

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
PERILAKU *CYBERBULLYING***

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan

Memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

ELFIRA FEBRIANI

19006015/2019

DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2023

PERSETUJUAN SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU
CYBERBULLYING**

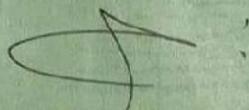
Nama : Elfira Febriani
NIM/BP : 19006015/2019
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 11 Agustus 2023

Disetujui oleh:

Ketua Departemen

Pembimbing Akademik



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001

Dr. Rezki Hariko, M.Pd., Kons.
NIP.198507202014041001

PENGESAHAN PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Dapertemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Cyberbullying

Nama : Elfira Febriani

NIM/BP : 19006015/2019

Depertemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 11 Agustus 2023

Tim Penguji

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Rezki Hariko, M.Pd., Kons.

1.

2. Anggota 1 : Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons.

2.

3. Anggota 2 : Indah Sukmawati, M.Pd., Kons.

3.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Elfira Febriani
NIM/BP : 19006015/2019
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku
Cyberbullying

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 11 Agustus 2023

Saya yang Menyatakan,


Elfira Febriani

NIM. 19006015

ABSTRAK

Elfira Febriani, 2023. Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Cyberbullying pada Siswa SMPN 25 Padang. Skripsi. Departemen Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Pada zaman perkembangan teknologi yang pesat saat ini hampir seluruh kegiatan dilakukan secara online. Teknologi tersebut memudahkan manusia dalam bertukar informasi dan melakukan interaksi tanpa bertatap muka. Salah satu yang muncul akibat perkembangan teknologi tersebut adalah media social. Media social memiliki efek positif maupun negatif. Efek positif yang muncul yaitu mudah untuk saling berkomunikasi di mana pun dan kapanpun, juga untuk menjalin persahabatan dengan orang baru, sedangkan efek negatif adalah mengancam, memberikan komentar-komentar yang negatif dan memfitnah orang lain sehingga termasuk dalam perilaku *cyberbullying*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis: (1) regulasi emosi siswa, (2) perilaku *cyberbullying* siswa, serta (3) menguji dan menganalisis hubungan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasional jenis simetris. Populasi penelitian ini adalah siswa SMPN 25 Padang, yang berjumlah 760 orang siswa dan sampel sebanyak 262 orang siswa dengan menggunakan teknik *proportional random*. Instrumen yang digunakan yaitu regulasi emosi dan perilaku *cyberbullying*. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan steknik *pearson product moment* untuk mengetahui hubungan regulasi emosi terhadap *cyberbullying* pada siswa melalui program statistik *SPSS for windows release 29.0*

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa; (1) regulasi emosi yang dimiliki oleh siswa yaitu tinggi dengan $f = 135$ (51,53%), artinya sebagian besar siswa SMPN 25 Padang memiliki regulasi emosi yang baik, (2) *Cyberbullying* yang dimiliki oleh siswa yaitu sedang dengan $f = 146$ (55,73%), artinya masih ada beberapa siswa yang masih mempunyai perilaku *cyberbullying* tetapi tidak dalam intensitas tinggi, (3) terdapat hubungan yang negatif signifikan antara regulasi emosi terhadap *cyberbullying* pada siswa, artinya semakin tinggi regulasi emosi pada siswa maka akan semakin rendah perilaku *cyberbullying* pada siswa.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, *Cyberbullying*

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah menciptakan manusia dengan sempurna. Atas berkat rahmat Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat kepada peneliti, sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku *Cyberbullying* Siswa SMPN 25 Padang”**.

Selanjutnya dalam penyelesaian skripsi ini, tentu peneliti dibantu oleh berbagai pihak, karena tanpa bantuan dari berbagai pihak tersebut peneliti tidak akan dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan kali ini peneliti mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Rezki Hariko, M. Pd., Kons., selaku Dosen Penasehat Akademik serta Pembimbing skripsi yang telah membantu dan meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan, dan motivasi yang sangat bermanfaat, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons., sebagai kontributor I yang telah memberikan masukan dan saran untuk penelitian saya.
3. Ibu Indah Sukmawati, M.Pd., Kons., sebagai kontributor II yang telah memberikan masukan dan saran untuk penelitian saya.
4. Bapak Prof. Dr. Firman, M. S., Kons., selaku Kepala Departemen Bimbingan dan Konseling.

5. Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons., selaku Sekretaris Departemen Bimbingan dan Konseling.
6. Bapak Ramadi, selaku tenaga administrasi Departemen Bimbingan dan Konseling.
7. Kepala Sekolah dan Guru Bimbingan dan Konseling SMPN 25 Padang yang telah membantu dan memfasilitasi peneliti dalam melakukan penelitian
8. Siswa-siswi SMPN 25 Padang yang telah membantu dalam mengisi instrumen penelitian dengan sungguh-sungguh dan ikhlas.
9. Kepada ayah (alm Duas) dan ibu (Iyon) terkasih dan tersayang yang senantiasa membantu secara materi, moril, dan memberikan motivasi sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada kedua kakak (Nopel & Isep) terkasih tersayang yang selalu memberi semangat.
11. Sahabat terkasih tersayang (Yelly, Dea, Ochi, Tuti, Vina, Zola, Putri) yang sama-sama berjuang, memberikan motivasi, semangat dan solusi dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Teman-teman BK seperjuangan, sahabat, teman-teman PL, dan kakak-kakak senior, yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan semangat kepada peneliti, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan

Peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini masih terdapat kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritikan dan masukan demi

perubahan lebih baik kedepannya. Akhir kata, peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan terutama peneliti sendiri.

Padang, Juli 2023

Peneliti,

Elfira Febriani

NIM. 19006015

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	13
C. Batasan Masalah.....	14
D. Rumusan Masalah.....	14
E. Tujuan Penelitian.....	15
F. Manfaat Penelitian.....	15
BAB II KAJIAN TEORI	
A. <i>Cyberbullying</i>	19
1. Pengertian <i>Cyberbullying</i>	19
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Cyberbullying</i>	20
3. Aspek-aspek <i>Cyberbullying</i>	29
4. Bentuk-bentuk <i>Cyberbullying</i>	31
5. Dampak <i>Cyberbullying</i>	33
B. Regulasi Emosi.....	34
1. Pengertian Regulasi Emosi.....	34
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	37
3. Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	40
4. Perkembangan Emosi Remaja.....	45
C. Kaitan Regulasi Emosi dengan Perilaku <i>Cyberbullying</i>	49
D. Peran BK Terhadap Pengembangan Regulasi Emosi dan Pencegahan Serta Pengentasan Perilaku <i>Cyberbullying</i>	49
E. Penelitian Relevan.....	52
F. Kerangka Berpikir.....	54
G. Hipotesis.....	55
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	56
B. Populasi dan Sampel.....	56
C. Instrumen dan pengembangan.....	60
D. Definisi Operasional.....	61
E. Instrumen Penelitian.....	61
F. Teknik Pengumpulan Data.....	68
G. Teknik Analisis Data.....	68

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Regulasi Emosi.....75
2. Perilaku *Cyberbullying*.....77
3. Uji Hipotesis.....79

