

Pengaruh Konformitas dan Regulasi Emosi Terhadap Perilaku *Cyberbullying*

Rizky Arianty¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This study was conducted to determine the effect of conformity and emotion regulation toward cyberbullying behavior students SMKN 15 Samarinda. The method used is quantitative. Subjects in the study were 120 students with used random sampling simple. Methods of data collection using cyberbullying behavior scale, conformity, and emotion regulation scale. Data were analyzed with regression models. The result with level of confidence 95% showed that: (1) there wasn't a influence conformity toward cyberbullying behavior students SMK, the value obtained was $(r) = 0.137$, $t \text{ value} < t \text{ table}$ ($1.750 < 1.980$) dan $p \text{ value} = 0.083$ ($p > 0.05$); (2) there was influence emotion regulation toward cyberbullying behavior student SMK, he value obtained was (r) , $t \text{ value} < t \text{ table}$ ($-7.299 < 1.980$) dan $p \text{ value} = 0.000$ ($p < 0.05$); (3) there was a conformity and emotion regulation toward cyberbullying behavior students SMK, the value obtained was $F \text{ value} > F \text{ table}$ ($26.655 > 3.073$) dan $p \text{ value} = 0.000$ ($p < 0.05$). Variable contribution (R^2) of conformity dan emotion regulation towar cyberbullying behavior students SMK amounted to 31.3%.*

Keywords: *cyberbullying, conformity, emotion regulation*

ABSTRAK. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh konformitas dan regulasi emosi terhadap perilaku cyberbullying siswa SMKN 15 Samarinda. Metode yang digunakan adalah kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 120 siswa dengan pengambilan sampel secara acak sederhana. Metode pengumpulan data menggunakan skala perilaku cyberbullying, konformitas, dan skala regulasi emosi. Data dianalisis dengan model regresi. Hasil penelitian dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan bahwa: (1) tidak ada pengaruh konformitas terhadap perilaku cyberbullying siswa SMK, nilai yang diperoleh adalah $(r) = 0,137$, nilai $t < t \text{ tabel}$ ($1,750 < 1,980$) dan $p \text{ value} = 0,083$ ($p > 0,05$); (2) terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku cyberbullying siswa SMK, nilai yang diperoleh adalah (r) , nilai $t < t \text{ tabel}$ ($-7,299 < 1,980$) dan $p \text{ value} = 0,000$ ($p < 0,05$); (3) terdapat kesesuaian dan regulasi emosi terhadap perilaku cyberbullying siswa SMK, nilai yang diperoleh adalah $F \text{ hitung} > F \text{ tabel}$ ($26,655 > 3,073$) dan $p \text{ value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Sumbangan variabel (R^2) kesesuaian dan regulasi emosi terhadap perilaku cyberbullying siswa SMK sebesar 31,3%.

Kata Kunci: cyberbullying, kesesuaian, regulasi emosi

¹ Email: rizkyarianty22@gmail.com

PENDAHULUAN

Media komunikasi sudah semakin berkembang, khususnya dalam bidang *cybermedia*. Sudah banyak situs, aplikasi dan media sosial yang telah diciptakan dengan harapan sosialisasi umat manusia yang semakin membaik karena adanya kepraktisan dalam melakukan komunikasi tanpa adanya batas ruang dan waktu. Pola kehidupan sehari-hari telah berubah sejak adanya teknologi internet, karena dengan adanya teknologi internet, bumi akan seakan menjadi desa kecil yang tidak pernah tidur, semua jenis kegiatan dapat difasilitasi oleh teknologi internet (Oetomo, 2007).

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet (APJII) mengungkapkan jumlah pengguna internet di Indonesia tahun 2016 mencapai 132,7 juta orang. Dari angka tersebut, 97 persennya menggunakan internet untuk mengakses jejaring sosial. *Line messenger* merupakan salah satu aplikasi *instant messenger* yang memberikan layanan berkirim pesan, telepon dan juga video secara gratis dengan menggunakan layanan internet. *Line* tersedia pada semua *gadget* dengan berbagai *platform*, (Irianto dkk, 2015).

