

Pengaruh Regulasi Emosi dan Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying* Dengan Konformitas Sebagai Mediator

¹Nuralfiah, ²Selviana, ³Anastasia Sri Maryatmi, ⁴Rilla Sovitriana
Magister Psikologi Profesi, Universitas Persada Indonesia YAI, Jakarta

E-mail: ¹nuralfiah.spsi@gmail.com, ²selviana.psikologi@gmail.com,
³anastasia.maryatmi@gmail.com, ⁴rilla.sovitriana@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi dan kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan populasi remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok Jakarta. Sampel yang digunakan sebanyak 100 siswa paket dari Yayasan Al-Hazen. Metode pengumpulan data menggunakan skala *cyberbullying*, konformitas, regulasi emosi dan kontrol diri. Sistem pengambilan data menggunakan teknik dan pengumpulan data dilakukan menggunakan *google form*. Berdasarkan hasil penelitian H_{a1} yang diajukan diterima, yaitu terdapat pengaruh positif yang signifikan antara konformitas terhadap perilaku *cyberbullying*. Uji H_{a2} yang diajukan diterima, yaitu terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying*. Uji H_{a3} yang diajukan diterima, yaitu terdapat pengaruh negatif antara kontrol diri terhadap perilaku *cyberbullying*. Uji H_{a4} yang diajukan diterima, yaitu terdapat pengaruh positif antara regulasi emosi dengan konformitas sebagai mediator. Uji H_{a5} yang diajukan diterima, yaitu terdapat pengaruh antara kontrol diri terhadap konformitas sebagai mediator. Uji H_{a6} yang diajukan diterima, terdapat pengaruh negatif regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator. Uji H_{a7} yang diajukan diterima yaitu terdapat pengaruh negatif antara kontrol diri terhadap perilaku *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator. Hasil analisis mediasi menunjukkan bahwa nilai signifikan, artinya regulasi emosi dan kontrol diri memiliki pengaruh terhadap perilaku *cyberbullying* dengan konformitas sebagai variabel mediator.

Kata kunci: Perilaku *Cyberbullying*, Konformitas, Regulasi Emosi, Kontrol Diri

ABSTRAC

This research aims to determine the influence of emotional regulation and self-control on the tendency of cyberbullying behavior with conformity as a mediator in late adolescents who use Tik-tok social media in Jakarta. This research is a quantitative research with a population of late teens using social media Tik-tok in Jakarta. The sample used was 100 package students from the Al-Hazen Foundation. The data collection method uses a scale of cyberbullying, conformity, emotional regulation and self-control. The data collection system uses techniques and data collection is carried out using Google forms. Based on the results of H_{a1} research received, there is a significant positive influence between conformity on cyberbullying behavior. The H_{a2} test was accepted, namely that there was a significant negative influence between emotional regulation on cyberbullying behavior. The H_{a3} test that was accepted was that there was a negative influence between self-control on cyberbullying behavior. The H_{a4} test was accepted, namely that there is a positive influence between emotional regulation and conformity as a mediator. The H_{a5} test that is accepted is that there is an influence between self-control and conformity as a mediator. The accepted H_{a6} test shows that there is an influence of negative emotional regulation on cyberbullying behavior with conformity as a mediator. The H_{a7} test that was accepted was that there was a negative influence between self-control on cyberbullying behavior and conformity as a mediator. The results of the mediation analysis show that the value is significant, meaning that emotional regulation and self-control have an influence on cyberbullying behavior with conformity as the mediator variable.

Keywords: *Cyberbullying Behavior, Conformity, Emotion Regulation, Self-Control*

1. PENDAHULUAN

Seiring majunya perkembangan zaman, terdapat banyak teknologi baru yang muncul. Beberapa tahun lalu, manusia masih menggunakan telepon untuk melakukan percakapan jarak jauh,

kemudian hadir *pager* yang disusul dengan *handphone* sebagai era telekomunikasi nirkabel (Putra, 2018). Terkoneksinya *handphone* dengan internet menjadi tren masa kini bagi semua kalangan masyarakat, terutama bagi remaja. Internet

memberikan dampak positif bagi pemakainya seperti mempermudah untuk mencari informasi dan dapat berkomunikasi dengan banyak orang tanpa banyak hambatan dalam hal biaya, jarak jauh, dan waktu (Soliha, 2015). Selain dari dampak positif penggunaan internet, terdapat pula dampak negatifnya. Salah satunya adalah muncul peristiwa *cyberbullying*. Perkembangan media sosial sebagai *platform* komunikasi yang mudah digunakan dan dapat diakses di kalangan remaja semakin cepat, membawa tren baru ke masyarakat sebagai sarana penindasan secara *online* atau *cyberbullying*.