B. Pembahasan Hasil Penelitian.....83

C. Implikasi terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling.....106

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....111

B. Saran.....112

DAFTAR RUJUKAN.....113

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi penelitian.....	57
Tabel 2. Sampel Siswa.....	59
Tabel 3. Penepatan Skor Masing-Masing Pilihan Jawaban.....	63
Tabel 4. Kisi-Kisi Regulasi Emosi.....	64
Tabel 5. Kisi-kisi Perilaku <i>Cyberbullying</i>	65
Tabel 6. Kriteria penskoran regulasi emosi	70
Tabel 7. Kriteria penskoran perilaku <i>Cyberbullying</i>	71
Tabel 8. Nilai Korelasi Variabel Penelitian.....	73
Tabel 9. Distribusi frekuensi regulasi emosi.....	74
Tabel 10. Tabel central tendency regulasi emosi.....	75
Tabel 11. Distribusi frekuensi <i>Cyberbullying</i>	76
Tabel 12. Tabel central tendency perilaku <i>cyberbullying</i>	77
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas.....	79
Tabel 14. Uji Linearitas.....	80
Tabel 15 . Korelasi regulasi emosi dengan perilaku <i>Cyberbullying</i>	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Analisis skala penilaian ahli instrumen regulasi emosi.....	122
Lampiran 2. Analisis Skala Penilaian Ahli Instrumen <i>Cyberbullying</i>	124
Lampiran 3. Tabulasi Pengolahan Data dan Hasil Uji Validitas Instrumen Regulasi Emosi.....	126
Lampiran 4. Tabulasi Pengolahan Data dan Hasil Uji Validitas Instrumen Perilaku <i>Cyberbullying</i>	131
Lampiran 5. Instrumen penelitian regulasi emosi.....	137
Lampiran 6. Instrumen penelitian perilaku <i>Cyberbullying</i>	142
Lampiran 7. Tabulasi pengolahan data regulasi emosi.....	151
Lampiran 8. Data Tabulasi Regulasi Emosi berdasarkan Aspek Pemilihan Situasi.....	163
Lampiran 9. Data Tabulasi Regulasi Emosi berdasarkan Aspek Modifikasi Situasi.....	174
Lampiran 10. Data Tabulasi Regulasi Emosi berdasarkan Aspek Mengalihkan perhatian.....	185
Lampiran 11. Data Tabulasi Regulasi Emosi berdasarkan Aspek Perubahan respon kognitif yang dialami individu.....	196
Lampiran 12. Data Tabulasi Regulasi Emosi berdasarkan Aspek modulasi Respon	207
Lampiran 13. Tabulasi pengolahan data perilaku <i>Cyberbullying</i>	217
Lampiran 14. Tabulasi data perilaku <i>Cyberbullying</i> berdasarkan aspek <i>Flaming</i>	225
Lampiran 15. Tabulasi data perilaku <i>Cyberbullying</i> berdasarkan aspek <i>Harassment</i>	235
Lampiran 16. Tabulasi data perilaku <i>Cyberbullying</i> berdasarkan aspek <i>Denigration</i>	245
Lampiran 17. Tabulasi data perilaku <i>Cyberbullying</i> berdasarkan aspek <i>Impersonation</i>	255
Lampiran 18. Tabulasi data perilaku <i>Cyberbullying</i> berdasarkan aspek <i>Outing</i>	265
Lampiran 19. Tabulasi data perilaku <i>Cyberbullying</i> berdasarkan aspek <i>Tricker</i>	275
Lampiran 20. Tabulasi data perilaku <i>Cyberbullying</i> berdasarkan aspek <i>Exclusion</i>	285
Lampiran 21. Tabulasi data perilaku <i>Cyberbullying</i> berdasarkan aspek <i>Cyberstalking</i>	295
lampiran 22. Surat Penelitian.....	305

BAB I

PEDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial (Adiyanti & Sofia, 2013). Masa remaja merupakan masa transisi seseorang dari masa anak-anak menjadi dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2007). Masa ini sering disebut masa pubertas. Selain istilah pubertas, istilah lain yang digunakan adalah *adolescent* yaitu perubahan remaja yang lebih ditekankan pada perubahan psikososial atau kematangan mental dan sosial. Penekanan ini dimaksudkan karena remaja sering menghadapi tekanan-tekanan emosi dan sosial yang saling bertentangan (Widiastuti, 2011).

Perkembangan pada masa remaja awal yaitu usia 12-15 tahun berfokus pada bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya (Agustiani, 2006). Senada dengan itu, Bichler (Fatimah, 2010) menjelaskan bahwa ciri-ciri remaja usia 12-15 tahun adalah berperilaku kasar, cenderung berusaha berperilaku tidak toleran terhadap orang lain dan tidak berusaha mengendalikan diri dan perasaan. Kemampuan mengendalikan diri merupakan salah satu kunci untuk

mengurangi terjadinya perilaku kekerasan karena dengan pengendalian diri individu dapat merasa tenang sehingga emosional dirinya tidak mudah marah dan pada akhirnya mampu membina hubungan baik dengan teman (Zahara, 2011). Selain itu remaja juga memiliki sifat dan ciri memiliki rasa ingin tahu yang besar. Oleh karena itu remaja cenderung mudah terpengaruh oleh kebiasaan sehari-hari dan mempengaruhi lingkungan sekitar tempat mereka bergaul (Ali & Asrori, 2006). Menurut Santrock (2012) Kehidupan remaja seringkali lebih aktif berinteraksi di kehidupan sosial media daripada berinteraksi di dunia nyata. Salah satu alasan mengapa sosial media bisa digunakan remaja dalam berinteraksi dengan teman sebaya adalah perasaan mudah diterima dan mendapatkan teman di sosial media daripada di kehidupan nyata dan budaya sekarang ini juga melibatkan pengaruh media.

