



## JURNAL PSIKOHUMANIKA

<http://ejurnal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php/psikohumanika>

### PERAN EMPATI DAN REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU CYBERBULLYING PADA MAHASISWA PENGGUNA INSTAGRAM

Vicky Diva Kusumawardani<sup>1\*</sup>, Laelatus Syifa Sari Agustina<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Sebelas Maret

#### ARTICLE INFO

*Article History*

**Be accepted:**

June 2024

**Approved:**

April 2025

**Published:**

June 2025

#### Keywords:

cyberbullying ; emotion regulation; empathy; student

#### ABSTRACT

The phenomenon of cyberbullying often occurs on social media Instagram. Instagram users are dominated by the 18-24 year age group, which is the student age range. Empathy and emotional regulation are factors that are related to the emergence of cyberbullying behavior. This research aims to determine the role of empathy and emotional regulation with cyberbullying behavior among student Instagram users. The sampling method in this research used convenience sampling technique. The population in this study were students who use Instagram. The number of samples in this study was 141 samples. The criteria for participants in this study were having the status of a student, aged between 18-24 years, and users of Instagram social media. Data was collected using a questionnaire distributed via social media. Research variables were measured using the cyberbullying behavior scale ( $\alpha = 0,934$ ), empathy scale ( $\alpha = 0,848$ ), and emotion regulation scale ( $\alpha = 0,742$ ). Research data was processed using multiple linear regression analysis. The results of this study indicate a significant role of empathy and emotional regulation with cyberbullying behavior in students ( $R = 0,381$ ;  $F = 11,7$ ;  $p = <0,001$ ). A significant role was also found partially between empathy and cyberbullying behavior ( $t = -2,26$ ;  $p = 0,026$ ) and between emotional regulation and cyberbullying behavior ( $t = -3,67$ ;  $p = <0,001$ ). Based on the results of the research that has been conducted, it can be concluded that there is a significant role between empathy and emotional regulation with cyberbullying behavior in student Instagram users.

#### Alamat Korespondensi:

Jl. Ir. Sutami 36 Kentingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah,  
Indonesia 57127

p-ISSN: 1979-0341  
e-ISSN : 2302-0660

#### E-mail:

[laelatussyifa.sa@staff.uns.ac.id](mailto:laelatussyifa.sa@staff.uns.ac.id) (correspondence)

[vickydivaa@gmail.com](mailto:vickydivaa@gmail.com)

**INFO ARTIKEL***Sejarah Artikel***Diterima:**

Juni 2024

**Disetujui:**

April 2025

**Dipublikasikan:**

Juni 2024

**Kata Kunci:**

empati; mahasiswa;  
perundungan dunia maya;  
regulasi emosi

**ABSTRAK**

Fenomena *cyberbullying* sering dilakukan pada media sosial Instagram. Pengguna Instagram didominasi oleh kelompok usia 18-24 tahun yang merupakan rentang usia mahasiswa. Empati dan regulasi emosi adalah faktor yang mempunyai keterkaitan dengan munculnya perilaku *cyberbullying*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa pengguna Instagram. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 141 sampel. Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah berstatus sebagai seorang mahasiswa, berusia antara 18-24 tahun, dan pengguna media sosial Instagram. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang disebarluaskan melalui media sosial. Variabel penelitian diukur menggunakan skala perilaku *cyberbullying* ( $\alpha = 0,934$ ), skala empati ( $\alpha = 0,848$ ), dan skala regulasi emosi ( $\alpha = 0,742$ ). Data penelitian diolah menggunakan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peran yang signifikan antara empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa ( $R = 0,381$ ;  $F = 11,7$ ;  $p = <0,001$ ). Peran yang signifikan juga didapatkan secara parsial antara empati dengan perilaku *cyberbullying* ( $t = -2,26$ ;  $p = 0,026$ ) dan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* ( $t = -3,67$ ;  $p = <0,001$ ). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat peran yang signifikan antara empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram.

