk menghindari bias interpretasi dan menjaga validitas hasil analisis, terutama ketika distribusi data tidak simetris atau menunjukkan kemiringan tertentu.

b) Uji Linearitas

Peneliti melakukan uji linearitas sebagai bagian dari tahap pra-proses analisis data. Proses uji linearitas dilaksanakan dengan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25, yang memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi apakah hubungan antara kedua variabel mengikuti pola garis lurus secara statistik. Suatu hubungan dianggap linier apabila nilai signifikansi (*p-value*) pada bagian *deviation from linearity* menunjukkan angka lebih besar dari 0,05. Hasil tersebut menandakan bahwa tidak terdapat penyimpangan signifikan dari pola hubungan linier yang diharapkan, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antarvariabel berada dalam jalur yang sesuai untuk dianalisis menggunakan teknik statistik parametris.

Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P-value	Interpretasi
Kecenderungan <i>Cyber aggression</i> dan regulasi emosi	8,583	0,000	Tidak linear

Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikansi atau *p-value* sebesar 0,000, dengan nilai F sebesar 8,583. Nilai signifikansi tersebut berada di bawah ambang batas umum, yaitu 0,05, yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tidak memenuhi asumsi linearitas.

Pola hubungan antara regulasi emosi dan *cyber aggression* tidak mengikuti bentuk garis lurus yang konsisten. Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan statistik yang mengasumsikan hubungan linier tidak

30 tepat digunakan. Oleh karena itu pemilihan metode analisis dalam penelitian ini lebih sesuai menggunakan teknik non-parametrik, seperti uji korelasi *Spearman*, yang tidak bergantung pada asumsi linearitas maupun normalitas distribusi data.

4. Uji Hipotesis

7 Setelah peneliti menyelesaikan rangkaian pengujian asumsi awal, yakni uji normalitas dan uji linearitas, tahap selanjutnya dalam proses analisis data adalah melakukan pengujian hipotesis. Pengujian asumsi ini bertujuan untuk memastikan bahwa data yang dianalisis memenuhi persyaratan dasar yang diperlukan sebelum digunakan dalam analisis statistik inferensial. Hasil dari uji normalitas menunjukkan bahwa distribusi data untuk kedua variabel penelitian *cyber aggression* dan regulasi emosi tidak mengikuti pola distribusi normal, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai signifikansi yang berada di bawah ambang batas 0,05. Kondisi ini mengindikasikan bahwa penggunaan teknik statistik parametrik, seperti uji korelasi *Pearson*, menjadi tidak sesuai karena asumsi dasarnya tidak terpenuhi.

34 Sebagai alternatif, peneliti memilih untuk menggunakan uji korelasi *Spearman Rho*, yaitu metode statistik non-parametrik yang digunakan untuk menganalisis hubungan antarvariabel ketika data tidak terdistribusi secara normal atau berskala ordinal. Metode ini dinilai lebih tepat karena tidak mengharuskan asumsi distribusi normal dan mampu mengidentifikasi arah serta kekuatan hubungan antara dua variabel.

Tabel 4. 13 Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig. (p-value)	Interpretasi
Kecenderungan <i>Cyber aggression</i> dan regulasi emosi	-0,622	0,000	Hubungan signifikan, arah hubungan negatif

Berdasarkan hasil analisis korelasi, penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara variabel regulasi emosi dan kecenderungan perilaku *cyber aggression* pada remaja. Hal tersebut tercermin dari nilai koefisien korelasi sebesar $-0,622$, yang diikuti oleh nilai signifikansi (*p-value*) sebesar $0,000$. Nilai signifikansi yang diperoleh berada jauh di bawah ambang batas $\alpha = 0,001$, yang merupakan kriteria umum dalam pengujian hipotesis sosial untuk menentukan kebermaknaan hubungan antarvariabel. Oleh karena itu, berdasarkan hasil ini, hubungan antara regulasi emosi dan *cyber aggression* dapat dinyatakan signifikan secara statistik, yang berarti bahwa keterkaitan antara kedua variabel tersebut tidak terjadi secara kebetulan semata. Temuan ini mendukung asumsi bahwa regulasi emosi merupakan salah satu aspek psikologis yang secara nyata berkaitan dengan perilaku agresif dalam konteks digital. Meskipun dalam hipotesis tidak diarahkan secara spesifik terhadap jenis atau arah hubungan, data empiris memberikan bukti kuat bahwa terdapat keterkaitan yang konsisten antara kemampuan mengatur emosi dan kecenderungan perilaku *cyber aggression*.

