

Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku *Cyberbullying* Pada Remaja

Eliza Qotrunnadza Munawaroh Fatma
Prodi Psikologi Islam, UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
elizanadza@gmail.com

Mirna Wahyu Agustina
Prodi Psikologi Islam, UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung,
mirna.wahyu@uinsatu.ac.id

Abstract: *There are many phenomena of gadget users nowadays ranging from children to adults, if the use of gadgets is not controlled properly it will cause cases of cyberbullying, which will make teenagers in the future more vulnerable to bullying in cyberspace. This research was encouraged because there was data on an increase in cyberbullying from field data and news. The purpose of this study was to obtain correct information, to determine the effect of self-control on adolescent cyberbullying, the sample of this study was adolescents aged 13-18 years with a total of 384 respondents. The research measurement tools are the self-control scale and the cyberbullying scale. This study uses a comparative causal quantitative with a simple regression analysis technique using SPSS 23 For Windows. Based on the research results, it is known that there is a significant influence between self-control and cyberbullying with a value of $p = 0.000 < 0.05$, with a value of $R = 0.287$.*

Keywords : *Cyberbullying, Self Control, Teenagers*

Abstrak : Banyaknya fenomena pengguna *gadget* di masa sekarang mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, jika dalam menggunakan *gadget* tidak dikontrol dengan baik maka akan menimbulkan kasus *cyberbullying*, yang mengakibatkan remaja kedepannya semakin rentan terhadap perundungan di dunia maya. Penelitian ini didorong karena adanya data peningkatan *cyberbullying* dari data lapangan maupun berita. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi yang benar, mengetahui pengaruh kontrol diri dengan *cyberbullying* remaja, sampel dari penelitian ini merupakan remaja dengan usia 13-18 tahun sejumlah 384 responden. Alat ukur penelitian yaitu skala kontrol diri dan skala *cyberbullying*, penelitian ini menggunakan kuantitatif kausal komparatif dengan teknik analisis regresi sederhana menggunakan SPSS 23 For Windows. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat pengaruh signifikan antara kontrol diri dan *cyberbullying* dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$, dengan nilai $R = 0.287$.

Kata Kunci : *Cyberbullying, Kontrol Diri, Remaja*

Pendahuluan

Di masa sekarang internet dapat dikatakan sebagai nyawa kedua bagi manusia, karena semua aktivitas mulai dari pembelajaran, bisnis, pekerjaan, mengembangkan bakat dan lain-lain semua dilakukan dengan menggunakan internet. Para pengguna internet dapat dengan mudah mengakses semua informasi yang ingin diketahui. Manfaat lain dari internet yaitu dapat digunakan sebagai media komunikasi dengan semua orang tanpa adanya batasan waktu, dengan kata lain media komunikasi saat ini dapat mendekatkan yang jauh dan juga dapat menjauhkan yang dekat jika tidak bijak dalam penggunaannya.

Berdasarkan hasil survei yang dilaksanakan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) menunjukkan adanya kenaikan pengguna internet setiap kuartalnya pada tahun 2020 menjadi 73,7% dari jumlah penduduk Indonesia atau sama dengan 196,7 juta konsumen. Jika dihitung dari tahun 2018 hingga 2020 pengguna internet terus meningkat sebanyak 8,9% atau sebesar 25,5 juta pengguna. Hal tersebut diakibatkan adanya faktor-faktor yang menyebabkan pengguna internet melonjak. Salah satunya adalah pembelajaran yang dilaksanakan secara 100% online pada awal masa pandemic covid – 19 hingga bulan Juni 2021 serta infrastruktur internet semakin menyebar hingga pelosok desa. APJII mengamati perilaku pengguna internet selama masa pandemic covid - 19 rata-rata mengakses internet selama 8 jam per hari.

Jika dihitung dari bulan januari 2020 sampai dengan bulan januari 2021 pengguna aktif media sosial bertambah menjadi 10 juta atau dapat dikatakan adanya peningkatan sebesar 6,3% dari jumlah seluruh penduduk di Indonesia. Dilansir dari laporan survei agensi *marketing We Are Social Hootsuite* menyatakan di Indonesia separuh penduduknya aktif dalam penggunaan media sosial, generasi milenial atau biasa disebut sebagai generasi Z paling mendominasi dalam penggunaan media sosial. Media sosial yang paling diminati generasi milenial adalah youtube selanjutnya diikuti oleh aplikasi *WhatsApp* dan *Instagram* (Kompas, 2021).

Tujuan seseorang menciptakan media sosial adalah agar dapat membangun interaksi antara satu sama lain yang dapat dikemas secara praktis, aktif dan interaktif (Aris Kurniawan, 2015). Semua pengguna media sosial dapat ikut serta dalam membuat, berbagi dan memperoleh informasi dalam bentuk e-mail, blog situs web forum dan lain-lain. Semua informasi yang berada di media sosial tidak hanya bisa dikonsumsi oleh individu saja, melainkan dapat dikonsumsi oleh semua orang pengguna aktif media sosial sehingga menjadikannya tren topik di salah satu aplikasi media sosial. Hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya penyebaran berita atau informasi dengan cepat ke banyak negara sehingga didapatkan jutaan tanggapan dari pengguna media sosial.

