

HUBUNGAN ANTARA SIKAP TERHADAP CYBERBULLYING DENGAN REGULASI EMOSI PADA KORBAN CYBERBULLYING DI FACEBOOK DAN TWITTER

Indri Aprilia Wahyuni & Fitri Arlinkasari
Fakultas Psikologi Universitas Yarsi.
Jl. Letjend Suprpto, Cempaka Putih, Jakarta Pusat 10510
indriapriawahyuni29@gmail.com

Abstrak:

Pada era-globalisasi, kemajuan teknologi semakin berkembang dengan banyak media komunikasi yang beredar di internet seperti facebook dan twitter. Hal tersebut dapat membawa dampak positif maupun dampak negatif, salah satunya yaitu tindakan cyberbullying yang sering terjadi di kalangan remaja yang berusia dibawah 17 tahun. Remaja yang menjadi korban cyberbullying akan memiliki sikap pasif dan defensif. Hal tersebut, menyebabkan korban cyberbullying tidak dapat melakukan regulasi emosi dengan baik. Untuk itu peneliti tertarik melihat hubungan antara sikap terhadap cyberbullying dengan regulasi emosi pada korban cyberbullying di facebook dan twitter. Subjek penelitian ini sebanyak 100 orang remaja yang berusia 13-16 tahun dan pernah mendapatkan pelakuan cyberbullying selama 6 bulan terakhir sekurang-kurangnya 3x di facebook dan twitter. Pengujian statistika yang digunakan ialah Korelasi Product Moment dengan hasil menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap cyberbullying dengan strategi regulasi emosi reappraisal pada korban cyberbullying di facebook dan twitter dengan nilai korelasi ($r= 0.219$, $p= 0.029 < 0.05$). Sementara itu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap cyberbullying dengan strategi regulasi emosi supresi pada korban cyberbullying di facebook dan twitter dengan nilai korelasi ($r=0.119$, $p=0.629 > 0.05$).

Kata kunci: Cyberbullying; Sikap; Regulasi emosi; Korban Cyberbullying; Facebook dan Twitter.

PENDAHULUAN

Pada zaman sekarang, masyarakat dapat lebih mudah dan cepat mengakses internet karena adanya kemajuan teknologi. Hal tersebut dapat membawa dampak positif dan dampak negatif bagi masyarakat. Dampak positif dari kemajuan teknologi bagi masyarakat yaitu berupa lebih cepat mendapatkan informasi secara aktual melalui internet, memudahkan dalam berkomunikasi dengan orang lain meski terpisah jarak yang jauh dengan telephone dan melakukan transaksi bisnis melalui internet. Sebaliknya, kemajuan teknologi juga membawa dampak buruk bagi masyarakat yaitu merenggangkan membuat hubungan dua orang dan berpotensi menjadikan hubungan tidak harmonis (seperti sibuk bermain *gadget* saat berkumpul dengan keluarga). Seseorang juga dapat melupakan tanggung jawabnya (seperti beribadah, belajar dan mengerjakan pekerjaan rumah) pada saat bermain *gadget* dan

dampak yang paling terbesar dari kemajuan teknologi adalah perbuatan *cyberbullying*.

Data *Centers for Disease Control and Prevention* pada tahun 2012 menyatakan bahwa sebanyak 157.000 remaja usia 10-24 tahun dirawat karena berusaha mengakhiri hidupnya akibat *cyberbullying* (www.okezone.com, 2015). Sementara itu, menurut *survey* yang dilakukan melalui situs Ask.fm pada tahun 2012 ditemukan sebanyak 16 remaja yang tewas akibat kekerasan verbal di media sosial (Prihadi, 2014). Menurut hasil *survey* Ipsos tahun 2013 diketahui bahwa 1 dari 8 anak di Indonesia telah menjadi korban *bullying* di dunia maya (Supriyanto, 2013).

Bullying adalah perilaku agresif yang dimaksudkan untuk menyakiti atau mengganggu orang lain, hal ini terjadi secara berulang dari waktu ke waktu dan melibatkan ketidakseimbangan kekuatan sehingga individu atau kelompok yang lebih kuat dapat mengganggu individu atau kelompok yang kurang kuat (Mawardah & Adiyanti, 2014). *Bullying* juga terjadi di dunia maya yang sering disebut *cyberbullying*. *Cyberbullying* merupakan bentuk *bullying* yang terjadi ketika seseorang menggunakan teknologi informasi dan komunikasi seperti *email*, ponsel, pesan teks, pesan singkat, *web-site* pribadi, situs jejaring sosial (misalnya *facebook*, *twitter*, *plurk* dan lain-lain) dan *game online*.

