



Cyberbullying ditinjau dari Kontrol Diri dan Regulasi Emosi

Abdullah Rasyid¹, Maimanah², Fathul Lubabin Nuqul¹, Iin Tri Rahayu¹, Ali Ridho¹

¹Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

²MAN 2 Pasuruan

DOI: <http://doi.org/10.29080/jpp.v14i2.1044>

Abstract : *Recently, Indonesian netizens have been noted as the least courteous in Southeast Asia. This research aims to study the correlation between self-control and emotional regulation and cyberbullying behavior among Tiktok users. Having a quantitative research design, this study involved 101 subjects. Three measurement tools were utilized: an emotional regulation scale, a self-control scale, and a cyberbullying scale. The result shows that there is no simultaneous relationship between self-control and emotional regulation with cyberbullying behavior among Tiktok users. In addition, partially self-control does not correlate with cyberbullying behavior, whereas emotional regulation is negatively correlated with cyberbullying. Regardless of an individual's level of self-control, it does not influence their ability to refrain from engaging in cyberbullying. Better emotional regulation can reduce cyberbullying behavior. The implications of this research suggest that emotional regulation is essential in distinguishing which emotions should be expressed and which should be kept in to prevent cyberbullying.*

Keywords : *self-control, emotion regulation, cyberbullying, tiktok users*

Abstrak : Baru-baru ini netizen Indonesia tercatat sebagai netizen paling tidak sopan se-Asia Tenggara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada pengguna Tiktok. Menggunakan rancangan kuantitatif penelitian ini melibatkan 101 subjek. Ada tiga alat ukur yang digunakan yaitu skala regulasi emosi, skala kontrol diri, dan skala *cyberbullying*. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara kontrol diri dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* secara simultan pada pengguna Tiktok. Secara parsial kontrol diri juga tidak ada hubungan dengan perilaku *cyberbullying* tetapi regulasi emosi berhubungan negatif dengan *cyberbullying*. Apapun tingkatan kontrol diri yang dimiliki tidak mempengaruhi individu menahan diri dari melakukan *cyberbullying*. Namun semakin baik regulasi emosi yang dimilikisemakin rendah kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Implikasi penelitian ini menunjukkan regulasi emosi dibutuhkan untuk memilah mana emosi yang perlu ditunjukkan dan mana yang harus disimpan agar tidak terjadi *cyberbullying*.

Corresponding Author: Abdullah Rasyid (e-mail: 220401220002@student.uin-malang.ac.id) Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Jl. Gajayana No.50, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia 65144

Kata kunci : kontrol diri, regulasi emosi, cyberbullying, pengguna tiktok

Pendahuluan

Cyberbullying merupakan tindakan kejam yang dilakukan secara sengaja ditunjukkan untuk orang lain dengan cara mengirimkan atau menyebarkan hal atau bahan yang berbahaya yang dapat dilihat dengan bentuk agresi sosial dalam penggunaan internet ataupun teknologi digital lainnya (Willard, 2005). Perilaku cyberbullying sengaja dilakukan secara berulang dengan maksud merugikan, menjatuhkan, dan menyakiti orang lain yang sulit untuk melawan di media digital (Patchin & Hinduja, 2015). Menurut Willard (2005) ada tujuh aspek dari cyberbullying yaitu amarah, pelecehan, fitnah atau pencemaran nama baik, peniruan, tipu daya, pengucilan, dan penguntitas di media sosial. Semua itu dilakukan secara berulang, dengan niat atau maksud yang membahayakan orang yang menjadi sasaran.

Baru-baru ini netizen Indonesia mendapat julukan sebagai pengguna internet yang paling tidak sopan se-Asia Tenggara. Berdasarkan data survei yang dilakukan oleh Microsoft, pada tahun 2020 Indonesia berada pada tingkat ke 29 dari 32 negara yang disurvei untuk tingkat kesopanan dan menjadi urutan terendah se-Asia Tenggara (Ikhsan, 2021; Surya, 2021). Berdasarkan pantauan CNN Indonesia.com, pada Kamis (25/2) malam akun Instagram Microsoft dibanjiri komentar hingga lebih dari 2.000 komentar dari netizen yang tak terima dengan hasil survey tersebut. Namun, pada Jumat (26/2) pagi kolom komentar akun itu dimatikan. Akibat data survei itu, banyak netizen Indonesia yang tidak terima dan menyerang Microsoft dengan berbagai komentar buruk dan secara tidak langsung membenarkan data survei tersebut (Zainuri et al., 2021).