Terdapat dua dampak ketika berselancar di media sosial, yang pertama yaitu dampak negatif seperti pornografi merajalela di media sosial/internet, banyak sekali terjadi penipuan melalui media sosial dengan jumlah kerugian material dalam jumlah besar. Yang kedua adalah dampak positif seperti dapat mempererat hubungan silaturahmi, menambah wawasan pengetahuan, berbagai informasi yang akurat seperti perguruan tinggi, lowongan pekerjaan, beasiswa dan lain-lain (Baruga Pelayanan Masyarakat, 2021). Dampak negatif dari berselancar di media sosial ini pada kenyataannya lebih banyak di temui di era saat ini.

UNICEF (2019) menyatakan bahwa 70% remaja dengan rentangan umur 15-24 tahun di seluruh dunia pernah mengalami kekerasan online, penindasan dunia maya serta pelecehan digital. Sedangkan UNESCO (dalam UNICEF, 2019) menyampaikan bahwa remaja perempuan beresiko lebih tinggi mendapatkan tindak *cyberbullying* dari pada laki-laki. Hal

itu dapat menyebabkan kerugian yang serius bagi korban karena hal tersebut dapat dengan mudah menyebar di khalayak dan dapat diakses tanpa adanya batasan, hal itu bisa menghantui korban seumur hidup. Para korban *cyberbullying* cenderung mengalami harga diri turun, bolos sekolah, menggunakan obat-obatan terlarang bahkan bisa mengakibatkan bunuh diri. Selain itu, Nadiem Makarim, selaku Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi turut menyoroti kasus *cyberbullying* atau perundungan daring yang dialami pelajar. Ia prihatin mengenai banyaknya perilaku negatif pelajar dalam bermain media sosial yang didapatinya. Disampaikan dalam konferensi video, Nadiem Makarim (CNN Indonesia, 2021) mengatakan bahwa: Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2011 sampai 2019 telah mencatat kenaikan yang cukup serius mengenai kasus perundungan daring pada pelajar. Baik sebagai pelaku, maupun sebagai korban sebanyak 2.473 kasus. Menurut laporan dari SAFEnet, dalam rentang satu bulan saat diberlakukannya WFH, korban pelecehan sebanyak 78% mengaku mengalami pelecehan melalui dua hingga tujuh teknologi komunikasi secara bersamaan. Melalui subdivisi DARK (Digital At-Risks), SAFEnet mencatat kasus pengaduan tentang penyebaran konten intim non-konsensual (video maupun foto) meningkat hampir 400%. Akan tetapi, sebagian besar korban dan pihak lain yang terkait mengabaikan kasus KBGO. Meski demikian, sebanyak 11% wanita dan 5% pria yang mendokumentasikan saat KBGO terjadi (CNN Indonesia, 2021)

Kekerasan lainnya yang terjadi adalah kekerasan basis gender online (KBGO). Berdasarkan Catatan Tahunan Komisi Nasional Perempuan, yang dikeluarkan pada 5 Maret 2021 Kasus KBGO mengalami peningkatan yang sangat drastis yakni dari 281 kasus sepanjang tahun 2020, menjadi 940 kasus di tahun 2021 dimana peningkatan ini lebih dari tiga kali lipat tahun sebelumnya. Meski demikian, ruang lingkup interaksi yang terbatas pada masa pandemi ini, tidak dapat mencegah terjadinya kekerasan seksual. Apabila biasanya kekerasan seksual berupa ucapan tidak senonoh dan *catcalling*, kini dapat juga berubah dalam bentuk komentar seksis dan penyebaran video dan/atau foto tanpa izin. Dalam sebuah survei daring yang dilakukan sejak tanggal 6 sampai 19 April 2020, dengan jumlah 315 responden. Responden yang mengalami pelecehan selama *Work Form Home* sebanyak 86 orang, sementara 68 responden mengaku melihat pelecehan seksual terjadi. Serta 30 responden lainnya tidak hanya menjadi korban, tetapi juga sebagai saksi pelecehan seksual.

Willard (2007) menjelaskan bahwa perilaku *cyberbullying* merupakan perbuatan menyakiti seseorang yang dilakukan secara sengaja dengan cara mengirimkan bahan yang berbahaya dan disebarluaskan melalui media sosial, email atau media komunikasi lainnya. Perbuatan tersebut dapat menyebabkan kerusakan fisik atau mental korban melalui media internet atau teknologi lainnya. Terdapat tujuh aspek *cyberbullying* antara lain: *Flaming, Harassment, Cyberstalking, impersonation, Denigration / Pencemaran nama baik, outing* dan *tricker, Exclusion*.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan melalui media *WhatsApp* pada tanggal 28 Januari 2022 kepada 5 narasumber dapat disimpulkan bahwa empat di antaranya pernah melakukan perilaku *Cyberbullying* sekaligus pernah menjadi korban dan satu orang hanya menjadi korban *Cyberbullying* saja. Dari kelima remaja tersebut mencontohkan perilaku *Cyberbullying* seperti menghina fisik orang, menuduh tanpa bukti, mengucilkan, melakukan sindiran, menghina, meneror di media sosial