Internet merupakan suatu media yang digunakan untuk mengefisienkan proses komunikasi menggunakan aplikasi seperti *website*, *email* atau *voip* (Purbo, 2005). Internet sekarang menjadi kebutuhan bagi lebih dari sebagian besar masyarakat di Indonesia. Anak-anak hingga orang dewasa kini telah mengenal dan menggunakan internet. Internet berguna untuk sarana berkomunikasi maupun memperoleh informasi. Penggunaan internet membuktikan masyarakat masa kini melakukan komunikasi dan interaksi sosialnya pada sebuah wadah yang bernama media sosial. Media sosial menggambarkan sebuah media sehingga para

pengguna dapat dengan mudah berpartisipasi dan memberi kontribusi didalam media tersebut (Karjaluo, 2008).

Media sosial paling banyak digunakan di Indonesia oleh usia remaja. Pada usia-usia tersebut memiliki teman banyak adalah kebutuhan dan kesenangan tersendiri, banyak dampak yang terjadi dari penggunaan media sosial bagi remaja, tidak hanya berdampak positif melainkan juga banyak dampak negatif yang dialami oleh remaja. APJII (2015) melakukan survey pada tahun 2017 yang menyatakan bahwa pengguna media sosial remaja menempati posisi pertama yang mencapai angka 75,50% dari 13,2 juta jiwa dengan rentang usia 13-18 tahun, 74,23 dengan rentang usia 19-34 tahun. Layanan yang diakses berupa *chatting* sebesar 89,35% dan 87,13 untuk sosial media. *We Are School* menambahkan data bahwa pengguna *facebook* di Indonesia menempati posisi keempat setelah Amerika Serikat, India dan Brazil dengan jumlah pengguna *facebook* sebanyak 106 juta pengguna (Pratama, 2017).

Tapscot (2009) mengungkapkan bahwa salah satu karakteristik yang membedakan dunia maya dengan dunia nyata adalah seseorang dapat berinteraksi dengan orang lain dengan menggunakan teknologi internet tanpa terbatas ruang dan waktu. Sesuai dengan perkembangan zaman remaja saat ini dapat bebas mengakses informasi dari berbagai sumber dengan adanya kemajuan internet. Perkembangan teknologi internet banyak memberikan dampak positif bagi remaja, seperti bisa menjalin hubungan pertemanan dengan orang lain, dapat mengakses berbagai

informasi, mencari hiburan, belanja dan dapat berkomunikasi dengan siapapun. Selain mempunyai manfaat, internet juga berdampak negatif apabila digunakan secara berlebihan. Dampak negatif ini kebanyakan terjadi pada kalangan remaja dan anak-anak yang merupakan usia bermain, meniru, ingin mengetahui, dan sangat dipengaruhi oleh teman sebaya Harlock (Soeparwoto dkk, 2005).

Cyberbullying berbeda dengan *bullying*. Yunika, Alizamar & Sukmawati (2013) menjelaskan *bullying* merupakan salah satu bentuk kekerasan atau perilaku agresif yang diperlihatkan atau dilakukan seorang kepada orang lain. Perilaku *bullying* yang dilakukan bertujuan untuk menyakiti seseorang secara psikologis ataupun secara fisik, pelaku *bullying* cenderung dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang merasa dirinya “kuat” kepada seseorang atau sekelompok orang dirasa “lemah” artinya pelaku *bullying* ini menyalahgunakan ketidakseimbangan kekuatan untuk menyakiti korbannya secara terus menerus.

Bullying adalah tindakan penggunaan kekerasan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya (Sejiwa, 2008). Tindakan ini kerap kali menyebabkan korban tidak berdaya, terluka secara fisik maupun mental. Dalam aspek teknologi *bully* atau dalam Bahasa Indonesia kerap digunakan dengan Bahasa “runding” yang bermakna mengganggu, mengusik terus menerus dan menyusahkan. Namun, kenyataannya *bullying* merupakan tingka laku yang bisa

memberikan dampak negatif yang sangat besar terutama bagi korbannya. *Bullying* bukan hanya meninggalkan bekas luka secara fisik, tetapi juga tekanan mental, dan gangguan psikologi (Nasrullah, 2015).

Bullying merupakan perilaku yang dikarakteristikan dengan melakukan tindakan yang merugikan bagi orang lain secara sadar dan dilakukan secara berulang-ulang yang disertai adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korbannya (Rigby & Thomas, 2010). Perilaku *bullying* ini meliputi tindakan secara fisik, seperti menendang, meninju, atau menggigit. Secara verbal, seperti membentak, mengancam, melecehkan. Secara relasional, seperti mengucilkan atau menyebarkan isu dan melalui perangkat elektronik atau *cyberbullying* (America Association of school Administrators, 2009; Jing, et al., 2009).