Penelitian Fauziah (2021) juga menegaskan bahwa CNN merinci hasil survei yang dilakukan Microsoft dan Kompas prihatin dengan upaya pemerintah terhadap netizen Indonesia yang dianggap tidak sopan. Ketidaksopanan netizen Indonesia disebabkan oleh kurangnya literasi masyarakat dalam bersosial media, perbedaan budaya di dunia nyata dan di dunia maya, dan faktor ekonomi yang rendah akibat dampak pandemi Covid-19 (Wijoyo & Maryani, 2022). Ketidaksopanan dalam bermedia sosial tentu merupakan sebuah masalah. Kita sebagai masyarakat hendaknya dapat menggunakan media sosial dengan bijak agar menjadi masyarakat yang beradab. Akan tetapi, fakta menunjukkan bahwa netizen kita berperilaku sebaliknya. Penyebaran hoax, cacian, dan makian sering dilontarkan dalam komentar media sosial.

Sejumlah penelitian melihat kaitan kontrol diri dan komunikasi orang tua dengan perilaku perilaku cyberbullying pada remaja. Penelitian Malihah dan Alfiasari (2018) menjelaskan hubungan antara komunikasi orang tua-remaja dan kontrol diri yang dimiliki remaja dengan perilaku cyberbullying yang dilakukan. Remaja yang cenderung melakukan cyberbullying memiliki latar belakang komunikasi yang lemah dengan orangtua serta kemampuan mengontrol diri yang lemah juga. Bulan dan Wulandari (2021) juga menjelaskan pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja pengguna media sosial anonim. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki itu akan menurunkan kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja terutama pada pengguna media sosial.

Penelitian Budi dan Nusantoro (2022) melihat pengaruh kecerdasan emosi dan kontrol diri terhadap cyberbullying dimana tingkat kecerdasan emosi dan kontrol diri mempengaruhi perilaku cyberbullying siswa. Waji (2021) juga menjelaskan tentang kontrol diri sebagai faktor penurunan perilaku cyberbullying pada dewasa awal. Individu yang mampu mengontrol dirinya dengan baik cenderung rendah kecenderungan

melakukan cyberbullying. Penelitian Devia & Pratama (2021) menunjukkan hubungan kontrol diri dengan perilaku cyberbullying di media sosial pada remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan semakin baik kontrol diri yang dimiliki semakin rendah perilaku cyberbullying.

Rukmi & Lisnawati (2020) menyatakan bahwa perilaku cyberbullying disebabkan oleh kualitas kelekatan teman sebaya dan kontrol diri. Teman yang baik serta saling mengingatkan dalam pertemanan akan mengurangi kecenderungan terhadap perilaku cyberbullying. Fiddiana & Priyambodo (2022) juga menjelaskan hubungan kontrol diri dan cyberbullying di SMA. Hasil penelitian menunjukkan korelasi negatif yang signifikan antara *self-control* dan cyberbullying.

Regulasi emosi juga pernah dikaji hubungannya dengan cyberbullying. Penelitian Widyayanti dkk (2022) melihat regulasi emosi dan perilaku cyberbullying pada remaja awal. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku cyberbullying. Violenta (2021) juga menjelaskan hubungan regulasi emosi dan perilaku cyberbullying pada remaja. Remaja yang mampu meregulasi emosinya dengan baik akan membantu menurunkan kecenderungan cyberbullying. Rahmadhony (2020) meneliti efektivitas pelatihan regulasi emosi untuk menurunkan perilaku bullying pada siswa smp. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan regulasi emosi efektif dan memberikan efek yang besar untuk menurunkan perilaku bullying pada siswa.

Samodra dkk (2023) juga menyatakan peran regulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja pengguna media sosial. Hasil penelitian menunjukkan semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan perilaku cyberbullying. Bone dan Astuti (2019) melihat perilaku cyberbullying pada remaja ditinjau dari faktor regulasi emosi dan persepsi terhadap iklim sekolah. Hasil penelitian menunjukkan hubungan negatif antara regulasi emosi dan persepsi terhadap iklim sekolah dengan cyberbullying.

