



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN REGULASI EMOSI
DENGAN PERILAKU *CYBERBULLYING* PADA REMAJA
DI SMAN 2 BEKASI**

SKRIPSI

SARI SEPTININGTYAS

1910711078

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2023**



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN REGULASI EMOSI
DENGAN PERILAKU *CYBERBULLYING* PADA REMAJA
DI SMAN 2 BEKASI**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

SARI SEPTININGTYAS

1910711078

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sari Septiningtyas
NIM : 1910711078
Tanggal : 23 Juni 2023

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 23 Juni 2023

Yang Menyatakan,


METERAI
TEMPEL
22N00544572467
(Sari Septiningtyas)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sari Septiningtyas
NIM : 1910711078
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Hubungan Tingkat Stres dan Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying* Pada Remaja Di SMAN 2 Bekasi, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalik media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 23 Juni 2023
Yang menyatakan,



Sari Septiningtyas

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Sari Septiningtyas
NIM : 1910711078
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Judul : Hubungan Tingkat Stres dan Regulasi Emosi dengan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja Di SMAN 2 BEKASI

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada program studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

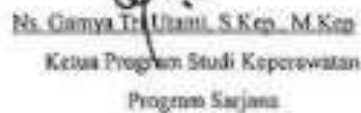


Ni. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep

Ketua Penguji



Ni. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.I
Pengaji III



Ni. Gama Tri Utami, S.Kep., M.Kep
Ketua Program Studi Keperawatan
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Seminar : Jumat, 23 Juni 2023

HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU *CYBERBULLYING* PADA REMAJA DI SMAN 2 BEKASI

Sari Septiningtyas

Abstrak

Penggunaan internet sebagai tempat interaksi dengan teman sebaya, namun internet mempunyai dampak negatif jika digunakan oleh orang yang tidak bertanggung jawab sehingga dapat menimbulkan perilaku *cyberbullying*. Remaja yang menjadi pelaku dan korban *cyberbullying* mempunyai dampak negatif yang berpengaruh pada stres dan regulasi emosi yang buruk. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada remaja di SMAN 2 Bekasi. Penelitian ini menggunakan analitik dengan pendekatan *cross sectional* dan dilakukan pada 208 siswa aktif kelas XI di SMAN 2 Bekasi melalui metode *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu Perceived Stress Scale (PSS-10) untuk tingkat stres, instrumen *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) untuk regulasi emosi, instrumen *Cyberbullying and Online Agression Survey* untuk perilaku *cyberbullying*. Metode pengumpulan data menggunakan penyebaran kuesioner melalui *g-form*. Analisa data yang digunakan adalah analisi univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat stres dengan perilaku *cyberbullying* dengan nilai *p value* 0,003 ($p < 0,05$) untuk variabel regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* ini didapatkan *p value* 0,002 ($p < 0,05$) yang bermakna hasil penelitian ini terdapat hubungan tingkat stres dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada remaja di SMAN 2 Bekasi. Implikasi penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat stres dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada remaja sebagai upaya promotif terhadap dampak perilaku *cyberbullying* bagi kesehatan mental pada remaja yang tidak mampu mengontrol stres dan mengendalikan emosi dengan baik. Penelitian selanjutnya, diharapkan mengembangkan penelitian terkait tingkat stres dan regulasi emosi dengan perilaku *cyberbullying* pada remaja perempuan serta memberikan intervensi.

Kata Kunci: Perilaku *Cyberbullying*, Regulasi Emosi, Remaja, Tingkat Stres

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND EMOTION REGULATION WITH CYBERBULLYING BEHAVIOR AMONG ADOLESCENTS AT SMAN 2 BEKASI

Sari Septiningtyas

Abstract

The use of the internet as a place for interaction with peers, but the internet has a negative impact if used by irresponsible people so that it can lead to cyberbullying behavior. Teenagers who engage in cyberbullying as perpetrators or victims experience negative effects that contribute to increased stress and poor emotion regulation. The aim of this study is to determine the relationship between stress levels and emotion regulation with cyberbullying behavior among adolescents at SMAN 2 Bekasi. The study employed analysis research design with a cross sectional approach and was conducted on 208 active XI grade students at SMAN 2 Bekasi using Stratified Random Sampling. The instruments used were the Perceived Stress Scale (PSS-10) instrument used for perceived stress, the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) used for emotion regulation, and the Cyberbullying and Online Agression Survey used for cyberbullying behavior. Data were collected through questionnaire (g-form) distribution. Data analysis involved univariate analysis with frequency distribution and bivariate analyses using the chi square test. The result of this study indicate that there is a relationship between stress levels with cyberbullying behavior *p value* 0,003 ($p < 0,05$) for the relationship between emotion regulation with cyberbullying behavior, *p value* 0,002 ($p < 0,05$). These findings indicate a significant relationship between stress levels and emotion regulation with cyberbullying behavior among adolescents at SMAN 2 Bekasi. The implication of this study is determine the relationship between stress levels and emotion regulation with cyberbullying behavior in adolescents as a promotive effort to impact of cyberbullying behavior on mental health in adolescent to control stress and control emotions properly. Future research is expected to develop research related to stress level and emotion regulation with cyberbullying behavior in adolescent girls and provide interventions.