Cyberbullying adalah tindakan agresif dan disengaja yang dilakukan dari waktu ke waktu oleh kelompok atau individu dengan menggunakan alat elektronik kepada korban yang sulit untuk melindungi diri sendiri (Smith et al., 2008). Patchin & Hinduja (2012) menyatakan bahwa *cyberbullying* merupakan tindakan individu dengan menggunakan media elektronik untuk melecehkan, menghina, atau mengolok-olok orang lain secara berulang kali. Contohnya termasuk meng-*upload* atau mengunggah foto memalukan orang lain di media sosial, berulang kali mengirim pesan ancaman, menulis kalimat yang menyakitkan di kolom komentar media sosial, serta memakai akun palsu untuk menghina orang lain. Menurut Utami (2014) juga menyatakan *cyberbullying* merupakan salah satu penyebab penyalahgunaan media sosial oleh remaja. Interaksi dengan media sosial bisa dilakukan tanpa bertemu langsung dan juga bisa berinteraksi dengan orang yang dikenal atau tidak dikenal (Sukmawati & Kumala, 2020).

Motif melakukan *cyberbullying* dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain prediktor keluarga, kegagalan dalam mengontrol diri, dan faktor eksternal (lingkungan sekitar). Kegagalan dalam

mengontrol diri berasal dari dalam diri sendiri (faktor internal). Individu yang tidak dapat mengontrol dorongan naluri mereka, tidak dapat mencari hal yang berguna atau bermanfaat. Kegagalan individu dalam mengontrol diri dapat mengarah pada perilaku kejahatan, seperti perilaku *cyberbullying*. Seseorang yang terlibat dalam *cyberbullying* tidak terjadi dengan sendirinya, akan tetapi dipengaruhi oleh faktor internal seperti kontrol diri (Pandie & Weismann, 2016).

Menurut Taylor, dkk. (2009) menyatakan bahwa perilaku konformitas sebagai tindakan sukarela yang dilakukan oleh seseorang karena orang lain juga melakukannya. Kim & Han (2020) yang menyatakan bahwa konformitas teman sebaya memiliki kecenderungan untuk mematuhi norma-norma kelompok sebaya yang berakibat merugikan orang lain atau melanggar aturan. Myers (2016) juga berpendapat bahwa perilaku konformitas yang dimana seseorang mengubah perilaku sesuai dengan harapan orang lain. Sehingga seseorang harus merubah sikap dan perilaku sesuai dengan aturan norma-norma sosial yang berlaku.

Menurut Cowie & Jennifer (2008) mengatakan bahwa faktor penyebab kecenderungan perilaku *cyberbullying* salah satunya adalah regulasi emosi yang buruk atau sifat temperamen. Menurut Calhoun & Acocella (1990) berpendapat bahwa kontrol diri adalah sekumpulan proses yang membentuk individu atau regulasi proses psikologis, fisik, dan perilaku seseorang (Ghufron & Risnawita S, 2016).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh regulasi emosi dan kontrol diri terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta.

2. LANDASAN TEORI

Perilaku *Cyberbullying*

Menurut Qing Li (2006) *Cyberbullying* merupakan tindakan mengirim pesan atau gambar yang berbahaya dan kejam melalui internet atau sarana komunikasi digital yang lain. Menurut Hidajat, dkk (2015) juga menjelaskan *cyberbullying* adalah tindakan agresif dan melecehkan terhadap seseorang yang dilakukan oleh individu atau sekelompok orang melalui pesan teks, foto, atau video.

Menurut Ybarra & Mitchell (2004) mengungkapkan bahwa *cyberbullying* adalah jenis perilaku agresif yang menggunakan teknologi elektronik seperti ponsel, kamera, email, dan situs web untuk mengirim pesan yang melecehkan atau menyinggung orang lain. Smith, dkk (2008) juga menjelaskan bahwa *cyberbullying* merupakan tindakan agresif dan disengaja yang dilakukan dari waktu ke waktu oleh kelompok atau individu dengan menggunakan alat elektronik kepada korban yang sulit untuk melindungi diri sendiri.