5. Uji Determinasi

Setelah peneliti menyelesaikan serangkaian tahap analisis yang mencakup pengujian asumsi dasar dan pengujian hipotesis, langkah berikutnya dalam analisis data adalah melakukan uji determinasi. Uji ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi atau pengaruh dari variabel independen terhadap variabel dependen dalam model penelitian yang digunakan. Uji determinasi menjadi penting karena memberikan gambaran kuantitatif mengenai proporsi variasi dalam perilaku *cyber aggression* yang dapat dijelaskan oleh kemampuan regulasi emosi pada remaja.

Analisis determinasi biasanya dinyatakan dalam bentuk nilai *R Square*, yang merepresentasikan persentase kontribusi variabel prediktor terhadap total variabilitas yang terjadi pada variabel kriteria. Uji ini menjelaskan sejauh mana perubahan atau perbedaan dalam *cyber aggression* dapat diatribusikan kepada perbedaan tingkat regulasi emosi. Penggunaan uji ini sangat relevan dalam penelitian psikologi dan sosial, karena membantu memperjelas kekuatan pengaruh suatu konstruk psikologis terhadap perilaku tertentu yang sedang diteliti. Hasil dari uji determinasi juga berfungsi sebagai dasar untuk menyimpulkan efektivitas model penelitian serta mendukung pertimbangan dalam merancang intervensi yang lebih terarah dan berbasis data empiris.

Tabel 4. 14 Hasil Uji Determinasi

Variabel	R Square	Interpretasi
Regulasi emosi dan Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>	0,727	Kontribusi kuat

26 Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh sebesar 0,727, yang berarti variabel regulasi emosi mampu memberikan penjelasan yang sangat kuat terhadap fluktuasi nilai pada variabel *cyber aggression*. Nilai ini mengindikasikan bahwa sekitar 72,7% dari total variasi perilaku agresif di dunia maya pada partisipan dapat dijelaskan oleh perbedaan dalam kemampuan mereka mengelola dan mengatur emosi.

138 Persentase yang tinggi ini memperlihatkan bahwa regulasi emosi memainkan peran yang sangat penting sebagai faktor prediktor dalam model ini. Semakin baik seseorang dalam mengatur emosinya, maka semakin kecil kecenderungan mereka untuk menunjukkan perilaku agresif di ranah digital. Hubungan yang kuat antara kedua variabel ini menegaskan relevansi regulasi emosi sebagai variabel utama yang memengaruhi dinamika perilaku agresif secara daring pada remaja.

57 Meski demikian masih terdapat sekitar 27,3% faktor yang mempengaruhi perilaku *cyber aggression* yang tidak dapat dijelaskan oleh regulasi emosi saja. Hal ini menunjukkan bahwa ada sejumlah faktor lain yang turut berkontribusi namun tidak tercakup dalam model analisis yang digunakan. Faktor-faktor tersebut dapat meliputi aspek empati, kemampuan kontrol diri, dukungan atau tekanan dari lingkungan sosial, serta persepsi anonimitas saat beraktivitas di internet, yang semuanya berpotensi mempengaruhi perilaku agresif secara online secara kompleks dan saling berinteraksi.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

6. Uji Analisis Tambahan

a) Uji daya beda berdasarkan usia

98 Dalam penelitian ini digunakan analisis non-parametrik *Mann-Whitney U* untuk mengevaluasi apakah terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik pada dua variabel utama, yakni *cyber aggression* dan regulasi emosi, berdasarkan kategori usia remaja. Dua kelompok usia yang dibandingkan adalah kelompok remaja awal (12–15 tahun) dan remaja akhir (16–18 tahun). Uji ini dipilih karena data sebelumnya tidak memenuhi asumsi distribusi normal, sehingga pendekatan non-parametrik dianggap lebih tepat dan valid.