Menurut *survey* global yang diadakan oleh *Latitude News* (dalam Haryati, 2014), Indonesia merupakan negara dengan kasus *bullying* tertinggi kedua setelah Jepang dan Amerika Serikat yang menempati posisi ketiga. Kasus *bullying* sering dilakukan di jejaring sosial atau yang sering disebut dengan *cyberbullying*. Sementara itu, menurut Badan Pusat Statistik mencatat pada tahun 2006 (dalam Haryati, 2014), angka *cyberbullying* yang terjadi mencapai angka 25 juta kasus dimulai dari kasus skala ringan sampai dengan skala berat. Kemudian, di Indonesia terdapat 74% responden mendapat perilaku *cyberbullying* melalui *facebook* dan 44% respon mendapat perilaku *cyberbullying* melalui media website yang lain (Kompasiana, 2013). Selain itu, 88% responden mendapat perilaku *cyberbullying* melalui *Twitter* (Indra, 2015).

Menurut Ginanti, Prawesti, Arsita, Hikmah, Anggritaningsih, Syahbani, Siahaan, Erika, Davina, Ardilla, Sumartini dan Mulamawitri (2014), ada enam kategori umum *cyberbullying* yaitu *Flaming*, *Online Harassment*, *Outing*, *Dinegration*, *Masquerade* dan *Exclusion*. Pada penelitian ini, penulis akan fokus meneliti *cyberbullying* bentuk *Flaming* dan *Online Harassment*. Berdasarkan observasi penelitian “Sisi positif dan negative jejaring social dalam era globalisasi” (September, 2013) oleh Kompasiana menyatakan bahwa kedua kategori tersebut sering dilakukan oleh pelaku *cyberbullying* di *Facebook* dan *Twitter*. Observasi penelitian yang dilakukan oleh Dodey, Pyzalski dan Cross (2009) menunjukkan 73,33% didukung oleh pelaku *cyberbullying* yang sering melakukan pengiriman pesan dengan kata-kata penuh amarah secara terus menerus (*Flaming*) dan 90,00% korban *cyberbullying* sering mendapat pesan dengan kata-kata penuh amarah (*Online Harrasment*).

Dampak yang ditimbulkan oleh pelaku pada korban *cyberbullying* yaitu berupa sikap pasif dan defensif. Korban *cyberbullying* merasa lebih terisolasi karena diperlakukan tidak manusiawi, tidak berdaya ketika diserang dan sering kali merasa depresi karena diintimidasi secara fisik atau verbal. Sikap merupakan suatu konsep penting dalam psikologi sosial. Pembahasan yang berkaitan dengan psikologi sosial hampir selalu menyertakan sikap. Sikap-sikap yang ditimbulkan oleh perilaku *cyberbullying* dapat berdampak negatif pada korban *cyberbullying* berupa tekanan emosional. Misalnya, korban *cyberbullying* cenderung menunjukkan gejala depresi

dan masalah perilaku seperti membawa senjata tajam ke sekolah dibandingkan dengan mereka yang bukan korban (Parris *et al*, 2011). Para peneliti juga menemukan korban *cyberbullying* antara usia 10 dan 17 tahun lebih mungkin untuk menggunakan narkoba (Parris *et al*, 2011). Selain itu, korban *cyberbullying* mengalami gangguan seperti takut, sedih, cemas dan sulit berkonsentrasi. Gangguan tersebut dipengaruhi oleh ketidaktegasaan korban baik kepada diri sendiri maupun kepada pelaku.

Regulasi emosi merupakan proses kemampuan mengekspresikan emosi yang dilakukan baik secara lisan maupun tulisan dapat membantu meningkatkan kesehatan, kesejahteraan psikologis dan fungsi fisik pada seseorang saat menghadapi peristiwa traumatik dalam hidupnya dan membantu mengatasi distress psikologis (Greenberg & Stone, 1992; Mendolia & Kleck, 1993; Stroebe, Stroebe, Schut, Zech, & Bout, 2002). Sementara itu, regulasi emosi dapat didefinisikan sebagai proses dimana seseorang berusaha ‘mempengaruhi’ emosi yang dirasakan, kapan perlu merasakan emosi tersebut, dan bagaimana ia mengalami dan mengekspresikan emosi tersebut (Gross, 1998b dalam Gross, 2002).