Ikhsan (2021) menjelaskan banyak kaum milenial dan generasi Z terpuuk dalam kasus cyberbullying di internet. Tentu hal ini adalah sebuah permasalahan yang besar karena dapat menyebabkan trauma hingga gangguan emosi pada korban. Selain itu sikap cyberbullying juga dapat menciptakan perilaku sosial yang buruk bagi pelaku. Penelitian ini bertujuan menguji hubungan antara kontrol diri dan regulasi emosi dengan cyberbullying pada pengguna Tiktok. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan solusi dalam mengatasi masalah cyberbullying yang dilakukan oleh netizen Indonesia. Mengingat banyaknya kasus cyberbullying di Indonesia, sangat penting untuk memahami dan melakukan kontrol diri serta regulasi emosi dalam bersosial media.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif korelasional. Populasi penelitian berjumlah 109, 90 juta pengguna Tiktok dan berdasarkan perhitungan sampel menggunakan rumus Slovin pada nilai error 10% didapatkan 100 sampel. Kriteria partisipan pada penelitian ini adalah mereka yang berusia minimal 15 tahun dengan mempertimbangkan kemampuan atau pemahaman partisipan dalam mengisi angket yang diberikan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala regulasi emosi yang disusun oleh Gross & John (2003) dan diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Radde dkk (2021). Nilai Cronbach sebesar 0,82. Alat ukur skala kontrol menggunakan *self-control* yang dikembangkan oleh De Ridder dkk (2011), dan di terjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Arifin & Milla (2020). Nilai Alpha Cronbach sebesar 0,7. Skala cyberbullying, instrumen disusun oleh peneliti berdasarkan aspek yang

dikemukakan oleh Patchin & Hinduja (2015) berjumlah 20 aitem. Aitem cyberbullying memiliki nilai Alpha Cronbach sebesar 0,97. Analisis data dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda dengan bantuan r studio.

Hasil Penelitian

Tabel 1 menunjukkan data demografis partisipan berdasar jenis kelamin. Terdapat 21 pria dengan presentasi 20,79% dan 80 perempuan dengan presentase 79,21%.

Tabel 1
Data Demografis Berdasar Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Total	Presentase
Pria	21	20,79%
Wanita	80	79,21%
Total	101	100%

Tabel 2 menunjukkan data demografis partisipan berdasar usia. Jumlah partisipan tersebar di 3 besar utama yaitu usia 23-25 tahun sejumlah 953 orang, usia 20-21 tahun ada 648 orang, dan di atas 25 tahun sebanyak 338 orang.

Tabel 2
Data Demografis Berdasar Usia

Usia	F	Rata-Rata (U.f/Total)	Presentase
16 Tahun	6	96	5,94%
17 Tahun	15	255	14,85%
18 Tahun	4	72	3,96%
19 Tahun	1	19	0,99%
20 tahun	12	480	11,88%
21 tahun	8	168	7,92%
22 tahun	2	44	1,98%
23 tahun	13	299	12,87%
24 Tahun	21	504	20,79%
25 Tahun	6	150	5,94%
> 25 Tahun	13	338	12,87%
Total	101	24	100%

Nilai pearson correlation kontrol diri adalah -.269. niali itu dapat diartikan tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan cyberbullying. Perilaku cyberbullying yang dilakukan tidak ada kaitannya dengan kontrol diri yang dimiliki individu. Adapun nilai pearson correlation regulasi emosi adalah -.028. Nilai tersebut dapat diterprestasikan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan cyberbullying. Dengan kata lain semakin baik regulasi emosi yang dimiliki maka akan semakin rendah perilaku cyberbullying yang dilakukan. Sebaliknya semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki akan semakin tinggi intensi perilaku cyberbullying.

