

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemudahan dalam mengakses internet membuat pengguna internet meningkat. Heriyanto (2015) mengatakan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia naik dari 71,9 juta di 2013 menjadi 88,1 juta pengguna hingga akhir 2014, atau sekitar 34,9 % dari total jumlah penduduk saat ini. Menkominfo (Menteri Komunikasi dan Informatika) menyebutkan hingga Januari 2021 jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 202,6 juta orang.

Terdapat berbagai hal yang bisa kita temukan di internet, termasuk media sosial. Jenis-jenis aplikasi media sosial yang populer dan berpengaruh terhadap masyarakat menurut Sudiyatmoko (2014), yaitu aplikasi berbagi jaringan sosial yang terdiri atas: *facebook, path, Google Plus*; aplikasi *microblog* terdiri atas: *twitter, tumblr*; aplikasi berbagi foto yang terdiri atas: *instagram, picasa, pinterest, flick*; aplikasi berbagi video yang terdiri atas: *youtube, dailymotion, vimeo*; dan aplikasi berbagi jaringan profesional yang terdiri atas: *slideshare, scribd, linkedin*.

Menurut Cahyono (2016) media sosial mengajak siapa saja yang tertarik untuk berpartisipasi dengan memberi kontribusi dan *feedback* secara terbuka, memberi komentar, serta membagi informasi dalam waktu yang cepat dan tak terbatas. Herawati (2016) mengatakan bahwa kebebasan dalam media sosial menimbulkan permasalahan baru, yaitu *hate speech* atau menyampaikan ujaran-ujaran kebencian. Wicaksono (2021) mengungkapkan bahwa kebebasan berpendapat atau berkomentar dapat berdampak negatif. Dampak negatif tersebut berbentuk pernyataan, komentar, pendapat, ataupun tindakan yang menyakiti orang lain atau yang biasa disebut dengan *cyberbullying*. Mutma (2019) juga menyatakan bahwa media sosial yang merupakan pengembangan dari internet juga turut andil dalam mendukung aksi *cyberbullying*.

Cyberbullying menurut Willard (2005) adalah perlakuan kejam yang dilakukan dengan sengaja kepada orang lain dengan mengirimkan atau mengedarkan bahan yang berbahaya atau terlibat dalam bentuk-bentuk agresi sosial menggunakan internet atau teknologi digital lainnya. *Cyberbullying* memungkinkan pelaku untuk menutupi identitasnya melalui komputer. Hal ini dapat membuat pelaku lebih mudah untuk menyerang korban tanpa harus melihat respon fisik korban. Pengaruh perangkat teknologi sering menyebabkan mereka untuk mengatakan dan melakukan hal-hal kejam dibandingkan dengan apa yang didapati dalam tatap muka. *Cyberbullying* merupakan kesalahan dari penggunaan teknologi informasi yang merugikan atau menyakiti dan melecehkan orang lain dengan sengaja secara berulang-ulang. Kasus *cyberbullying* sama seperti fenomena gunung es, di mana kasus yang terlihat di publik hanya sedikit padahal bisa saja sebenarnya kasus *cyberbullying* banyak terjadi.

Cyberbullying cenderung terjadi di berbagai platform media sosial, namun Bohang (2017) menuliskan bahwa *instagram* menjadi media *cyberbullying* nomor satu. Instagram ditandai menjadi platform media sosial paling tinggi melakukan perundungan/ penindasan atau *cyberbullying* dari survei yang dilakukan oleh *Ditch The Label*. Azanella (2021) menuliskan bahwa berdasarkan data yang ditampilkan Drone Emprit, mengungkapkan bahwa perundungan siber (*cyberbullying*) paling banyak terjadi di *Instagram*, yakni sebanyak 42%. Lalu disusul dengan *Facebook* sebanyak 37%, *Snapchat* sebanyak 31%, *WhatsApp* sebanyak 12%, *YouTube* sebanyak 10%, dan *Twitter* sebanyak 9%. Alasan mengapa *instagram* menjadi media yang banyak digunakan untuk melakukan *cyberbullying* adalah karena penampilan. Dituliskan dalam artikel tersebut bahwa di media sosial lain, misalnya *Twitter*, seseorang bisa saja memilih untuk anonim, tapi di *instagram*, penggunaanya selalu menampilkan dirinya. Azallena menyebutkan bahwa “penampilan adalah sumber *bully* nomor satu”.