Menurut jurnal psikologi yang berjudul “*Coping Stress* Pada Remaja Korban Bullying di Sekolah X” (Sari, 2010) ditemukan sebanyak 29 dari 167 remaja di sekolah X yang merupakan korban Bullying menggunakan emosional focused coping seperti berdoa, pergi ke tempat ibadah dan mendengarkan ceramah untuk mengurangi tekanan emosi. Sementara itu, dalam penelitian yang berjudul “Gambaran *Bullying* dan Hubungannya dengan Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak Sekolah Dasar” (Soedjatmiko, Waldi, Anastasia dan Wiguna, 2013) ditemukan bahwa sebanyak 18.5% korban dan pelaku mengalami rasa malu terhadap dampak *bullying*, 41.5% korban merasa sedih terhadap dampak *bullying*, 26.2% korban merasa tidak senang terhadap dampak *bullying*, 32.3% korban merasa marah terhadap dampak *bullying*, 24.6% korban merasa ingin membalas terhadap dampak *bullying* sebanyak, 7.7% korban merasa takut terhadap dampak *bullying*, 7.7% korban merasa malas pergi ke sekolah terhadap dampak *bullying*, 10,8% korban merasa ingin pindah sekolah terhadap dampak *bullying* dan 18,5% korban merasa biasa-biasa saja terhadap dampak *bullying*.

Berdasarkan bahasan di atas, sikap terhadap *cyberbullying* merupakan hal penting bagi korban *cyberbullying* untuk meregulasi emosi setelah mendapatkan perlakuan *cyberbullying* di *Facebook* dan *Twitter*. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti apakah terdapat hubungan antara sikap terhadap *cyberbullying* dengan regulasi emosi pada korban *cyberbullying* di *Facebook* dan *Twitter*.

Kajian Teoritik

Gross (2007) mengatakan bahwa regulasi emosi adalah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu emosi dan perilaku. Dengan adanya regulasi emosi yang baik, individu dapat menilai mana perilaku yang harus ditunjukkan dan yang tidak. Hal ini dilakukan agar dikemudian hari tidak terjadi masalah sosial seperti kasus-kasus yang terjadi di atas.

Menurut Gross dan Thompson (2007) strategi regulasi emosi terdiri dari dua, yaitu *reappraisal* dan supresi. Dimana strategi *reappraisal* merupakan bentuk perubahan kognitif yang melibatkan individu untuk mengubah cara berpikir tentang situasi yang dapat berpotensi akan memunculkan emosi sehingga mampu mengubah perubahan emosionalnya. Strategi supresi adalah bentuk dari pengaturan respon dengan menghambat ekspresi emosi berlebihan yang meliputi ekspresi wajah, nada

suara dan perilaku atau lebih perubahan fisiologis. Gross dan John (2003) mengatakan bahwa individu yang menggunakan strategi *reappraisal* memiliki pengalaman emosi positif yang lebih besar, sedangkan individu yang menggunakan strategi supresi lebih sering menunjukkan ekspresi emosi negatif sekaligus lebih sering mengalaminya.

Menurut Sears, David O. (1985), terdapat tiga komponen sikap yaitu komponen kognitif, afektif dan konatif. Komponen Kognitif yaitu komponen yang terdiri dari seluruh kognisi yang berisi informasi yang dimiliki seseorang tentang objek. Komponen Afektif adalah komponen yang terdiri dari seluruh perasaan atau emosi seseorang terhadap suatu objek. Selanjutnya, komponen konatif adalah komponen yang terdiri dari kesiapan seseorang untuk bertindak atau kecenderungan bagaimana seseorang bertindak terhadap suatu objek.

Cyberbullying adalah salah satu bentuk baru dari bullying, lebih dikenal dekat dengan bagaimana pelecehan secara online atau bullying secara internet. *Cyberbullying* mengacu pada bullying yang terjadi melalui instant messaging, email, chat room, website, video game, atau melalui gambar atau pesan yang dikirim melalui telepon selular (Kowalski, 2008). Ada enam kategori umum *cyberbullying* yaitu *Flaming*, *Online Harassment*, *Outing*, *Dinegration*, *Masquerade* dan *Exclusion* (Ginanti, 2004). Pada penelitian ini kategorisasi *cyberbullying* yang diteliti adalah *Flaming* dan *Online Harassment*.