Tabel 3
Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

No	Variabel	Mean	Std. Deviation	1	2	3
1	Kontrol Diri	45,62	8.801	1	-.117	-.269**
2	Regulasi Emosi	51,19	7.374		1	-.028
3	Cyberbullying	50,37	23.002			1

```
-- Model Fit

Standard deviation of C: 7.374

Standard deviation of residuals: 7.376 for 98 degrees of freedom
95% range of residual variation: 29.273 = 2 * (1.984 * 7.376)

R-squared: 0.020
Adjusted R-squared: -0.000
PRESS R-squared: -0.052

Null hypothesis of all 0 population slope coefficients:
F-statistic: 0.978 df: 2 and 98
p-value: 0.380
```

Gambar 1. Model Fit

Gambar 1 menunjukkan nilai p-value: 0.380 dan berada di atas 0.01 dan nilai R^2 adalah 0.020. Nilai itu menjelaskan tidak ada hubungan yang simultan antara kontrol diri dan regulasi emosi dengan cyberbullying.

Pembahasan

Hasil analisis data menunjukkan tidak adanya hubungan antara kontrol diri dan regulasi emosi dengan kecenderungan cyberbullying pada pengguna Tiktok. Dengan kata lain perilaku cyberbullying tetap akan dilakukan meskipun individu memiliki kontrol diri dan regulasi emosi yang baik. Tinggi rendahnya tingkatan kontrol diri dan regulasi emosi yang dimiliki individu tidak mampu memberikan pengaruh untuk individu tidak melakukan cyberbullying. Tidak signifikannya dua variable ini mungkin bisa saja mereka memiliki kontrol diri yang baik namun tdk terampil meregulasi emosinya atau sebaliknya. Cyberbullying yang dilakukan seringkali didasari oleh ketidakmampuan individu meregulasi emosinya, memilih mana yang harus dibalas atau mana yang seharusnya didiamkan.

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan antara kontrol diri dengan cyberbullying. Kontrol diri yang dimiliki individu tidak mempengaruhi intensitasnya melakukan cyberbullying. Apapun tingkatan kontrol diri yang ada pada individu tidak membuat cyberbullying rendah. Hasil penelitian ini berbeda dari sejumlah penelitian sebelumnya yang justru melihat semakin baik kontrol diri yang dimiliki individu maka akan semakin rendah perilaku cyberbullying yang dilakukan. Cyberbullying dalam teori agresivitas ini dapat dikategorikan sebagai bagian dari agresi verbal. Menurut Baron & Byrne (2005) agresi verbal dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti pola perilaku, persepsi, dan ancaman ego sedangkan faktor eksternal dapat berupa frustrasi, provokasi, agresi yang dipindahkan, serta pemaparan terhadap kekerasan di media.

Peneliti Budi & Nusantoro (2022) mengatakan kontrol diri yang baik akan menurunkan intensi perilaku cyberbullying. Namun hal itu tidak ditemukan dalam penelitian ini dimana kontrol diri tidak ada hubungannya dengan cyberbullying. Bulan & Wulandari (2021) juga menjelaskan bahwa perilaku cyberbullying seringkali terjadi karena pelaku tidak mampu mengendalikan dirinya untuk menyakiti atau membalas sakit yang dirasakan. Berbeda dengan hasil penelitian ini yang menjelaskan bahwa

cyberbullying bukan karena kontrol diri yang baik atau tidak baik tetapi lebih karena variable lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini. Penelitian Devia dan Pratama (2021) melihat kontrol diri yang lemah mendorong individu melakukan perilaku yang di luar kendali pikirannya. Pada penelitian ini kontrol diri yang baik pun tidak menjamin individu untuk tidak melakukan cyberbullying. Keputusan yang diambil mungkin lebih pada mengikuti emosi yang negatif meskipun mereka sudah berusaha mengontrol dirinya.

Menurut Fiddiana dan Priyambodo (2022) individu yang bisa memilah dan memilih cara meluapkan emosinya maka kemungkinan terjadinya perilaku cyberbullying akan rendah. kontrol diri yang dimaksud mungkin lebih kepada emosi bukan kontrol diri yang digunakan dalam penelitian ini. Malihah dan Alfiasari (2018) juga menjelaskan bagaimana individu yang mampu mengontrol dirinya akan bisa mengambil keputusan berdasarkan pertimbangan yang matang dan paham akan konsekuensi yang akan dihadapi. Namun hal itu tampaknya tidak terlihat dalam penelitian ini karena kontrol diri bagaimanapun tingkatannya tetap menimbulkan perilaku cyberbullying. Gambaran rendah atau tingginya kontrol diri tercermin dari pengambilan keputusan yang mengikuti emosi, melampiaskan emosi tidak pada tempatnya seperti melakukan cyberbullying. Waji (2021) juga mengatakan bahwa perilaku cyberbullying dilakukan karena untuk membalas emosi yang tidak bisa dikendalikan.