Menurut Komisi Perlindungan anak Indonesia (KPAI), jumlah perilaku bermasalah pada anak dan remaja meningkat. kekerasan di sekolah dengan pelaku anak remaja juga meningkat. Berdasarkan data KPAI, *bullying* menduduki peringkat teratas dalam pengaduan masyarakat terkait perilaku bermasalah pada anak. Pengaduan ini mengalahkan pengaduan tentang tawuran pelajar, deskriminasi pendidikan ataupun aduan pemungutan liar. KPAI mencatat 369 pengaduan terkait *bullying* dari tahun 2011 sampai tahun 2014, dimana jumlah itu sekitar 25% dari total pengaduan dibidang pendidikan sebanyak 1.480 (Republika, 2014).

Dari beberapa pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa *cyberbullying* adalah tindakan berulang kali melecehkan, mempermalukan,

mengejek atau menghina seseorang atau sekelompok orang pada media elektronik.

Dalam hukum Indonesia peraturan perundang-undangan yang mengatur *cyberbullying* adalah Undang-Undang Nomor 11 tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE). Pasal 27 ayat (3) UU ITE menyatakan bahwa setiap orang dengan sengaja dan tanpa hak mendistribusikan atau mentransmisikan membuat dapat diaksesnya informasi elektronik dan dokumen elektronik yang memiliki muatan penghinaan dan atau pencemaran nama baik. Dalam UU ITE tidak dijelaskan secara spesifik mengenai *cyberbullying*, namun unsur penghinaan, pencemaran nama baik, pengancaman dan pemerasan dapat dimasukkan dalam ranah *cyberbullying*. *cyberbullying* termasuk dalam *bullying* verbal karena pelaku melakukan tindakannya secara tidak langsung seperti mengejek, menghina, mengolok-olok, mencela, menyebarkan rumor, memfitnah, bahkan mengancam.

Penelitian Eric (2017) dengan 62 responden diperoleh hasil mengenai kematangan emosi termasuk kategori tinggi dan Perilaku *cyberbullying* remaja di SMP N 2 Bantul tergolong kategori rendah. Selain itu, Penelitian yang dilakukan Sartana & Afriyeni (2017) kepada 353 remaja di kota Padang dan mendapatkan hasil bahwa 275 responden (78%) yang mengaku pernah melihat *cyberbullying*, 76 responden (21%) pernah menjadi pelaku dan 172 responden (49%) pernah menjadi korban. Selanjutnya penelitian Rohmawati & Christiana (2018), terdapat korban

dan wali kelas yang melapor kepada guru BK bahwa terdapat 2 kelas yang merupakan kelas yang sering melakukan tindakan *cyberbullying*.

Kemudian menurut penelitian Hernawaty & Setyawati (2019) hasil gambaran *cyberbullying* pada siswa di SMA X kota Bandung, menunjukkan bahwa responden yang terlibat *cyberbullying* sebanyak 93, 1% (242 siswa) terdapat 4, 1% (10 orang) sebagai pelaku 17, 0% (41 orang) sebagai korban dan 78, 9% (191 orang) sebagai pelaku dan korban. Senada dengan itu, penelitian Afita Salsa (2019) yang melibatkan 351 sampel di SMP Negeri Se-Kecamatan Banyuwangi dan menemukan hasil bahwa regulasi emosi berkorelasi secara positif dengan perilaku *cyberbullying*.

Berdasarkan penelitian mengenai *cyberbullying* tersebut, dapat disimpulkan bahwa fenomena *cyberbullying* yang terjadi di kalangan remaja telah banyak dijumpai diberbagai sekolah dan daerah. Terdapat peningkatan korban dari *cyberbullying* dari tahun ke tahun. Tindakan *cyberbullying* yang terjadi adalah dengan dikirimkan pesan yang berisi cacian dan hinaan, kemudian tersebarnya gosip atau berita buruk yang tidak sesuai dan tidak menyenangkan melalui jejaring sosial berupa gambar, komentar dan status yang dibuat di media sosial sehingga dampak dari *cyberbullying* ini seperti korban merasa marah, malu, tidak bisa konsentrasi belajar dan takut.