Menurut Marleni & Weismann (2016), menyatakan bahwa *cyberbullying* didefinisikan sebagai jenis intimidasi yang digunakan oleh pelaku untuk melakukan pelecehan kepada korban melalui perangkat elektronik. Pelaku melakukan berbagai cara untuk membuat korban terluka, seperti mengirim pesan teks yang kejam, mempermalukan korban dengan menyebarkan gambar atau foto yang memalukan agar orang lain melihatnya.

Berdasarkan uraian diatas, dalam penelitian ini *cyberbullying* merupakan tindakan kejam yang dilakukan secara sengaja melalui media elektronik yang bertujuan untuk menghina, mempermalukan serta mengolok-olok orang lain.

Menurut Willard (dalam Imanti & Triyono, 2018), mengemukakan aspek dari *cyberbullying* yaitu *flaming* (amarah), *harassment* (pelecehan), *denigration*

(mencemarkan nama baik), *impersonation* (peniruan), *outing and trickery* (tipu daya), *exclusion* (pengucilan), *cyberstalking* (penguntitan di media sosial).

Emilia & Leonardi (2013) menambahkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberbullying* adalah teman sebaya. Hubungan dengan teman sebaya dapat mengarahkan individu untuk terlibat dalam *cyberbullying*, dimana mereka cenderung ingin diakui oleh teman sebaya. Regulasi emosi juga pernah dikaji hubungannya dengan *cyberbullying*. Penelitian Widyayanti dkk (2022) melihat regulasi emosi dan perilaku *cyberbullying* pada remaja awal. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*. Waji (2021) juga menjelaskan tentang kontrol diri sebagai faktor penurunan perilaku *cyberbullying* pada dewasa awal. Individu yang mampu mengontrol dirinya dengan baik cenderung rendah kecenderungan melakukan *cyberbullying*. Penelitian Devia & Pratama (2021) menunjukkan hubungan kontrol diri dengan perilaku *cyberbullying* di media sosial pada remaja.

Konformitas

Konformitas adalah kecenderungan untuk mengubah persepsi, pendapat, atau perilaku secara konsisten agar sesuai dengan norma kelompok (Kassin et al., 2021). Konformitas adalah suatu kecenderungan dalam perubahan keyakinan dari perilaku seseorang sehingga perilaku tersebut dapat sesuai dengan perilaku orang lain atau standar perilaku yang sudah di standari oleh kelompoknya (Cialdini & Goldstein, 2004). Sebuah konformitas yang sering terjadi pada remaja disebabkan karena adanya rasa takut dalam dirinya jika tidak mengikuti kelompok serta menghindari dikucilkan oleh kelompoknya (Mappiare, 1982).

Terdapat dua alasan utama untuk melakukan konformitas, yaitu pengaruh informasional dan pengaruh normatif. Pengaruh informasional terjadi ketika seseorang beralih ke anggota kelompoknya untuk memperoleh dan menerima informasi yang akurat tentang realitas. Pengaruh normatif terjadi ketika seseorang menyesuaikan diri agar disukai atau diterima oleh anggota kelompok.

Berdasarkan berbagai pengertian di atas, maka dapat ditarik garis besar bahwa pengertian dari konformitas membuat orang mengubah keyakinan dan perilaku agar menjadi sesuai dengan standar kelompok. Individu yang mungkin pada awalnya bukan merupakan seorang pelaku bullying di dunia nyata bisa saja menjadi ikut terlibat dalam *cyberbullying* sebagai bentuk penyesuaian dalam dunia maya. Menurut Sears (2005) mengemukakan bahwa aspek-aspek konformitas yaitu kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan.

Baron dan Byrne (2005), ada tiga faktor yang mempengaruhi konformitas yaitu kohevisitas, ukuran kelompok, dan norma sosial deskriptif atau norma injungtif.

Regulasi Emosi

Gross (2014) menyebut regulasi emosi sebagai kemampuan individu dalam mengelola emosi dan tampak pada tindakan yang dilakukannya. Individu merespon suatu situasi tertentu yang menyebabkan individu tersebut mendapatkan pengalaman emosional, yang kemudian akan keluar sebagai tindakan. Gross (2014) juga mengungkapkan bahwa terdapat dua strategi yang digunakan oleh manusia dalam mengelola emosi yang dirasakannya, kedua strategi itu yakni *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Strategi *cognitive reappraisal*, melibatkan proses kognitif dimana individu mengelola emosinya

dengan berpikir kembali sebelum memberikan respon emosi pada suatu situasi. Dengan demikian terdapat kemungkinan individu akan mengubah pola pikirnya sebelum mengekspresikan emosi yang dirasakannya. Sedangkan pada strategi *expressive suppression*, menekankan pada ekspresi yang ditunjukkan individu sebagai caranya dalam mengelola emosi yang dirasakannya. Individu mengelola emosinya dengan menekan ekspresi yang berlebihan dalam kondisi yang emosional.