Selanjutnya ada hubungan negatif juga antara regulasi emosi dengan cyberbullying. Hal itu menunjukkan bahwa semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki akan semakin tinggi intensi perilaku cyberbullying. Sementara penelitian mengenai regulasi emosi dilakukan oleh Bone & Astuti (2019) yang juga melihat hubungan regulasi emosi dengan perilaku cyberbullying. Individu yang tidak mampu meregulasi emosinya dengan baik cenderung melampiaskan emosinya lewat perilaku menyiksa orang lain seperti halnya cyberbullying. Rahmadhony (2020) juga menggambarkan individu yang melakukan cyberbullying adalah mereka yang tidak bisa meregulasi emosi negatif mana yang harus dikeluarkan mana yang perlu disimpan akibatnya adalah perilaku cyberbullying yang dilakukan. Ada sejumlah alasan mengapa cyberbullying dilakukan adalah karena melampiaskan emosi negatif yang dimiliki kepada individu lain.

Samodra dkk (2023) menjelaskan hasil penelitian mereka bahwa kelemahan dalam mengelola emosi baik itu emosi negatif maupun positif akan mendorong pada perilaku mengganggu orang lain seperti cyberbullying, Violenta (2021) melihat perilaku cyberbullying yang dilakukan cenderung oleh individu yang tidak bisa meregulasi emosinya dengan baik. Apapun motif cyberbullying yang dilakukan dampak yang terjadi sama-sama merugikan individu lain. Widyayanti et al. (2022) menemukan bahwa regulasi emosi dapat menurunkan perilaku cyberbullying. Sejumlah cara telah dilakukan pada beberapa penelitian sebelumnya yang meyakini jika regulasi emosi dioptimalkan maka itu akan menurunkan kecenderungan perilaku cyberbullying.

Simpulan dan Saran

Hasil penelitian menunjukkan kontrol diri dan regulasi emosi secara simultan tidak ada hubungannya dengan perilaku cyberbullying. Demikian pula dengan uji secara parsial menunjukkan kontrol diri tidak ada hubungannya dengan cyberbullying. Namun regulasi emosi terlihat ada hubungan negatif dengan cyberbullying sehingga dapat dikatakan bahwa semakin baik regulasi emosi yang dimiliki individu maka semakin rendah kecenderungan melakukan cyberbullying.

Secara parsial penelitian ini menjelaskan hanya regulasi emosi yang ada hubungannya dengan cyberbullying. Ada beberapa kemungkinan mengapa itu terjadi seperti minimnya sampel untuk mewakili populasi karena penelitian yang baik biasanya menggunakan error sampel sebesar 5% atau minimal 400 partisipan. Penelitian

berikutnya dapat menambah jumlah sampel minimal dengan nilai error sampel sebesar 5% sehingga sampel dapat mewakili populasi dengan baik.