45 Pada analisis variabel *cyber aggression*, hasil uji *Mann-Whitney U* menunjukkan bahwa kelompok usia 12–15 tahun memiliki rata-rata ranking (*mean rank*) yang lebih tinggi, yaitu 109,24, dibandingkan dengan kelompok usia 16–18 tahun, yang memiliki mean rank sebesar 97,58. Perbedaan mean rank ini mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa remaja yang lebih muda memperlihatkan skor kecenderungan *cyber aggression* yang relatif lebih tinggi dibandingkan remaja yang lebih tua. Namun, meskipun terdapat selisih rata-rata ranking antar kelompok, hasil uji signifikansi menunjukkan nilai Asymptotic Significance (2-tailed) sebesar 0,159. Karena $p\text{-value} > \alpha$ ($0,159 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik.

10 Dengan kata lain secara statistik tidak ditemukan perbedaan yang berarti

161

dalam tingkat perilaku agresif di dunia maya antara remaja awal dan remaja akhir.

Sementara itu pada pengujian terhadap variabel regulasi emosi, diperoleh hasil sebaliknya. Kelompok usia 16–18 tahun justru memiliki mean rank yang sedikit lebih tinggi, yaitu 104,64, dibandingkan kelompok usia 12–15 tahun, yang memiliki mean rank sebesar 99,56. Selisih ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa remaja yang lebih tua memiliki kemampuan regulasi emosi yang sedikit lebih baik dibandingkan remaja yang lebih muda. Meskipun demikian, nilai *p-value* sebesar 0,544 menunjukkan bahwa perbedaan tersebut juga tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$). Artinya, perbedaan kemampuan dalam mengelola emosi antara kedua kelompok usia tersebut tidak cukup kuat secara statistik untuk dianggap bermakna.

Secara keseluruhan hasil uji *Mann-Whitney U* pada kedua variabel menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok remaja usia 12–15 tahun dan 16–18 tahun baik dalam hal kecenderungan melakukan *cyber aggression* maupun dalam kemampuan regulasi emosi.

Tabel 4. 15 Uji Daya Beda Berdasarkan Usia

Variabel	Kelompok	P-value	Interpretasi
Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>	Remaja Awal	0,159	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Remaja Akhir		
Regulasi Emosi	Remaja Awal	0,544	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Remaja Akhir		

b) Uji daya beda berdasarkan jenis kelamin

Pengujian selanjutnya melihat apakah terdapat perbedaan berdasarkan jenis kelamin, dengan menggunakan uji *Mann-Whitney U*. Pada variabel *cyber aggression*, rata-rata ranking laki-laki (106,96) lebih tinggi dibandingkan perempuan (98,22), tetapi hasil signifikansi 0,286 menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik. Ini mengindikasikan bahwa perilaku *cyber aggression* tidak berbeda secara signifikan antara remaja laki-laki dan perempuan.

Untuk variabel regulasi emosi, hasil menunjukkan bahwa perempuan memiliki rata-rata ranking yang lebih tinggi (107,18) dibandingkan laki-laki (97,64). Meski demikian, nilai signifikansi sebesar 0,248 mengindikasikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik dalam hal kemampuan regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 4. 16 Uji Daya Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Kelompok	P-value	Interpretasi
Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>	Laki-laki	0,286	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Perempuan		
Regulasi Emosi	Laki-laki	0,248	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Perempuan		

c) Uji daya beda berdasarkan domisili

Analisis menggunakan uji *Kruskal-Wallis* dilakukan untuk melihat perbedaan berdasarkan wilayah domisili, yaitu Bantul, Sleman, Kota Yogyakarta, Kulon Progo, dan Gunung Kidul. Pada variabel cyber aggression, nilai mean rank bervariasi dengan Bantul tertinggi (109,76) dan Kulon Progo terendah (95,12). Namun, hasil uji *Kruskal-Wallis* menunjukkan *p-value* sebesar 0,830, menandakan tidak terdapat perbedaan signifikan antar wilayah dalam tingkat *cyber aggression*.