Pada remaja sebagian waktu yang dihabiskan untuk mengakses internet adalah untuk tujuan berkomunikasi dengan orang yang dikenal maupun tidak dikenal. Berbagai aktivitas dapat mereka temui di *cyberspace* seperti *game* interaktif atau biasa disebut *game online*, situs jejaring sosial, forum, *chat room*. Bahkan, internet sudah menjadi suatu alat yang sangat penting dan berguna untuk pencarian informasi serta untuk menghubungkan komunikasi kepada *peer group* atau teman bermain bagi anak. Akan tetapi, internet juga dapat menjadi alat yang dapat memunculkan hal yang dapat menyerang dan membahayakan, salah satu dampak negatif yang sangat mendominasi kemajuan teknologi informasi adalah *cybersex* dan *cyberbullying* (William, 2012).

Menurut Willard (2005) *Cyberbullying* didefinisikan sebagai bentuk komunikasi elektronik (komputer, ponsel, atau perangkat genggam lainnya) untuk mengancam atau menggertak seorang individu atau sekelompok individu. Penggunaan internet memungkinkan remaja untuk memiliki pengalaman yang lebih luas di luar batas-batas rumah, di lingkungan masyarakat bahkan di sekolah, namun juga mengakibatkan adanya kenakalan-kenakalan yang dilakukan dalam internet (Mishna, Saini & Solomon 2009). Hal ini pun terjadi di SMK Negeri 15 Samarinda.

Penelitian ini dilakukan di SMKN 15 Samarinda, dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan subjek W yang merupakan salah satu guru Bimbingan dan Konseling SMKN 15 Samarinda pada Sabtu, 6 Mei 2017 pukul 08.45 – 09. 50 Wita. Ia mengatakan bahwa cukup banyak kasus kenakalan remaja yang dilakukan oleh siswa-siswi di sekolah tersebut, salah satunya adalah kasus *cyberbullying*. Kasus *cyberbullying* yang terjadi seperti memanggil nama temannya dengan sebutan khusus misalnya, dengan sebutan nama binatang dan nama sebutan sesuai kekurangan fisik teman di grup *online* kelas, menceritakan aib teman sekelas di *chat room* bahkan ada siswa yang saling mengejek di sosial media seperti Line dan *chat room* kelas kemudian melakukan *bully* secara fisik dengan berulang kali sehingga mengakibatkan siswa tersebut mengundurkan diri dari sekolah.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan salah seorang subjek W guru Bimbingan dan Konseling SMKN 15 Samarinda pada Sabtu, 6 Mei 2017 pukul 08.45 – 09. 50 Wita. Ia mengatakan bahwa cukup banyak kasus kenakalan remaja yang dilakukan oleh siswa-siswi di sekolah tersebut, salah satunya adalah kasus *cyberbullying*. Kasus *cyberbullying* yang terjadi seperti memanggil nama temannya dengan sebutan khusus misalnya, dengan sebutan nama binatang dan nama sebutan sesuai kekurangan fisik teman di grup *online* kelas, menceritakan aib teman sekelas di *chat room* bahkan ada siswa yang saling mengejek di sosial media seperti Line dan Facebook serta *chat room* kelas kemudian melakukan *bully* secara fisik dengan berulang kali sehingga mengakibatkan siswa tersebut mengundurkan diri dari sekolah.

Konformitas merupakan bertindak sesuai nilai dan aturan kelompok, entah sesuai dengan nilai pribadi ataupun tidak, supaya diterima oleh kelompok. Salah satu cara menyesuaikan diri yang paling mudah adalah dengan berperilaku mengikuti nilai dan aturan yang berlaku di lingkungan sekitarnya. Remaja cenderung melakukan konformitas dengan teman sekelasnya supaya merasa nyaman dalam mengikuti kegiatan di kelas sehari-hari. Perilaku yang ditiru remaja ada yang bersifat positif maupun negatif (Levianti, 2008).