Hipotesis

Ha1: Terdapat hubungan antara sikap terhadap cyberbullying dengan regulasi emosi *reappraisal* pada korban cyberbullying di Facebook dan Twitter

Ha2: Terdapat hubungan antara sikap terhadap cyberbullying dengan regulasi emosi supresi pada korban cyberbullying di Facebook dan Twitter

METODE

Partisipan

Pada penelitian ini peneliti menggunakan subjek usia remaja 13-16 tahun yang merupakan korban *cyberbullying* di *facebook* dan *twitter* (pernah mendapatkan pelakuan *cyberbullying* selama enam bulan terakhir sekurang-kurangnya tiga kali). Pelaksanaan pengambilan data penelitian dilakukan melalui kuesioner *online* dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Setelah dilakukan penyebaran kuesioner *online* didapatkan sampel sebanyak 100 orang, dengan persentase proposional yaitu 50 orang laki-laki dan 50 orang perempuan.

Desain

Pada penelitian ini desain yang digunakan adalah desain penelitian korelasional yang bertujuan untuk menentukan dua atau lebih variabel berhubungan atau tidak menurut Bordens dan Abbot (dalam Purwanto, 2010). Variabel-Variabel dalam penelitian ini adalah sikap korban terhadap *cyberbullying* dengan regulasi emosi pada korban *cyberbullying* di media sosial yang akan diukur dengan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada korban *cyberbullying*. Kemudian digunakan analisis statistik atas hasil yang diperoleh dan kekuatan hubungan antar variabel dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi.

Prosedur

Prosedur pada penelitian ini diawali dengan menentukan permasalahan yang akan diteliti. Kemudian tahap kedua peneliti melakukan studi kepustakaan untuk

mendapatkan fenomena yang terjadi, mencari fakta-fakta pada penelitian sebelumnya, mencari landasan teori yang berkaitan dengan penelitian, menentukan desain penelitian yang tepat, menentukan populasi, sample serta teknik pengambilan data dan mempersiapkan alat ukur penelitian. Selanjutnya, tahapan ketiga peneliti melakukan uji coba alat ukur, melaksanakan pengambilan data dan melakukan analisis data dengan metode statistika. Pada tahapan terakhir peneliti membuat kesimpulan dan saran dari hasil penelitian.

Teknik Analisis

Pada penelitian ini teknik analisis data untuk uji normalitas dilakukan dengan cara melihat distribusi normal. Untuk melihat data yang berdistribusi normal atau tidak, peneliti menggunakan uji *Kolmorov-Smirnov*. Uji Kolmogorov smirnov merupakan pengujian normalitas yang banyak dipakai, terutama setelah adanya banyak program statistic yang beredar. Pengujian statistik tersebut dilakukan dengan menggunakan *SPSS for Windows 17,0*. Setelah mendapatkan hasil dari uji normalitas maka akan dilanjutkan dengan uji hipotesis dengan melakukan uji koefisien korelasi metode *Pearson Product Moment* apabila data dinyatakan normal, sementara data dinyatakan tidak normal maka menggunakan analisis statistika korelasi *Spearman*.

ANALISIS DAN HASIL

Hasil uji normalitas untuk variabel sikap terhadap *cyberbullying* menunjukkan nilai sig. yaitu 0.418. Sedangkan, untuk variabel regulasi emosi yang terdiri dari *reappraisal* menunjukkan nilai sig. yaitu 0,278 dan supresi 0,324, sehingga distribusi datanya normal. Sanjoyo (2012) mengatakan bahwa data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai sig. diatas 0,05 atau p (probabilitas) > 0,05. Sehingga pada penelitian ini data berdistribusi normal, karena hasil uji normalitasnya di atas 0,05.

Setelah mendapat data yang berdistribusi normal dapat dilakukan uji korelasi *pearson product moment*. Sehingga didapatkan hasil, bahwa terdapat nilai korelasi yang antar variabel sikap terhadap *cyberbullying* dengan strategi regulasi emosi *reappraisal* dengan nilai $r(0.219) = 0,029$, $p < 0,05$, namun tidak terdapat korelasi yang signifikan antara sikap terhadap *cyberbullying* dengan strategi regulasi emosi supresi karena nilai menunjukkan $r(0,119) = 0,629$, $p < 0,05$.