Bulan dan Wulandari (2021) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan terhadap kontrol diri dan *cyberbullying*. Maka, dari hasil analisis regresi penelitian tersebut adalah kontrol diri mempunyai pengaruh negatif pada *cyberbullying*. Dimana semakin tinggi kontrol diri dari individu, kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada

remaja yang memakai akun anonim dalam media sosial dapat diturunkan. Menurut Rizki (2015) Berdasarkan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini dapat di tarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara kontrol diri, iklim sekolah dan jenis kelamin terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja. Penelitian tersebut menyatakan bahwa pelaku *cyberbullying* lebih sering di lakukan oleh remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putra pada umumnya selalu meluapkan segala emosinya dimana saja dan kapan saja. Sementara itu, remaja putri biasanya mengungkapkan perasaannya dengan lebih tenang, seperti menulis catatan harian pribadi atau bercerita kepada teman. Karakteristik remaja pada umumnya melakukan *cyberbullying* antara lain adanya hubungan yang kurang baik dengan orang lain yang tidak disukainya dan ada masalah dalam keluarga, hal tersebut menjadikan remaja mencari pelampiasandi sosial media. Hal ini selaras dengan penelitian Hidayat (2017) Dalam penelitiannya dijelaskan bahwa mayoritas dari bentuk perilaku *cyberbullying* yang paling banyak dilakukan yaitu *flaming, trickery and outing, harassment*. Hal ini dapat dilakukan pencegahan agar dapat menekan tindakan *cyberbullying* adalah dengan cara orang tua yang melakukan pemantauan terhadap kegiatan para siswa dalam bermedia sosial (Julirianto dan Lestari, 2020)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Marsinun & Riswanto, 2020) sebagian besar pelaku *Cyberbullying* atau perundungan dilakukan oleh para remaja, hal tersebut dapat dilihat dari data statistik pengguna internet terbesar di Indonesia yang didominasi oleh para remaja. Ada banyak motif remaja melakukan tindak *bullying* di media sosial antara lain adanya ketidakpuasan terhadap pribadi atau kelompok yang dinilai kurang layak bagi pelaku, bermaksud menghibur agar dapat mengundang canda tawa pengguna internet, pelaku merasa dirinya lebih baik dari segi kualitas maupun kuantitas dibandingkan para korban.

Masa remaja bisa diartikan sebagai penghubung antara masa kanak-kanak dan dewasa, perkembangan masa remaja diisi dengan beberapa faktor interaksi antara lain genetik, biologis, lingkungan dan sosial (Santrock, 2011). Hurlock (1991) menyampaikan keadaan emosi individu selama masa remaja akan mengalami perubahan fisik dan kelenjar meningkatkan ketegangan emosional. Tidak semua remaja mengalami ketegangan emosi namun sebagaimana besar remaja mengalaminya, hal tersebut bisa saja terjadi karena adanya penyesuaian dari pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru misalnya tentang percintaan, jika remaja memiliki kisah cinta yang lancar maka mereka akan bahagia namun jika remaja mengalami kisah cinta yang pelik serta rumit akan menjadi sedih. Remaja tidak lagi mengekspresikan kemarahannya melalui gerakan kemarahan yang meledak-ledak, tetapi dengan menggerutu, menolak untuk berbicara, atau dengan suara keras mengkritik orang-orang yang memancing kemarahan. Contoh suara keras yang bias menyebabkan amarah orang sekitar seperti saat terlalu asik bermain game online, remaja saling berbicara dengan lawan main bahkan menggunakan kata-kata kasar.

Ketika remaja bermain dengan pemain lain atau yang dikenal dengan istilah *match* seperti di *Mobile Legends*, disadari atau tidak, banyak remaja yang mengucapkan kata-kata kasar seperti kata-kata bodoh, goblok, bahkan nama binatang dan kata-kata kotor lainnya yang muncul berulang-ulang. Apalagi ketika kalah atau anggota tim secara acak tidak mengikuti strategi, hal itu dapat mempengaruhi perilaku dan menghilangkan kesantunan dan etika dalam berkomunikasi. (Kompasiana, 2018). Bermain *game online* secara terus menerus akan mengakibatkan dampak negatif bagi remaja seperti internet gaming disorder, hal ini dapat di atasi dengan salah satunya memberikan pelatihan kontrol diri serta pengawasan dari orang tua, Menurut Averill (1973), kontrol diri ialah variabel psikologi yang mencakup kemampuan suatu individu untuk merubah perilaku, mengolah berbagai informasi dan kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang telah diyakini sehingga

dapat mendatangkan tindakan positif. Aspek kontrol diri meliputi kontrol perilaku, kontrol kognitif dan juga kontrol kepuasan.

Dibandingkan dari penelitian sebelumnya, keunikan dari penelitian ini terletak pada populasi penelitian yaitu para remaja kabupaten Jombang yang merupakan kota santri. Berdasarkan pemaparan diatas menimbulkan pertanyaan, adakah pengaruh signifikan dari kontrol diri terhadap perilaku perundungan (*Cyberbullying*) pada remaja di kabupaten Jombang dan seberapa besar pengaruh dari kontrol diri terhadap perilaku perundungan (*Cyberbullying*) pada remaja di kabupaten Jombang. Sehingga dapat disimpulkan hipotesis dari penelitian yaitu adanya pengaruh signifikan dari kontrol diri terhadap perilaku *Cyberbullying* pada remaja di kabupaten Jombang.