Perkembangan teknologi informasi komunikasi mempengaruhi hubungan remaja dengan teman sebayanya. Pertemuan dengan teman sebaya yang biasanya dilakukan secara langsung beralih ke pertemuan di dunia virtual. Remaja lebih

banyak berinteraksi dengan teman sebayanya melalui media sosial, (Ang & Goh, 2010).

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 akan lebih mampu untuk berpikir sebelum bertindak serta mengontrol hasrat mereka. Remaja dengan regulasi diri yang rendah memiliki resiko yang lebih besar untuk mengalami penolakan sebaya, permasalahan sosial, kenakalan bahkan obesitas. Remaja umumnya menggunakan metode penyelesaian masalah yang kurang tepat untuk mengatasi pergolakan emosi. Regulasi emosi merupakan sebuah proses secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku (Gross, 2007).

Adanya kemampuan mengelola emosi yang baik dapat membantu seseorang dalam mengontrol dirinya untuk tidak terlibat dalam perilaku yang negatif terutama ketika sedang mengalami masalah dan tekanan. Ini berarti, kemampuan dalam meregulasi emosi mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya sehingga dengan adanya kemampuan mengontrol diri yang baik dapat membuat seseorang mengarahkan perilakunya dengan baik dan terhindar dari praktik *cyberbullying*. Kemudian siswa yang melakukan *bullying* banyak, atau *bullying* dilakukan oleh siswa yang berpengaruh di kelas, maka siswa lain kemungkinan besar akan ikut melakukan *bullying* juga, cenderung menyesuaikan dan berperilaku serupa mengikuti teman-teman sebayanya. Saat ada teman yang melakukan *bullying*, ia menyaksikan dan menganggapnya sebagai hal wajar, bahkan juga cenderung ikut melakukan praktik *cyberbullying*.

TINJAUAN PUSTAKA

Perilaku *Cyberbullying*

Cyberbullying atau disebut juga sebagai *electronic bullying* didefinisikan sebagai tindakan *bullying* melalui *email*, *Instant Messaging*, ruang obrolan, *website*, situs *game online*, pesan singkat yang dikirim melalui telepon seluler maupun teknologi informasi dan komunikasi lainnya (Kowalski dkk, 2012). Hinduja & Patchin (2010) mengatakan bahwa tindakan yang disengaja dilakukan berulang kali untuk menyakiti melalui penggunaan komputer, telepon seluler dan alat elektronik lain disebut sebagai *cyberbullying*.

Cyberbullying juga didefinisikan sebagai perlakuan kasar yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang, menggunakan bantuan alat elektronik yang dilakukan berulang dan terus menerus pada seorang target yang kesulitan membela diri (Smith dkk, 2008). Kowalski, dkk (2012) menyebutkan beberapa indikator perilaku yang umum dilakukan dalam tindakan *cyberbullying* yaitu (1) mengirimkan pesan teks penuh amarah (*flaming*), (2) mengganggu secara *online* (*harassment*), (3) mengumbar keburukan seseorang secara *online* (*denigration*), (4) berpura-pura menjadi orang lain (*impersonation*), (5) menyebarkan rahasia orang lain (*outing*), (6) membujuk seseorang dengan tipu daya (*trickery*), (7) sengaja mengeluarkan seseorang dari grup *online* (*exclusion*), (8) dan menguntit secara *online* (*cyberstalking*).

Konformitas

Myers (2005) mengartikan konformitas sebagai perubahan perilaku ataupun keyakinan agar sama dengan orang lain. Konformitas adalah suatu tuntutan yang tidak tertulis dari kelompok teman sebaya terhadap anggotanya tetapi memiliki pengaruh yang kuat dan dapat menyebabkan munculnya perilaku-perilaku tertentu pada anggota kelompok tersebut (Zebua dan Nurdjayadi, 2001).