Daftar Pustaka

- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179–195. <https://doi.org/10.7454/jps.2020.18>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Erlangga.
- Bone, D., & Astuti, K. (2019). Perilaku Cyberbullying Pada Remaja Ditinjau Dari Faktor Regulasi Emosidan Persepsi Terhadap Iklim Sekolah. *The 9th University Research Colloquium 2019*, 9(3), 97–109.
- 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. <https://doi.org/10.37010/fcs.v3i1.599>
- 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 (BRPKM)*, 1(1), 497–507. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.25127>
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452>
- De Ridder, D. T. D., Boer, B. J. D., Lugtig, P., Bakker, A. B., & Hooft, E. A. V. (2011). Not doing bad things is not equivalent to doing the right thing: Distinguishing between inhibitory and initiatory self control. *Personality and Individual Differences*, 50(7). <https://doi.org/doi:10.1016/j.paid.2011.01.015>
- Devia, M. V., & Pratama, M. (2021). Hubungan Antara Self Control dengan Perilaku Cyberbullying di Media Sosial pada Remaja. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 8(3), 227–237. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/3032>
- Fauziah, N. (2021). *Analisis Framing Pemberitaan Netizen Paling Tidak Sopan Pada Media Online CNN Indonesia dan Kompas.com*.
- Fiddiana, N., & Bagus Priyambodo, A. (2022). The Correlation Between Self-Control and Cyberbullying at Private High School X in Bogor. *KnE Social Sciences, 2021(ICoPsy 2021)*, 255–266. <https://doi.org/10.18502/kss.v7i1.10216>
- Gross, J. . (2014). *Handbook of regulation emotion second ediion*. Guilford Press.
- Gross, J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and WellBeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2).
- Ikhsan, M. (2021). *Riset: Netizen di Indonesia Paling Tak Sopan se-Asia Tenggara Baca artikel CNN Indonesia "Riset: Netizen di Indonesia Paling Tak Sopan se-Asia Tenggara*. CNN Indonesia. <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20210225115954-185-610735/riset-netizen-di-indonesia-paling-tak-sopan-se-asia-tenggara>
- Malihah, Z., & Alfiasari, A. (2018). Perilaku Cyberbullying pada Remaja dan Kaitannya dengan Kontrol Diri dan Komunikasi Orang Tua. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 11(2), 145–156. <https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.2.145>
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring Cyberbullying: Implications for Research. *Aggression and Violent Behavior*, 23.
- Putri Swasti Rasmita Rukmi, & Lisnawati, L. (2020). Perilaku Perundungan di Dunia Maya Siswa Ditinjau dari Kualitas Kelekatan Teman Sebaya dan Kontrol Diri. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 68–76.

- <https://doi.org/10.21009/jppp.092.04>
- Radde, H. A., Nurrahmah, Nurhikmah, & Nur Aulia Saudi, A. (2021). Uji validitas konstrak dari emotion regulation questionnaire versi Bahasa Indonesia dengan menggunakan confirmatory factor analysis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2), 152–160. <https://journal.unibos.ac.id/jpk>
- Rahmadhony, S. (2020). Efektivitas Pelatihan Regulasi Emosi untuk Menurunkan Perilaku Bullying pada Siswa SMP. *Analitika*, 12(2), 169–178. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3733>
- 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>
- Surya, G. (2021). *Studi Microsoft: Tingkat Kesopanan Warganet Indonesia Terburuk Se-Asia Tenggara*. <https://www.kompas.tv/article/150217/studi-microsoft-tingkat-kesopanan-warganet-indonesia-terburuk-se-asia-tenggara>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Kontrol diri Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72(2). <https://doi.org/doi:10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Violenta, D. (Universitas M. B. Y. 2021. (2021). REGULASI EMOSI DAN PERILAKU CYBERBULLYING PADA REMAJA Devi Violenta 1 , Kondang Budiyan 2 , Narastri Insan Utami 3 Universitas Mercu Buana Yogyakarta. *Psikosains*, 16, 80–88.
- Waji, R. S. (2021). Kontrol Diri sebagai Faktor Penurunan Perilaku Cyberbullying pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2), 76–82.
- Widyayanti, N., Arofah, H., & Awali, A. N. A. (2022). Regulasi emosi dan perilaku cyberbullying pada remaja awal. *Jurnal Spirits*, 12(2), 68–75. <https://doi.org/10.30738/spirits.v12i2.12810>
- Wijoyo, D. O., & Maryani, A. (2022). Analisis Media Sosial Mengenai Isu Indonesia Sebagai Negara Paling Tidak Sopan di Asia Tenggara. *Bandung Conference Series: Communication Management*, 2(1), 233–239. <https://doi.org/10.29313/bcscm.v2i1.1453>
- Willard, N. (2005). *Cyberbullying and Cyberthreats*. U.S. Departement of Education.
- Zainuri, A., Audhitia Frianti, A., & Oktaviani, K. M. (2021). Demokrasi Pancasila: Etika Berpendapat Warganet dalam Praktik Demokrasi Virtual di Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional Ekonomi Pembangunan*, Vol. 1(3), 249–256. <http://conference.um.ac.id/index.php/esp/article/view/694>