Metode

Metode dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif kausal komparatif, kuantitatif dapat didefinisikan suatu metode yang menekankan pada data pengumpulan data numerik melalui metode pengukuran dan diolah dengan analisis statistik (Azwar, 2017). Penelitian ini terdiri dari dua variabel yakni kontrol diri dan *cyberbullying*. Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Jombang, waktu penelitiannya adalah bulan Desember – Mei 2022.

Populasi dalam penelitian ini sejumlah 108.690 berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Jombang, sehingga sampel dalam penelitian ini sebesar 384 menurut tabel Isaac Michael (Azwar, 2017). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang bertempat tinggal di Jombang, pengguna aktif media sosial, memiliki rentan usia 13-18 tahun.

Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan teknik jenis skala *likert*, yang mana terdapat dua skala penelitian yaitu skala kontrol diri yang berjumlah 37 aitem disusun berdasarkan teori Averill, J. (1973). Sedangkan skala *Cyberbullying* yang terdiri dari 38 aitem disusun berdasarkan teori Willard, E. N., (2007). Skala pengukuran ini memakai lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Pada aitem *favorable* STS = 1, TS = 2, N = 3, S = 4, SS = 5, sementara itu pada aitem *unfavorable* STS = 5, TS = 4, N = 3, S = 2, SS = 1. Dalam penelitian ini uji validitas dilakukan oleh lima *expert judgement*, dengan kriteria yang menguasai dalam bidang psikologi. Selanjutnya, hasil dari penilaian tersebut diolah menggunakan rumus *Aiken's V* yang menghasilkan indeks $V = 0.8$, sehingga jika nilai *Aiken's V* > 0.8 maka aitem tersebut di katakan valid. Untuk skala kontrol diri total aitem awal berjumlah 37 aitem gugur 11 aitem, untuk skala *cyberbullying* total aitem berjumlah 38 aitem gugur 13 aitem, lalu masing-masing skala di revisi sesuai masukan yang didapatkan dari lima *expert judgement* atas persetujuan dosen pembimbing sehingga menghasilkan jumlah total aitem pada skala kontrol diri sebanyak 36 aitem, sedangkan pada skala *cyberbullying* sebanyak 37 aitem. Uji coba aitem dilakukan pada 33 responden yang berbeda dari sampel asli penelitian namun memiliki karakteristik yang sama yaitu remaja yang bertempat tinggal di Jombang. Hasil uji coba tersebut kemudian di analisis uji reliabilitasnya. Hasil dari uji reliabilitas skala kontrol diri 4 kali putaran memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.872 dengan daya diskriminasi aitem 0.315 – 0.606, dari putaran ke empat di peroleh total aitem 19 lalu peneliti melakukan revisi sejumlah 5 aitem, dengan demikian hasil akhir skala kontrol diri berjumlah 24 aitem yang akan disebar ke subjek penelitian. Lalu untuk skala *cyberbullying* 3 kali putaran memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.898 dengan daya diskriminasi aitem 0.320 - 0.713, dengan demikian hasil akhir skala *cyberbullying* berjumlah 24 aitem yang akan disebar ke subjek penelitian.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dengan analisis regresi sederhana. Sebelum melakukan uji regresi sederhana, peneliti melakukan uji normalitas, ketika peneliti melakukan uji normalitas menggunakan rumus *Kolmogorov- Smirnov Test*, peneliti menemukan adanya data yang tidak normal, selanjutnya peneliti melihat histogram residual data agar dapat mengetahui rumus transformasi apa yang harus dipakai dan juga apakah ada nilai ekstrim sehingga perlu adanya *outlier*, karena histogram residual condong ke kiri yang artinya moderate *positive skewness* maka rumus yang dipakai peneliti adalah \sqrt{x} , selanjutnya peneliti juga menemukan ada nilai ekstrim di histogram residual data, sehingga mengharuskan peneliti melakukan *outlier*, yang awalnya terdapat 386 responden menjadi 361 responden. Selanjutnya peneliti melakukan uji linear menunjukkan baik variabel kontrol diri dan variabel *cyberbullying* diperoleh *Deviation From Linearity* adalah 0.327 ($p > 0.05$). Sehingga didapatkan kesimpulan adanya hubungan linear antara variabel kontrol diri dan variabel *cyberbullying*, uji heteroskedastisitas menunjukkan penyebaran data tidak berpola, titik-titik tidak mengumpul hanya di atas atau di bawah maka dapat di simpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis kepada 361 responden.