Menurut Hernawaty & Setyawati (2019) bahwa dampak yang dirasakan dari siswa yang pernah menerima *cyberbullying* yaitu perasaan

takut dan perasaan malu. Hal itu dikarenakan pada bentuk *cyberbullying* dari pelaku kepada korban dilakukan di ruang publik media sosial, kemudian dari siswa yang pernah melakukan *cyberbullying* ada perasaan puas dan lega, namun disisi lain ada perasaan menyesal. Sementara untuk dampak pada seseorang yang berstatus sebagai pelaku dan korban hampir sama dengan dampak yang diterima oleh pelaku merasa puas atas perilaku yang ia lakukan kepada korban dikarenakan adanya motif balas dendam, karena sebelumnya pelaku juga sudah pernah menerima bentuk *cyberbullying*. *Cyberbullying* memang tidak melibatkan kontak personal antara pelaku dan korban, namun tindakan ini dapat merusak psikologis dan emosional remaja korban dari pelaku *cyberbullying*.

Menurut Kowalski, dkk (2008) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku *cyberbullying*. Secara umum faktor-faktor tersebut terdiri atas faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu sendiri, Kowalski (2008) menyatakan bahwa salah satu faktor internalnya yakni regulasi emosi. Lebih lanjut, Cowie dan Jennifer (2008) mengatakan bahwa faktor penyebab kecenderungan perilaku *cyberbullying* salah satunya adalah regulasi emosi yang buruk atau sifat temperamen. Remaja dengan regulasi diri yang baik lebih mampu untuk berpikir sebelum bertindak serta mengontrol hasrat mereka. Remaja dengan regulasi diri yang rendah memiliki resiko yang lebih besar untuk permasalahan sosial. Remaja

umumnya menggunakan metode penyelesaian masalah yang kurang tepat untuk mengatasi pergolakan emosi.

Menurut Gross (2007) Regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu, seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik positif maupun negatif. Menurut Thompson (1994) menyatakan bahwa regulasi emosi adalah proses ekstrinsik dan intrinsik pada individu yang bertanggung jawab untuk memantau, mengevaluasi, serta memodifikasi bagaimana reaksi emosional individu dengan memperhatikan fitur intensif dan temporal yang sejalan untuk mencapai tujuan individu tersebut. Regulasi emosi juga mengacu pada perubahan yang berkaitan dengan emosi yang diaktifkan (Eisenberg & Spinrad, 2004).

Pendapat tersebut disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah upaya atau strategi yang dilakukan seseorang untuk mengontrol emosinya untuk mencapai suatu tujuan.

Menurut penelitian Mawardah & Adiyanti (2014) menyatakan bahwa kecenderungan seseorang menjadi pelaku *cyberbullying* memiliki hubungan yang negatif dengan regulasi emosi remaja yakni semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki maka semakin rendah pula kecenderungan

remaja untuk menjadi pelaku *cyberbullying*. Senada dengan itu, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizky Arianty (2018) di SMK N 15 Samarinda juga menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*, artinya semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki oleh remaja SMK Negeri 15 Samarinda, maka semakin tinggi pula perilaku *cyberbullying* yang dilakukan oleh remaja. Sebaliknya semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki remaja maka semakin rendah pula perilaku *cyberbullying* yang dilakukan oleh remaja SMK Negeri 15 Samarinda.

Peneliti melakukan dua kali wawancara kepada beberapa siswa SMPN 25 Padang. Berdasarkan hasil wawancara pertama yang peneliti lakukan tanggal 22 Juli 2022 terhadap 8 orang siswa SMPN 25 Padang terungkap bahwa adanya siswa yang malu, marah akibat *cyberbullying* yang dilakukan dimedia sosial, seperti di *whatsapp*, *Instagram* dan *facebook*. *cyberbullying* yang sering terjadi di kalangan siswa SMPN 25 Padang adalah adanya siswa yang memberikan nama negatif kepada teman, adanya siswa yang memberikan komentar kasar (tidak baik), adanya siswa yang mengirim gambar dan foto yang mengganggu dan adanya siswa yang melakukan penghinaan terhadap postur tubuh. Contohnya mencaci berat badan, warna kulit, tinggi badan, wajah yang berjerawat dan sebagainya. terdapat 2 dari 8 orang siswa pernah menjadi pelaku *cyberbullying*. Hal ini disebabkan karena adanya siswa yang sakit hati dengan temannya. Adanya siswa yang melakukan *cyberbullying*

dengan maksud memermalukan temannya tersebut, adanya siswa yang melakukan *cyberbullying* dengan maksud bercanda dan adanya siswa yang mencaci perubahan fisik temannya di media sosial.