**PENDAHULUAN**

Pada masa sekarang ini, perkembangan teknologi terjadi begitu cepat sehingga membuat manusia lebih efisien dalam melakukan kegiatan sehari-hari mereka. Teknologi komunikasi dan internet adalah teknologi yang berkembang sangat pesat saat ini. Internet merupakan suatu sistem komputer yang menghubungkan jaringan ke seluruh dunia melalui penggunaan standar protokol komunikasi (Wiwi et al., 2022). Riset *We Are Social* menunjukkan Indonesia memiliki 185,3 juta pengguna internet atau setara dengan 66,5% populasi di Indonesia (Kemp, 2024). Dampak positif dari internet adalah memudahkan manusia untuk berkomunikasi dan berbagi informasi (Fitriyanti, 2023).

Media sosial adalah salah satu teknologi yang memudahkan manusia. Data *We Are Social* menunjukkan Indonesia memiliki 139 juta atau setara dengan 49,9% pengguna media sosial pada Januari 2024 (Kemp, 2024). Media sosial berfungsi sebagai alat untuk berinteraksi, mengekspresikan diri, media pembelajaran, berbagi ide, dan sebagai platform untuk memasarkan produk atau jasa (Widada, 2018). Satu dari sejumlah media sosial yang populer di negara Indonesia ialah Instagram. Menurut data *We Are Social*, Indonesia memiliki 100,9 juta atau setara dengan 36,2% pengguna Instagram pada awal tahun 2024 (Kemp, 2024).

Dengan mengakses Instagram, para pemakainya bisa mempublikasikan foto bahkan video (Ruth & Candraningrum, 2020). Selain itu, terdapat fitur-fitur menarik di Instagram, seperti bisa melihat foto atau video terbaru dari sesama pengguna yang diikuti melalui *homepage*, melihat foto atau video yang sedang populer melalui *explore* atau *reels*, mengunggah Instagram *story*, melakukan siaran langsung melalui Instagram *Live*, membagikan unggahan orang lain (*repost*), menyinggung pengguna lain (*mention*), mencari topik yang saling berhubungan melalui *hashtag*, dan fitur lain seperti, *like*, *comment*, *reply*, maupun *direct message*.

Selain dampak positif yang diberikan oleh internet, salah satu dampak negatif dari internet adalah *cyberbullying* (Witjaksono *et al.*, 2021). Berdasarkan riset *Ditch The Label*, Instagram ditetapkan sebagai media sosial yang paling sering digunakan untuk melakukan *cyberbullying* (Pratama & Nistanto, 2021). Pada penelitian yang dilakukan oleh Laora dan Sanjaya (2021) ditemukan bahwa bentuk *cyberbullying* yang dilakukan di Instagram, antara lain *harassment*, *trickery*, *denigration*, dan *flaming*. *Cyberbullying* di Instagram disebabkan karena interaksi atau hubungan yang kurang baik antara pelaku dan korban di dunia nyata. Ketika interaksi yang terjalin di dunia nyata kurang baik, maka pelaku melakukan *cyberbullying* melalui media sosial. Hal ini dikarenakan media sosial dapat menjangkau individu yang lebih luas sehingga dengan *membully* di Instagram bisa membuat keburukan korban tersebar lebih luas dan diketahui banyak orang.

Pada tahun 2024 pengguna Instagram didominasi oleh individu yang berusia antara 18 hingga 24 tahun sebanyak 30,8% (McLachlan, 2024). Secara umum, usia mahasiswa berkisar antara 18-24 tahun (Musabiq & Karimah, 2018). Mahasiswa menggunakan Instagram sebagai media perluasan diri dalam kehidupan sosial, mengetahui keadaan orang lain, keberadaan seseorang di sekitarnya, mengembangkan minat pribadi, dan membentuk citra diri yang baru (Nainggolan *et al.*, 2018). Witjaksono *et al.* (2021) dalam penelitiannya menemukan 14 dari 100 mahasiswa pernah melakukan *cyberbullying*. Bercanda dan dendam pribadi menjadi penyebab pelaku melakukan perilaku *cyberbullying*. Selain itu, terdapat juga alasan untuk menjatuhkan orang lain secara sengaja yang pada akhirnya membuat pelaku memunculkan perilaku *cyberbullying*.