Hasil

Responden dari penelitian ini yaitu remaja berusia 13 – 18 tahun yang bermukim di kabupaten Jombang, pengguna aktif media sosial. Jumlah keseluruhan yang terlibat dalam penelitian ini yaitu 361 remaja, yang terdiri dari 94 remaja laki-laki dan 267 Remaja perempuan. Kategorisasi responden berdasarkan jenis kelamin ditunjukkan pada tabel 2.1

Tabel 1. Kategorisasi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-Laki	94	26%
Perempuan	267	74%
Total	361	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat 94 responden laki- laki dengan persentase sebesar 26% dan 267 responden perempuan dengan persentase sebesar 74%. Selanjutnya kategorisasi responden berdasarkan Usia ditunjukkan pada tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase
13 - 15 tahun	122	33.8%
16 - 18 tahun	239	66.2%
Total	361	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 122 responden yang berusia 13-15 tahun dengan persentase sebesar 33.8% dan 239 responden berusia 16-18 tahun dengan persentase sebesar 66.2%. Selanjutnya data hipotetik dari variabel kontrol diri dan *cyberbullying* ditunjukkan pada tabel 3.

Tabel 3. Data Hipotetik

Hipotetik		
Deskripsi Data	Kontrol Diri	<i>Cyberbullying</i>

N	384	384
Mean	72	72
SD	12	12
Xmin	24	24
Xmaks	120	120

Untuk melihat perbedaan skor dari masing-masing variabel, maka peneliti melakukan analisis hipotetik yang telah ditetapkan. Hasil analisis ini untuk melihat gambaran kategorisasi kontrol diri dan *cyberbullying* pada remaja di kabupaten jombang (N=384). Yang ditunjukkan pada tabel 4 dan tabel 5.

Tabel 4. Kategorisasi Kontrol Diri

Kategori		
	Frekuensi	Presentase
Sangat Rendah	0	0%
Rendah	0	0%
Sedang	15	4.2%
Tinggi	41	11.4%
SangatTinggi	305	84.5%
Total	361	100 %

Berdasarkan tabel 4, tidak terdapat remaja yang memiliki tingkat kontrol diri sangat rendah dan rendah. Selanjutnya, Terdapat 15 remaja dengan persentase 4.2% memiliki kontrol diri sedang, 41 remaja dengan persentase 11.4% memiliki tingkat kontrol diri tinggi dan terdapat 305 remaja dengan persentase 83.5% memiliki tingkat kontrol diri sangat tinggi. Selanjutnya, peneliti juga mengelompokkan subjek pada kategorisasi *cyberbullying*, seperti ditunjukkan pada tabel 5

Tabel 5. Kategorisasi *Cyberbullying*

Kategori		
	Frekuensi	Presentase
Sangat Rendah	358	99.2%
Rendah	2	6%
Sedang	1	3%
Tinggi	0	0%
Sangat Tinggi	0	%0
Total	361	100%

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui bahwa terdapat 358 remaja yang memiliki tingkat melakukan *cyberbullying* sangat rendah sebesar 99.2%, selanjutnya 2 remaja dengan tingkat melakukan *cyberbullying* rendah sebesar 6%. Terdapat 1 remaja dengan persentase 3% memiliki tingkat melakukan *cyberbullying* sedang. Selanjutnya, tidak terdapat remaja dengan kategori melakukan *cyberbullying* tinggi dan sangat tinggi. Selanjutnya, peneliti melakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji linieritas yang ditunjukkan pada tabel 6.

Tabel 6. Uji Normalitas dan Uji Linieritas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test dan Deviation from Linearity

Uji Asumsi	Hasil
<i>Monte Carlo Sig. (2-tailed)</i>	0.062
<i>Deviation from Linearity</i>	0,327

Pada tabel 6 peneliti melakukan uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogorov- Smirnov Test* Bertujuan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak dengan standar koefisien $p > 0.05$. Berdasarkan hasil perhitungan yang didapatkan nilai *Monte Carlo Sig.(2- tailed)* sebesar 0.062 ($p > 0.05$). sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa asumsi normalitas variabel kontrol diri dan variabel *cyberbullying* terpenuhi. Peneliti menggunakan rumus monte carlo karena ketika menggunakan pendekatan *asymptotic* data tidak normal Selanjutnya, peneliti melakukan uji linearitas, sebagaimana ditampilkan pada tabel 7. Hasil uji linearitas menunjukkan baik variabel kontrol diri dan variabel *cyberbullying* diperoleh *Deviation From Linearity* adalah 0.327 ($p > 0.05$). sehingga didapatkan kesimpulan adanya hubungan linear antara variabel kontrol diri dan variabel *cyberbullying*. Peneliti melakukan uji *T-test* yang ditunjukkan pada tabel 6.

Tabel 7. Hasil Uji *T-test Cyberbullying*

Grup statistics variable <i>Cyberbullying</i>		
Gender	N	Mean
Laki-Laki	94	30.12
Perempuan	267	30.99
<i>Independent Samples Test</i>		
	F	Sig
<i>Equal variances assumed</i>	0.135	0.713

Berdasarkan pada tabel 7 diketahui bahwa tingkat *cyberbullying* remaja antara laki-laki dan perempuan tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Dapat di lihat dari nilai *mean* pada remaja laki-laki sebesar 30.12 sedangkan nilai *mean* pada remaja perempuan sebesar 30.99. Jika dilihat dari tabel *independent samples test* dari nilai *Equal variance s assumed* didapatkan nilai signifikan $0,713 > 0,05$ maka tidak signifikan perbedaanya. Selanjutnya, peneliti melakukan uji hipotesis yang ditunjukkan pada tabel 8.

