

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-CONTROL* DENGAN
CYBERBULLYING PADA *EMERGING ADULTHOOD*
PENGGEMAR K-POP**

Skripsi

Dalam Rangka Penyusunan Skripsi sebagai Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Program Pendidikan Strata 1
Psikologi



Oleh :

Anik Daul Khasanah

20210376K

Dosen Pembimbing :

Yustinus Joko Dwi Nugroho, S.Psi., M.Psi.

Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi.

PROGRAM STUDI S-1 PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS SETIA BUDI

2026

PENGESAHAN SKRIPSI
Berjudul

HUBUNGAN ANTARA SELF-CONTROL DENGAN
CYBERBULLYING PADA EMERGING ADULTHOOD
PENGGEMAR K-POP

Oleh :
Anik Daul Khasanah
20210376K

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Setia
Budi Surakarta dan diterima untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna
memperoleh derajat gelar sarjana psikologi

Pada tanggal :

15 Januari 2026

Mengesahkan, Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi



Dekan,

Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D.

Penguji

1. Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi., Psikolog
2. Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi., Psikolog
3. Sujoko, S.Psi, S.Pd.I., M.Si.

Tanda Tangan

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul

HUBUNGAN ANTARA SELF-CONTROL DENGAN CYBERBULLYING PADA EMERGING ADULTHOOD PENGGEMAR K-POP

Oleh :

Anik Daul Khasanah

20210376K

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta dan diterima untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh derajat gelar sarjana psikologi

Pada tanggal :

15 Januari 2026

Mengesahkan, Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi



Dekan,

Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D.

Penguji

Tanda Tangan

1. Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi., Psikolog
2. Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi., Psikolog
3. Sujoko, S.Psi, S.Pd.I., M.Si.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penulis mempersembahkan karya ini kepada seluruh orang terkasih dan tersayang, yaitu:

1. Kepada orang tua penulis yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan kepercayaan selama proses pendidikan berlangsung. Dukungan tersebut menjadi landasan utama bagi penulis dalam menyelesaikan studi.
2. Kepada diri saya sendiri yang telah berusaha bertahan, belajar, dan menyelesaikan tanggung jawab akademik ini dengan penuh kesadaran, kesabaran, dan ketekunan. Karya ini juga saya persembahkan kepada diri saya sendiri sebagai bentuk apresiasi atas proses yang telah dijalani.
3. Kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan secara langsung maupun tidak langsung selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat.

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anik Daul Khasanah

NIM : 20210376K

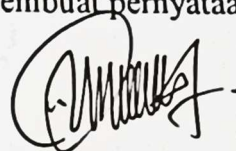
Program Studi : S1 Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara *Self-Control* dengan *Cyberbullying*
pada *Emerging Adulthood* Penggemar K-Pop

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bebas plagiat karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu / dikutip dalam naskah dan disebutkan pada daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terbukti skripsi ini hasil plagiat, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Surakarta, 15 Januari 2026

Yang membuat pernyataan



Anik Daul Khasanah

MOTTO

*Allah does not burden a soul beyond that it can bear
(QS. Al-Baqarah : 286)*

*Indeed what is to come will be better for you than what has gone by
(QS. Ad-Duhaa : 4)*

“Jika ada kata-kata yang menyakitimu, menunduklah dan biarkan ia melewati hatimu. Jangan dimasukkan ke hati, agar tidak lelah hatimu”
(Ali bin Abi Thalib)

Jangan lupa untuk memberikan apresiasi kepada dirimu sendiri. Hidupmu itu sudah sulit, jangan paksa kakimu untuk terus melangkah. Cobalah sesekali beristirahat. Sekali-kali, pergilah keluar, hargailah pencapaian dihidupmu meski itu hanya perumpamaan kecil. Sebab, kamu memang pantas untuk itu. Jika sedang lelah, kamu boleh marah dan meluapkannya. Jangan ditahan terus.
(Brian Khrisna - Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke-hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Self-Control* dengan *Cyberbullying* pada *Emerging Adulthood* Penggemar K-Pop” disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi, Universitas Setia Budi. Selama penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa setiap pencapaian yang diraih merupakan hasil dari dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara khusus, penulis mempersembahkan ucapan terima kasih kepada:

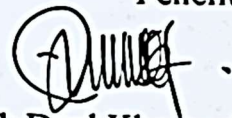
1. Yayasan Pendidikan Universitas Setia Budi yang telah memberikan sarana dan prasarana yang memadai selama peneliti menempuh pendidikan di Universitas Setia Budi.
2. Bapak Dr. Ir. Djoni Tarigan, MBA., selaku Rektor Universitas Setia Budi.
3. Kemendikbudristek dan Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi (LLDIKTI) yang telah memberikan dukungan dan beasiswa sehingga penulis dapat menempuh pendidikan hingga menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi.
5. Bapak Yustinus Joko Dwi Nugroho, S.Psi, M.Psi., Psikolog., selaku Sekretaris Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi, dosen pembimbing akademik, dan dosen pembimbing II yang memberikan bimbingan, arahan dan saran yang bermanfaat serta motivasi selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Dra. Endang Widyastuti, MA., selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi.
7. Ibu Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing II yang telah memberikan koreksi, saran, dan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Bapak Sujoko, S.Psi., S.Pd.I., M.Si., selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran dalam penyelesaian skripsi ini.

9. Seluruh dosen dan staf Fakultas Psikologi, Universitas Setia Budi yang telah memberikan ilmu, bantuan dan dukungan selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.
10. Ibu kandung dari penulis, terima kasih atas doa dan kepercayaan yang diberikan kepada penulis selama proses perkuliahan sehingga masa studi penulis dapat diselesaikan dengan baik. Terima kasih karena sudah menjadi ibu yang kuat dan menjalankan dua peran sekaligus. *Thank you for what you gave, in the ways you knew how, and for everything that quietly shaped who I am today, even when things were not always simple or complete.*
11. Terima kasih kepada ayah kandung penulis, sosok yang sangat penulis rindukan. Meskipun tidak terlibat secara langsung dalam proses perkuliahan dan penyusunan skripsi ini, penulis meyakini bahwa do'a yang dipanjatkan tetap menyertai perjalanan penulis. Di balik jarak dan keterbatasan peran tersebut, penulis meyakini bahwa semangat dan cintamu tetap hidup, penulis yakin bahwa terdapat harapan agar penulis dapat menyelesaikan studi dengan baik dan menjadi pribadi yang mandiri serta kuat dalam menjalani kehidupan. *I hope that someday we will meet again, in a better time and a gentler place, where everything feels lighter and words are no longer needed to explain what has been carried for so long.*
12. Teruntuk kakak dan adik dari penulis. Terima kasih telah menjadi bagian penting dalam perjalanan penulis, termasuk dalam berbagai situasi yang tidak selalu berjalan dengan mudah. Terima kasih atas do'a dan dukungan yang kalian berikan demi kelancaran proses perkuliahan ini. Semoga setelah ini, kehidupan yang lebih baik dan kebahagiaan selalu menyertai kita.
13. Teman-teman penulis Fina, Adetya, Azizah, Aprilia, Yosua, Laras, dan Jessica yang telah memberikan dukungan, semangat, dan menjadi pendengar selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kebersamaan dan motivasi yang diberikan kepada penulis.
14. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi terkhusus Angkatan 2021 yang telah menjadi bagian dari perjalanan penulis selama menempuh pendidikan.
15. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berkontribusi mengisi kuisioner dalam penelitian ini.

16. Terima kasih kepada K-Pop grup NCT, Treasure dan Seventeen atas karya dan pesan positif yang menjadi penguat dalam perjalanan penulis. Di tengah proses penyusunan skripsi dan masa-masa yang tidak kerap terasa sulit, karya-karya tersebut turut menemani dan membantu penulis menjalani proses hingga penyelesaian studi.
17. Terakhir, terima kasih untuk penulis, yaitu diri saya sendiri. Terima kasih sudah tumbuh dengan benar, tidak apa jika masih kerap menangis di tengah malam, kebingungan tentang arah tujuan, masih berjuang memeluk dirimu seutuhnya, dan tidak sehebat temanmu. Meski hidupmu terasa berjalan di tempat, hal tersebut tidak mengurangi dirimu. Meskipun kalah dalam banyak hal, bukan berarti kalah sebagai manusia. Ada yang lebih besar dari itu, yaitu daya juangmu yang tidak bisa diukur oleh siapapun. Dengan segala keterbatasan dan usaha yang dilakukan, penulis tetap layak diapresiasi atas proses yang telah dijalani hingga mampu menyelesaikan masa studi penulis. *I did my best, and that is enough.*