Ramadhanti (2016) mengatakan bahwa *instagram* merupakan salah satu platform media sosial yang populer di kalangan masyarakat dunia,

termasuk Indonesia. *Instagram* menjadi salah satu media sosial yang mampu memberikan pengalaman mengekspresikan diri dengan cara yang berbeda dari media sosial yang lain. Melalui *instagram* pengguna bebas berbagi cerita, pengalaman, hal-hal yang mereka sukai atau tidak, bahkan foto pribadi mereka tanpa dibatasi jarak dan waktu dengan para pengikutnya melalui foto, video, *caption* dan *hastag* (#). Selain itu, para pengguna *instagram* dapat melakukan beberapa aktivitas yang dapat dilakukan seperti : *follow*, *like* dan *comment*.

Instagram didominasi pengguna berusia 18-34 tahun. Pertiwi (2019) menuliskan bahwa hingga november 2019, jumlah pengguna aktif bulanan *instagram* di Indonesia dilaporkan telah mencapai 61.610.000. Artinya 22,6% atau nyaris seperempat total penduduk Indonesia, adalah pengguna *instagram*. Pengguna berusia 18-24 tahun menjadi kelompok usia pengguna paling besar di Indonesia, dengan total persentase 37,3% atau sekitar 23 juta pengguna. Pengguna terbesar kedua berada di rentang usia 25-34 (dewasa awal) dengan presentase 33,9%. Hurlock (1980) mengatakan bahwa dewasa awal dimulai pada umur 18-40 tahun. Melihat dari banyaknya jumlah usia dewasa awal yang menggunakan *instagram*, tidak heran jika *cyberbullying* banyak terjadi di media sosial tersebut.

Penelitian sebelumnya dari Chen, Ho, dan Lwin (2016) mengatakan bahwa lintas usia menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberbullying*. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pelaku *cyberbullying* adalah mereka yang berada di usia remaja atau dewasa awal. Febrianti (2014) membenarkan bahwa usia dewasa awal juga melakukan *cyberbullying*.

Hidayat (2017) memperkuat teori di atas, mengatakan bahwa tidak sedikit orang dewasa yang melakukan *cyberbullying*. Hal itu didukung penelitian yang dilakukan Febrianti (2014), yang memperlihatkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian (dalam usia dewasa awal) pernah terlibat dalam *cyberbullying* baik sebagai pelaku maupun korban. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa jenis kelamin perempuan usia dewasa muda 20-

25 tahun dan menggunakan internet antara 21-24 jam per minggu paling dominan terlibat *cyberbullying* baik sebagai pelaku maupun korban.

Berbagai faktor yang dapat mempengaruhi perilaku *cyberbullying* menurut Emilia dan Leonardi (2013) adalah *bullying* tradisional, karakteristik kepribadian, persepsi terhadap korban, serta peran interaksi orang tua dan anak.

Emilia dan Leonardi (2013) juga menambahkan bahwa setiap individu yang melakukan *cyberbullying* terjadi tidak secara independen tetapi dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berpengaruh dari dalam diri seperti kontrol diri. Penelitian yang dilakukan Fajriansyah (2012) mengatakan bahwa ada hubungan negatif antara perilaku agresi dengan kontrol diri, artinya semakin tinggi kontrol diri pada individu maka semakin rendah perilaku agresinya. *Cyberbullying* merupakan salah satu dari bentuk agresi yaitu agresi dalam bentuk verbal. Kontrol diri yang rendah dapat menyebabkan seseorang melakukan perilaku *cyberbullying*.