*Cyberbullying* adalah perbuatan kejam yang dilakukan terhadap seseorang dengan mengirimkan atau mengunggah konten yang berbahaya atau terlibat dalam berbagai bentuk agresi sosial menggunakan internet (Willard, 2007). Selain itu, *cyberbullying* juga berarti tindakan agresif yang dilakukan secara berulang menggunakan teknologi elektronik dengan tujuan untuk menyakiti seseorang (Patchin & Hinduja, 2012). Willard (2007) menjelaskan bahwa *cyberbullying* terbagi menjadi beberapa bentuk, antara lain *flaming*, *harassment*, *denigration*, *impersonation*, *exclusion*, *cyberstalking*, dan *outing and trickery*. Meskipun pada fenomena *cyberbullying* pelaku dan korban tidak berhadapan secara langsung, tetapi efek yang dirasakan korban tetap terasa nyata (Fitriyanti, 2023). Pada penelitian yang dilakukan oleh Sartana dan Afriyeni (2017) menemukan bahwa 73% responden menyatakan dampak *cyberbullying* lebih serius daripada *bullying* di dunia nyata. Hal ini dikarenakan *cyberbullying* menggunakan internet sehingga orang yang melihat kejadian itu lebih banyak, cenderung bertahan lama, serta dapat berlangsung kapan saja tidak terbatas ruang dan waktu (Campbell, 2007). Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi perilaku *cyberbullying*, antara lain empati (Wilantika *et al.*, 2022), regulasi emosi (Mujidin *et al.*, 2023), harga diri (Haura & Ardi, 2020), kontrol diri (Bulan & Wulandari, 2021), dan anonimitas (Samsiah & Sumaryanti, 2023).

Berdasarkan penelitian Wilantika *et al.* (2022), ditemukan bahwa empati menjadi sebuah faktor yang bisa memengaruhi perilaku *cyberbullying*. Seseorang dengan tingkat empati yang rendah cenderung mempunyai tingkat *cyberbullying* yang tinggi (Wilantika *et al.*, 2022). Empati adalah kemampuan untuk menafsirkan, memahami pengalaman, serta perasaan orang lain (Davis, 1980). Selain itu, empati juga berarti kemampuan untuk memahami perspektif orang lain, merasakan apa yang dirasakan orang lain, serta merasakan apa yang dibutuhkan orang lain (Goleman, 2017). Davis (1980) menjelaskan bahwa empati terbagi menjadi beberapa aspek, antara lain *fantasy*, *perspective taking*, *empathic concern*, dan *personal distress*. Individu yang sangat empati mempunyai kepekaan dan tenggang rasa yang tinggi terhadap perasaan orang lain sehingga cenderung tidak akan melakukan perilaku *cyberbullying* (Fitriyanti, 2023).

Menurut penelitian Mujidin *et al.* (2023), faktor lainnya yang bisa memengaruhi perilaku *cyberbullying* adalah regulasi emosi. Seseorang dengan tingkat regulasi emosi yang rendah cenderung memiliki tingkat *cyberbullying* yang tinggi (Mujidin *et al.*, 2023). Regulasi emosi adalah proses individu mengelola emosi yang muncul sebagai respons terhadap peristiwa, baik emosi positif maupun emosi negatif yang mungkin timbul dan cara individu tersebut mengungkapkannya (Gross & John, 2003). Selain itu, regulasi emosi merupakan proses dimana individu memengaruhi emosi yang dimiliki, kapan individu memilikinya, dan bagaimana individu mengalami serta mengekspresikan emosinya (Gross, 1998). Gross dan John (2003) memaparkan regulasi emosi terbagi menjadi dua aspek, antara lain *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Tingginya regulasi emosi dapat membantu individu dalam mengelola emosi yang dialami sehingga cenderung tidak akan melakukan perilaku *cyberbullying* (Violenta *et al.*, 2022).