Gross (2003) juga mengemukakan proses regulasi emosi yang terjadi pada individu yakni pertama *situation selection*, dengan menampilkan perilaku yang didasari pada dampak dari emosi yang muncul. Kedua *situation modification*, dengan melakukan modifikasi terhadap situasi-situasi yang berpotensi memunculkan respon emosional. Ketiga *attention deployment*, dengan melakukan pengalihan atas situasi pada hal-hal yang lebih menyenangkan. Keempat *cognitive change*, dengan mengubah cara menilai situasi yang kemudian menghasilkan transformasi kognisi yang menimbulkan emosi. Kelima *response modulation*, dengan berupaya memengaruhi fisiologis untuk meredakan respon emosional yang dialami, misalnya dengan menggunakan obat-obatan, rokok, atau alkohol.

Regulasi emosi yang tepat meliputi kemampuan untuk mengatur perasaan, reaksi fisiologis, kognisi yang berhubungan dengan emosi, dan reaksi yang berhubungan dengan emosi (Shaffer, 2005). Walden & Smith (dalam Eisenbergh, dkk, 2000) menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan proses menerima, mempertahankan dan mengendalikan suatu kejadian, intensitas, dan lamanya emosi dirasakan, proses fisiologis yang berhubungan dengan emosi, ekspresi wajah serta perilaku yang dapat diobservasi.

Berdasarkan berbagai pengertian di atas, maka dapat ditarik garis besar bahwa pengertian dari regulasi emosi adalah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat meliputi suatu tujuan.

Aspek-aspek regulasi emosi yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Gross (2007). Beberapa aspek regulasi emosi, yaitu *Acceptance of emotional responses (acceptance)*, *gaging in goal directes behavior (goals)*, *Control emotional response (impulse)*, *Strategies to emotion regulation (strategies)*.

Kontrol Diri

Menurut Chaplin (1981) menyatakan bahwa kontrol diri didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya sendiri (Bukhori, 2012). Selain itu Hofman, dkk (2012), menjelaskan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan seseorang untuk melawan atau menunjukkan ke arah yang lebih baik dalam menghadapi godaan (Malihah & Alfiasari, 2018).

Lazarus (1998) juga menjelaskan bahwa kontrol diri adalah proses yang menjadikan individu sebagai faktor utama dalam menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan pola perilaku yang menuju ke arah yang positif. (Situmorang et al., 2018). Sejalan dengan pendapat tersebut, Tangney, dkk (2004) menyatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menentukan perilaku berdasarkan norma-norma tertentu, seperti moralitas, nilai-nilai serta aturan-aturan dalam masyarakat untuk melakukan perilaku yang positif (Dwi Marsela & Supriatna, 2019).

Berdasarkan pengertian dari para ahli, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengertian dari kontrol diri merupakan suatu keputusan individu menahan keinginan dan implus agar sesuai dengan norma

sosial, sehingga perilaku dapat mengarah ke hal yang positif.

Averill (1973) (dalam Situmorang et al., 2018), mengemukakan lima aspek-aspek kontrol diri, meliputi meliputi kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, kemampuan mengambil keputusan, disiplin diri, kehati-hatian, kebiasaan sehat, etika kerja, dan konsisten.

3. METODOLOGI

Variabel penelitian ini adalah perilaku *cyberbullying*, konformitas, regulasi emosi, dan kontrol diri. *Cyberbullying* merupakan tindakan kejam yang dilakukan secara sengaja melalui media elektronik yang bertujuan untuk menghina, mempermalukan serta mengolok-olok orang lain. Pengukuran variabel *cyberbullying* menggunakan skala *cyberbullying* yang dibuat oleh penulis berdasarkan pada aspek aspek yang dijelaskan oleh Willard (2007) yaitu *flaming*, *harassment*, *denigration*, *outing*, dan *exclusion*. Jika skor yang didapatkan semakin tinggi, maka semakin tinggi pula tingkat *cyberbullying* pada siswa. Di sisi lain, semakin rendah skor yang didapatkan, semakin rendah juga tingkat *cyberbullying* siswa.

