

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Dalam era digital seperti sekarang, saling terhubung dengan orang yang jauh dari jangkauan bukanlah lagi suatu tantangan. Kehadiran media komunikasi berbasis internet dapat membantu proses interaksi tersebut dan dapat dengan mudah dilakukan oleh banyak orang, mulai dari mengirim pesan lewat email, mengobrol dengan orang lain dan menanyakan keadaan mereka lewat *facebook* dan masih banyak lagi yang bisa dilakukan (Talika, 2016). Salah satu layanan internet yang memfasilitasi interaksi antar individu adalah media sosial, pengguna media sosial di Indonesia saat ini meningkat dengan jumlah mencapai 191 juta jiwa. Dikutip dari website Kominfo.go.id berdasarkan data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) yang menyatakan bahwa pengguna internet di Indonesia mencapai 215,63 juta pengguna pada tahun 2022-2023 yang mana jumlah ini meningkat 2,67 persen jika dibandingkan dengan periode sebelumnya yaitu sebanyak 210,03 juta pengguna. Jumlah pengguna internet ini setara dengan 78,19 % penduduk Indonesia yang berarti sebagian besar masyarakat Indonesia menggunakan internet (Kominfo, 2023).

Interaksi sosial antar individu yang difasilitasi teknologi informasi internet memiliki karakteristik tertentu. Sifat interaksi yang membuat pengguna media internet tidak harus menunjukkan identitas mereka serta kebebasan dalam berpendapat membuat masalah baru muncul (Sianipar & Cordiaz, 2022). Dikutip dari laman cnnIndonesia.com, Microsoft mengumumkan hasil survei yang melibatkan 16.000 responden dari 32 negara yang membahas tingkat kesopanan pengguna Internet pada tahun 2020. Dalam laporan bertajuk "*Digital Civility Index*" (DCI), Indonesia menduduki peringkat ke-29 dari 32 negara yang disurvei dalam hal tingkat kesopanan pengguna internet.

Hal ini juga menjadikan Indonesia berada di urutan terendah di Asia Tenggara (Ikhsan, 2021). Risiko kesopanan digital di Indonesia paling banyak dipengaruhi oleh hoaks dan penipuan yang meningkat 13 poin menjadi 47%. Risiko ujaran kebencian meningkat lima poin menjadi 27%, sedangkan risiko diskriminasi menurun sebanyak dua poin menjadi 13% (Pusparisa, 2021). Selain masalah indeks kesopanan Indonesia yang menduduki posisi paling bawah, masalah yang tidak kalah penting yang timbul akibat anonimitas media komunikasi adalah *Cyberbullying*.

Salah satu penelitian yang terkait dengan *Cyberbullying* di Indonesia dilakukan oleh *central for digital society (CfDS) Faculty of Sosial and Political Sciences Universitas Gadjah Mada* yang melibatkan sebanyak 3.077 responden siswa SMP dan SMA dari 34 provinsi di Indonesia. Penelitian ini menemukan bahwa 1182 responden atau sekitar 38,41 persen pernah menjadi pelaku *Cyberbullying*, sementara 45.35 persen lainnya pernah menjadi korban (Asriani et al., 2021). Menurut lembaga survey IPSOS, satu dari tiga orang tua di seluruh dunia melaporkan bahwa mereka mengetahui anak di komunitas mereka yang menjadi korban *Cyberbullying* (ipsos, 2018). Selain itu, melansir dari website Kompas.com berdasarkan laman direktorat SMP Kemendikbud Ristek dari hasil survey yang dilakukan U-Report dan UNICEF 2019 ditemukan bahwa 45% dari 2.777 responden muda Indonesia mengakui bahwa mereka pernah mengalami perundungan siber (Adit, 2021).

Selain studi yang dilakukan oleh Universitas Gadjah Mada yang melakukan penelitian terhadap 34 provinsi di Indonesia, terdapat studi yang lebih khusus dilakukan untuk SMA se Bandung Raya oleh badan statistika Universitas Padjajaran. Studi ini dilakukan ketika intensitas penggunaan media sosial yang semakin tinggi saat kasus COVID-19 khususnya di ranah pendidikan. Hasil studi menunjukkan bahwa kasus *cyberbullying* terhadap remaja di Bandung Raya mengalami peningkatan selama masa pandemi Covid-19 (Ramadian et al., 2021).