Selanjutnya untuk uji beda pada data demografis ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan pada variabel sikap terhadap *cyberbullying*, strategi regulasi emosi *reappraisal* dan *supresi* berdasarkan jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan jenis media sosial, karena nilai signifikan berada > 0,05. Sementara itu, terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel strategi emosi *supresi* berdasarkan jenis tindakan *cyberbullying*, yaitu $p = 0,023 < 0,05$. Selain itu juga ditemukan perbedaan yang signifikan pada variabel strategi emosi *reappraisal* berdasarkan usia, yaitu $p = 0,033 < 0,05$. Sementara itu, tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel sikap terhadap *cyberbullying* dan strategi emosi *supresi* berdasarkan usia, sikap terhadap *cyberbullying*, strategi regulasi emosi *reappraisal* dan *supresi* berdasarkan suku dan domisili, karena signifikansinya p (probabilitas) > 0.05.

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis data, terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap *cyberbullying* dengan strategi regulasi emosi *reappraisal*. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima. Pada penelitian ini hubungan antara sikap

terhadap *cyberbullying* dengan strategi regulasi emosi *reappraisal* yang terdapat adalah positif, sehingga makin tinggi skor sikap terhadap *cyberbullying* maka makin tinggi strategi regulasi emosi *reappraisal* pada korban *cyberbullying* di *Facebook* dan *Twitter*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2010) bahwa remaja cenderung menggunakan strategi regulasi emosi *reappraisal* pada saat mendapatkan tindakan *bullying* seperti berdoa, pergi ketempat ibadah dan mendengarkan ceramah. Gross (2003) mengatakan bahwa orang-orang yang menggunakan strategi emosi regulasi *reappraisal* (*reappraiser*) saat menghadapi situasi stress cenderung bersikap optimis, menginterpretasikan kembali hal yang membuat mereka stress dan berusaha secara aktif untuk memperbaiki *mood* yang buruk. Secara afektif, *reappraiser* mengalami dan mengekspresikan perilaku emosi yang lebih positif daripada mereka yang jarang menggunakan strategi *reappraisal*. Secara sosial, *reappraiser* cenderung lebih suka berbagi akan emosi mereka dengan orang lain, baik positif maupun negatif dan mereka memiliki hubungan yang lebih dekat dengan teman-temannya. Dalam hal kesejahteraan, *reappraiser* memiliki sedikit gejala depresi dan *self-esteem* yang lebih baik, serta kepuasan hidup (Gross, 2003).

Penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan antara sikap terhadap *cyberbullying* dengan strategi regulasi emosi *supresi* pada korban *cyberbullying* di *facebook* dan *twitter*. Dengan demikian, Ho2 diterima dan Ha2 ditolak. Menurut Gross (2007) strategi regulasi emosi *supresi* tidak mampu mengurangi pengalaman emosional individu. Sikap seseorang dapat mempengaruhi regulasi emosi yang digunakannya, misalnya ketika individu masih berada dalam pengaruh emosi negatif seperti emosi marah, individu cenderung bereaksi secara tidak tepat terhadap situasi emosionalnya (Goleman, 1997).

Pada penelitian ini kategorisasi strategi regulasi emosi *supresi* yang paling banyak digunakan oleh korban *cyberbullying* selama 6 bulan terakhir. Temuan ini sejalan dengan pendapat Gross (2007) yang mengatakan bahwa strategi regulasi emosi *supresi* cenderung bertindak cepat kepada respon perilaku. Penelitian yang dilakukan oleh Larson (2008) menunjukkan remaja cenderung beraksi dengan cepat saat berada dibawah tekanan. Hal tersebut dapat diartikan bahwa remaja lebih cepat menggunakan strategi regulasi emosi *supresi* dibandingkan strategi regulasi emosi *reappraisal*.

Selain itu, menurut penelitian yang dilakukan oleh Sa'adah (2016) menunjukkan bahwa intervensi regulasi emosi dapat mempengaruhi sikap pelaku bully. Hal tersebut dapat diartikan bahwa regulasi emosi berpengaruh terhadap pembentukan sikap secara umum. Menurut Nolen, dkk. (Gross dan John, 2003) regulasi emosi dipandang secara positif, jika individu mampu mengontrol dan mengekspresikan emosi sehingga individu dapat mengubah sikapnya terhadap lingkungan menjadi lebih positif. Sebaliknya, jika regulasi emosi dipandang secara negatif, individu tidak mampu mengontrol dan mengekspresikan emosi maka individu tidak dapat mengubah sikapnya terhadap lingkungan menjadi lebih positif.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa jenis tindakan *cyberbullying* yang sering didapatkan oleh korban *cyberbullying* selama 6 bulan terakhir adalah *Flaming*. Hal ini sejalan dengan penelitian Dodey, Pyzalski dan Cross (2009) yang menunjukkan bahwa 73,33% korban *cyberbullying* sering mendapatkan kiriman pesan dengan kata-kata penuh amarah secara terus menerus (*Flaming*) dan 90.00% korban *cyberbullying* sering mendapat pesan dengan kata-kata penuh amarah (*Online Harrasment*).