Konformitas membuat orang mengubah keyakinan dan perilaku agar menjadi sesuai dengan standar kelompok. Individu yang mungkin pada awalnya bukan merupakan seorang pelaku *bullying* di dunia nyata bisa saja menjadi ikut terlibat dalam *cyberbullying* sebagai bentuk penyesuaian dalam dunia maya. Skala konformitas yang merupakan skala adopsi dari Sears (1991), dengan aspek-aspek konformitas yaitu kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan.

Regulasi emosi adalah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang

timbul pada tingkat intensitas yang tepat meliputi suatu tujuan. Dampak dari regulasi emosi dapat berdifat positif yaitu menimbulkan kesejahteraan dan dapat bersifat negatif yang dapat menimbulkan kecemasan atau depresi. Variabel regulasi emosi dalam penelitian ini, diukur dengan menggunakan skala regulasi emosi yang telah diadaptasi oleh Tri (2022). Menurut Gross (2014) aspek-aspek dari regulasi emosi yaitu *acceptenace of emotional response, enganging in goal directed behavior, control emotional reponse, strategies to emotion regulation*.

Kontrol diri merupakan suatu keputusan individu menahan keinginan dan implus agar sesuai dengan norma sosial, sehingga dapat mengarah ke perilaku yang positif. Variabel kontrol diri pada penelitian ini diukur dengan menggunakan skala kontrol diri yang telah diadaptasi oleh Desi (2021) berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Averil (1973), yaitu kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, dan kemampuan mengambil keputusan.

Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Sugiyono (2015), populasi adalah wilayah generalisasi objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Lebih lanjut dijelaskan populasi bukan sekedar jumlah yang ada pada objek atau subyek yang dipelajari, meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh objek atau subjek yang diteliti.

Pengambilan subjek yang akan digunakan adalah dengan menggunakan metode *non-probability*. Sugiyono (2015), menggunakan *non-probability* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak

memberi peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik sensus sampling (*sampling* jenuh). Menurut Sugiyono (2015) yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel yakni pada siswa paket di Yayasan Al-Hazen dengan jumlah 100 sampel.

Metode Pengumpulan Data

Menggunakan skala yang telah dipilih untuk mengukur variabel-variabel dalam pengumpulan data. Skala yang ditetapkan dalam bentuk model skala Likert. Menurut Azwar (2016) skala *Likert* adalah skala berupa pernyataan-pernyataan pendapat.

Untuk skala kecenderungan perilaku *cyberbullying* instrumen yang digunakan untuk mengukur *cyberbullying* dalam penelitian ini berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Willard (2007) yang aspek-aspeknya yaitu *flaming, harassment, denigration, outing, exclusion* berjumlah 30 item dengan realibilitas 0.886.

Skala konformitas instrumen yang digunakan untuk mengukur konformitas dalam studi ini adalah skala regulasi emosi yang merupakan skala adopsi dari Sears (1991) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia yang aspek-aspeknya kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan. Validitas dan realibilitas skala konformitas Sears (1991) berjumlah 18 item dengan hasil validitas yaitu 0.200 dan realibitas $\alpha = 0.882$.

Skala regulasi emosi instrumen yang digunakan untuk mengukur regulasi emosi dalam studi ini adalah skala regulasi emosi yang merupakan skala disusun oleh Tri (2022), skala ini menurut Gross (2014) yang aspek-aspeknya *acceptenace of emotional response, enganging in goal directed behavior, control emotional reponse, strategies to emotion regulation*.

Validitas dan realibilitas skala regulasi emosi dari Gross (2014) dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri (2022) berjumlah 22 item hasil validitas yaitu 0.138 dan relibilitas yaitu $\alpha = 0.865$.

Skala kontrol diri Instrumen yang digunakan untuk mengukur kontrol diri dalam studi ini adalah skala kontrol diri yang disusun oleh Desi (2021), skala ini didasarkan pada aspek kontrol diri menurut Averill (1973) yang aspek-aspeknya adalah kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi satu peristiwa, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa, kemampuan menafsirkan suatu peristiwa, kemampuan mengambil keputusan. Validitas dan realibilitas skala kontrol diri dari Averill (1973) dengan hasil penelitian oleh Desi (2021) berjumlah 22 item hasil validitas yaitu 0.280 dan hasil realibitas yaitu $\alpha = 0.869$.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas

Fit Statistic		Statistic	p
Test			
Kolmogorov-Smirnov	Cyberbullying	0.099	0.283
	Konformitas	0.053	0.119
	Regulasi Emosi	0.029	0.771
	Kontrol Diri	0.112	0.164