Surakarta, 15 Januari 2026

Peneliti



Anik Daul Khasanah

HUBUNGAN ANTARA *SELF-CONTROL* DENGAN *CYBERBULLYING* PADA *EMERGING ADULthood* PENGGEAR K-POP

INTISARI

Media sosial menjadi sarana bagi individu dalam membangun interaksi dan mengekspresikan diri di ruang digital. Namun penggunaan media sosial dapat meningkatkan risiko munculnya perilaku *cyberbullying*. Perilaku *cyberbullying* seringkali ditemukan pada kelompok *emerging adulthood* yang memiliki intensitas penggunaan media sosial yang tinggi. Penggemar K-pop merupakan salah satu kelompok yang aktif berinteraksi di media sosial sehingga berpotensi terlibat dalam konflik daring. Salah satu faktor yang berperan dalam keterlibatan individu pada perilaku *cyberbullying* adalah *self-control*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-control* dengan *cyberbullying* pada *emerging adulthood* penggemar K-pop. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis *spearman's rho correlation*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 350 yang dipilih menggunakan teknik *quota sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala *self-control* dan skala *cyberbullying*. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$), dengan koefisien korelasi -0.782. Artinya, semakin tinggi tingkat *self-control* individu, semakin rendah perilaku *cyberbullying*, sedangkan semakin rendah *self-control* individu maka semakin tinggi perilaku *cyberbullying*. Hubungan negatif yang kuat menunjukkan bahwa kemampuan *self-control* dalam penggunaan media sosial berkaitan dengan rendahnya keterlibatan perilaku *cyberbullying*.

Kata Kunci: *self-control*, *cyberbullying*, *emerging adulthood*, penggemar K-Pop

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND CYBERBULLYING IN EMERGING ADULthood K-POP FANS

ABSTRACT

Social media is a means for individuals to build interactions and express themselves in the digital space. However, social media use can increase the risk of cyberbullying behavior. Cyberbullying behavior is often found in emerging adulthood groups who have high intentions of using social media. K-Pop fans are one of the groups that actively interact on social media and thus have the potential to engage in bold conflict. One factor that plays a role in an individual's involvement in cyberbullying behavior is self-control. This research aims to determine the relationship between self-control and cyberbullying in emerging adulthood K-Pop fans. This study used quantitative methods with spearman's rho correlation analysis. The samples in this study totaled 350 samples selected using the quota sampling technique. The instruments used are the self-control scale and the cyberbullying scale. The result of the analysis showed a plot significance value of 0.000 ($p < 0.05$), with a correlation coefficient of -0.782. This means that the higher the individual's self-control level, the lower the cyberbullying behavior, while the lower the individual's self-control, the higher the cyberbullying behavior. A Strong negative relationships suggest that self-control capabilities in social media use are associated with low involvement of cyberbullying behavior.

Kata Kunci: self-control, cyberbullying, emerging adulthood, K-Pop fans

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
MOTTO	iii
KATA PENGANTAR	iv
INTISARI	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. <i>Cyberbullying</i>	9
1. Definisi <i>Cyberbullying</i>	9
2. Faktor-faktor <i>Cyberbullying</i>	9
3. Aspek-aspek <i>Cyberbullying</i>	11
B. <i>Self-Control</i>	13
1. Definisi <i>Self-Control</i>	13
2. Aspek-aspek <i>Self-Control</i>	13
C. Hubungan antara <i>Self-Control</i> dengan <i>Cyberbullying</i> pada <i>Emerging Adulthood</i> Penggemar K-Pop.....	15
D. Kerangka Berpikir	19
E. Hipotesis	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	20