Uji beda lainnya yang dilakukan dalam penelitian ini menemukan adanya perbedaan yang signifikan pada strategi regulasi emosi *reappraisal* berdasarkan usia. Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maider (dalam Coon, 2005) yang menunjukkan bahwa seiring bertambahnya usia, seseorang dapat lebih baik dalam mengontrol ekspresi emosinya.

Selama proses penelitian, peneliti menyadari masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan diantaranya pada penelitian ini peneliti tidak meneliti hubungan antara regulasi emosi dengan sikap terhadap *cyberbullying*, tidak ada data tambahan untuk mendeskripsikan ekspresi emosi yang sering korban lakukan pada saat mendapatkan *cyberbullying* selama 6 bulan sekurang-kurangnya 3x dan teknik sampel dalam penelitian ini peneliti tidak dapat mengontrol karakteristik subjek selama 6 bulan sekurang-kurangnya 3x dengan pemahaman yang sama dengan keinginan peneliti. Peneliti juga tidak mendeskripsikan lamanya subyek mendapatkan tindakan *cyberbullying* selama 6 bulan pada alat ukur sikap terhadap *cyberbullying*.

SIMPULAN DAN SARAN

Pada penelitian ini adalag terdapat hubungan antara sikap terhadap *cyberbullying* dengan strategi regulasi emosi *reappraisal* pada korban *cyberbullying* di *Facebook* dan *Twitter*, maka Ho1 ditolak dan Ha1 diterima. Artinya, semakin tinggi skor sikap terhadap *cyberbullying* maka makin tinggi strategi regulasi emosi *reappraisal* pada korban *cyberbullying* di *Facebook* dan *Twitter*. Sementara itu, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara sikap terhadap *cyberbullying* dengan strategi regulasi emosi *supresi* pada korban *cyberbullying* di *facebook* dan *twitter*, maka Ho2 diterima dan Ha2 ditolak.

Saran Teoritis dari penelitian yang sudah dilaksanakan, terdapat beberapa saran yang dapat dilakukan, yaitu :

- a. Pada penelitian ini menggunakan partisipan korban yang berusia 13-16 tahun. Namun, dapat dilakukan juga untuk kelompok usia kanak-kanak akhir, karena setiap usia memiliki tugas perkembangan yang berbeda dan pada usia tersebut mereka juga sudah mengenal *gadget/ handphone* serta memiliki akun media sosial seperti *facebook, twitter, path, instagram*, dan lain sebagainya.
- b. Diharapkan pada penelitian selanjutnya peneliti juga memperhatikan emosi seperti apa yang dimunculkan oleh korban saat mendapatkan tindakan *cyberbullying* di media sosial dan lamanya korban mendapatkan tindakan *cyberbullying* selama 6bulan.

Saran praktis pada penelitian ini, yaitu :

- a. Penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk para orangtua dalam memperhatikan perkembangan emosi dan juga menjaga komunikasi dalam keluarga, supaya anak dapat mengontrol emosi dalam mengambil keputusan untuk berperilaku di dalam lingkungan sosial.
- b. Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi orangtua untuk memberikan didikan tentang Agama Islam sejak dini, agar remaja-remaj tersebut mendapatkan panduan bagaimana mengungkapkan emosi dan tata cara meregulasi emosi pada saat mengalami tekanan di media sosial sesuai dengan syariat Islam.
- c. Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi dunia pendidikan terutama untuk guru bimbingan konseling pada siswa/i tingkat pendidikan SMP dan SMA

tentang cara meregulasi emosi yang baik saat mendapatkan tekanan di media sosial.

