

**PENGARUH TERAPI SELF CONTROL TERHADAP PERILAKU
CYBERBULLYING PADA REMAJA**

¹Yukifanie Nurdyani, ²Heni Purnama

Koresponding Penulis : zuma1123@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: *Cyberbullying* merupakan perilaku agresif seseorang dengan cara mengirim pesan melalui media sosial. Rendahnya *self control* dapat mempengaruhi terjadinya *cyberbullying* pada seseorang. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *self control* terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja. **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian *Quasi Eksperimental* pendekatan *two group pre-test post-test*. Pengambilan sampel secara *simple random sampling* dengan menggunakan aplikasi *Lucky Wheel* dan didapatkan jumlah sampel sebanyak 122 responden yang dibagi menjadi dua kelompok. Analisa data yang digunakan uji *Wilcoxon* dan ANCOVA. Kuesioner yang digunakan *Cyberbullying and Online Aggression Survey Instrument*. Terapi *self control* diberikan dengan tiga tahap yaitu *self recording* pada hari ke-1 sampai 3, *self evaluation* dan *self reinforcement* pada hari terakhir ke-4. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata responden berusia 13 tahun dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan (54.1%). Analisa bivariat menunjukkan bahwa adanya perbedaan skor antara kelompok intervensi dan kontrol pada terapi *self control* terhadap perilaku *cyberbullying* hasil uji *Wilcoxon* nilai asymp. Sig. (2-tailed) = .000. Hasil ANCOVA menunjukkan bahwa adanya pengaruh terapi *self control* terhadap perilaku *cyberbullying* Sig = .000 pada klasifikasi korban dan Sig = .001 pada klasifikasi pelaku. **Kesimpulan:** Terapi *self control* dapat mempengaruhi untuk menurunkan perilaku *cyberbullying* pada remaja. **Saran:** Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menganalisis atau menggali lebih dalam masalah-masalah lain yang dapat muncul terkait *cyberbullying* pada remaja.

Kata kunci: *Cyberbullying*, *Self Control*, Remaja