Hasil serupa juga ditemukan pada regulasi emosi, di mana meskipun terjadi variasi ranking antar wilayah (dengan Kulon Progo memiliki mean rank tertinggi yaitu 104,48), *p-value* 0,999 mengindikasikan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan. Dengan kata lain, kemampuan regulasi emosi remaja tidak dipengaruhi secara signifikan oleh lokasi geografis tempat tinggal mereka.

Tabel 4. 17 Uji Daya Beda Berdasarkan Domisili

Variabel	Kelompok	P-value	Interpretasi
Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>	Bantul	0,830	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Sleman		
	Kota Yogyakarta		
	Gunung Kidul		
	Kulon Progo		
Regulasi Emosi	Bantul	0,999	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Sleman		
	Kota Yogyakarta		
	Gunung Kidul		
	Kulon Progo		

14 d) Uji daya beda berdasarkan durasi penggunaan media sosial

38 Analisis berikutnya dilakukan berdasarkan durasi penggunaan media sosial per hari, yang dikelompokkan menjadi tiga kategori: lebih dari 1 jam/hari, kurang lebih 3–4 jam/hari, dan lebih dari 4 jam/hari. Pada variabel *cyber aggression*, kelompok yang menggunakan media sosial lebih dari 1 jam/hari memiliki mean rank tertinggi (107,89), sementara kelompok yang menggunakan lebih dari 4 jam/hari memiliki mean rank terendah (93,29). Namun, nilai signifikansi sebesar 0,304 menunjukkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik.

53 Berbeda halnya dengan variabel regulasi emosi, di mana hasil menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antar kelompok berdasarkan durasi penggunaan media sosial. Kelompok yang menggunakan media sosial selama 3–4 jam/hari mencatat mean rank tertinggi (124,63), sedangkan pengguna lebih dari 1 jam/hari memiliki mean rank terendah (90,28). Uji *Kruskal-Wallis p-value* sebesar $0,002 < 0,05$ menunjukkan bahwa perbedaan ini signifikan. Artinya durasi penggunaan media sosial berkorelasi dengan perbedaan kemampuan regulasi emosi. Kemungkinan besar, remaja yang menggunakan media sosial dalam durasi sedang (3–4 jam) memiliki keterampilan regulasi emosi yang lebih baik dibandingkan mereka yang mengaksesnya terlalu singkat atau terlalu lama.

Tabel 4. 18 Uji Daya Beda Berdasarkan Durasi Penggunaan Media Sosial

Variabel	Kelompok	P-value	Interpretasi
Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>	Lebih dari 1 jam/hari	0,304	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Kurang lebih 3-4 jam/hari		
	Lebih dari 4 jam/hari		
Regulasi Emosi	Lebih dari 1 jam/hari	0,002	Adanya perbedaan yang signifikan
	Kurang lebih 3-4 jam/hari		
	Lebih dari 4 jam/hari		

e) Uji daya beda berdasarkan platform yang digunakan

Uji *Kruskal-Wallis* juga dilakukan untuk melihat perbedaan berdasarkan platform media sosial utama yang digunakan, yaitu *TikTok*, *Instagram*, *X (Twitter)*, dan *Facebook*. Hasil pada variabel *cyber aggression* menunjukkan bahwa pengguna platform *X* memiliki *mean rank* tertinggi (107,91), sementara *Facebook* terendah (82,07). Meskipun ada perbedaan nilai *mean rank* antar platform, hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,393, yang berarti perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik.

Begitu pula untuk variabel regulasi emosi, meskipun terdapat variasi *mean rank* dari *TikTok* (99,38) hingga *Facebook* (111,24), nilai *p-value* sebesar $0,839 > 0,05$ menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna dalam regulasi emosi berdasarkan jenis platform yang digunakan oleh responden.

Secara umum, hasil uji daya beda menunjukkan bahwa sebagian besar variabel demografis seperti usia, jenis kelamin, domisili, dan jenis platform media sosial tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam hal *cyber*

aggression maupun regulasi emosi. Namun ditemukan bahwa durasi penggunaan media sosial per hari memiliki hubungan yang signifikan terhadap regulasi emosi. Temuan ini memberikan indikasi bahwa intensitas keterpaparan terhadap media sosial mungkin mempengaruhi kemampuan remaja dalam mengelola emosi mereka.