A. Identifikasi Variabel.....	20
B. Definisi Operasional	20
1. <i>Self-Control</i>	20
2. <i>Cyberbullying</i>	20
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel.....	22
3. Teknik Sampling	23
D. Metode Pengumpulan Data.....	24
1. <i>Self-control</i>	25
2. <i>Cyberbullying</i>	26
E. Validitas dan Reliabilitas	27
1. Validitas.....	27
2. Reliabilitas	27
F. Teknik Analisis Data.....	28
1. Uji Asumsi	28
2. Uji Hipotesis	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Persiapan Penelitian.....	29
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	29
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian	29
3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian	30
B. Pelaksanaan Penelitian.....	32
1. Pengumpulan Data	32
2. Pelaksanaan <i>Skoring</i>	32
C. Deskripsi Data Penelitian	33
1. Deskripsi Subjek Penelitian	33
2. Deskripsi Data Penelitian.....	35
D. Analisis Data Penelitian.....	37
1. Uji Asumsi	37
2. Uji Hipotesis	38
E. Analisis Tambahan.....	38
F. Pembahasan	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54

A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	54
1. Saran Teoritis	54
2. Saran Praktis	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	65

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Proporsi Penyebaran Kuesioner.....	23
Tabel 2. Blueprint Skala Self-Control	25
Tabel 3. Penilaian Skala Self-Control.....	26
Tabel 4. Blueprint Skala Cyberbullying	26
Tabel 5. Penilaian Skala Cyberbullying	27
Tabel 6. Blueprint Self-Control Sebelum Tryout.....	30
Tabel 7. Blueprint Self-Control Sesudah Tryout	31
Tabel 8. Blueprint Cyberbullying Sebelum Tryout	31
Tabel 9. Blueprint Cyberbullying Sesudah Tryout	31
Tabel 10. Tabel Skoring Self-Control	33
Tabel 11. Tabel Skoring Self-Control	33
Tabel 12. Deskripsi subjek.....	34
Tabel 13. Deskripsi Statistik Data Penelitian	35
Tabel 14. Norma Kategorisasi Skor Subjek.....	36
Tabel 15. Deskripsi Kategorisasi Variabel Penelitian.....	36
Tabel 16. Uji Hipotesis	38
Tabel 17. Uji Mann Whitney Jenis Kelamin	39
Tabel 18. Uji Kruskal Wallis Perbedaan Usia.....	39
Tabel 19. Uji Kruskal Wallis Situasi Tinggal	40
Tabel 20. Pairwise Comparisons Situasi Tinggal	40
Tabel 21. Uji Kruskal Wallis Frekuensi Komunikasi dengan Orang Tua	42
Tabel 22. Pairwise Comparisons Frekuensi Komunikasi dengan Orang Tua	42
Tabel 23. Uji Kruskal Wallis Frekuensi Berinteraksi dengan Teman..	44
Tabel 24. Pairwise Comparisons Frekuensi Interaksi dengan Teman ..	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hasil Survey Awal Perilaku Cyberbullying pada Penggemar K-Pop usia 18-25 tahun	4
Gambar 2. Kerangka Berpikir Hubungan antara Self-Control dengan Cyberbullying pada Emerging Adulthood Penggemar K-Pop	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Perizinan Skala Penelitian.....	65
Lampiran 2. Penyebaran <i>Google Form</i> Survey Awal.....	66
Lampiran 3. Hasil Survey Awal <i>Google Form</i>	67
Lampiran 4. Skala Penelitian.....	68
Lampiran 5. Penyebaran <i>Google Form Try Out</i> Skala Penelitian	75
Lampiran 6. Tabulasi <i>Try Out</i>	76
Lampiran 7. Hasil <i>Try Out</i>	83
Lampiran 8. Penyebaran <i>Google Form</i> Kuesioner Penelitian.....	86
Lampiran 9. Tabulasi Hasil Penelitian.....	88
Lampiran 10. Analisis Deskriptif.....	122
Lampiran 11. Hasil Penelitian	123
Lampiran 12. <i>Informed Consent</i>	132
Lampiran 13. Surat Tugas Penelitian.....	133
Lampiran 14. Cek Plagiasi	135

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini penggunaan internet sudah menjadi kebutuhan pokok sehari-hari. Banyak aktivitas yang menuntut masyarakat untuk menggunakan internet. *International Telecommunication Union* memperkirakan bahwa sekitar 5,5 miliar atau 68% dari populasi dunia menggunakan internet pada tahun 2024. Dilansir dari apjii.or.id bahwa Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) melaporkan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2024 tercatat sebanyak 221.563.479 jiwa dari total populasi Indonesia tahun 2023 yang berjumlah 278.696.200 jiwa. Berdasarkan data tersebut, diketahui bahwa Indonesia menduduki peringkat keempat dalam penggunaan internet.

