

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa mengenai pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial di Kota Padang, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut ini:

1. Kategori tingkat *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial di Kota Padang berada pada kategori rendah. Hal ini ditunjukkan berdasarkan perolehan kategorisasi variabel *cyberbullying* pada 347 remaja di Kota Padang, 192 remaja diantaranya memiliki tingkat *cyberbullying* dalam kategori rendah dengan persentase 56%. Artinya para remaja bijak dalam menggunakan media sosial sehingga tidak terjerus pada perilaku *cyberbullying*.
2. Kategori tingkat regulasi emosi pada remaja pengguna media sosial di Kota Padang berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan berdasarkan perolehan kategorisasi variabel *cyberbullying* pada 347 remaja di Kota Padang, 201 remaja diantaranya memiliki tingkat regulasi emosi dalam kategori tinggi dengan persentase 57,9%. Artinya para remaja memiliki kemampuan meregulasi emosi dengan baik dalam menghadapi suatu permasalahan.
3. Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial di Kota Padang, didapatkan nilai p-value $<0,00(p-$

value $< 0,05$) yang berarti terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial di Kota Padang. Adapun nilai uji regresi sederhana sebesar -0.865 yang berarti pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* berada dalam kategori tinggi. Sedangkan hasil uji ANOVA mendapatkan hasil, nilai signifikansi dari persamaan regresi sebesar 0.000, dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel regulasi emosi terhadap variabel *cyberbullying*. Selanjutnya untuk hasil uji determinasi, koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0.748. Koefisien determinasi menjelaskan bahwa variabel regulasi emosi memiliki pengaruh yaitu sebesar 74,8% terhadap *cyberbullying*. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap perilaku *cyberbullying*.

B. Saran

a. Untuk Remaja

Remaja diharapkan untuk terus mempertahankan dan meningkatkan regulasi emosi agar terus terhindar dari perilaku *cyberbullying* yang dapat merugikan dirinya maupun orang lain. Remaja juga perlu memahami etika bermedia sosial dan dampak negatif *cyberbullying* untuk mengurangi perilaku impulsif, sehingga mereka lebih bijak dalam menggunakan media sosial. Jika menghadapi tekanan emosional, mencari dukungan dari keluarga, teman, atau konselor juga penting untuk membantu menyalurkan emosi secara positif.

b. Untuk Orang Tua

Orang tua disarankan untuk aktif mendampingi anak dalam menggunakan media sosial dengan memberikan pemahaman tentang etika dan dampak *cyberbullying*. Selain itu, orang tua perlu membangun komunikasi yang terbuka agar anak merasa nyaman berbagi emosi dan pengalaman mereka. Memberikan contoh pengelolaan emosi yang baik di lingkungan keluarga juga penting untuk membantu anak mengembangkan regulasi emosi yang sehat.

c. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian berikutnya diharapkan dapat mengaitkan variabel *cyberbullying* dan regulasi emosi dengan variabel lainnya seperti, variabel dukungan sosial, kontrol diri, pola asuh, harga diri ataupun tingkat stres untuk memperdalam hubungan antara regulasi emosi dan *cyberbullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrida N. (2019). *UNICEF: 70% Remaja Dunia jadi Korban Kekerasan Online*. <https://www.aa.com.tr/id/dunia/unicef-70-remaja-dunia-jadi-korban-kekerasan-online/1385034>. Diakses pada tanggal 31 mei 2024.
- Al-Maraghi, A. M. (1993). *Tafsir Al-Maraghi, Terj. Anshori Umar Sitanggal*. Semarang: CV Toha Putra.
- Annur M,C. (2024), *Tingkat Penetrasi Internet di Indonesia Berdasarkan Kelompok Generasi* (2024). <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2024/02/05/penetrasi-internet-generasi-milenial-tertinggi-dibanding-kelompok-usia-lainnya-di-indonesia>. Diakses pada tanggal 31 mei 2024.
- Arlotas R, K dkk (2021). *Buku Pedoman Skripsi Pi Uin Ib*. Padang.
- Arianty, R. (2018). Pengaruh Konformitas dan Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Cyberbullying. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(4), 505–512. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i4.4672>
- Aroma, I. S., & Sumara, D. R. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 01(02), 1–6. journal.unair.ac.id/filerPDF/110810241_ringkasan.pdf
- Asosiasi Penyelenggaraan Jasa Internet Indonesia. (07 Febuari 2024). *APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang*. <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang> . Diakses pada Selasa, 7 mei 2024.
- Astuti, Y. D., & Dewi, N. S. (2021). Peran Dan Intensitas Cyberbullying Pada Siswa SMP. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(2), 123–130. <https://doi.org/10.48144/jiks.v14i2.570>
- Aulia, A.A. 2019. *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Cyberbullying di SMAN 12 Pekanbaru* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau). <http://repository.uin-suska.ac.id/25080>. Diakses tanggal 03 Mei 2024.
- Azkie, D. (2021). *Gambaran Cyberbullying Pada Remaja di Kota Padang*. (Abstrak, Universitas Andalas). Diakses di <http://scholar.unand.ac.id/77689/>. Pada tanggal 24 Januari 2025.
- Azwar, S. (2005). *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2022). *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar

- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bps (2024). Persentase Penduduk Usia 5 Tahun Ke Atas yang Mengakses Internet Dalam 3 Bulan Terakhir Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Barat (Persen), 2021-2023. <https://sumbar.bps.go.id/indicator/2/320/1/persentase-penduduk-usia-5-tahun-ke-atas-yang-mengakses-internet-dalam-3-bulan-terakhir-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-sumatera-barat.html>. Diakses pada tanggal 31 mei 2024.
- Chairani, A., Suryadi, B., & Wahyuni, Z. I. (2018). Pengaruh Harga Diri Dan Gender Terhadap Cyberbullying Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 1–9. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i1.2069>
- Choirunissa, R., & Ediati, A. (2020). Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Remaja-Orangtua Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa Smk. *Jurnal EMPATI*, 7(3), 1068–1075. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21856>
- Contardi, A., Imperatori, C., Penzo, I., Del Gatto, C., & Farina, B. (2016). The association among difficulties in emotion regulation, hostility, and empathy in a sample of young italian adults. *Frontiers in Psychology*, 7(JUL), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01068>
- Cowie, H., Jennifer, D., & Jennifer, A. W. (2008). *D N NEW PERSPECTIVES ON BULLYING ON BULLYING New Perspectives on Bullying*. www.xpp-web-services.co.uk
- Febriani, E., & Hariko, R. (2023). Gambaran perilaku cyberbullying siswa sekolah menengah pertama. *Journal of Counseling, Education and Society*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.29210/08jces312200>
- Gomes, S. da S., Ferreira, P. da C., Pereira, N., & Simão, A. M. V. (2024). A comparative analysis of adolescents' emotions and emotion regulation strategies when witnessing different cyberbullying scenarios. *Heliyon*, 10(9). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29705>
- Gross & Thompson, R. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. Handbook of emotion regulation. *Emotion*, July.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Harmalis. (2022). Regulasi emosi dalam perspektif Islam. *Journal on Education*, 4(4), 1781–1788. <https://www.jonedu.org/index.php/joe/article/view/2610%0Ahttps://www.jonedu.org/index.php/joe/article/download/2610/2213>

- Hasmarlim, H & Hirmaningsih (2019). Self-Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. Vol. 15, No. 2. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v15i2.7740>
- Hendriani, Y., & Sukmawati, I. (2023). Perilaku Cyberbullying yang Terjadi pada Siswa di SMA Taman Siswa Padang. *Masaliq*, 3(6), 1298–1307. <https://doi.org/10.58578/masaliq.v3i6.2075>
- Hinduja, S., & Patchin, J. (2018). Cyberbullying : Identification, Prevention, & Response. *Research Center*, October, 1–9.
- Intishar, A. R., & Nugrahawati, E. N. (2023). Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Perilaku Cyberbullying pada Pengguna Media Sosial. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1), 140–147. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5164>
- Jannah, M., Sholichah, I. F., & Widohardhono, R. (2023). Confirmatory Factor Analysis: Skala Regulasi Emosi Pada Setting Olahraga di Indonesia (IERQ4S). *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 14(1), 153–160. <https://doi.org/10.26740/jppt.v14n1.p153-160>
- Kalat, J. W., & Shiota, M. N. (2012). *EMOTIONS*_James W. Kalat, - Emotion-Wadsworth.
- Kompasiana (2024). *Uang Rp5.000 Berujung Teror 10 Tahun: Trending Kasus Nimas dan Adi*. <https://www.kompasiana.com/nadyaarfiana8254/66583028ed641555277c0de4/uang-rp5-000-berujung-teror-10-tahun-trending-kasus-nimas-dan-adi>. Diakses pada tanggal 01 Juli 2024.
- Kowalski, M. R., Limber, P. S., & Agatson, W. P. (2008). *Cyberbullying: Bullying in the Digital Age*. Malden: MABlackwell Publishing.
- Kurniawan, A. (2022). Pemanfaatan Media Sosial Facebook oleh UMKM Sebagai Media Komunikasi Pemasaran Prodek di Dusun Suka Sari Desa Rantau Sakti. (Skripsi, Universitas Islam Riau, 2022). Diakses pada tanggal 01-09-2024. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2c5&q=kurniawan.+a.+%282022%29.+pemanfaatan+media+sosial+facebook+oleh+umkm++sebagai+media+komunikasi+pemasaran+produk++di+dusun+suka+sari+desa+rantau+sakti.+%28skripsi%2c+universitas+islam+riau%2c+2022%29.+diakses+pada+tanggal+01-09
- Li, Q. (2008). A cross-cultural comparison of adolescents' experience related to cyberbullying. *Educational Research*, 50(3), 223–234. <https://doi.org/10.1080/00131880802309333>
- Low, S., & Espelage, D. (2013). Differentiating cyber bullying perpetration from non-physical bullying: Commonalities across race, individual, and family predictors. *Psychology of Violence*, 3(1), 39–52.