Hasil uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *one-sampel Kolmogorov-Smirnoof* yang mana jika nilai signifikan lebih dari 0,05 artinya data terdistribusi normal begitu pula sebaliknya. Namun, terlebih dahulu variabel diubah menjadi bentuk variabel residual. Berdasarkan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnoof* dapat dilihat nilai variabel *cyberbullying* signifikansi 0,283 di mana $>$ dari 0,05 maka dapat dikatakan data penelitian berdistribusi normal. Pada variabel konformitas signifikansi 0.119 dimana $>$ 0.05 maka dapat dikatakan data penelitian berdistribusi normal. Pada variabel regulasi emosi signifikansi 0.771 $>$ 0.05, maka dapat dikatakan data penelitian

berdistribusi normal, dan pada variabel kontrol diri signifikansinya 0.164 $>$ 0.05, maka dapat dikatakan data penelitian berdistribusi normal.

Kategori Data

Berdasarkan perhitungan kategorisasi, variabel kepuasan pernikahan ditemukan *mean* temuan sebesar 42, maka kepuasan pernikahan yang dimiliki pasangan *dual-earner* di Pekanbaru pada kategori tinggi. Variabel pemaafan ditemukan *mean* temuan sebesar 39, maka pemaafan yang dimiliki pasangan *dual-earner* di Pekanbaru pada kategori tinggi. Variabel kebersyukuran ditemukan *mean* temuan sebesar 33, maka kebersyukuran yang dimiliki pasangan *dual-earner* di Pekanbaru pada kategori tinggi.

Analisis Data

Berdasarkan dari hasil analisis terhadap 100 responden maka dapat diketahui dengan menggunakan metode analisis data pengujian mediasi pada JASP 19.0 for windows diperoleh hasil, yaitu adanya pengaruh regulasi emosi dan kontrol diri terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta.

		Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
						Lower	Upper
KF	→ CY	0.204	-0.118	1.737	0.032	-0.026	0.435
RE	→ CY	-0.066	0.015	4.239	<.001	0.035	-0.096
KD	→ CY	-0.017	0.014	1.190	0.034	-0.011	0.044
RE	→ KF	0.033	0.013	2.559	0.011	0.008	0.058
KD	→ KF	-0.073	0.009	7.707	<.001	0.055	0.092

(CY : Cyberbullying ; KF : Konformitas ; RE : Regulasi Emosi ; KD : Kontrol Diri)

Berdasarkan hasil uji analisis hipotesis pertama terdapat pengaruh konformitas dalam mengelola perilaku *cyberbullying* diperoleh nilai estimasi 0,204 dengan $p = 0.032$ ($<$ 0.05). Dengan demikian H_{a1} adalah terdapat pengaruh konformitas sebagai mediator terhadap kecenderungan *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta diterima. Disimpulkan bahwa ada pengaruh konformitas sebagai mediator terhadap

kecenderungan *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Arianty (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh konformitas terhadap perilaku *cyberbullying*. Semakin tinggi konformitas maka semakin tinggi pula perilaku *cyberbullying* dan semakin rendah konformitas maka semakin rendah pula perilaku *cyberbullying*. Hurlock, (2013) mengemukakan bahwa hal yang paling penting dan sulit dalam perubahan pada remaja adalah penyesuaian diri pada pengaruh yang berkembang dari kelompok sebaya. Perubahan perilaku sosial, kelompok sosial baru, nilai baru untuk pilihan persahabatan, nilai baru untuk penerimaan dan penolakan keadaan sosial, dan nilai baru untuk pilihan pemimpin.

Hipotesis kedua terdapat pengaruh regulasi emosi dalam terhadap kecenderungan *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Berdasarkan uji analisis hipotesis kedua, terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap *cyberbullying* diperoleh nilai -0.066 dengan $p = < 0.001 (< 0.05)$. Dengan demikian H_{a2} terdapat pengaruh regulasi emosi dalam mengelola kecenderungan *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta diterima. Disimpulkan bahwa adanya pengaruh regulasi emosi dalam mengelola kecenderungan *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Umasugi (2013) menyatakan bahwa siswa yang memiliki regulasi emosi rendah tidak mampu mengantur pemikiran dan perilakunya saat munculnya emosi-emosi yang berbeda (emosi negatif dan emosi positif). Ketika sedang mengalami emosi negatif, siswa dengan regulasi emosi yang baik akan tetap berpikir jernih sehingga perilaku yang muncul tetap berdasarkan logika dan kesadaran. Ekspresi emosi negatif yang tidak dapat

diregulasi dengan baik akan menyebabkan perilaku *cyberbullying* muncul. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizki (2023) hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* artinya semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki oleh siswa SMK X maka semakin tinggi perilaku *cyberbullying*, beritupun sebaliknya semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki oleh siswa SMK X maka semakin rendah perilaku *cyberbullying*.