Penelitian yang telah Aini dan Rahardjo (2023) laksanakan, ditemukan adanya pengaruh antara empati dan regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying*. Empati dan regulasi emosi adalah faktor yang mempunyai keterkaitan dengan munculnya perilaku *cyberbullying*. Individu yang memiliki tingkat empati tinggi dapat merasakan serta memahami keadaan orang lain dan individu yang memiliki tingkat regulasi emosi tinggi dapat mengatur perilaku serta mengelola emosi mereka sendiri sehingga mencegah terlibat dalam perilaku *cyberbullying* (Aini & Rahardjo, 2023).

Berdasarkan uraian di atas, terdapat tiga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu (1) terdapat peran antara empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram, (2) terdapat peran antara empati dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram, dan (3) terdapat peran antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat peran antara Empati dan Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa pengguna Instagram. Dikarenakan peneliti tidak mengetahui jumlah dari keseluruhan populasi, maka rumus Cochran digunakan untuk mencari jumlah sampel. Menurut perhitungan dengan rumus Cochran, diketahui bahwa banyaknya sampel yang diperlukan yaitu 96 sampel. Teknik *sampling* dalam penelitian ini yakni teknik *convenience sampling* yang merupakan metode pengambilan responden untuk dijadikan sampel dalam sebuah penelitian secara kebetulan.

Kriteria yang perlu dipenuhi sebagai penentuan sampel penelitian, yaitu berstatus sebagai seorang mahasiswa, berusia antara 18-24 tahun, dan pengguna media sosial Instagram. Pada pengambilan data, total responden yang terkumpul dalam penelitian berjumlah 141 responden. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda. Selanjutnya, analisis data dilakukan dengan perangkat Jamovi.

Skala perilaku *cyberbullying* dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Willard (2007). Skala perilaku *cyberbullying* terdiri dari 30 item menggunakan *5-point likert scale*, yaitu 1 = Tidak Pernah, 2 = Jarang, 3 = Kadang-kadang, 4 = Sering, dan 5 = Sangat Sering. Reliabilitas *cronbach's alpha* skala ini adalah 0,934.

Skala empati diadaptasi dari skala asli Davis (1980) yang berbahasa Inggris ke bahasa Indonesia. Skala empati terdiri dari 18 item menggunakan *5-point likert scale*, yaitu 1 = Sangat Tidak Sesuai, 2 = Tidak Sesuai, 3 = Netral, 4 = Sesuai, dan 5 = Sangat Sesuai. Reliabilitas *cronbach's alpha* skala ini adalah 0,848.

Skala regulasi emosi diadaptasi dari skala asli Gross dan John (2003) yang berbahasa Inggris ke bahasa Indonesia. Skala regulasi emosi terdiri dari 10 item menggunakan *7-point likert scale*, yaitu 1 = Sangat Tidak Setuju, 2 = Tidak Setuju, 3 = Agak Tidak Setuju, 4 = Netral, 5 = Agak Setuju, 6 = Setuju, dan 7 = Sangat Setuju. Reliabilitas *cronbach's alpha* skala ini adalah 0,742.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Uji Asumsi

Tabel 1.  
Hasil Uji Normalitas

	Statistik	p
Kolmogorov-Smirnov	0,0887	0,217

Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov memiliki nilai signifikansi sebesar 0,217 ( $p > 0,05$ ), maka data pada penelitian ini berdistribusi normal.

Tabel 2.  
Hasil Uji Heteroskedastisitas

	Statistik	p
Breusch-Pagan	1,47	0,478

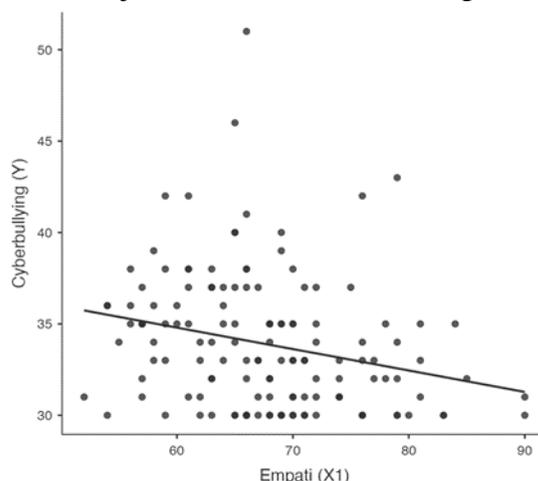
Hasil uji heteroskedastisitas Breusch-Pagan mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,478 ( $p > 0,05$ ), maka tidak didapati adanya heteroskedastisitas.