Keyword: Cyberbullying Behavior, Emotion Regulation, Adolescents, Stress Levels

KATA PENGANTAR

Puji syukur menyebut nama Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dan Regulasi Emosi dengan Perilaku *Cyberbullying* Pada Remaja di SMAN 2 Bekasi”. Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan sarjana keperawatan UPN Veteran Jakarta. Pada kesempatan kali ini dengan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, dekan FIKES UPN Veteran Jakarta Desmawati, SKP, MKep, Sp.Mat, PhD, pihak Plt kepala sekolah SMAN 2 Bekasi Dedi Suryadi, S.Pd., MM, guru bidang kesiswaan Solihan, M.Pd, kepala jurusan Ns. Cut Sarida Pompey, MNS., ketua program studi Ns. Gama Tri Utami, M.Kep., Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep dan Ns. Ritanti M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji I dan II, Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J selaku dosen pembimbing yang telah sabar dalam membimbing dan memberikan arahan dalam penyusunan skripsi saya, dan juga dosen pembimbing akademik Ns. Serri Hutahean, S.Kep., M.Kep.

Tidak lupa juga saya ucapkan terimakasih kepada Alm. Papa, Mama dan kakak yang telah berperan penting dan memberi dukungan, tsany farhan, lia, rifa, wida, siska dan teman-teman yang telah banyak membantu dan memberi semangat. Penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis meminta segala kritik dan saran dari pembaca agar dapat memperbaiki.

Jakarta, 23 Juni 2023

Penulis

Sari Septiningtyas

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah.....	6
I.3 Tujuan Penelitian	7
I.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
II.1 Konsep Remaja	9
II.2 Konsep Stres	21
II.3 Konsep Regulasi Emosi	25
II.4 Perilaku <i>Cyberbullying</i>	29
II.5 Kerangka Teori	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
III.1 Kerangka Konsep Penelitian.....	36
III.2 Hipotesis Penelitian	37
III.3 Definisi Operasional	37
III.4 Desain Penelitian	41
III.5 Populasi dan Sampel.....	41
III.6 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	44
III.7 Tempat dan Waktu Penelitian	44
III.8 Metode Pengumpulan Data.....	45
III.9 Etika Penelitian	46
III.10 Instrumen Penelitian	48
III.11 Validitas dan Reabilitas	51
III.12 Analisa Data.....	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	56
IV.1 Hasil Penelitian	56
IV.2 Analisa Data.....	58
IV.3 Pembahasan	63
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	74

BAB V PENUTUP	75
V.1 Kesimpulan.....	75
V.2 Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional.....	38
Tabel 2	Distribusi Sampel dengan Stratified Random Sampling	43
Tabel 3	Kisi-kisi Variabel Tingkat Stres PSS-10.....	49
Tabel 4	Kisi-kisi Variabel Regulasi Emosi (ERQ).....	49
Tabel 5	Kisi-kisi Kuesioner Perilaku <i>Cyberbullying</i>	50
Tabel 6	Uji Validitas.....	52
Tabel 7	Panduan Nilai Pengukuran Uji <i>Cronbach Alpha</i>	53
Tabel 8	Uji Reabilitas	53
Tabel 9	Univariat	54
Tabel 10	Bivariat	55
Tabel 11	Analisis Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di SMAN 2 Bekasi (n=208)	59
Tabel 12	Analisis Responden Berdasarkan Usia Di SMAN 2 Bekasi (n=208)....	59
Tabel 13	Analisis Responden Berdasarkan Media Sosial yang digunakan Di SMAN 2 Bekasi (n=208).....	60
Tabel 14	Distribusi Tingkat Stres dan Perilaku <i>Cyberbullying</i> Pada Remaja Di SMAN 2 Bekasi (n = 208).....	60
Tabel 15	Distribusi Regulasi Emosi dengan Perilaku <i>Cyberbullying</i> Pada Remaja Di SMAN 2 Bekasi (n=208).....	61
Tabel 16	Distribusi Perilaku <i>Cyberbullying</i> Pada Remaja Di SMAN 2 Bekasi (n=208)	61
Tabel 17	Hasil Analisa Statistik Hubungan Tingkat Stres dengan Perilaku <i>Cyberbullying</i> Pada Remaja Di SMAN 2 Bekasi (n=208)	62
Tabel 18	Hasil Analisa Statistik Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku <i>Cyberbullying</i> Pada Remaja Di SMAN 2 Bekasi (n=208)	63

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori	35
Skema 2	Kerangka Konsep.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 2 Informed Consent
- Lampiran 3 Kuesioner A
- Lampiran 4 Kuesioner B
- Lampiran 5 Kuesioner B
- Lampiran 6 Kuesioner C
- Lampiran 7 Surat Ethical Clearance
- Lampiran 8 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 9 Surat Pemberian Izin
- Lampiran 10 Izin Uji Validitas
- Lampiran 11 Surat Pemberian Izin Penelitian Dinas KCD Wilayah III
- Lampiran 12 Surat Pemberian Izin Penelitian Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
- Lampiran 13 Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 14 Surat Permohonan Ethical Clearance
- Lampiran 15 Hasil Uji Validitas
- Lampiran 16 Hasil Uji Reabilitas
- Lampiran 17 Hasil Uji Normalitas
- Lampiran 18 Hasil Analisis Univariat
- Lampiran 19 Hasil Analisis Bivariat
- Lampiran 20 Lembar Persetujuan Skripsi
- Lampiran 21 Permohonan Izin Menggunakan Kuesioner
- Lampiran 22 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 23 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 24 Hasil Uji Turnitin 1
- Lampiran 25 Hasil Uji Turnitin 2