Berdasarkan hasil studi tersebut, dapat diketahui bahwa terdapat kasus cyberbullying yang terjadi di kalangan remaja SMA di Bandung.

Menurut Chadwick (2014) *Cyberbullying* bisa didefinisikan sebagai bentuk penindasan menggunakan media teknologi yang mana penindasan tersebut dapat berupa pelecehan, penargetan, pengancaman, pengintimidasi serta mempermalukan orang lain. Chadwick juga menjelaskan bahwa penindasan ini merupakan bentuk perpanjangan dari penindasan yang kemungkinan terjadi disekolah, namun pelaku dari penindasan tersebut menggunakan media teknologi seperti email, web, situs jejaring sosial dan lain lain sebagai alat dalam melakukan penindasan tersebut.

Dampak yang ditimbulkan dari perilaku *cyberbullying* tentulah bukan hal yang bisa diabaikan. Dikutip dari laman Kemenkes Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, dijelaskan bahwa fenomena *cyberbullying* menyebabkan banyak sekali dampak yang merugikan. Mulai dari masalah psikologis seperti depresi, cemas, takut, masalah sosial sampai yang paling parah adalah kemungkinan melakukan bunuh diri. (Kemenkes, 2023) dampak ini juga tentunya akan lebih mengkhawatirkan lagi jika dirasakan oleh para remaja.

Berdasarkan *survey* yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), diketahui bahwa pengguna internet terbanyak di Indonesia adalah kelompok usia remaja jika dibandingkan dengan kelompok usia yang lain, di mana 99,16% remaja usia 13-18 tahun menggunakan internet pada tahun 2021-2022 (Bayu, 2022). Sebagai kelompok usia dengan penggunaan internet terbesar, maka terdapat kemungkinan fenomena *Cyberbullying* juga terjadi dalam kategori usia tersebut. Selain dari penelitian yang telah disampaikan sebelumnya yang melibatkan subjek remaja, penelitian yang dilakukan oleh Rumra dan Rahayu (2021) di

MTs Almahalli Brajan, Wonokromo, Bantul, Yogyakarta menemukan fakta bahwa mayoritas siswa pernah terlibat dalam perilaku *Cyberbullying*.

Menurut Monks dkk (2019) usia remaja itu sendiri berada dalam rentang antara usia 12 sampai dengan usia 21 tahun. Dalam usia ini remaja berada dalam fase yang membingungkan, karena mereka bukan lagi anak-anak dan juga belum menginjak usia dewasa. Hall menggambarkan usia remaja sebagai masa yang penuh dengan badai dan stress. “*adolescence is a time of storm and stress*” (Jannah, 2016). Selain itu, pada masa ini remaja mengalami banyak sekali tuntutan dalam masa perkembangan. Santrock, (2013) dalam Choirunissa & Ediati (2018) Masa remaja menuntut mereka untuk mencapai kematangan mental, fisik, sosial, serta kematangan emosional. Salah satu kebutuhan yang paling penting bagi remaja namun sering menimbulkan ketegangan yaitu kemampuan pengelolaan emosi.

Berdasarkan beberapa temuan tersebut, peneliti kemudian melakukan studi awal di salah satu SMA negeri di kota Bandung. Pelaksanaannya dilakukan pada tanggal 22 Juli 2024 dengan menggunakan *google form*. Studi awal ini melibatkan 63 subjek kelas XI. Hal ini dikarenakan menurut pemaparan dari guru, kelas sebelas memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk menjadi pelaku *cyberbullying* karena adanya perasaan senioritas. Sementara menurut penuturan guru, untuk kelas XII lebih mengayomi dan solid dibandingkan kelas XI. Dalam studi awal ini, peneliti berusaha mengungkap informasi mengenai penggunaan media komunikasi berbasis internet dan media komunikasi digital, aktivitas yang mereka lakukan ketika menggunakan media digital tersebut, serta pernah atau tidaknya mereka memberikan komentar negatif ketika mereka menggunakan media komunikasi.

Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan diketahui bahwa seluruh subjek adalah pengguna media sosial (*Instagram, WhatsApp, X, tiktok* dan sejenisnya). Selain menggunakan media sosial, sebagian subjek juga menggunakan media telepon, sms, media streaming dan situs berita. Tujuan mereka dalam menggunakan media komunikasi ini adalah menonton, melihat, membaca, memberikan komentar di suatu konten, mengobrol, dan juga membuat konten. Dari studi pendahuluan ini juga terungkap bahwa sebagian besar (74,6%) menyatakan bahwa mereka pernah mengekspresikan perasaan kesal atau marah mereka pada kolom komentar di konten orang lain dengan berbagai macam alasan. Mulai dari karena dirasa konten tersebut dianggap melanggar norma atau aturan, merasa konten tersebut berlebihan, serta konten dirasa tidak sesuai dengan prinsip serta standar penilaian subjek.

Tindakan yang mereka lakukan dalam mengekspresikan kekesalan mereka itu juga berbagai macam. Ada yang menjawab bahwa mereka memberikan kata kata kasar atau memaki (14,3%), memberikan emotikon yang tujuan untuk merendahkan (34,9%), meluapkannya melalui tulisan atau menelepon langsung (23,8%), serta melakukan perdebatan dengan pihak yang bersebrangan pendapat (42,9%).

Berdasarkan hasil studi awal yang telah diuraikan diatas, dapat diketahui bahwa semua subjek yang terlibat dalam studi awal ini adalah pengguna media sosial. Selain itu, sebagian besar dari subjek pernah mengekspresikan perasaan kesal atau marah mereka pada suatu konten yang mereka temui di media sosial dengan alasan yang berbeda. Selain itu, data juga menunjukkan bahwa perilaku yang mereka lakukan ketika menemui konten yang tidak mereka senangi itu berbagai macam mulai dari memberikan komentar negatif sampai melakukan perdebatan dengan pihak yang mereka anggap bersebrangan pendapat dengan dirinya. Sehingga

dapat diketahui bahwa subjek dalam studi pendahuluan ini memiliki kemungkinan pernah terlibat dalam perilaku *Cyberbullying* atau yang mendekati.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi orang sehingga melakukan perilaku *Cyberbullying* diantaranya adalah usia, jenis kelamin, tipe kepribadian, kecerdasan emosi, regulasi emosi, keterampilan sosial, konformitas, pola asuh, teman sebaya, anonimitas, iklim sekolah, serta media sosial (Adawiyah, 2019). Selain beberapa faktor yang telah disebutkan, terdapat faktor lain yang juga dapat mempengaruhi perilaku *Cyberbullying*. Seperti yang dijelaskan oleh Cowie dan Jennifer (2008) dalam Arianty (2018) bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kecenderungan perilaku *Cyberbullying* yaitu regulasi emosi yang kurang baik ataupun sifat temperamen. *Cyberbullying* pada remaja memiliki kaitan erat dengan permasalahan emosional, di mana gangguan emosi menjadi prediktor terkuat pada tindakan *cyberbullying*. Kontrol psikologis yang baik sangat diperlukan pada remaja untuk mencegah terjadinya *cyberbullying* (Dewi et al., 2020).

Penelitian mengenai hubungan antara regulasi emosi dengan *Cyberbullying* pernah dilakukan oleh Widyayanti dkk. terhadap murid kelas delapan dan sembilan MTs Al-Islam Limpung Batang pada tahun 2022. Berdasarkan penelitian tersebut dapat ditemukan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif yang signifikan antara regulasi emosi terhadap *Cyberbullying*. Hal ini berarti bahwa, semakin baik regulasi emosi seseorang akan menyebabkan perilaku *Cyberbullying* menurun (Widyayanti et al., 2022). Selain itu dalam penelitian lainnya yang dilakukan oleh violenta dkk terhadap remaja pengguna media sosial aktif di Yogyakarta, ditemukan fakta yang sama bahwa regulasi emosi mempunyai andil yang positif dalam menurunkan perilaku *Cyberbullying* (Devi Violenta et al., 2021)

Menurut Gratz dan Roemer (2004) Menurut Gratz dan Roemer (2004), regulasi emosi merupakan suatu konstruk yang berkaitan dengan kesadaran, kemampuan berperilaku yang memiliki tujuan serta kemampuan dalam mencegah perilaku impulsif ketika mengalami emosi negatif. Hal ini juga mencakup pemahaman dan penerimaan emosi, fleksibilitas dalam menggunakan strategi untuk mengatur intensitas dan durasi reaksi emosional daripada menghilangkannya sama sekali, dan kesediaan untuk mengalami emosi negatif sebagai bagian dari pengalaman hidup yang penting .