Tabel 3.  
Hasil Uji Multikolinearitas

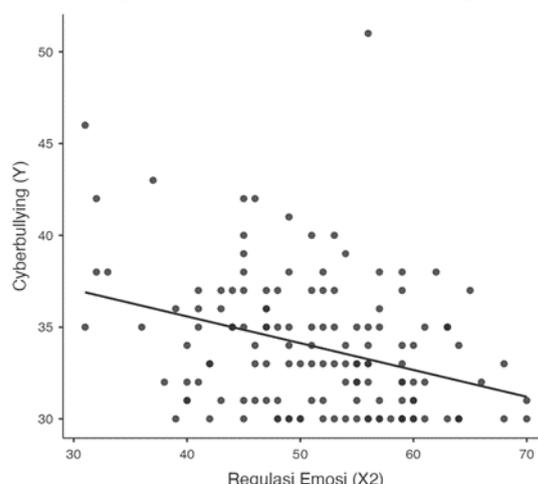
	VIF	Tolerance
Empati	1,05	0,950
Regulasi Emosi	1,55	0,950

Hasil uji multikolinearitas mendapatkan nilai VIF sebesar 1,05 ( $< 10$ ) dan nilai Tolerance sebesar 0,950 ( $> 0,1$ ), maka tidak didapati adanya multikolinearitas.

Gambar 1.  
Hasil Uji Linearitas antara X<sub>1</sub> dengan Y



Gambar 2.  
Hasil Uji Linearitas antara X<sub>2</sub> dengan Y



Hasil Scatterplot didapatkan garis yang membentang dari kiri atas ke kanan bawah, maka terdapat hubungan linear antara empati dan perilaku *cyberbullying*. Hasil yang sama juga ditemukan pada regulasi emosi dan perilaku *cyberbullying*.

Uji Hipotesis

Tabel 4.  
Hasil Uji F

Overall Model Test						
Empati & Regulasi Emosi	R	R <sup>2</sup>	F	df1	df2	p
	0,381	0,145	11,7	2	138	<0,001

Hasil uji F mendapatkan nilai signifikansi sebesar <0,001 ( $p < 0,05$ ) dan nilai F hitung sebesar 11,7 ( $F_{hitung} > F_{tabel} = 11,7 > 3,062$ ). Artinya, hasil menunjukkan hipotesis pertama diterima, yaitu terdapat peran yang signifikan antara empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram.

Tabel 5.  
Hasil Uji Koefisien Determinasi

	Overall Model Test		
	R	R <sup>2</sup>	p
Empati & Regulasi Emosi	0,381	0,145	<0,001

Hasil R mendapatkan nilai sebesar 0,381 yang artinya antara empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* memiliki peran yang rendah karena dalam rentang 0,20-0,399. Hasil R<sup>2</sup> mendapatkan nilai sebesar 0,145 yang menunjukkan besar pengaruh empati dan regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying* sebesar 14,5%, sementara 85,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dibahas pada penelitian ini.

Tabel 6.  
Hasil Uji t

Predictor	95% Confidence Interval				Std. Estimate
	Estimate	SE	t	p	
Intercept	46,3457	2,8153	16,46	<0,001	
Empati	-0,0862	0,0382	-2,26	0,026	-0,182
Regulasi Emosi	-0,1284	0,0350	-3,67	<0,001	-0,296

Nilai signifikansi empati sebesar 0,026 ( $p < 0,05$ ) dan nilai t hitung empati sebesar -2,26 ( $t_{hitung} > t_{tabel} = 2,26 > 1,977$ ), maka disimpulkan bahwa ada peran yang signifikan antara empati dengan perilaku *cyberbullying*. Didapati pula nilai estimate negatif sebesar -0,0862 sehingga peran yang terjadi adalah peran tidak searah.