Sears (2005) juga mengemukakan bahwa konformitas adalah suatu bentuk tingkah laku menyesuaikan diri dengan tingkah laku orang lain, sehingga menjadi kurang lebih sama atau identik guna mencapai tujuan tertentu. Sears (2005) berpendapat bahwa perilaku individu yang melakukan konformitas menunjukkan aspek seperti berikut yaitu (1) kekompakan, (2) kesepakatan, (3) ketaatan.

Regulasi Emosi

Regulasi emosi ialah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi yang tepat meliputi kemampuan untuk mengatur perasaan, reaksi fisiologis, kognisi yang berhubungan dengan emosi, dan reaksi yang berhubungan dengan emosi (Shaffer, 2005). Walden dan Smith (dalam Eisenberg, dkk, 2000) menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan proses menerima, mempertahankan dan mengendalikan suatu kejadian, intensitas dan lamanya emosi dirasakan, proses fisiologis yang berhubungan dengan emosi,

ekspresi wajah serta perilaku yang dapat diobservasi.

Sementara itu, Gross (2007) menyatakan bahwa 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. Aspek-aspek kemampuan regulasi emosi menurut Gross (2007) terdiri dari (1) kemampuan mengatur emosi, (2) kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif, (3) kemampuan mengontrol emosi dan (4) penerimaan terhadap peristiwa yang menimbulkan emosi negatif.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2012), metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Teknik *sampling* yang digunakan adalah teknik *aksidental random sampling*, dimana pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah sampel dipilih secara acak tanpa menentukan asal angkatannya. Sampel penelitian ini adalah 120 siswa SMK Negeri 15 Samarinda yang masih aktif.

Tahap pertama yang dilakukan adalah uji validitas dan realibilitas dengan menggunakan rumus *product moment* dari Pearson. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk mengetahui kevalidan dan reliabilitas instrument penelitian. Tahap kedua adalah uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas data *OneSample Kolmogorov-Smirnov* Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah jenis instrumen yang digunakan terdistribusi normal atau tidak normal, kemudian uji linearitas, uji multikolinearitas, uji heteroskedastisitas dan tahap ketiga adalah uji hipotesis terdiri dari uji regresi berganda dan bertahap.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konformitas dan regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* siswa SMK Negeri 15

Samarinda. Pada penelitian ini, data yang didapatkan memiliki sebaran yang normal dengan kaidah nilai Zig atau $p > 0,05$ dengan hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel perilaku *cyberbullying* menghasilkan nilai $Z = 0.066$ dan $p = 0.200$ dan hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel konformitas menghasilkan nilai $Z = 0.059$ dan $p = 0.200$ dan hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel regulasi emosi menghasilkan nilai $Z = 0.074$ dan $p = 0.154$. Adapun terdapat pengaruh yang linear dengan hasil uji linearitas antara variabel konformitas dengan perilaku *cyberbullying* mempunyai nilai *linearity* F hitung = $1.234 < F$ tabel = 1.533 dan $p = 0.209 > 0.05$ dan Hasil uji linearitas pada variabel regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* diperoleh nilai *linearity* F hitung = $0.797 < F$ tabel = 1.549 dan $p = 0.778 > 0.05$ dan hasil penelitian ini terdapat bebas dari adanya multikolinearitas dengan hasil uji asumsi multikolinieritas antara variabel konformitas dengan perilaku *cyberbullying* mempunyai nilai *koefisien tolerance* = $0.954 < 1$ dan nilai *koefisien* VIF = $1.048 < 5$ dan hasil uji linieritas pada variabel regulasi emosi dengan perilaku perilaku *cyberbullying* nilai *koefisien tolerance* = $0.954 < 1$ dan nilai *koefisien* VIF = $1.048 < 5$. Hal tersebut sebagai salah satu pemenuhan uji asumsi untuk penggunaan uji statistik parametrik (regresi).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara konformitas dan regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* siswa SMK Negeri 15 Samarinda, dibuktikan dengan nilai F hitung = $26.655 > F$ Tabel = 3.073 , nilai $R^2 = 0.313$ dan $p = 0.000 < 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu semakin tinggi konformitas dan regulasi emosi maka semakin tinggi pula perilaku *cyberbullying* siswa SMK Negeri 15 Samarinda.