Tabel 4. 19 Uji Daya Beda Berdasarkan Platform Yang Sering Digunakan

Variabel	Kelompok	P-value	Interpretasi
Kecenderungan <i>Cyber aggression</i>	Tiktok	0,393	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Instagram		
	X (Twitter)		
	Facebook		
Regulasi Emosi	Tiktok	0,839	Tidak ada perbedaan yang signifikan
	Instagram		
	X (Twitter)		
	Facebook		

D. Pembahasan

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menguji hipotesis mengenai adanya hubungan antara kemampuan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku agresif di dunia maya (*cyber aggression*) pada remaja. Berdasarkan hasil analisis korelasi Spearman Rank, diperoleh nilai koefisien korelasi p -value sebesar $-0,622$ dengan nilai signifikansi (p -value) sebesar $0,000$. Nilai ini berada jauh di bawah batas signifikansi yang ditentukan ($\alpha = 0,001$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang kuat dan signifikan secara statistik antara kedua variabel tersebut.

Hasil yang diperoleh dari analisis data memberikan dasar yang kuat untuk menerima hipotesis dalam penelitian ini. Temuan ini mengarah pada pemahaman bahwa kemampuan individu, khususnya remaja, dalam

meregulasi atau mengelola emosinya secara efektif berkaitan erat dengan rendahnya kecenderungan untuk menunjukkan perilaku *cyber aggression*. Individu yang memiliki kapasitas tinggi dalam mengidentifikasi, memahami, serta mengendalikan emosi negatif seperti kemarahan atau frustrasi, tampak lebih mampu menahan diri dari tindakan impulsif yang bersifat merugikan orang lain secara virtual (Hadley, Houck, Brown, Spitalnick, Ferrer, & Barker, 2018). Dalam penelitian tersebut, regulasi emosi yang baik berfungsi sebagai pelindung (*buffer*) terhadap ekspresi perilaku maladaptif di dunia maya, terutama pada remaja yang sering menghadapi tekanan emosional atau ketegangan interpersonal secara online.

Sebaliknya, ketidakmampuan dalam pengaturan emosi menunjukkan asosiasi positif terhadap meningkatnya kemungkinan individu untuk mengekspresikan agresi secara daring (Purwadi, Alhadi, Saputra, Muyana, & Wahyudi, 2020). Kurangnya penguasaan terhadap mekanisme regulasi emosi dapat menyebabkan individu menanggapi stimulus emosional dengan cara yang impulsif, tanpa mempertimbangkan dampak sosial atau etika yang menyertainya. Agresivitas digital dapat muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari komentar sarkastik, penghinaan, pelecehan verbal, hingga perundungan siber yang sistematis.

Penelitian ini juga memperkuat hasil studi sebelumnya yang menyoroti pentingnya kemampuan pengaturan emosi dalam mereduksi perilaku agresif berbasis teknologi. Individu yang mampu mengenali, menilai, dan memodifikasi respons emosional mereka secara adaptif memiliki

kecenderungan lebih rendah untuk menunjukkan respons agresif, baik secara verbal maupun non-verbal (Gutiérrez-Cobo, Megías-Robles, Gomez-Leal, Cabello, & Fernández-Berrocal, 2023). Hal ini menjadi semakin penting mengingat internet menyediakan ruang ekspresi tanpa batas, seringkali tanpa konsekuensi langsung, yang dapat memicu perilaku agresif yang tidak terkontrol.

Uji normalitas dilakukan untuk mengevaluasi apakah data yang dikumpulkan mengikuti distribusi normal, yang merupakan salah satu syarat utama dalam penerapan metode statistik parametrik. Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* melalui perangkat lunak SPSS versi 25. Hasil pengujian menunjukkan bahwa distribusi data untuk kedua variabel utama, yaitu regulasi emosi dan *cyber aggression*, memiliki nilai *p-value* sebesar 0,000 ($< 0,05$), yang berarti bahwa distribusi data menyimpang dari normalitas. Implikasinya penggunaan metode analisis parametrik seperti korelasi Pearson tidak dapat diterapkan secara valid. Oleh karena itu analisis lebih lanjut dilakukan dengan pendekatan non-parametrik, yang tidak mengasumsikan distribusi data tertentu dan lebih tahan terhadap penyimpangan normalitas.