- d. Penelitian ini memberikan gambaran pada remaja agar lebih berhati-hati saat memberikan komentar pada status-status yang berisi *bullying* di media sosial, terutama menyangkut ekspresi emosi yang ingin dicurahkan. Hal ini dilakukan untuk menjauhkan diri dari masalah sosial, seperti permusuhan dan terlibat kasus hukum.
- e. Penelitian ini sebagai saran untuk guru bimbingan konseling supaya memberikan intervensi berupa konseling kepada siswa/i yang mendapatkan tindakan *cyberbullying* supaya mengambil strategi regulasi emosi *reappraisal* agar menimbulkan perilaku yang optimis pada saat mengalami tekanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alreck, P.L. & Settle, R.B. (2004). *The Survey Research Handbook, Edisi Kedua*. New York: McGraw-Hill.
- Anastasi, A., & Urbins, S. (2007). *Tes Psikologi* (Edisi 7). Jakarta: PT. Indeks.
- Anon. (2010). *The Secret Online Lives of Teens, Mcaffee/Harris Interactive Survey*. Diakses dari http://us.mcafee.com/enus/local/docs/lives_of_teens.pdf.
- Astuti, P.R.(2008). *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi Kekerasan Pada Anak*. Jakarta: Grasindo.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas, Edisi keempat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bailey. (1982). *Methods of Social Research Edisi ke-2*. New York: The Free Press.
- Brenner, E., & Salovey, P. (1997). *Emotion regulating during childhood developmental interpersonal, and individual consideration*. Dalam P. Salovey & D. J. Skuffer (eds) *Emotional developmental and emotional intelligence*. New York: Basic Books Division of Harper Collins Publisher Inc.
- Campfield, D. C. (2006). *Cyberbullying and victimization: psychosocial characteristics of bullies, victims and bully/Victims (Disertasi)*. The Universitas of Montana, Montana.
- Coon, D. (2005). *Psychology: A journey* (2nd ed.) USA: Thomson Wadsworth.
- Dehue, Y., James, S.D., & Netter, S. (2010). *Cyberbullying Youngster's Experiences and Parrental Perception*. *CyberPsychology Behavior*, 11, 217-223.
- Dodey, J. J., Pyzalski, J., & Cross, D. (2009). Cyberbullying versus face to face bullying: A theoretical and conceptual review. *Journal of Psychological*, 217, (4), 182-188.
- Ekowarni, E. (1993). *Kenakalan remaja: Suatu Tinjauan Psikologi*. *Buletin Psikologi*, 2: 24-27.
- Fishbein, M dan Ajzen, I. (2005). *Belief, Attitude, Intention and Behavior: An Introduction to Theory and Research*. Addison-Wesley Publishing Company: Massachusetts.
- Ginanti, A. R., Prawesti, A., Arsita, A., Hikmah, I., Anggritaningsih, I., Syahbani, L., Siahaan, M., Erika, N., Davina, R., Ardilla, S., Sumartini & Mulamawitri, T. (2014). *Celebrate Your Wierdness*. Jakarta: Ice Cube.
- Greenberg, M. A., & Stone , A. A. (1992). Emotional disclosure about traumas and its relation to health: effect of previous disclosure and trauma seve-rity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(1), 75-84. Ericson, N. (2001).