<https://doi.org/10.1037/a0030308>

- Lubis, A., Elita, Y., & Afriyati, V. (2018). Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Siswa Sma Di Kota Bengkulu. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 43–51. <https://doi.org/10.33369/consilia.1.1.43-51>
- Nafasati, A. Fitria, L & Radyuli, P. (2024). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Perilaku Cyberbullying di SMA N 11 Tebo. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. Vol. 1 No.3. https://doi.org/10.56480/insancendekia.v1i3_1050
- Maryatmi, A. S., Sovitriana, R., Profesi, M. P., Persada, U., & Yai, I. (2024). *Pengaruh Regulasi Emosi dan Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Cyberbullying Dengan Konformitas Sebagai Mediator*. 8(3), 174–184. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i3.4195>
- Maulana, N. D., & Eko, D. (2023). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Interaksi Sosial Dengan Perilaku Cyberbullying di Kalangan Peserta Didik. *Bk Unesa*, Vol 13 No, 212–219.
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 60. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6958>
- Pandie, M. M. dan Weismann, I. J. (2016). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelku Maupun Sebagai Korban Cyberbullying Pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar. *Jurnal Jaffary*, vol. 14 no. 1. <http://dx.doi.org/10.25278/jj71.v14i1.188>
- Panggabean A. D. (2024). *Ini Data Statistik Penggunaan Media Sosial Masyarakat Indonesia Tahun 2024*. <https://www.rri.co.id/ipitek/721570/ini-data-statistik-penggunaan-media-sosial-masyarakat-indonesia-tahun-2024>. Diakses pada tanggal 05 September 2024.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human Development (Tenth)*. \New York: McGraw-Hill Companies.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring cyberbullying: Implications for research. *Aggression and Violent Behavior*, 23, 69–74. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.013>
- Periantalo, J. (2019). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Prihambodo, C. Z., Anwar, Z., & Andriany, D. (2020). Peran Regulasi Diri Terhadap Perilaku Cyberbullying. *Psycho Holistic*, 2(1), 108-117.
- Priyatno, D. (2014). *SPSS 22: Pengolahan Data Terpraktis*. Yogyakarta: Andi Offset.

- Putri, dkk (2022). *Modul Kesehatan Mental. Pasaman*. Cv Azka Pustaka.
- Ratnasari, S., & Suleeman, J. (2017). Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-Laki di Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 35–46. <https://doi.org/10.7454/jps.2017.4>
- Rieffe, C., Camodeca, M., Pouw, L. B. C., Lange, A. M. C., & Stockmann, L. (2012). Don't anger me! Bullying, victimization, and emotion dysregulation in young adolescents with ASD. *European Journal of Developmental Psychology*, 9(3), 351–370. <https://doi.org/10.1080/17405629.2012.680302>
- Risyana, D (2019). *Hubungan antara regulasi emosi dan perilaku cyberbullying pada remaja*. (Tesis, Uin Sultan Syarif Kasim Riau, 2019). Diakses di https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://repository.uin-suska.ac.id/25247/2/bab%252015%2520%2528ext.4%2529.pdf&ved=2ahukewjj2r35kl6gaxuuxzgghdxnhmkqfnoecbgqaq&usg=aovvaw0c_mnfuwt1_p6emfhqwmav. pada tanggal 31 mei 2024.
- Rumra, N. S., & Rahayu, B. A. (2021). Perilaku Cyberbullying Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*, 3(1), 41–52.
- Saefullah. (2020). *Pengaruh Kemajuan Teknologi Komunikasi dan Informasi Terhadap Karakter Anak*. <https://bdkjakarta.kemenag.go.id/berita/pengaruh-kemajuan-teknologi-komunikasi-dan-informasi-terhadap-karakter-anak>. Diakses pada 31 mei 2024.
- Samodra, P. B., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja pengguna media sosial: Bagaimana peran regulasi emosi ? *SUKMA : Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 122–131. <https://doi.org/10.30996/sukma.v3i2.7842>
- Santhoso, F. H. (2019). Peran Mediasi Orang Tua dan Anonimitas terhadap Kecenderungan Cyberbullying Siswa. *Jurnal Psikologi*, 46(3), 261. <https://doi.org/10.22146/jpsi.44126>
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, John. W. (2009). *Psikologi Pendidikan Edisi 3 Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Saripah, I., Pratita, A. N., Pendidikan, F. I., Indonesia, U. P., Kelamin, J., & Didik, P. (2018). Kecenderungan Perilaku Cyberbullying pada Peserta Didik Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 180–192. <https://doi.org/10.17509/pdgia.v16i3.13553>
- Setiawan R. R & Wulan S. A. (2019). *Belajar dari tragedi sulli, melawan komentar nyinyir netizen*. <https://www.alinea.id/gaya-hidup/belajar-dari->