Selanjutnya peneliti melakukan pengujian linearitas hubungan antarvariabel dengan mengacu pada nilai signifikansi dari komponen "*deviation from linearity*". Hasil uji menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($< 0,05$), yang menandakan adanya penyimpangan dari hubungan linier antara regulasi emosi dan *cyber aggression*. Hubungan yang terjadi antara kedua

variabel tidak dapat dijelaskan melalui garis lurus yang konsisten. Akibatnya teknik analisis seperti regresi linier sederhana tidak tepat untuk digunakan. Hal ini menegaskan kembali keputusan metodologis peneliti untuk menggunakan pendekatan korelasional non-parametrik.

89 Koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk melihat sejauh mana variabel *independent* (regulasi emosi) dapat menjelaskan variasi pada variabel *dependent* (*cyber aggression*). Dari hasil analisis diperoleh nilai R^2 sebesar 0,727, yang menunjukkan bahwa 72,7% variasi dalam perilaku *cyber aggression* dapat dijelaskan oleh tingkat kemampuan regulasi emosi individu. 82 Sisanya sebesar 27,3% kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam model penelitian ini. Namun, adanya persentase variansi yang tidak dijelaskan mengisyaratkan perlunya eksplorasi lebih lanjut terhadap faktor psikologis atau sosial lain, seperti empati, tekanan sosial, persepsi anonimitas, dan pengalaman sebelumnya dalam dunia daring. 12

2 Menggunakan uji *Mann-Whitney U*, analisis terhadap perbedaan usia remaja awal (12–15 tahun) dan remaja akhir (16–18 tahun) tidak menunjukkan perbedaan signifikan baik pada variabel *cyber aggression* ($p = 0,159$) maupun regulasi emosi ($p = 0,544$). Ini mengindikasikan bahwa tahap perkembangan usia dalam rentang remaja tidak secara signifikan mempengaruhi kecenderungan untuk berperilaku agresif secara daring ataupun kemampuan regulasi emosinya. Meskipun perkembangan usia diyakini berkaitan dengan kematangan emosi, dalam konteks penelitian ini, perbedaan tersebut tidak cukup kuat secara statistik untuk dianggap signifikan.

21 Analisis yang sama juga dilakukan berdasarkan jenis kelamin. Pada *cyber aggression*, meskipun laki-laki memiliki *mean rank* lebih tinggi, *p-value* sebesar 0,286 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan. Hal serupa terjadi pada variabel regulasi emosi (*p-value* = 0,248), meski perempuan memiliki ranking lebih tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak memengaruhi kecenderungan *cyber aggression* maupun kemampuan regulasi emosi secara signifikan.

Pengujian menggunakan uji *Kruskal-Wallis* untuk melihat pengaruh wilayah domisili terhadap dua variabel utama juga tidak menunjukkan perbedaan signifikan, baik pada *cyber aggression* (*p-value* = 0,830) maupun regulasi emosi (*p-value* = 0,999). Artinya faktor geografis dalam wilayah Yogyakarta tidak berkorelasi dengan perbedaan perilaku agresif atau kemampuan pengaturan emosi pada remaja.

81 Temuan yang menarik ditemukan pada analisis berdasarkan durasi
81 penggunaan media sosial. Pada *cyber aggression*, tidak ditemukan perbedaan
53 signifikan (*p-value* = 0,304). Namun, pada regulasi emosi terdapat perbedaan
signifikan (*p-value* = 0,002). Responden yang menggunakan media sosial
selama 3–4 jam per hari memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih
tinggi dibandingkan mereka yang menggunakannya terlalu singkat atau
terlalu lama.