Tabel 8. Uji Hipotesis

Variabel	Regression		R	R Square
	F	Sig		
Kontrol Diri dengan <i>Cyberbulying</i>	32.310	0.000	0.287 ^a	0.083
$p < 0.05$				

Dari tabel 8 diperoleh hasil dari analisis regresi tersebut diketahui nilai Sig. 0,000 yang ditandai dengan $p < 0,05$, jadi hipotesis alternatif (H_a) diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan kontrol diri terhadap perilaku *cyberbullying* remaja di kabupaten Jombang. Dengan nilai F hitung $32.310 > F$ tabel.

Berikutnya peneliti menunjukkan hasil dari uji koefisien determinasi pada tabel 9 dibawah ini.

Tabel 9. Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.287 ^a	.083	.080	.52127
a. Predictors: (Constant), Transform X				

Berdasarkan tabel 9 dapat dilihat bahwa hasil perhitungan $R = 0,287$ dan $R^2 = 0,083$. Dapat diartikan kontrol diri berperan terhadap *cyberbullying* sebesar 8,3% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Dari analisis diatas didapatkan kesimpulan kontrol diri berperan signifikan serta berpengaruh negatif terhadap *cyberbullying* remaja di kabupaten Jombang.

Pembahasan

Diketahui dari tabel 2 kategori subjek berdasarkan usia, subjek berusia 13- 15 tahun dengan persentase sebesar 33,8% sejumlah 122 subjek dan 239 subjek berusia 16-18 tahun dengan persentase sebesar 66,2%, mayoritas subjek dalam penelitian ini berusia 16-18 tahun atau bisa dibilang siswa SMA, dapat dinyatakan dalam penelitian ini kontrol diri remaja tinggi dan *cyberbullying* rendah sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurrahmawati (2020) yang dilakukan di sekolah SMA YPHB dengan sampel berusia 14-18 tahun, menghasilkan kontrol diri, keterlibatan orang tua serta jenis kelamin mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku *cyberbullying* remaja di Instagram serta hasil kategorisasi diketahui terdapat 134 responden memiliki perilaku *cyberbullying* rendah dan dari ketiga aspek kontrol diri (kontrol keputusan, kontrol perilaku, kontrol kognitif) didapatkan hasil kontrol kognitif sebesar 57.4% atau 116 responden dan kontrol keputusan sebesar 56.1% atau 129 responden dominan pada kategorisasi tinggi sedangkan kategorisasi keterlibatan orang tua mendapatkan hasil yang rendah yakni sebesar 51.3% atau 118 responden. Hasil tersebut dengan penelitian yang dilakukan Fairuz dan Rinaldi (2021) yang dilakukan di sekolah SMP "X" Bukittinggi, dengan jumlah sampel 70 siswa kelas VIII, yang menghasilkan siswa dominan pada kategori perilaku *bullying* rendah rendah sebesar 60% atau 42 orang siswa. Sedangkan kategori kontrol diri siswa dominan tinggi sebesar 64.28% atau 45 orang siswa

Namun berbeda dengan hasil penelitian Budi dan Nusantoro (2022) yang dilakukan di Mts Ma'arif Temanggung dengan sampel kelas 8, yang menghasilkan rata-rata *cyberbullying* siswa tinggi, kecerdasan emosi siswa sedang, dan rata-rata dukungan sosial siswa juga sedang. Selain itu, kecerdasan emosi dan kontrol diri juga berpengaruh negatif signifikan terhadap *cyberbullying* pada siswa. Sehingga, dapat ditarik kesimpulan dari penelitian tersebut yaitu kecerdasan emosi dan kontrol diri mempengaruhi tingkat *cyberbullying* siswa. Peneliti menyimpulkan adanya perbedaan hasil dari penelitian Budi dan Nusantoro (2022) disebabkan dalam penelitian tersebut hanya mengambil subjek yang pernah melakukan *cyberbullying* dalam kurun waktu seminggu, sebulan atau 6 bulan yang lalu. Sedangkan, dalam penelitian ini subjek yang digunakan yaitu remaja yang pernah terlibat dalam *cyberbullying*.

Berdasarkan tabel pada 4 dapat dilihat keseluruhan subjek tidak terdapat remaja yang memiliki tingkat kontrol diri “sangat rendah dan rendah”. Diperoleh 15 remaja dengan persentase 4,2% memiliki kontrol diri “sedang”. Terdapat 41 remaja dengan persentase 11,4% memiliki kontrol diri “tinggi”. Terdapat 305 dengan persentase “sangat tinggi”, yang artinya mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki kontrol diri sangat tinggi. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang mengatakan siswa SMP “X” Bukittinggi memiliki kontrol diri yang tinggi dengan persentase 64,28% (Fairuz & Rinaldi, 2021). Sehingga, dapat ditarik kesimpulan dari dua penelitian ini bahwa pada rentan usia remaja rata-rata memiliki tingkat kontrol diri dengan kategori tinggi.