Internet digunakan untuk mengakses banyak hal termasuk mengakses berbagai media sosial. Media sosial adalah sebuah media online yang memungkinkan penggunanya untuk berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan konten seperti blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual (Liedfray *et al.*, 2022). Media sosial berfungsi sebagai sarana untuk berinteraksi secara sosial di dunia maya (internet), di mana pengguna dapat berkomunikasi, berinteraksi, mengirim pesan, berbagi informasi dan membangun jaringan (*networking*) (Handayani, 2023). Berdasarkan data yang diperoleh dari (rri.co.id) total pengguna media sosial di Indonesia adalah 191.000.000 pengguna atau 73,7% dari populasi yang didominasi pada usia 18-34 tahun yaitu 54,1%.

Penggunaan media sosial yang semakin meluas dapat memberikan dampak positif maupun negatif. Media sosial memiliki dampak positif apabila digunakan dengan tepat yaitu dapat digunakan sebagai media untuk saling berinteraksi, belajar pengalaman baru, menambah relasi, mengembangkan keterampilan, bahkan dapat digunakan untuk melakukan pekerjaan. Adapun salah satu dampak negatif dari penggunaan media sosial yaitu digunakan sebagai salah satu media untuk mengintimidasi, mengancam ataupun melecehkan orang lain yang biasa disebut dengan *cyberbullying*. Myers (2016) juga mengungkapkan bahwa kerugian sosial dari media sosial salah satunya yaitu deindividuasi yang mengarah pada anonimitas. Kondisi ini dapat membuka peluang terjadinya

eksploitasi seksual, pembajakan, ujaran kebencian dan *cyberbullying*.

Cyberbullying merupakan tindakan berbahaya yang dilakukan secara sengaja dan berulang melalui media teks elektronik (Patchin dan Hinduja, 2010). Dilihat dari perspektif hukum, *Cyberbullying* merupakan kejahatan yang dilakukan secara sengaja ataupun tidak sengaja berupa penyebaran fitnah, ejekan, kata-kata kasar, pelecehan, ancaman, serta penghinaan. Bentuk kejahatan ini berawal dari perilaku yang merendahkan harga diri dan mengintimidasi orang lain melalui internet (Anshori *et al.*, 2022). *Cyberbullying* mengarah pada emosi negatif, termasuk kesedihan, kemarahan, kekecewaan, rasa malu dan ketakutan (Hinduja & Patchin, 2017). Kata "*cyberbullying*" dapat merujuk pada ejekan berulang dan berkepanjangan atau satu insiden traumatis. Pemerasan, panggilan lelucon, mengirim informasi yang tidak pantas, membuat akun palsu, mengisolasi dan mengecualikan dari grup, komunikasi bernuansa seksual dan sugestif yang tidak menyenangkan, serta pelecehan (Buçaj & Haziri, 2024). *Cyberbullying* umumnya terjadi akibat memburuknya suatu hubungan. Retaknya suatu hubungan seringkali memicu individu untuk menyerang pihak lain melalui media sosial, baik dengan ucapan yang ditujukan secara langsung kepada korban maupun ungkapan berupa sindiran (Sukmawati & Kumala, 2020).