- Addressing the problem of juvenile bullying. OJJDP Fact Sheet June 2001 #27. U.S. Department of Justice.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent Consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*. 74 (1), 224 – 237.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion*. 13, 551 – 573.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*. 39, 281 – 291.
- Gross J. J., & John, O.P. (2003). Individual differences in two emotion regulation process: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 85 (2), 348 – 362.
- Gross J. J. (Eds.), & Thompson, R. A. (2011). *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press.
- Haryati (2014). *Cyberbullying Sisi Lain Dampak Negatif Internet Mediakom Volume 11*. Jakarta Pusat: Pusat Penelitian dan Pengembangan Aplikasi Informasi dan Komunikasi Publik.
- Hinduja, S., Patchin, J. W.(2010). *Bullying, Cyberbullying and Suicide*. Taylor & Francis Online.
- Indra, Reza. (2015). *Aktivitas Cyber Bullying Paling Banyak di Twitter*. <https://www.dumetschool.com/Aktivitas-Cyber-Bullying-Paling-Banyak-di-Twitter>.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span developmental. *Journal of Personality*. 72 (6).
- Juvonen, Jana, Phd & Elisheva F. Gross, Phd (2008). Extending the School Grounds?—Bullying Experiences in Cyberspace. *Journal of School Health, American School Health Association*.
- Krisnajati, Ginanjar. (2012). *Akhlaq terhadap Makhluk*. Diakses dari <https://www.scribd.com/doc/94501737/Akhlaq-terhadap-Makhluk>.
- Kompasiana. (2013). *Sisi positif dan negative jejaring social dalam era globalisasi*. Diakses dari <http://kompasianablog.blogspot.com/2013/10/sisi-positif-dan-negatifjejaring.html>.
- Kowalski, M; Limber S.P; Agatston, P.W.(2012). *Cyberbullying: Bullying in the Digital Age*. Second Edition. USA. Wiley Blackwell.
- Krisniminarti, C.V.(2015). *Hubungan Antara Dimensi Extraversion dan Oppeness To Experience Dalam Kepribadian Big Five dengan Kecenderungan Remaja Melakukan Cyberbullying*. Skripsi Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta (tidak dipublikasikan).
- Larson, J. Angry and Aggressive Students. *Principal Leadership* 8 (5): 12-15.
- Mawardah, Mutia & Adiyanti, MG.(2014). *Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying*. *Jurnal Psikologi* Vol. 41 No.1, 60-73.
- Mahmud, Ali Abdul Halim. (1996). *Karakteristik Umat Terbaik Telaah ManhajAkidah dan Harakah*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Mendolia, M., & Kleck, R. (1993). Effect of talking about a stressful event on arousal: Does What we talk about make a difference. *Journal of personality and social psychology*, 64 (2), 283-292.
- Nisfianoor, M. (2009). *Pendidikan Statistik Modern untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Notoatmodjo, Soekidjo.(2003). Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.
- Okezone. (2015). *Korban Cyberbullying Bisa Berujung Bunuh Diri*. Diakses dari www.skanaa.com/en/news/detil/korban-cyberbullying-bisa-berujung-bunuh-diri/okezone.
- Patchin, Justin W. & Sameer Hinduja.(2012). *Cyberbullying Prevention And Response: Expert Perspectives*. New York: Routledge.
- Parris, L *et al* (2011). “High School Students” Perceptions of Coping With Cyberbullying”. *Youth & Society*. 44 (2), 284-306.
- Prihadi, Susetyo Dwi. (2014). *Bukan Omong Kosong! Cyberbullying Berujung Bunuh Diri*. Diakses dari m.detik.com/inet/read/2014/06/30/095417/26228/398/bukan-omong-kosong-ltingtscyberbullyingltingt-berujung-bunuh-diri.
- Purwanto. (2010). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Rahayuningsih, S. U. (2008). *Psikologi Umum II*. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Ramadhani, Shodiq. (2013). *Larangan Berbuat Zalim*. Diakses dari <http://www.suara-islam.com/read/tab/190/--Larangan-Berbuat-Zalim>.
- Ramadhani, N. (2007). *Sikap dan Beberapa Pendekatan Dalam Memahaminya*. Diakses dari <http://sikap-dan-beberapa-pendekatan-dalam-memahaminya1.html>.
- Sa'adah, Miftahul Aula. (2016). *Efektivitas Pelatihan Regulasi Emosi untuk Meningkatkan Sikap Anti Bullying Pada Siswa SMP*. Tesis Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Salovey, P. & Sluyter, D. J. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence*. New York: Basic Books.
- Sari, Puspita. (2010). *Coping Stress Pada Remaja Korban Bullying di Sekolah X*. *Jurnal Psikologi Volume 8 Nomor 2*.
- Sears, David O. (1985). *Social Psychology*. New Jersey: Prentice Hall.
- Slonje, R & Smith, P.K. (2008). Cyberbullying: Another Main Type of Bullying?. *Scandinavian Journal of Psychology*.
- Siergar, S. (2014). *Statistika Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Soedjatmiko, N., Waldi, M., Anastasia & Wiguna, T.(2013). Gambaran Bullying dan Hubungannya dengan Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Volume 15 Nomor 3*.
- Stroebe, M., Stroebe, W., Schut,H., Zech,E., & Bout, J.V. (2002). Does disclosure of emotions facilitate recovery from bereavement? Evidence form two prospective studies. *Journal of consulting and clinical psychology*, 70(1), 169-178.
- Sugiyono. (2005). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunjoyo, Setiawan R, Carolina V., Magdalena N., & Kurniawan A. (2012). *Aplikasi SPSS untuk SMART Riset (Program IBM SPSS 21.0)*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyanto, Bambang.(eds) (2013). *Intimidasi Via Internet: Saat Cyberbullying 'Kuasai' Dunia Maya*. Diakses dari <http://koran.bisnis.com/read/20130220/251/137223/intimidasi-via-internet-saat-cyberbullying-kuasai-dunia-maya>.
- Susianto, H. (2000). Metode Pengukuran Skala Psikologi.
- Willian, K.R & N.G. Guerra. (2007). Prevalence and Predictors of Internet Bullying. *Journal of Adolescent Health 41(6): S14-21*.