Berdasarkan hasil wawancara kedua yang dilakukan peneliti pada hari Jumat tanggal 29 Juli terhadap 12 orang siswa SMPN 25 Padang khususnya kelas VIII terungkap bahwa siswa yang melakukan perilaku *cyberbullying* kepada siswa lain dikarenakan adanya rasa balas dendam terhadap korban, adanya siswa yang menganggap itu semua adalah bahan bercanda, adanya siswa yang merasa tersaingi di kelas sehingga melakukan *pembully-an* di sosial media dan adanya siswa yang memang tidak menyukai siswa yang lain tanpa adanya alasan.

Selanjutnya hasil observasi yang dilakukan pada hari Jumat tanggal 29 Juli 2022 di SMPN 25 Padang, dapat dilihat bahwa masih ada siswa yang memiliki regulasi emosi yang rendah, yang meliputi: (1) siswa yang marah cenderung merusak fasilitas sekolah seperti merusak kursi, meja atau mencoret dinding, (2) adanya siswa yang melakukan *pembully-an* terhadap siswa yang lain, (3) adanya siswa mengekspresikan emosinya di depan umum, seperti marah, diam dan menanggis, (4) adanya siswa yang menghina perubahan fisik terhadap siswa yang lain, (5) adanya siswa yang melakukan *pembully-an* dengan alasan bercanda, (6) adanya siswa yang suka melakukan tindakan agresif kepada siswa lain dan (7) adanya siswa yang melakukan *cyberbullying*.

Selanjutnya, peneliti juga melakukan wawancara kepada guru BK di SMPN 25 Padang. Hasil wawancara yang dilakukan terungkap bahwa terdapat siswa yang malu, marah akibat *cyberbullying* yang dilakukan di media sosial, seperti di *facebook*, *instagram* dan *whatsapp*. Tidak hanya di media sosial tetapi pelaku juga melakukan tindakan di dunia nyata. Bahan yang seringkali dijadikan *bullying* oleh pelaku terhadap korban adalah pekerjaan orang tua, nama orang tua, pelaku *bully* yang memberikan nama yang jelek atau negatif kepada korban, adanya siswa yang memberikan komentar kasar, adanya siswa yang mengirim gambar dan foto yang mengganggu dan adanya siswa yang melakukan penghinaan postur tubuh. contohnya mencaci warna kulit, tinggi badan, wajah yang berjerawat, bentuk hidung dan sebagainya.

Peran seorang konselor atau guru BK sangat penting di sekolah, terutama dalam mencegah perilaku *cyberbullying* yang dilakukan oleh siswa di sekolah. Peran guru bimbingan dan konseling dalam mencegah perilaku *cyberbullying* tersebut yaitu sebagai informator, motivator, fasilitator, mediator, dan evaluator.

Berdasarkan gambaran perilaku serta kasus-kasus *cyberbullying* dan didukung oleh hasil observasi serta wawancara dengan beberapa siswa, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian apakah terdapat “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Berperilaku *Cyberbullying* pada Siswa SMPN 25 Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan siswa sekolah menghadapi berbagai masalah salah satunya perilaku *cyberbullying* yang membawa dampak negatif bagi korban. Menurut Cowie & Jennifer (2008) mengatakan bahwa salah satu faktor penyebab kecenderungan perilaku *bullying* salah satunya adalah regulasi emosi yang buruk atau bersifat tempramen. Remaja dengan regulasi diri yang baik akan lebih mampu untuk berpikir sebelum bertindak serta mengontrol hasrat mereka.

Rizky (Maryam & Fatmawati, 2018) menyatakan bahwa faktor yang diyakini sebagai penyebab terjadinya perilaku *bullying* atau perundungan media sosial *instagram* dikalangan remaja yaitu tidak matang secara emosional, kebutuhan impulsif untuk mengontrol orang lain, dan kurang kepedulian terhadap orang lain. Regulasi emosi merupakan salah satu prediktor utama yang berperan pada perilaku *cyberbullying*. Senada dengan itu, Mawardah & Adiyanti (2014) bahwa regulasi emosi merupakan faktor yang mempengaruhi *cyberbullying*. Kecenderungan seseorang menjadi pelaku *cyberbullying* memiliki hubungan yang negatif dengan regulasi emosi remaja yakni semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki maka semakin rendah pula kecenderungan remaja untuk menjadi pelaku *cyberbullying*.