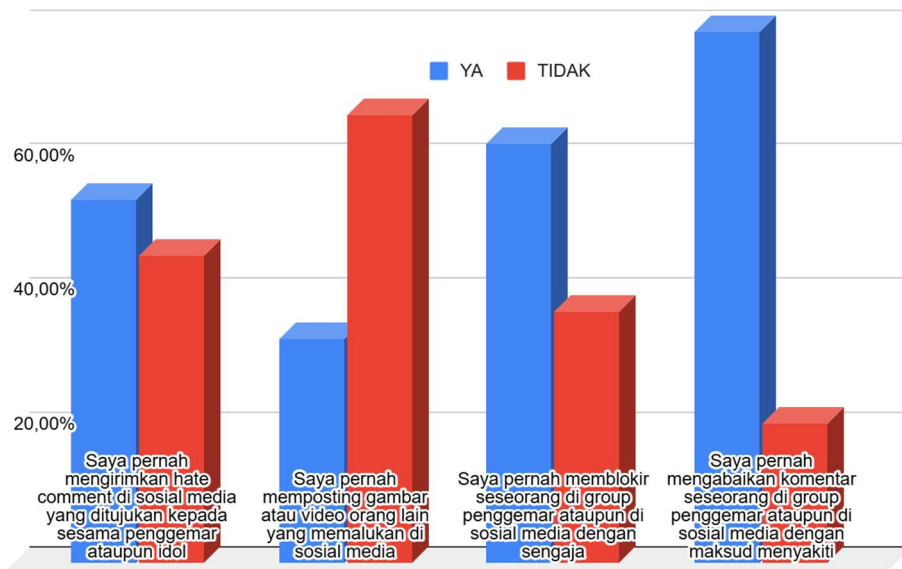
Tindakan *cyberbullying* dapat berdampak buruk pada kondisi psikologis seseorang, seperti depresi, rasa cemas, stres dan isolasi. *Cyberbullying* juga bisa memicu peningkatan risiko bunuh diri (Putri & Savira, 2022). *Cyberbullying* dapat menimbulkan dampak negatif berupa gangguan mental, trauma psikologis, depresi, hingga dorongan untuk bunuh diri pada korban tanpa memandang usia, golongan, maupun latar belakang individu (Jubaidi & Fadilla, 2020). Penelitian Hinduja dan Patchin (2010) mengemukakan bahwa tindakan *cyberbullying* dapat mengakibatkan korban dan pelaku memiliki *self-esteem* atau harga diri yang rendah. Dampak jangka panjang dari tindakan *cyberbullying* yang dilakukan terus menerus bagi pelaku yaitu peluang terjadinya tindakan kriminal.

Kelompok usia yang rentan terhadap perilaku *cyberbullying* yaitu individu yang berada pada masa *emerging adulthood* yakni usia 18-25 tahun. Hal tersebut dikarenakan pada usia *emerging adulthood* individu masih mengalami ketidakstabilan dalam mengeksplorasi

dirinya serta mengalami perubahan aspek kehidupan (Arnett dalam Gavriel-Fried *et al.*, 2024). Eksplorasi diri pada rentang usia *emerging adulthood* tidak jarang akan menimbulkan perilaku kurang adaptif seperti *cyberbullying*. *Emerging adulthood* merupakan konsep mengenai fase transisi menuju dewasa, berlangsung pada akhir masa remaja hingga usia akhir dua puluhan dengan rentang usia antara 18-25 tahun, namun dalam beberapa individu bisa berlanjut hingga usia 29 tahun karena perbedaan kondisi (Arnett dalam Fitrianti *et al.*, 2022). Pada masa ini, individu masih mencari identitas diri sehingga rentan terjadinya konflik atau interaksi yang negatif di media sosial.

Masa perkembangan dewasa awal atau *emerging adulthood* sering dipandang sebagai periode yang penuh kreativitas. Pada masa ini individu cenderung mengekspresikan diri melalui berbagai hobi dan kegiatan yang memberikan rasa puas dalam hidup. Salah satu bentuk ekspresi tersebut adalah ketertarikan terhadap selebriti, termasuk kegemaran terhadap K-Pop (Isril & Yulianto, 2024). K-pop atau Korean Pop telah menjadi fenomena budaya global yang sangat populer dan banyak digemari terutama pada usia *emerging adulthood*. Berdasarkan survey pada tahun 2022 yang dilansir dari goodstats.id dengan melibatkan 1500 responden, menghasilkan bahwa penggemar K-Pop di Indonesia didominasi pada usia 20-25 tahun. Proporsi tersebut mencapai 33,40% dari total responden. Usia tersebut tergolong dalam *emerging adulthood*.