Sumbangan efektif yang disumbangkan variabel konformitas dan regulasi emosi sebesar 31.3 persen. Hal ini berarti terdapat 68.7 persen variabel-variabel lain yang mempengaruhi perilaku *cyberbullying* yaitu diantaranya *bullying* tradisional, karakteristik kepribadian, persepsi terhadap korban, strain, serta peran interaksi orang tua dan anak, Disa (2011).

Karakteristik kepribadian dari pelaku *cyberbullying* seperti dipaparkan oleh Comodeca & Goosens (2005) adalah memiliki kepribadian yang dominan dan senang melakukan kekerasan, cenderung temperamental, *impulsive*, mudah

frustasi dan terlihat kuat dan menunjukkan sedikit rasa empati atau belas kasihan kepada mereka yang menjadi korban. Sedangkan menurut Eysenck (dalam Alwisol, 2009) karakteristik kepribadian ekstrovert adalah sosiabel, lincah, aktif, asertif, mencari sensasi, riang, dominan, bersemangat dan berani. Karakteristik dari introvert yaitu tidak sosial, pendiam, pasif, ragu, banyak pikiran, sedih, penurut, pesimis, dan penakut.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Satalina (2014) menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kecenderungan perilaku *cyberbullying* antara siswa yang memiliki kepribadian *ekstrovert* dan siswa yang memiliki kepribadian *introvert*, dimana individu dengan kepribadian *ekstrovert* akan memiliki kecenderungan yang tinggi untuk melakukan *cyberbullying* dibandingkan dengan individu yang berkepribadian *introvert*.

Hal ini didukung oleh penelitian Mawardah dan Ardiyanti (2014) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kelompok teman sebaya dan regulasi emosi mempengaruhi terjadinya kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja dengan nilai R^2 sebesar 70.2 persen, dimana terdapat pengaruh kelompok teman sebaya terhadap kecenderungan menjadi pelaku *cyberbullying* dan terdapat pengaruh negatif regulasi emosi terhadap kecenderungan menjadi pelaku *cyberbullying*, artinya semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah tingkat perilaku *cyberbullying*.

Pada hasil uji analisis regresi model bertahap atau sederhana pada variabel konformitas dengan perilaku *cyberbullying*, didapatkan hasil bahwa tidak adanya pengaruh antara konformitas dengan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 15 Samarinda, dengan nilai koefisien beta = 0.137, serta nilai t hitung = 1.750 < t tabel = 1.980 dan nilai $p = 0.083$ ($p > 0.05$).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiarto dan Ervina (2013) mengenai hubungan antara konformitas dengan perilaku *bullying* pada siswa SMA Negeri 1 Arjasa menunjukkan hasil R^2 sebesar 1.2 %, nilai $p = 0.356 > 0.05$, maka dikatakan bahwa hubungan antara konformitas dan *bullying* tidak signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku *cyberbullying* muncul tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh perilaku konformitas. Kemungkinan penyebab munculnya perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 15 Samarinda bisa terjadi karena adanya faktor-faktor lain yang dapat memicu remaja untuk melakukan tindakan *cyberbullying* seperti karena adanya faktor

tradisi, rasa balas dendam, senioritas, rasa marah, mendapat kepuasan dan iri hati (Varjas dkk, 2010).