Uji *Kruskal-Wallis* berdasarkan jenis media sosial utama (*TikTok*, *Instagram*, *X/Twitter*, dan *Facebook*) menunjukkan tidak adanya perbedaan

135 signifikan baik pada *cyber aggression* ($p\text{-value} = 0,393$) maupun regulasi emosi ($p\text{-value} = 0,839$). Hal ini menyiratkan bahwa platform media sosial yang digunakan tidak memengaruhi secara berarti perilaku agresif ataupun kemampuan pengaturan emosi. Faktor-faktor lain, seperti cara penggunaan, tujuan penggunaan, serta jenis konten yang diakses, mungkin lebih berpengaruh dibandingkan jenis platform itu sendiri.

148 Secara keseluruhan hasil analisis menunjukkan bahwa regulasi emosi merupakan faktor yang signifikan dalam memengaruhi tingkat *cyber aggression* pada remaja. Meskipun sebagian besar uji daya beda berdasarkan karakteristik demografis tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, durasi penggunaan media sosial terbukti berkorelasi dengan kemampuan regulasi emosi. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi psikologis yang bertujuan untuk meningkatkan regulasi emosi pada remaja dapat menjadi strategi preventif yang efektif dalam menekan perilaku agresif digital.

42 Setiap penelitian memiliki keterbatasan metodologis yang perlu diakui sebagai bagian dari refleksi ilmiah termasuk dalam studi ini. Salah satu batasan utama yang teridentifikasi adalah ketiadaan prosedur skrining awal yang dirancang untuk mengklasifikasikan responden berdasarkan tingkat kecenderungan *cyber aggression*. Dengan tidak dilakukannya proses seleksi tersebut, maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini bersifat heterogen tanpa pemisahan antara remaja dengan tingkat *cyber aggression* yang tinggi, sedang, maupun rendah. Akibatnya, potensi untuk mengeksplorasi dinamika perilaku agresif secara lebih mendalam terutama dalam kelompok berisiko

tinggi menjadi terbatas. Penelitian di masa mendatang dapat mempertimbangkan penerapan instrumen skrining sebagai tahap awal untuk memastikan representasi kelompok target yang lebih spesifik dan relevan terhadap tujuan analisis.

Selain itu, keterbatasan juga muncul dalam kontrol terhadap partisipasi responden antara tahap uji coba dan tahap pengumpulan data utama. Tidak adanya sistem identifikasi yang memungkinkan pelacakan partisipan menyebabkan peneliti tidak dapat memastikan apakah individu yang terlibat dalam uji coba alat ukur juga turut mengisi kuesioner dalam tahap final. Situasi ini berpotensi memunculkan bias dalam validitas internal, terutama jika ada pengulangan partisipasi yang tidak terdeteksi, yang bisa memengaruhi persepsi responden terhadap item skala karena familiaritas sebelumnya. Idealnya, sistem pengkodean anonim yang aman namun dapat dilacak secara terbatas perlu diterapkan untuk meminimalkan risiko partisipasi ganda dan meningkatkan akurasi data.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan kecenderungan perilaku *cyber aggression* pada remaja. Hasil uji korelasi *Spearman Rho* menunjukkan bahwa semakin rendah kemampuan individu dalam mengelola dan mengatur emosinya, semakin tinggi kecenderungan mereka untuk melakukan tindakan agresif di ranah digital. Sebaliknya, remaja yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi cenderung lebih mampu menahan dorongan emosional negatif dan menghindari keterlibatan dalam perilaku menyimpang seperti *cyber aggression*. Korelasi yang ditemukan dalam penelitian ini berada pada kategori kuat, yang menandakan bahwa regulasi emosi memainkan peran penting sebagai faktor psikologis yang berfungsi sebagai pengendali internal dalam menghadapi provokasi atau konflik di dunia maya.

Temuan ini juga menguatkan landasan teoretis yang menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan komponen penting dalam proses adaptasi sosial, terutama dalam interaksi digital yang sering kali menimbulkan tekanan emosional. Selain itu hasil penelitian ini sejalan dengan sejumlah studi terdahulu yang menegaskan bahwa rendahnya regulasi emosi berkaitan erat dengan peningkatan agresivitas, baik dalam bentuk langsung maupun tidak

52 langsung, termasuk dalam bentuk agresi berbasis teknologi. Oleh karena itu hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar bagi upaya preventif dan edukatif, terutama dalam pengembangan program intervensi psikologis yang menekankan pentingnya peningkatan keterampilan pengelolaan emosi di kalangan remaja sebagai strategi untuk mengurangi kecenderungan perilaku agresif secara daring.