tragedi-sulli-melawan-komentar-nyinyir-netizen-b1Xop9olo. Diakses pada tanggal 1 Juli 2024.

Sugiyono (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Tabares, A. S. G., Restrepo, J. E., & Zapata-Lesmes, G. (2024). The effect of bullying and cyberbullying on predicting suicide risk in adolescent females: The mediating role of depression. *Psychiatry Research*, 337(May). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.115968>.

Tafsir Al-Muyassar/ Kementerian Agama Saudi Arabia. (2021). *Tafsir* <https://tafsirweb.com/6165-quran-surat-an-nur-ayat-37.html> (diakses 03 Mei 2024).

Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: a Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>

Tobing, D. L., & Sari Septiningtyas. (2024). Regulasi Emosi Dan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(1), 83–89. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i1.7445>.

Triyono & Rifai Ekhsan Muh (2019). *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*. Diponegoro. CV Sindunata.

Unicef Indonesia (2021). Indonesia: *Ratusan anak dan remaja menyerukan kebaikan dan diakhirinya perundungan*. <https://www.unicef.org/indonesia/id/siaran-pers/indonesia-ratusan-anak-dan-remaja-menyerukan-kebaikan-dan-diakhirinya-perundungan> . Diakses pada tanggal 07 mei 2024.

Utama, F. I. A. (2022). *Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja Di Kota Jambi*.

Violenta, D. Budiyani, K & Utami, I, N. (2021). Regulasi Emosi dan Perilaku Cyberbullying pada Remaja. Universitas Mercu Buana Yogyakarta. *Psikosains*, 16, 80–88. <http://dx.doi.org/10.30587/psikosains.v16i2.4557>

Waji, R. S., Atma, U., & Makassar, J. (2023). *Regulasi Emosi sebagai Faktor Penurunan Perilaku Cyberbullying (E- Prosiding Seminar Nasional Biopsikosoial 2023). September*.

Weber, N. L., & Pelfrey Jr, W. V. (2014). Cyberbullying Causes, Consequences, and Coping Strategies. In *LFB Scholarly Publishing LLC*.

WHO. (2024). One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO/Europe study. Diakses pada tanggal 03 Juni 2024. <https://www->

who-int.translate.goog/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study?_x_ts_sl=auto&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc

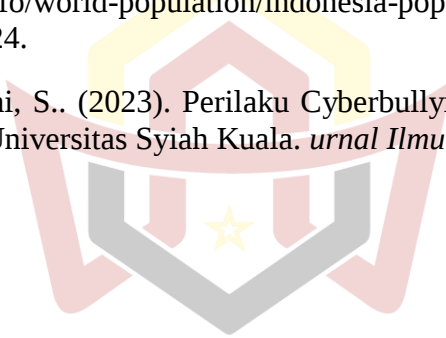
Willard, N. (2005). *Cyberbullying and Cyberthreats*. Washington: U.S: Department of Education.

Willard, N. (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress*. Washington: Research Press.

Wismabrata M. H (2022). *Bocah Sd Korban Perundungan di Tasikmalaya Meninggal, Praktisi Ungkap Dampak Kekerasan Siber*. <https://regional.kompas.com/read/2022/07/21/110054478/bocah-sd-korban-perundungan-di-tasikmalaya-meninggal-praktisi-ungkap-dampak?page=all>. Diakses pada tanggal 01 Juli 2024.

Worldometer (2024). *Indonesia Population*. <https://www.worldometers.info/world-population/indonesia-population/>. Di akses pada tanggal 07 mei 2024.

Zaiyana, R., Novitayani, S.. (2023). Perilaku Cyberbullying pada Siswa Sekolah Menengah Atas. Universitas Syiah Kuala. *urnal Ilmu Keperawatan*, 11(2).



UIN IMAM BONJOL
PADANG