Berdasarkan beberapa faktor yang telah dipaparkan, adapun identifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut.:

1. Adanya siswa yang melakukan *cyberbullying* dengan maksud mempermalukan temannya.
2. Adanya siswa yang melakukan *cyberbullying* dengan maksud bercanda
3. Adanya siswa yang mencaci perubahan fisik temannya di media sosial
4. Adanya siswa mengekspresikan emosinya di depan umum, seperti marah dan menanggapi
5. Adanya siswa yang menghina perubahan fisik terhadap siswa lain
6. Adanya rasa balas dendam terhadap korban
7. Adanya siswa yang menganggap hanya sebagai bahan bercanda
8. Adanya siswa yang merasa tersaingi di kelas sehingga ia melakukan *pembullying* di media sosial
9. Adanya siswa yang memang tidak menyukai siswa yang lain tanpa adanya alasan yang pasti.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah disampaikan, untuk dapat memperjelas dan memberi arah yang tepat serta menghindari meluasnya pembahasan dalam penelitian ini. Penelitian ini membatasi permasalahan yang berkaitan dengan Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying* pada Siswa SMPN 25 Padang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah diungkapkan sebelumnya, maka muncul permasalahan yang akan dibahas penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran regulasi emosi siswa SMPN 25 Padang?
2. Bagaimana gambaran *cyberbullying* siswa SMPN 25 Padang?
3. Apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMPN 25 Padang?

E. Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkap hal-hal sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan regulasi emosi siswa SMPN 25 Padang.
2. Mendeskripsikan *cyberbullying* siswa SMPN 25 Padang.
3. Menguji hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* siswa SMPN 25 Padang.

F. Manfaat

Adapun manfaat penelitian ini adalah dibagi menjadi dua, yaitu manfaat secara teoretis dan praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini Dapat menambah pengetahuan, informasi dan wawasan terhadap dunia pendidikan dalam bidang bimbingan dan konseling khususnya bagi pengembangan teori mengenai variabel-variabel yang dibahas dalam penelitian ini yaitu tentang regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada siswa. Penelitian ini juga bermanfaat terhadap mata kuliah psikologi sosial dan psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi kepala sekolah

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, kepala sekolah diharapkan memfasilitasi pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah dengan menyediakan jam khusus untuk guru BK memberikan layanan BK agar terentaskannya permasalahan siswa, dan juga dapat terpeliharanya perilaku siswa yang baik.

b. Bagi guru BK

Sebagai bahan dalam pembuatan program BK dan pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling secara efektif dan efisien untuk siswa terhadap regulasi emosi dengan *cyberbullying* pada siswa.

c. Siswa

Siswa yang memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi dan tingkat perilaku *cyberbullying* yang rendah diharapkan mampu untuk mempertahankannya agar tidak memicu terjadinya perilaku *cyberbullying*, sedangkan siswa yang memiliki tingkat regulasi emosi yang rendah dan perilaku *cyberbullying* yang tinggi diharapkan berupaya untuk mengentaskan permasalahannya tersebut dengan mengikuti layanan yang diberikan oleh guru BK.

d. Bagi orang tua

Dengan bekerja sama dengan guru BK diharapkan orang tua dapat memiliki pemahaman tentang dampak yang ditimbulkan

oleh perilaku *cyberbullying* dan memperoleh gambaran mengenai peranan orang tua dalam pencegahan perilaku *cyberbullying*.

e. Bagi LPTK

Membantu memberikan kontribusi dalam melaksanakan program pembelajaran yang dilaksanakan oleh dosen terkait penelitian ini. Materi regulasi emosi disarankan ditambahkan pada mata kuliah psikologi sosial dan psikologi perkembangan dengan penjelasan lebih lanjut dalam pengembangan model pembelajaran dalam rangka menghasilkan tenaga kependidikan yang menyenangkan.

f. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan gambaran dan tambahan informasi mengenai regulasi emosi dan perilaku *cyberbullying* serta peneliti selanjutnya bisa meneliti variabel lain yang berkaitan dengan *cyberbullying* atau regulasi emosi.