Penggemar K-pop seringkali terlibat dalam komunitas *online* yang besar dan aktif, di mana mereka berinteraksi, berbagi informasi, dan menunjukkan dukungan kepada idola mereka. Namun, popularitas K-pop juga disertai dengan masalah *cyberbullying* yang semakin meningkat, terutama di antara sesama penggemar. Pada tahun 2023 (cnnindonesia.com) memberikan informasi berdasarkan hasil konferensi pers *ChildFund* bahwa penggemar Kpop memiliki kecenderungan lebih tinggi melakukan perundungan online (55,3%) dibandingkan dengan fans non K-pop. Penelitian yang dilakukan oleh Rinaldi *et al.* (2020) mendapatkan hasil bahwa dari 163 subjek penelitian penggemar K-Pop pada usia 18-21 terdapat perilaku *cyberbullying* pada kategori sedang sebanyak 6,1%. Penelitian tersebut didukung dengan survey yang dilakukan oleh peneliti dengan responden penggemar K-Pop sebagai berikut:



Gambar 1. Hasil Survey Awal Perilaku *Cyberbullying* pada Penggemar K-Pop usia 18-25 tahun

Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan pada penggemar k-pop usia 18-25 tahun dengan menyebarkan kuesioner di sosial media *WhatsApp* dan *Instagram*, memperoleh hasil dengan responden penggemar k-pop berada pada usia 18-25 tahun sebanyak 24 responden. Pada survey awal tersebut mendapatkan hasil bahwa terdapat 13 dari 24 responden atau 54,17% pernah mengirimkan komentar negatif kepada sesama penggemar. Kemudian terdapat 8 dari 24 responden atau sebanyak 33,33% pernah memposting gambar atau video orang lain yang memalukan di sosial media. Selanjutnya terdapat 15 dari 24 atau 62,50% pernah memblokir seseorang di grup penggemar ataupun di sosial media dengan sengaja. Selain itu terdapat 19 dari 24 orang atau 79,17% pernah mengabaikan komentar seseorang di grup penggemar ataupun di sosial media dengan maksud menyakiti.

Cyberbullying dalam konteks penggemar K-pop seringkali terjadi karena persaingan antar fandom (kelompok penggemar), ketidaksukaan terhadap idol tertentu (misalnya karena skandal), perbedaan pendapat tentang idola, provokasi atau komentar negatif di media sosial atau bahkan hanya karena kesalahpahaman. Selain itu, *cyberbullying* terjadi karena ikatan emosional yang kuat sehingga perilaku tersebut dianggap sebagai bentuk loyalitas terhadap kelompoknya. Lin *et al.* (2023) menjelaskan bahwa tingginya nilai

emosional dan rasa tanggung jawab terhadap idola dapat mendorong penggemar terlibat dalam *cyberbullying*. Perilaku agresif di media sosial tersebut tidak selalu dilandasi oleh niat jahat, melainkan sebagai bentuk perlindungan terhadap idola yang dianggap layak untuk dibela. Tindakan *cyberbullying* ini seringkali dipersepsikan sebagai bentuk loyalitas dan pembelaan sehingga mendapatkan dukungan dari sesama anggota fandom atau kelompok penggemar. Akibatnya tindakan *cyberbullying* dianggap wajar dan lebih sulit dicegah. Hal ini sejalan dengan teori identitas sosial yang dikemukakan oleh Tajfel *et al.* (dalam Subardhini & Riyadi, 2024) bahwa individu memperoleh sebagian identitas dari mereka dari keanggotaan kelompok sosial tertentu. Identitas sosial ini memberikan rasa pertemuan, keamanan, dan meningkatkan loyalitas terhadap kelompok tersebut. Teori ini menyatakan bahwa individu cenderung memihak *ingroup* dan menunjukkan sikap negatif terhadap *outgroup* (pihak lain) sebagai bentuk perlindungan terhadap identitas kelompoknya. Apabila dalam suatu kelompok memberikan dukungan dan membenarkan perilaku tersebut, maka pelaku mendapatkan validasi sosial yang menciptakan norma kelompok bahwa perilaku tersebut dapat diterima.

Menghadapi dinamika fandom yang penuh emosi dan potensi konflik, dibutuhkan kemampuan *self-control* atau pengendalian diri untuk dapat menentukan apakah seseorang mampu merespons situasi secara adaptif atau justru terlibat dalam perilaku negatif seperti *cyberbullying*. *Self-control* berperan dalam menahan impuls, mengelola emosi, serta mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan yang dilakukan. Individu dengan tingkat *self-control* yang baik cenderung tidak mudah terbawa emosi dan mampu mempertahankan perilaku yang sesuai norma sosial. Individu dengan kontrol diri yang tinggi menunjukkan penyesuaian psikologis yang lebih baik. Sedangkan rendahnya *self-control* dapat memicu ledakan kemarahan, perilaku agresif serta kesulitan memaafkan orang lain (Tangney *et al.*, 2004).