B. Saran

1. Bagi peneliti Selanjutnya

63 Berdasarkan keterbatasan yang telah diidentifikasi dalam penelitian ini, terdapat beberapa rekomendasi penting yang dapat dijadikan acuan bagi penelitian lanjutan agar hasil yang diperoleh lebih mendalam dan memiliki validitas yang lebih tinggi.

Pertama, disarankan agar penelitian selanjutnya menerapkan prosedur screening awal terhadap responden untuk mengidentifikasi kelompok individu dengan tingkat kecenderungan cyber aggression yang tinggi, sedang, dan rendah. Prosedur ini memungkinkan peneliti untuk melakukan analisis yang lebih terfokus dan eksploratif, khususnya dalam menggali faktor-faktor psikologis yang melatarbelakangi perilaku agresif digital dalam kelompok berisiko tinggi. Pendekatan ini juga dapat meningkatkan kepekaan analisis dalam mengamati perbedaan intra-kelompok maupun antar-kelompok.

Kedua, untuk menghindari kemungkinan partisipasi ganda antara fase uji coba dan pengumpulan data utama, penelitian berikutnya

sebaiknya menggunakan sistem pengkodean anonim yang terkontrol. Misalnya, melalui penggunaan unique identifier berbasis tanggal lahir, inisial, dan digit terakhir nomor HP, yang tidak mengungkap identitas namun tetap memungkinkan pelacakan yang terbatas. Langkah ini akan membantu menjaga integritas data dan meningkatkan validitas internal penelitian, sekaligus tetap menghormati prinsip kerahasiaan dalam penelitian psikologi.

Ketiga, penting bagi penelitian di masa mendatang untuk memastikan distribusi usia yang lebih merata dalam sampel. Proporsi yang seimbang antara remaja awal dan remaja akhir akan meningkatkan keakuratan dalam melakukan uji perbandingan antar kelompok usia. Dengan demikian, peneliti dapat menggambarkan dinamika regulasi emosi dan cyber aggression secara lebih representatif terhadap fase perkembangan remaja. Dalam kaitannya dengan hal ini, teknik quota sampling berdasarkan usia dapat dipertimbangkan untuk menjamin keberagaman yang seimbang dalam partisipasi responden.

Terakhir, akan sangat bermanfaat apabila studi mendatang juga mempertimbangkan variabel-variabel psikososial lain yang potensial memoderasi atau memediasi hubungan antara regulasi emosi dan cyber aggression, seperti empati, stres akademik, dukungan sosial, atau persepsi anonimitas di media sosial. Penambahan variabel-variabel tersebut tidak hanya akan memperkaya pemahaman terhadap dinamika perilaku agresif

daring, tetapi juga dapat memberikan dasar empiris yang lebih kuat dalam pengembangan intervensi psikologis yang tepat sasaran.

2. Bagi Orang tua dan Keluarga

Lingkungan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk keterampilan regulasi emosi sejak dini. Oleh karena itu orang tua diharapkan dapat menciptakan pola asuh yang suportif, terbuka, dan mendorong anak untuk mengenali serta mengekspresikan emosi dengan cara yang sehat. Komunikasi dua arah yang empatik dan konsisten akan membantu anak-anak mengembangkan kemampuan untuk mengelola emosi secara adaptif, sehingga tidak mudah terjerumus dalam perilaku agresif, baik secara langsung maupun melalui media digital.

3. Bagi Pemerhati Media Sosial dan Pembuat Kebijakan

Pihak yang bergerak dalam pengembangan platform digital dan kebijakan pendidikan perlu lebih memperhatikan dimensi psikologis pengguna media sosial, khususnya pada usia remaja. Penambahan fitur pelaporan konten agresif, peningkatan literasi digital, serta kampanye pengendalian emosi dalam bermedia sosial dapat menjadi bagian dari strategi jangka panjang untuk menciptakan ekosistem daring yang lebih aman dan sehat.