Nilai signifikansi regulasi emosi sebesar <0,001 ( $p < 0,05$ ) dan nilai t hitung regulasi emosi sebesar -3,67 ( $t_{hitung} > t_{tabel} = 3,67 > 1,977$ ), maka disimpulkan bahwa ada peran yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*. Didapati pula nilai estimate negatif sebesar -0,1284 sehingga peran yang terjadi adalah peran tidak searah.

Berdasarkan koefisien dari variabel independen dalam tabel 6, maka diperoleh persamaan model regresi linear berganda, yaitu:

$$Y = - 0,0862 \text{ Empati} - 0,1284 \text{ Regulasi Emosi} + 46,3457$$

Hasil pengujian hipotesis pertama mendapatkan nilai signifikansi sebesar <0,001 ( $p < 0,05$ ) dan nilai R sebesar 0,381. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa hipotesis pertama diterima, yaitu terdapat peran antara empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram. Semakin tinggi tingkat empati dan regulasi emosi, maka semakin rendah tingkat perilaku *cyberbullying* yang dimiliki mahasiswa, begitupun sebaliknya. Nilai R menunjukkan antara empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* memiliki peran yang rendah. Temuan ini memiliki keselarasan dengan penelitian yang telah lebih dahulu Aini dan Rahardjo (2023) laksanakan, dimana mereka mengemukakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara empati dan regulasi emosi terhadap perilaku *cyberbullying*.

Empati dan regulasi emosi adalah faktor yang memiliki keterkaitan dengan munculnya perilaku *cyberbullying*. Individu yang menunjukkan perilaku *cyberbullying* memiliki tingkat empati yang rendah sehingga mereka tidak dapat melihat dari perspektif orang lain atau memahami perasaan orang lain (Arofa *et al.*, 2018). Di sisi lain, regulasi emosi dapat mencegah dan mengurangi perilaku *cyberbullying* karena individu dapat mengatur dan mengendalikan emosinya dengan tepat (Widyayanti *et al.*, 2022). Oleh karena itu, empati dan regulasi emosi secara bersama-sama dapat memberikan pengaruh terhadap perilaku *cyberbullying* (Aini & Rahardjo, 2023).

Setelah hipotesis kedua diuji, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,026 ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut memperlihatkan bahwa hipotesis kedua diterima, yaitu terdapat peran antara empati dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram. Semakin tinggi tingkat empati, maka semakin rendah tingkat perilaku *cyberbullying* yang dimiliki mahasiswa, begitu pula sebaliknya. Hal tersebut memiliki kesesuaian dengan penelitian yang sudah lebih dulu dilakukan Silalahi *et al.* (2023), ditemukan adanya hubungan antara kemampuan empati dengan perilaku *cyberbullying*. Termuat dalam hasil penelitian yang telah dilaksanakan Primasari dan Suminar (2019) juga ditemukan adanya hubungan negatif antara empati dengan *cyberbullying*.

Empati menjadi satu dari sejumlah faktor yang dapat memengaruhi perilaku *cyberbullying*. Pada kehidupan sehari-hari, empati diperlukan untuk mengerti apa yang dirasakan orang lain dan menciptakan hubungan sosial yang harmonis. Pelaku *cyberbullying* kurang berempati terhadap korbannya (Auriemma *et al.*, 2020). Semakin rendah tingkat empati seseorang, maka semakin tinggi kemungkinan seseorang melakukan perilaku *cyberbullying* (Ratri & Andangsari, 2018). Empati adalah faktor penting dalam mencegah *cyberbullying* karena dengan empati individu dapat merasakan penderitaan dan kelemahan orang lain yang membantu mencegah mereka terlibat dalam perilaku *cyberbullying* (Auriemma *et al.*, 2020).