Penelitian lain yang terkait dilakukan oleh Waji (2021) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberbullying* pada dewasa awal. Kesimpulan dari penelitian ini adalah semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku *cyberbullying* pada dewasa awal. Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Migunani (2021) menunjukkan bahwa secara keseluruhan penelitian ini telah membuktikan bahwa terdapat hubungan yang negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan *cyberbullying*. Semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah perilaku *cyberbullying*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku *cyberbullying*. Penelitian yang dilakukan Bulan dan Wulandari (2021) mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kontrol diri dan *cyberbullying*. Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh negatif terhadap *cyberbullying* yang bermakna semakin tinggi kontrol diri akan menurunkan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial anonim.

Kontrol diri menurut Ghufroon dan Risnawita (2012) adalah suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Kontrol juga merupakan kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu *conform* dengan orang lain, dan menutupi perasaannya. Kontrol diri didefinisikan sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi yang positif.

Kontrol diri seseorang dipengaruhi beberapa faktor, ada beberapa pendapat dari beberapa tokoh. Ghufroon dan Risnawita (2012) berpendapat bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ada dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu. Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Individu perlu pentingnya memiliki kontrol diri dan mengetahui apa saja yang mempengaruhi kontrol diri agar dapat memiliki kontrol diri yang sangat penting bagi kehidupannya.

Calhoun dan Acocella (1990) menjelaskan dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara kontinu. Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik baginya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut tidak melakukan hal-hal menyimpang. Setiap orang memiliki kualitas kontrol diri yang berbeda-beda.

Block dan Biock (dalam Ghufro dan Risnawita, 2012) mengatakan bahwa jenis kualitas kontrol diri ada tiga, yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*. *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap *stimulus*. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. *Appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan implus secara tepat.

Individu yang memiliki kontrol diri menunjukkan karakteristik kontrol diri. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik akan menunjukkan karakteristik khusus dalam merespon segala hal yang menghampirinya. Forzano dan Longue (1995) menyebutkan gambaran individu yang menggunakan kontrol diri yaitu dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku di mana ia berada. Kecenderungan individu dalam menaati aturan dan norma yang berlaku mencerminkan kemampuannya dalam mengendalikan diri meskipun sebenarnya individu ingin melanggar aturan dan norma tersebut. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik juga tidak menunjukkan perilaku yang dipengaruhi kemarahan (mampu mengendalikan emosi negatif). Kemampuan merespon stimulus dengan emosi positif membantu individu untuk terbiasa mengendalikan dirinya dalam berperilaku sesuai harapan lingkungan. Selanjutnya individu yang memiliki kontrol diri yang baik adalah individu yang toleran terhadap stimulus yang tidak diharapkan untuk memperoleh manfaat atau keuntungan yang besar.

Kontrol diri dengan perilaku *cyberbullying* memiliki keterkaitan yang membuktikan bahwa kontrol diri sangat berperan penting dalam menekan perilaku *cyberbullying*. Kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif

untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan. Kontrol diri diperlukan guna membantu individu mengatasi kemampuannya yang terbatas dan membantu individu mengatasi hal merugikan yang datang dari luar. Dapat diartikan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang baik dapat terhindar dari perilaku menyimpang atau merugikan orang lain, bahkan dirinya sendiri.