Penelitian oleh Peker dan Yildiz (2021) mendapatkan hasil bahwa salah satu prediktor dari perilaku *cyberbullying* yaitu *self-control*. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Marwah *et al.* (2024) menunjukkan hasil bahwa *self-control* dan regulasi emosi berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku *cyberbullying* pada

emerging adulthood. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sulistyowati *et al.* (2024) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-control* dengan *cyberbullying*. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Fiddiana & Bagus Priyambodo (2022) yang mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-control* dengan *cyberbullying* yaitu semakin rendah *self-control* maka semakin tinggi perilaku *cyberbullying* dan sebaliknya.

Menurut Averill (dalam Maza & Apriyanti, 2022) *self-control* atau kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur perilaku dalam mengelola informasi dan tindakan yang diinginkan atau yang tidak diinginkan berdasarkan keyakinan dirinya. Menurut Tangney *et al.* (2004) *self-control* merupakan kemampuan individu untuk menahan atau mengubah respon batin seseorang, menghindari dorongan perilaku impulsif dan mengendalikan diri dari tindakan yang tidak diinginkan. Individu yang memiliki *self-control* yang tinggi cenderung lebih mampu mempertimbangkan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam berbagai situasi. Seseorang akan menyesuaikan perilakunya sesuai dengan tuntutan sosialnya sehingga dapat mengelola kesan yang ditampilkan. Perilaku yang lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, serta bersikap ramah dan terbuka (Sari & Irmayanti, 2021). *Self-control* dapat berkontribusi secara langsung terciptanya interaksi yang harmonis, seperti halnya ketika seseorang mampu menahan diri untuk tidak mengucapkan hal-hal yang menyakitkan secara impulsif.

Penelitian oleh Kristiawan dan Soetjiningsih (2023) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-control* dengan *cyberbullying* pada mahasiswa di universitas “X” di Salatiga. Artinya semakin rendah *self-control* maka semakin tinggi perilaku *cyberbullying*, begitu juga sebaliknya. Penelitian lain oleh Bulan dan Wulandari (2021) mengenai pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja akhir berusia 18-21 tahun pengguna media sosial anonim menunjukkan hasil bahwa kontrol diri berpengaruh negatif terhadap *cyberbullying*, artinya semakin tinggi kontrol diri seseorang maka kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja akhir berusia 18-21 tahun pengguna media sosial anonim akan semakin rendah.

Berdasarkan latar belakang dan beberapa penelitian diatas, serta minimnya penelitian yang berfokus pada hubungan antara *self-control* dengan *cyberbullying* pada *emerging adulthood* penggemar K-pop. Maka peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan antara *Self-Control* dengan *Cyberbullying* pada *Emerging Adulthood* penggemar K-Pop” sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-control* dengan *cyberbullying* pada *emerging adulthood* penggemar k-pop.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang pembahasan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara *self-control* dengan *cyberbullying* pada *emerging adulthood* penggemar k-pop?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara *self-control* dengan *cyberbullying* pada *emerging adulthood* penggemar k-pop?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini mampu meningkatkan wawasan di bidang psikologi klinis, sosial dan perkembangan khususnya mengenai *self-control* dan *cyberbullying* serta penelitian ini diharapkan mampu menyajikan informasi dan pemahaman terkait hubungan antara *self-control* dengan *cyberbullying* pada *emerging adulthood* penggemar k-pop.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek

Penelitian diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan terhadap perilaku *cyberbullying* serta dapat digunakan sebagai pertimbangan dengan menekankan pentingnya pengelolaan emosi dan penguatan *self-control* agar dapat mengontrol diri untuk meminimalisir perilaku agresif berupa *cyberbullying*.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian yang akan datang, sehingga penelitian tentang *self-control* dengan *cyberbullying* pada *emerging adulthood* penggemar k-pop bisa dikaji lebih dalam dan lebih luas lagi.