Hasil pengujian hipotesis ketiga mendapatkan nilai signifikansi sebesar  $<0,001$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut memperlihatkan bahwa hipotesis ketiga diterima, yaitu terdapat peran antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram. Semakin tinggi tingkat regulasi emosi, maka semakin rendah tingkat perilaku *cyberbullying* yang dimiliki mahasiswa, begitupun sebaliknya. Temuan yang didapatkan peneliti selaras dengan penelitian dari Violenta *et al.* (2022) yaitu ditemukan adanya hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*. Dalam penelitian Septiningtyas dan Tobing (2024) juga menemukan bahwa ada hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying*.

Regulasi emosi menjadi satu dari sejumlah faktor yang dapat memengaruhi perilaku *cyberbullying*. Cowie dan Jennifer (2008) menyatakan buruknya regulasi emosi menjadi faktor yang bisa menyebabkan individu melakukan perilaku *cyberbullying*. Strategi regulasi emosi yang negatif dapat meningkatkan risiko seseorang menjadi pelaku *cyberbullying* (Baroncelli & Ciucci, 2014). Individu yang mempunyai regulasi emosi yang baik bisa menjaga, meningkatkan, atau menurunkan intensitas emosinya, baik yang positif maupun negatif sehingga tidak melakukan perilaku *cyberbullying* (Aini & Rahardjo, 2023).

**SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat peran yang signifikan antara empati dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram. Selain itu, terdapat peran yang signifikan antara empati dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram dan terdapat peran yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna Instagram. Peran yang terjadi adalah peran tidak searah. Disarankan bagi para peneliti di masa mendatang yang berkeinginan untuk meneliti tentang perilaku *cyberbullying*, dapat mencari faktor lainnya yang memengaruhi perilaku *cyberbullying*.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Aini, S., & Rahardjo, W. (2023). Perilaku cyberbullying pada remaja ditinjau dari empati dan regulasi emosi. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 7(2), 121–139. <https://doi.org/10.25077/jip.7.2.121-139.2023>
- Arofa, I. Z., Hudaniah, H., & Zulfiana, U. (2018). Pengaruh perilaku bullying terhadap empati ditinjau dari tipe sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(1), 74–92. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i1.5435>
- Auriemma, V., Iorio, G., Roberti, G., & Morese, R. (2020). Cyberbullying and empathy in the age of hyperconnection: An interdisciplinary approach. *Frontiers in Sociology*, 5, 551881. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2020.551881>
- Baroncelli, A., & Ciucci, E. (2014). Unique effects of different components of trait emotional intelligence in traditional bullying and cyberbullying. *Journal of Adolescence*, 37(6), 807–815. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.05.009>
- 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*, 1(1), 497–507.
- Campbell, M. A. (2007). Cyber bullying and young people: Treatment principles not simplistic advice. Queensland University of Technology.
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2008). *New perspectives on bullying*. McGraw-Hill Education.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.
- Fitriyanti, F. (2023). *Hubungan antara empati dan cyberbullying pada mahasiswa* [Thesis, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau]. Repository UIN Suska. <https://repository.uin-suska.ac.id/75203/>
- Goleman, D., McKee, A., & Waytz, A. (2017). *Empathy (HBR emotional intelligence series)*. Harvard Business Press.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Haura, A. T., & Ardi, Z. (2020). Student's self esteem and cyberbullying behavior in senior high school. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 4(2), 89–94. <http://dx.doi.org/10.24036/4.24357>
- Kemp, S. (2024, Februari 21). Digital 2024: Indonesia. *DataReportal*. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-indonesia>
- Laora, A. Y., & Sanjaya, F. (2021). Fenomena cyberbullying di media sosial instagram (studi deskriptif tentang kesehatan mental pada generasi Z usia 20-25 tahun di Jakarta). *Oratio Directa*, 3(1), 346–368.
- McLachlan, S. (2024, Februari 22). Demografi instagram 2024: Statistik pengguna teratas untuk strategi anda. *Hootsuite.com*. [https://blog-hootsuite-com.translate.goog/instagram-demographics/?x\\_tr\\_sl=en&x\\_tr\\_tl=id&x\\_tr\\_hl=id&x\\_tr\\_pto=tc](https://blog-hootsuite-com.translate.goog/instagram-demographics/?x_tr_sl=en&x_tr_tl=id&x_tr_hl=id&x_tr_pto=tc)
- Mujidin, M., Nuryoto, S., Rustam, H. K., Hildaratri, A., & Echoh, D. U. (2023). The role of emotion regulation and empathy in students displaying cyberbullying. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 21–28. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v20i1.72>
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 75–83. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Nainggolan, V., Rondonuwu, S. A., & Waleleng, G. J. (2018). Peranan media sosial instagram dalam interaksi sosial antar mahasiswa fakultas ilmu sosial dan politik UNSRAT Manado. *ACTA Diurna Komunikasi*, 7(4), 1–15.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2012). *Cyberbullying prevention and response: Expert perspectives*. Routledge.