Faktor *self-esteem* juga merupakan faktor lain yang mempengaruhi perilaku *cyberbullying*. Remaja yang melakukan *cyberbullying* adalah remaja yang mempunyai kepribadian otoriter dan kebutuhan yang kuat untuk menguasai dan mengontrol orang lain. Remaja tersebut hanya mementingkan dirinya sendiri dibandingkan orang lain. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga menekankan bahwa seseorang melakukan *cyberbullying* cenderung mempunyai *self-esteem* yang rendah karena hal ini merupakan suatu perilaku yang tidak menguntungkan bagi dirinya sendiri dan hanya akan mengarah pada perilaku agresif seseorang. Perilaku tidak terpuji ini juga sangat berdampak pada pelaku *cyberbullying*, yang mana dengan memiliki *self-esteem* yang rendah akan berdampak pada prestasi akademiknya di sekolah, perilaku kriminal dan kesehatan buruk (Patchin & Hinduja, 2010).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru Bimbingan dan Konseling bahwa siswa-siswi cenderung memiliki *self-esteem* yang cukup tinggi dengan ditunjukkan bahwa mereka mudah saling berinteraksi satu dengan yang lain dan saling menghargai apabila ada teman yang memiliki kekurangan fisik ataupun yang memiliki prestasi yang rendah di kelas, percaya diri dan keyakinan diri dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor lain juga dapat mempengaruhi perilaku *cyberbullying*.

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberbullying* adalah regulasi emosi. Menurut Gross & Thompson (2007) mengemukakan bahwa regulasi emosi merupakan sekumpulan berbagai proses tempat emosi diatur. Ricard & Gross (Widuri, 2010) mengungkapkan bahwa pemikiran dan perilaku individu sangat dipengaruhi oleh emosi individu yang bersangkutan. Regulasi emosi ialah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi yang tepat meliputi kemampuan untuk mengatur perasaan, reaksi fisiologis, kognisi yang berhubungan dengan emosi, dan reaksi yang berhubungan dengan emosi Shaffer (dalam Anggraeny, 2014).

Hasil uji analisis regresi bertahap pada variabel regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh negatif terhadap perilaku *cyberbullying* siswa SMK Negeri 15 Samarinda, dibuktikan

dengan koefisien beta = -0.573, serta nilai t hitung = -7.299 < t tabel = 1.980 dan nilai p = 0.000 (p < 0.05). Artinya semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah perilaku *cyberbullying*, begitupula sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi perilaku *cyberbullying*. Di SMK Negeri 15 Samarinda ini sendiri tingkat regulasi emosi pada siswanya termasuk kategori tinggi.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Umasugi (2013) dalam penelitiannya tentang hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI SMA Negeri 5 Yogyakarta menunjukkan bahwa hasil $r_{xy} = -0.300$ dan nilai p = 0.003 (p < 0,01), artinya terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan. Umasugi (2013) menyatakan bahwa siswa yang memiliki regulasi emosi rendah tidak mampu mengatur pemikiran dan perilakunya saat munculnya emosi-emosi yang berbeda (emosi negatif dan emosi positif). Ketika sedang mengalami emosi negatif, siswa dengan regulasi emosi yang baik akan tetap berpikir jernih sehingga perilaku yang muncul tetap berdasarkan logika dan kesadaran. Ekspresi emosi negatif yang tidak dapat diregulasi dengan baik akan menyebabkan perilaku *cyberbullying* muncul.

Didukung dengan hasil wawancara dengan guru wali kelas bahwa adanya saling membantu apabila ada kesulitan dalam belajar bukan dengan mengejek atau mengeluarkan kata-kata yang dapat menimbulkan emosi negatif dengan ditunjukkan terkadang mereka membuat kelompok belajar bersama, menerima kritik atau pendapat dengan baik, saling menghargai satu dengan yang lain walaupun ada yang mengalami kesulitan dalam belajar dan menghargai teman yang memiliki kekurangan fisik.

Adapun hasil model akhir pada setiap aspek dari variabel X (konformitas dan regulasi emosi) terhadap variabel Y (perilaku *cyberbullying*), didapatkan hasil bahwa aspek kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif dan kemampuan mengurangi emosi negatif memiliki hubungan dengan aspek mengganggu secara *online*, dengan sumbangan efektif sebesar 31.6 persen.