Berdasarkan uji koefisien determinasi didapatkan $R = 0,287$ dan $R^2 = 0,083$. Dapat diartikan kontrol diri berperan terhadap *cyberbullying* sebanyak 8,3% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Selaras dengan penelitian Ananda (2018) menyatakan adanya pengaruh kontrol diri sebanyak 6,3% terhadap perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna media sosial, dalam penelitian tersebut berdasarkan uji deskriptif di dapatkan kontrol diri mahasiswa kategori tinggi dengan persentase 85,3% dan *cyberbullying* mahasiswa berada di kategori tinggi dengan persentase 51,2% peneliti menyampaikan hal itu bisa terjadi karena peneliti tidak memantau secara langsung responden saat pengisian skala. Selanjutnya penelitian yang dilakukan Susanti dan Wulanyani (2019) didapatkan hasil dukungan sosial teman sebaya dan kontrol diri mempengaruhi perilaku *cyberbullying* sebesar 0,8%, arah hubungannya negatif.

Berdasarkan penelitian 361 responden terdapat 358 remaja dengan persentase sebesar 99,2% memiliki tingkat *cyberbullying* “sangat rendah”, 2 remaja dengan persentase sebesar 0,6% memiliki tingkat *cyberbullying* “rendah”, 1 remaja dengan persentase sebesar 0,3% memiliki tingkat *cyberbullying* “sedang” hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek memiliki tingkat *cyberbullying* sangat rendah. Ada faktor lain yang bisa mempengaruhi terjadinya tindakan *cyberbullying*, faktor internal yaitu dari diri individu sedangkan faktor eksternal yang dapat menyebabkan terjadinya tindakan *cyberbullying*, di antaranya adalah intensitas dalam penggunaan media sosial, perkembangan teknologi semakin pesat, kemudahan dalam mengakses media sosial (Jalal, Idris dan Mauliana, 2021). Jika individu bisa menghindari hal-hal tersebut maka individu dapat dikatakan mampu mengontrol diri dalam penggunaan sosial media.

Berdasarkan dari hasil penelitian 361 responden terdapat 15 remaja dengan persentase 4,2% memiliki kontrol diri sedang, 41 remaja dengan persentase 11,4% mempunyai tingkat kontrol diri tinggi dan terdapat 305 remaja dengan persentase 83,5% memiliki tingkat kontrol diri sangat tinggi.

Dari penelitian ini didapatkan bahwa subjek memiliki kemampuan mengatur dirinya dalam bertingkah laku, mengatur emosi, stimulus yang diterima, sehingga individu dapat memunculkan perilaku serta sikap yang berdasarkan pada cara berpikir yang dewasa. Kontrol diri yang tinggi pada individu dapat mempermudah dirinya dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar, mengatur tindakannya (Morsunbul, 2015).

Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh adanya kontrol diri berperan signifikan dan negatif terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja yang bermukim di kabupaten Jombang. Dengan diperoleh nilai Sig. 0,000 atau $p < 0,05$ dengan nilai konstanta β 7,864 dan koefisien regresi kontrol diri $-0,230$, jadi hipotesis diterima. Hal ini selaras dengan

penelitian Budi dan Nusantoro(2022), dalam penelitiannya memperoleh hasil hipotesis kontrol diri dapat mempengaruhi perilaku *cyberbullying* pada siswa. Serta koefisien regresinya mengarah pada nilai negatif.

Ditinjau dalam sudut pandang islam, *cyberbullying* tergambar dalam Al – Qur'an (QS. Al-Hujurat 49: Ayat 11)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَرُوا بِاللُّغِبِ يُنْسِ الْأَسْمَاءُ الْفُسُوقَ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُم الظَّالِمُونَ

"Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain, dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim."

Dalam surat tersebut Allah memerintahkan larangan terhadap manusia agar menghindari perilaku mencela orang lain secara langsung, karena orang yang mencemooh tidak melulu lebih baik dari pada yang dicemooh. Jika secara langsung saja di larang, maka seharusnya mencela secara online lebih dilarang lagi karena mencela secara online bisa dilihat khalayak umum serta tercantum dalam jejak digital internet sehingga berdampak lebih mengerikan bagi korban. Selain itu, Allah Swt melarang kita untuk membalas perbuatan jahat sehingga, jika ada remaja yang mengalami *cyberbullying* baiknya tindakan tercela tersebut cukup berhenti di dirinya dan jangan diteruskan kepada orang lain.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa diperoleh hasil bahwa pengaruh kontrol diri signifikan pada perilaku *cyberbullying* remaja di kabupaten Jombang. Pararemaja memiliki kontrol diri yang tinggi dan *cyberbullying* yang rendah. Nilai R squares pada penelitian ini ditemukan sebesar 8,3%, yang artinya pada variabel kontrol diri mempunyai pengaruh. Akan tetapi, sebanyak 91,7% lainnya masih dipengaruhi faktor lain.

Saran

Kelemahan dari penelitian ini terletak pada responden yang mayoritas berjenis kelamin perempuan. Subjek pun mempunyai tingkat *cyberbullying* yang rendah. Sehingga, dapat menyebabkan adanya kesalahan yang muncul dalam proses pengumpulan data sebagai akibat dari faktor-faktor selain pengambilan sampel atau biasa disebut dengan *non sampling error*. Dengan demikian, peneliti menganjurkan pada peneliti selanjutnya untuk menyeimbangkan jenis kelamin responden serta lebih spesifik dalam mencari kriteria subjek penelitian seperti remaja dengan intensitas melakukan tindak *cyberbullying* yang tinggi. Seperti faktor internal dan eksternal, selain dari faktor kontrol diri. Karena, peneliti hanya melihat dari faktor dan sudut pandang internal. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya agar dapat pula mengambil faktor dan sudut pandang keduanya, baik internal maupun eksternal.