- Pratama, K. R., & Nistanto, R. K. (2021, Maret 29). Instagram, media sosial pemicu "cyberbullying" tertinggi. *Kompas.com*. <https://tekno.kompas.com/read/2021/03/29/07164137/instagram-media-sosial-pemicu-cyberbullying-tertinggi>
- Primasari, P. P., & Suminar, D. R. (2019). Hubungan antara empati dan cyberbullying pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 8(1), 32–42.
- Ratri, A., & Andangsari, E. (2018). The role of empathy in predicting cyberbullying behaviour in youth social media users in Jakarta. 391–398. <https://doi.org/10.5220/0010008603910398>
- Ruth, D., & Candraningrum, D. A. (2020). Pengaruh motif penggunaan media baru tiktok terhadap personal branding generasi milenial di instagram. *Koneksi*, 4(2), 207–214.
- Samsiah, A. N., & Sumaryanti, I. U. (2023). Pengaruh anonimitas terhadap perilaku cyberbullying pada remaja akhir di Bandung. *In Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1), 366–372. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5362>
- Sartana, S., & Afriyeni, N. (2017). Perundungan maya (cyber bullying) pada remaja awal. *Jurnal Psikologi Insight*, 1(1), 25–39. <https://doi.org/10.17509/insight.v1i1.8442>
- Septiningtyas, S., & Tobing, D. L. (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>
- Silalahi, S. R., Solehudin, S., & Stella, S. (2023). Hubungan kemampuan empati dengan perilaku cyberbullying pada remaja. *Jurnal Ilmiah Amanah Akademika*, 6(2), 1–8.
- Violenta, D., Budiyani, K., & Utami, N. I. (2022). Regulasi emosi dan perilaku cyberbullying pada remaja. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 16(2), 80–88. <http://dx.doi.org/10.30587/psikosains.v16i2.4557>
- Widada, C. K. (2018). Mengambil manfaat media sosial dalam pengembangan layanan. *Journal of Documentation and Information Science*, 2(1), 23–30. <http://dx.doi.org/10.33505/jodis.v2i1.130>
- Widyayanti, N., Arofah, H., & Awali, A. N. A. (2022). Regulasi emosi dan perilaku cyberbullying pada remaja awal. *Jurnal Spirits*, 12(2), 78–85. <https://doi.org/10.30738/spirits.v12i2.12810>
- Wilantika, R., Khotimah, H., Intansari, F., Larasati, B. S., Nabila, J., Saputri, H., & Mukhlis, H. (2022). Empathy, self-esteem, and cyberbullying in vocational high school students. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Sciences*, 1(4), 121–126. <https://doi.org/10.47679/202219>
- Willard, N. E. (2007). *Cyberbullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Research Press.
- Witjaksono, A. A., Hanika, I. M., & Pratiwi, S. I. (2021). Fenomena cyberbullying pada mahasiswa di Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmiah Media, Public Relations, dan Komunikasi (IMPRESI)*, 2(1), 15–30. <https://doi.org/10.20961/impresi.v2i1.53136>
- Wiwi, W. A., Syahlanisyiam, M., Anggraini, Y., Gunawan, S., Arinanto, R. T., Fauzan, R. A., & Agung, A. (2022). Sosialisasi penggunaan internet yang sehat bagi anak-anak di Yayasan Domyadhu. *Abdi Jurnal Publikasi*, 1(1), 13–17.