Mengganggu secara *online* merupakan salah satu bentuk perilaku *cyberbullying*. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Baron & Byrne (2005) bahwa faktor penyebab munculnya perilaku agresif dan perilaku mengganggu dengan membuat orang lain merasa tidak nyaman adalah karena adanya frustrasi yang dialami individu tersebut. Faktor frustrasi timbul dari terhambatnya upaya mencapai

suatu tujuan, sehingga frustrasi dapat melahirkan perilaku agresi dan karena pada saat individu berperilaku agresi hal tersebut dapat meringankan emosi negatif yang dialami (Taylor dkk, 2009).

Selanjutnya pada aspek kemampuan tidak terpengaruh dengan emosi negatif dan penerimaan terhadap peristiwa yang dapat menimbulkan emosi negatif memiliki hubungan dengan aspek mengirim pesan teks dengan amarah, peniruan dengan menggunakan akun milik orang lain, menyebarkan rahasia orang lain, membujuk dengan tipu daya, mengeluarkan seseorang dari grup dan menguntit secara *online*. Sumbangsih terbesar dari aspek-aspek tersebut terdapat pada aspek peniruan dengan menggunakan akun milik orang lain sebesar 26.7 persen.

Menyampaikan perasaan kesal, rasa ingin menjatuhkan dan memermalukan korban, merasa sakit hati, balas dendam, ingin mencari perhatian, dan untuk mencari kesenangan merupakan motif yang mendorong seseorang melakukan perundungan maya, Persada (dalam Sartana & Afriyeni, 2017). Hal inilah yang membuat individu dapat melampiaskan amarah melalui sosial media, menyebarkan rahasia orang lain, peniruan dengan menggunakan akun orang lain, mengeluarkan seseorang dari grup, dan menguntit secara *online* dengan tujuan untuk menyampaikan rasa amarah, mencari kesenangan pribadi dan balas dendam.

Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Wade & Travis (2007) bahwa kekerasan di media sosial dapat memberikan gambaran untuk berperilaku secara agresif dan mendorong kepercayaan yang memperkenankan penggunaan agresi secara verbal sebagai cara mengatasi masalah.

Berdasarkan pembahasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konformitas dan regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 15 Samarinda. Adanya hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*, artinya semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki oleh siswa SMK Negeri 15 Samarinda maka semakin tinggi pula perilaku *cyberbullying* yang dilakukan oleh siswa. Dan sebaliknya semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki siswa maka semakin rendah pula perilaku *cyberbullying* yang dilakukan oleh siswa SMK Negeri 15 Samarinda.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara konformitas dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 15 Samarinda.
2. Tidak terdapat hubungan dan tidak signifikan antara konformitas dengan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 15 Samarinda.
3. Terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 15 Samarinda.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Pihak SMK Negeri 15 Samarinda
 - a. Sekolah diharapkan memberikan penanganan khusus pada siswa yang kurang memiliki pengetahuan dalam menggunakan jejaring sosial dengan benar agar semakin berkurangnya perilaku *cyberbullying*.
 - b. Sekolah atau guru bimbingan konseling dapat menerapkan terapi mengenai mengatur emosi negatif yang dirasakan dalam proses belajar mengajar dengan melakukan relaksasi di kelas.
 - c. Menyelenggarakan seminar atau pelatihan mengenai cara meningkatkan kemampuan dalam mengatur emosi negatif dan rasa penerimaan terhadap peristiwa yang menimbulkan emosi negatif, misalnya pelatihan mengatur ekspresi wajah atau *gesture* dan permainan kelompok.
2. Bagi subjek penelitian
 - a. Siswa diharapkan lebih bijak dalam menggunakan pesan instan *Line* dan sangat diharapkan mengikuti seminar pendidikan mengenai penggunaan jejaring sosial sesuai status sebagai pelajar.
 - b. Mengikuti kegiatan-kegiatan positif untuk meningkatkan kemampuan mengatur emosi negatif pada saat menghadapi masalah dan dapat membangun hubungan baik dengan orang lain misalnya dengan mengikuti seminar manajemen emosi, kegiatan kerohanian, latihan kepemimpinan, pelatihan lainnya sesuai dengan kompetensi jurusan yang ada.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