Santrock (2007) dalam Tejena & Sukmayanti, (2018) mengatakan bahwa remaja yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang kurang bagus akan mudah depresi serta akan mudah mengalami kemarahan yang merujuk pada kesulitan dalam bidang akademis serta kenakalan remaja. Karena masa ini dipenuhi dengan “badai” maka regulasi emosi seorang remaja sangat diperlukan untuk mencegah dan meminimalisir terjadinya perilaku kenakalan remaja yang bisa dikatakan sebagai cerminan dari bentuk ketidakmatangan emosional mereka. Menurut Hurlock, (2014) dalam Choirunissa & Ediati, (2018) Individu dengan kematangan emosi yang baik akan memiliki kemampuan dalam meregulasi emosinya. Kemampuan regulasi emosi yang baik akan memudahkan seseorang dalam memahami emosi yang dirasakan, menyeimbangkan serta memodifikasi emosi-emosi negatif yang terdapat di dalam dirinya sehingga mampu menampilkan reaksi emosional yang stabil. Namun fakta yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa kematangan emosional di usia remaja tidaklah dapat digeneralisir kepada semua remaja. Penelitian yang dilakukan pada siswa pelaku *bullying* di SMP Negeri 9 Banda Aceh menunjukkan hasil bahwa kematangan emosi siswa rata rata berada di kategori yang rendah (Maryam & Fatmawati, 2018). Dampak dari hal tersebut salah satunya adalah perilaku *bullying* itu sendiri.

Berdasarkan temuan-temuan yang telah dituliskan diatas, diketahui bahwa hal tersebut merupakan suatu urgensi yang menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja. Mengingat, berdasarkan data yang telah dipaparkan bahwa pengguna media sosial berbasis internet adalah kelompok usia remaja serta fenomena *Cyberbullying* adalah fenomena yang masih menjadi masalah sampai sekarang dan juga melihat bahwa masa remaja adalah masa yang dipenuhi oleh badai tekanan yang mana hal ini akan menjadi suatu masalah yang serius apabila remaja tidak tahu meregulasi emosinya dengan benar yang dikhawatirkan akan merambah kepada hal negatif dalam hal ini adalah perilaku *Cyberbullying*. *Cyberbullying* adalah masalah serius dan dapat menimbulkan banyak dampak terhadap remaja (Kumala & Sukmawati, 2020). Subjek dalam penelitian ini adalah remaja di salah satu SMA di kota Bandung yang pernah terlibat dalam perilaku *Cyberbullying* (memberikan komentar negatif di media sosial), serta kesulitan dalam mengontrol emosi yang dirasakan. Maka dari itu, peneliti mengambil judul ***“Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Cyberbullying Siswa SMA “X” di Kota Bandung”***

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan peneliti, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah apakah regulasi emosi berpengaruh terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja SMA “X” di Kota Bandung?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *Cyberbullying* pada Remaja

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis

Peneliti berharap, penelitian ini dapat memberikan manfaat dan berkontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi sosial mengenai pengaruh dari regulasi emosi terhadap perilaku *Cyberbullying* yang masih menjadi isu yang tidak selesai.

Kegunaan Praktis

Peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber yang dapat menghadirkan informasi yang selanjutnya dapat menjadi dasar penyusunan program, kebijakan untuk mencegah terjadinya *Cyberbullying*. Peneliti juga berharap dengan penelitian ini, tenaga pendidik serta bidang terkait bisa menjadikan pertimbangan penelitian ini dalam melakukan kegiatan penyuluhan terhadap *Cyberbullying*, begitupun dengan orang tua serta individu itu sendiri. Mereka bisa menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam pengawasan serta pencegahan *Cyberbullying* dengan regulasi emosi sebagai salah satu solusinya.