Daftar Pustaka

- Ananda, P. J. (2018). *Pengaruh self control terhadap perilaku cyberbullying padamahasiswa pengguna media sosial* [skripsi tidak di terbitkan]. Universitas Muhammadiyah, Jember
- Antama, F., Zuhdy, M., & Purwanto, H. (2020). Faktor penyebab cyberbullying yang dilakukan oleh remaja di kota Yogyakarta. *Jurnal Penegakan Hukum dan Keadilan*, 1(2).
- Ardilasari, N. (2017). Hubungan self control dengan perilaku cyberloafing pada pegawai negeri sipil. *Jurnal ilmiah psikologi terapan*, 5(1), 19-39.
- APJII. (2020). *Survei Pengguna Internet 2019-2020: Ada kenaikan 25,5 Juta Pengguna Internet Baru di RI*. Website Resmi Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet. https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://apjii.or.id/downfile/file/BULETINAPJIIEDISI74November2020.pdf&ved=2ahUKEwiutJ68ktT0AhUGSmwGHfG3CPAQFnoECDcQAQ&usg=AOvVaw0FHWrHq8fkQSGBP_7nTFpt
- Averill, J. (1973). Personal Control over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 283-303. <https://doi.org/10.1037/h003484>
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Jombang. (2022). *Kabupaten Jombang Dalam Angka*. Jombang: BPS Kabupaten Jombang.
- Budi, A. S., & Nusantoro, E. (2022). Pengaruh Kecerdasan Emosi dan Kontrol Diri terhadap Cyberbullying pada Siswa di MTs Ma'arif Temanggung. *FOCUS*, 3(1), 59-63.
- Bulan, M. A. I. C., & Wulandari, P. Y. (2021). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja Pengguna Media Sosial Anonim. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*, 1(1), 497-507.
- Baruga Pelayanan Masyarakat. (2021). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Masyarakat*. <https://sulselprov.go.id/welcome/post/pengaruh-media-sosial-terhadap-perilaku-masyarakat>.
- Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahannya: Juz 1 – 30*, Bandung: PT Sygma Examedia Arkanieema, 2009.
- Fairuz, F. J., & Rinaldi, R. (2021). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Bullying Pada Siswa Di SMP "X" Bukittinggi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 558-565.
- Hidayat, H. (2017). *Hubungan kontrol diri dengan intensi melakukan cyberbullying* [skripsi tidak di terbitkan]. University of Muhammadiyah, Malang.
- Hurlock, E.B. (1991). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga

- Indonesia, C. (2021). Nadiem Soroti Bullying Online Libatkan 2.473 Pelajar. Website Resmi CNN Indonesia. <https://www.google.co.id/amp/s/www.cnnindonesia.com/nasional/20210625045318-20-659177/nadiem-soroti-bullying-online-libatkan-2473-pelajar/amp>
- Jalal, N. M., Idris, M., & Muliana, M. (2021). Faktor-faktor cyberbullying pada remaja. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(2), 1-9.
- Julirianto, A., Lestari, S., & Psi, S. (2020). *Hubungan Pemantauan Orang Tua Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Perundungan Siber* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Kompas. (2021). Riset Ungkap Lebih Dari Separuh Penduduk Indonesia “Melek” Media Sosial. Website Resmi Kompas. <https://tekno.kompas.com/read/2021/02/24/08050027/riset-ungkap-lebih-dari-separuh-penduduk-indonesia-melek-media-sosial>
- Nurrahmawati, H. R. (2020) *Pengaruh kontrol diri, keterlibatan orang tua dan jenis kelamin terhadap perilaku cyberbullying di instagram pada remaja* [skripsi tidak di terbitkan]. (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Morsunbul, U. (2015). The Effect of Identity Development, Self-Esteem, Low Selfcontrol and Gender On Aggression in Adolescence and Emerging Adulthood. *Eurasian Journal of Educational Research*, 61, 99-116.
- Rizki, B. (2015). *Pengaruh kontrol diri, iklim sekolah, dan jenis kelamin terhadap perilaku cyberbullying pada remaja* [skripsi tidak di terbitkan]. (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Fakultas Psikologi, 2015).
- Roza, A., & Triantoro, S. (2019). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Iklimsekolah Dengan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja* [skripsi tidak di terbitkan]. (Doctoral dissertation, Universitas Ahmad Dahlan).
- Santrock, John W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. (Terjemahan: Sarah Genis B) Jakarta: Erlangga.
- Susanti, I. G., & Wulanyani, N. M. S. (2019). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan kontrol diri terhadap perundungan (bullying) pada remaja awal di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 182-192.
- UNICEF (2019). *Remaja Dunia Jadi Korban Kekerasan Online*. Website Resmi UNICEF. <https://www.aa.com.tr/id/dunia/unicef-70-remaja-dunia-jadi-korban-kekerasan-online/1385034>
- Willard, E. N., (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats, and ditsress*. Illinos: Research Press.