Hipotesis ketiga terdapat kontrol diri dalam terhadap kecenderungan *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Berdasarkan hasil uji analisis hipotesis ketiga, terdapat pengaruh kontrol diri dalam mengelola perilaku *cyberbullying* diperoleh nilai estimasi -0.017 dengan nilai $p = 0.034 (< 0.05)$. Dengan demikian H_{a3} terdapat pengaruh kontrol diri dalam mengelola perilaku *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial tiktok di Jakarta diterima. Disimpulkan bahwa ada pengaruh kontrol diri dalam mengelola perilaku *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial tiktok di Jakarta. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2017) yang menjelaskan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan intensi melakukan *cyberbullying*. Jadi semakin tinggi tingkat kontrol diri, intensi melakukan *cyberbullying* akan semakin rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa seseorang yang melakukan perilaku *cyberbullying* merupakan seseorang yang gagal dalam mengontrol diri. Kontrol diri memiliki hubungan dan peran yang sangat penting bagi individu untuk menekan perilaku *cyberbullying*. Kemudian juga sejalan dengan pendapat Pandie & Weismann (2016) yang menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi *cyberbullying* salah satunya yaitu kegagalan dalam mengontrol diri.

Hipotesis keempat terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Berdasarkan hasil uji analisis hipotesis keempat terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap konformitas sebagai mediator diperoleh nilai estimasi 0.033 dengan $p = 0.011 (< 0.05)$. Dengan demikian H_{a4} terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta diterima. Disimpulkan bahwa ada pengaruh regulasi emosi terhadap konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadani (2020) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah konformitas dan juga sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka konformitas semakin tinggi. Kontrol diri (*self control*) tergolong menjadi salah satu faktor penyebab remaja muda terpengaruh dengan tindakan *conform* negatif yang dilakukan oleh teman kelompoknya. Konformitas yang negatif dapat digambarkan sebagai sebuah kegagalan dalam mengembangkan *self control* yang cukup dalam bertingkah laku. Remaja sudah mempelajari perbedaan antara perilaku yang bisa diterima dan perilaku yang tidak bisa diterima lingkungan, namun remaja yang mempunyai kontrol diri kurang tidak bisa menganalisa hal tersebut.

Hipotesis kelima terdapat pengaruh kontrol diri terhadap konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Berdasarkan hasil uji hipotesis kelima terdapat pengaruh kontrol diri terhadap konformitas sebagai mediator diperoleh nilai estimasi 0.073 dengan $p = < 0.001 (< 0.05)$. Dengan demikian H_{a5} adalah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap konformitas sebagai mediator pada remaja

akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta diterima. Disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kontrol diri terhadap konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadani (2020) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah konformitas dan juga sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka konformitas semakin tinggi. Kontrol diri (*self control*) tergolong menjadi salah satu faktor penyebab remaja muda terpengaruh dengan tindakan *conform* negatif yang dilakukan oleh teman kelompoknya. Konformitas yang negatif dapat digambarkan sebagai sebuah kegagalan dalam mengembangkan *self control* yang cukup dalam bertingkah laku. Remaja sudah mempelajari perbedaan antara perilaku yang bisa diterima dan perilaku yang tidak bisa diterima lingkungan, namun remaja yang mempunyai kontrol diri kurang tidak bisa menganalisa hal tersebut.