Individu yang memiliki kontrol diri yang rendah rentan melakukan perilaku-perilaku yang melanggar norma bahkan melanggar hukum. Keterkaitan antara kontrol diri dengan perilaku-perilaku menyimpang membuktikan bahwa kontrol diri sangat berperan penting dalam menekan perilaku-perilaku menyimpang. Hal ini sejalan dengan penelitian Hurriyati (2013) dan Fajriansyah (2012) yang menyatakan bahwa perilaku agresi terjadi karena rendahnya kontrol diri dalam diri seseorang. *Cyberbullying* adalah salah satu bentuk perilaku agresi verbal. Menurut Averill (dalam Ghufon dan Risnawita, 2010), jika individu memiliki kontrol diri yang tinggi, ia mampu mengontrol perilakunya, berpikir sebelum bertindak dan mengambil keputusan secara hati-hati, sedangkan kontrol diri yang rendah akan berhubungan dengan perilaku negatif pada individu tersebut. Dengan adanya kontrol diri, individu mampu memproses stimulus mengenai perilaku menyimpang, mampu mengatur respon yang sesuai dengan hukum dan norma di dalam masyarakat, dan mempertimbangkan konsekuensi yang akan diperoleh ketika melakukan perilaku menyimpang.

Cyberbullying mengakibatkan dampak yang cukup serius bagi korban. Penelitian yang dilakukan oleh Didden (2009) menunjukkan bahwa *cyberbullying* menimbulkan dampak negatif terhadap kondisi afeksi korban seperti depresi dan melemahnya rasa penghargaan terhadap diri sendiri. Patchin dan Hinduja (2006) mengatakan bahwa *cyberbullying* menyebabkan korban mengalami tekanan emosi, kemarahan, dan kesedihan. Dampak yang lebih serius diungkapkan oleh Barlett dan Coyne (2014) yang menggarisbawahi bahwa korban *cyberbullying* juga cenderung memiliki keinginan bunuh diri. Kontrol diri sangat berperan penting dalam

mengurangi atau menekan tingkat terjadinya *cyberbullying*, karena kontrol diri merupakan suatu tindakan atau perilaku untuk mengarahkan individu pada konsekuensi positif, individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengontrol perilakunya, sehingga dapat berpikir sebelum bertindak dan mengambil keputusan dengan hati-hati agar tidak menyakiti atau merugikan orang lain maupun diri sendiri. Keterkaitan kontrol diri dengan *cyberbullying* memperlihatkan bahwa tinggi rendahnya kontrol diri sangat berperan penting dalam memunculkan perilaku *cyberbullying*.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Kontrol Diri terhadap *Cyberbullying* pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, rumusan masalah penelitian ini adalah: “Apakah terdapat pengaruh antara kontrol diri terhadap *cyberbullying* pada dewasa awal pengguna media sosial *instagram*?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh kontrol diri terhadap *cyberbullying* pada dewasa awal pengguna media sosial *instagram*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Secara Teoritis

Diharapkan penelitian dapat berguna sebagai sumbangan ilmiah secara teoristik bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan psikologi sosial, serta dapat membangkitkan minat peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut yang terkait dengan pengaruh kontrol diri dengan *cyberbullying*.

1.4.2 Manfaat Secara Praktis

a. Manfaat bagi Subjek/Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan bagi dewasa awal, bahwa dengan memiliki kontrol diri yang tinggi dapat terhindar dari perilaku yang buruk, serta memberikan pengetahuan pentingnya kontrol diri dalam kehidupan sehari-hari untuk mengikuti nilai-nilai yang berlaku.

b. Manfaat bagi Orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran bagi para orang tua tentang dampak dari adanya *cyberbullying* di era teknologi yang semakin maju dan betapa pentingnya menanamkan nilai kesabaran dalam menanggapi sesuatu.

c. Manfaat bagi Masyarakat

Peneliti berharap penelitian ini mampu menjadi rujukan bagi masyarakat bahwa sebagai individu harus mampu untuk berpikir dan menimbang sebelum melakukan sesuatu. Selain itu peneliti juga berharap masyarakat lebih membuka diri tentang adanya fenomena *cyberbullying* dan tidak menganggapnya wajar.

d. Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan oleh peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian serupa, khususnya penelitian yang berkaitan dengan kontrol diri dan *cyberbullying*.