

# **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.

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

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

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.

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

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 berkata 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

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.

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.

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

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.

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.

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, Matulesy, dan Rini (2019) mengajukan pertanyaan mengenai bagaimana dampak konformitas teman sebaya dan kemampuan regulasi emosi terhadap kecenderungan remaja

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 XII di SMK Ma'arif NU Driyorejo. Alat ukur yang digunakan terdiri dari 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 memperlihatkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konformitas 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, semakin tinggi konformitas terhadap teman sebaya, semakin besar kecenderungan untuk melakukan perilaku *bullying*, sedangkan peningkatan regulasi emosi dapat menurunkan kecenderungan tersebut.

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

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