				95% Confidence Interval						
				Estimate	Std. Error	z-value	p	Lower	Upper	
RE	→	KF	→	CY	-0.007	0.005	1.437	<.001	-0.002	0.016
KD	→	KF	→	CY	-0.015	0.009	1.694	0.005	-0.002	0.032

(CY : Cyberbullying ; KF : Konformitas ; RE : Regulasi Emosi ; KD : Kontrol Diri)

Hipotesis keenam terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator diperoleh nilai estimasi -0.007 dengan $p = < 0.001 (< 0.05)$. Dengan demikian H_{a6} adalah terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta diterima. Disimpulkan bahwa ada pengaruh regulasi emosi terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat interaksi variabel konformitas dengan regulasi

emosi dan perilaku *cyberbullying* sehingga bisa dikatakan variabel konformitas berperan sebagai mediator atau ada efek mediasi. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sarah (2019) terkait pengaruh regulasi emosi dengan dimediasi oleh konformitas pada remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh antara regulasi emosi dengan dimediasi oleh konformitas terhadap perilaku *cyberbullying*. Artinya bahwa ketika regulasi emosi tinggi maka konformitas dan perilaku *cyberbullying* akan rendah, begitupun sebaliknya ketika regulasi emosi rendah maka konformitas dan perilaku *cyberbullying* akan tinggi.

Hipotesis ketujuh pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Berdasarkan hasil uji analisis hipotesis ketujuh terdapat pengaruh kontrol diri dalam mengelola perilaku *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator diperoleh nilai estimasi -0.015 dengan $p = 0.005 (< 0.05)$. Dengan demikian H_{a7} adalah pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta diterima. Disimpulkan bahwa ada pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat interaksi variabel konformitas dengan kontrol diri dan perilaku *cyberbullying* sehingga bisa dikatakan variabel konformitas berperan sebagai mediator atau ada efek mediasi. Pandie & Weisman (2016) yang menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi *cyberbullying* salah satunya yaitu kegagalan dalam mengontrol diri. Kegagalan dalam mengontrol diri berasal dari dalam diri (faktor internal). Bahwa semakin

meningkat kontrol diri, intensi melakukan *cyberbullying* dengan konformitas semakin rendah. Demikian pula sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka perilaku *cyberbullying* dengan konformitas akan semakin tinggi.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terdapat kesimpulan bahwa: Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara konformitas terhadap kecenderungan *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Terdapat pengaruh yang negatif dan signifikan antara regulasi emosi terhadap kecenderungan *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta.

Terdapat pengaruh yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dalam mengelola perilaku *cyberbullying* pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara regulasi emosi terhadap konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara kontrol diri terhadap konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta.

Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara regulasi emosi terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara kontrol diri terhadap kecenderungan *cyberbullying* dengan konformitas sebagai mediator pada remaja akhir pengguna media sosial Tik-tok di Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

Akbar, E. F. R. (2015). Pengaruh self esteem dan pola asuh orang tua

- terhadap perilaku cyberbullying siswa MAN 1 Tangerang. *Bachelor's Thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Psikologi.*
- Arikunto, S. (2010). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Aslan. (2019). Peran Pola Asuh Orangtua di Era Digital. *Jurnal Studia Insania*, 7(1), 20.
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69
- Ghufron, M. N., & Risnawita S, R. (2016). *Teori-teori Psikologi*. Ar-ruzz Media: Jogjakarta.
- Hidajat, M., Adam, A. R., Danaparamita, M., & Suhendrik. (2015). Dampak Media Sosial Dalam Cyber Bullying. *ComTech: Computer, Mathematics and Engineering Applications*, 6(1), 72–81.
- Li, Qingyi, Luo, Y., Hao, Z., Smith, B., Guo, Y., & Tyrone, C. (2021). Risk Factors of Cyberbullying Perpetration Among School-Aged Children Across 41 Countries: a Perspective of Routine Activity Theory. *International Journal of Bullying Prevention*, 3(3), 168–180
- Pandie, M. M., & Weismann, I. T. J. (2016). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelaku Maupun Sebagai Korban Cyberbullying Pada Siswa Kristen SMP Nasional Makasar. In *Jurnal Jaffray* (Vol. 14, Issue 1).
- Putra, J. S. (2018). Peran Syukur sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Self-esteem pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197.
- Situmorang, N. Z., Ismail, N., Muarifah, A., & Wahyudin, U. (2018). Kenakalan Remaja Dilihat dari Pola Asuh Permisif Orangtua dan Kontrol Diri Siswa SMU di Kota Ternate. *Prosiding Konferensi Nasional Ke-8*, 1–7.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 49(4), 376–385.
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial [Level of Dependence on Users of Social Media and Social Anxiety]. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), 1–10.
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA.
- Sukmawati, A., & Kumala, A. P. B. (2020). Dampak Cyberbullying Pada Remaja. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 1(1), 55–65. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/asjn/article/download/17648/9946>
- Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2004). Online aggressor/targets, aggressors, and targets: A comparison of associated youth characteristics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 45(7), 1308–1316