- a. Memperhatikan tata cara pembuatan alat ukur agar aitem tidak mengandung arti ganda yang dapat memunculkan kebingungan pada diri subyek penelitian.
- b. Mengkaji lebih banyak jurnal sejenis yang terkait dengan konformitas, regulasi emosi dan perilaku *cyberbullying* sehingga dapat menentukan konstruk konseptual dan operasional yang lebih ajeg.
- c. Mengukur perilaku *cyberbullying* dengan variabel *self-esteem*, rasa empati, dan kecerdasan religiusitas dengan penelitian ini sehingga akan mendukung dan menyumbangkan berbagai teori baru dalam bidang Psikologi Pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Ang, R. P., & Goh, D. H. (2010). Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy and gender. *Child Psychiatry Hum Dev*, 42 (4), 387-397.
- Anggraeny, N. (2014). Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Remaja Korban Kekerasan Seksual. *Tesis*. Sumatera Utara: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2016). *Survei Internet 2016*. Diakses pada tanggal 19 Agustus 2017.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial. Jilid 2. Edisi kesepuluh. Alih Bahasa: Ratna Djuwita*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Budiarto, T. H., & Ervina, I. (2013). Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Bullying pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 9 (1), 31-45.
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2008). *New Perspectives on Bullying*. New York: Open University Press.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2000). Dispositional Emotionality and Regulation: Their Role in Predicting Quality of Social Functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78 (1), 136-157.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion Regulation Conceptual. Handbook of Emotion*

- Regulation*. Edited By James J. Gross. New York: Guilfords Publication.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). Cyberbullying and Self-esteem. *Journal of School Health*, 80 (12), 614-621.
- Irianto, B. R, Yusanto., & Putri, B. (2015). Pengaruh Penggunaan Instant Messaging Line terhadap Efektifitas Komunikasi Interpersonal. *e-Proceeding of Management Journal*, 2 (3), 4216-4222.
- Kowalski, M., Limber, S., & Agatston, P. W. (2012). *Cyberbullying: Bulling in the Digital Age*. Second Edition. USA. Wiley Blackwell.
- Levianti. (2008). Konformitas dan Bullying pada Siswa. *Jurnal Psikologi*, 6 (1),1-9.
- Mawardah, M., & Adiyanti, M. G. (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying. *Jurnal Psikologi*, 41 (1), 60-73.
- Mishna, F., Saini, M., & Solomon, S. (2009). Ongoing and Online: Children and Youth's Perceptions of Cyberbullying. *Journal of children and Youth Service Review*, 31 (1), 1222-1228.
- Myers, D. G. (2005). *Social Psychology*. (5th ed). USA: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Oetomo, S. D. (2007). *Pengantar Teknologi Informasi Internet: Konsep dan Aplikasi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sartana., & Afriyeni, N. (2017). Perundungan Maya pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Insight*, 1 (1), 25-39.
- Sears, D. O. (2005). *Psikologi Sosial Edisi Ke-5*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: CV Alfabeta.
- Taylor, E. S., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi Sosial* (Edisi ke XII). Jakarta: Kencana Prenanda Media Grup.
- Umasugi, S. (2013). Hubungan antara Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan Kecenderungan Perilaku Bullying pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 2 (1).
- Varjas, K., Talley, J., Meyers, J., Parris, L., & Cutts, H. (2010). High School Students Perceptions of Motivations for Cyberbullying: An Exploratory Study. *Western Journal of Emergency Medicine*, 11 (3), 269-273.
- Wade, C., & Tavis. (2007). *Psikologi Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Widuri, E. L. (2010). Kepribadian Big Five dan Strategi Regulasi Emosi Ibu Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder). *Jurnal Humanistik*, 7 (2), 124-137.
- Willard, N. (2005). *Cyberbullying and cyberthreats*. Washington: U.S. Department of Education.
- Williams, J. L. (2012). Teens, Sexts, & Cyberspace: The Constitutional Implications of Current Sexting & Cyber-bullying Laws. *Williams & Mery Bill of Right Journal*, s20 (3), 1017-1050.