

**HUBUNGAN ANTARA EMPATI DAN PENGENDALIAN DIRI TERHADAP
PERUNDUNGAN DUNIA MAYA PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh:

Diva Daniswara Indrady

F100220022

PRODI SARJANA PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2026

**HUBUNGAN ANTARA EMPATI DAN PENGENDALIAN DIRI TERHADAP
PERUNDUNGAN DUNIA MAYA PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh:

DIVA DANISWARA INDRADY

F100220022

PRODI SARJANA PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN**HUBUNGAN ANTARA EMPATI DAN PENGENDALIAN DIRI TERHADAP
PERUNDUNGAN DUNIA MAYA PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL**

Oleh :

DIVA DANISWARA INDRADY
F100220022

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



Dra. Zahrotul Uyun, M.Si., Psikolog

26 Mei 2026

NIK/NIDN: 592 / 0607066401

**HUBUNGAN ANTARA EMPATI DAN PENGENDALIAN DIRI TERHADAP
PERUNDUNGAN DUNIA MAYA PADA REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL**

Yang diajukan oleh :

DIVA DANISWARA INDRADY
F100220022

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal
22 Juni 2026
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua Sidang

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si., Psikolog

Penguji I

Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si., Psikolog

Penguji II

Fiska Puspa Arinda, S.Psi., M.Psi., Psikolog

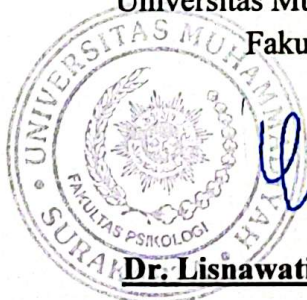


Surakarta, 22 Juni 2026

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan,



Dr. Lisnawati Ruhaena, S.Psi, M.Si., Psikolog

NIK.NIDN: 836 / 0616036901

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Diva Daniswara Indrady
NIM : F100220022
Fakultas : Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Judul : Hubungan Antara Empati Dan Pengendalian Diri Terhadap Perundungan Dunia Maya Pada Remaja Pengguna Media Sosial

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak dapat terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila di lain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Yang Menyatakan

Surakarta, 26 Mei 2026

A handwritten signature in black ink is written over a rectangular pink stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem on the left and the text '1000 METERAI TEMPEL' on the right. Below the emblem, the serial number '79805ANX382761634' is printed.

Diva Daniswara Indrady

SURAT PERNYATAAN PENGGUNAAN AI

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Diva Daniswara Indrady
NIM : F100220022
Fakultas : Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Judul : Hubungan Antara Empati Dan Pengendalian Diri Terhadap Perundungan Dunia Maya Pada Remaja Pengguna Media Sosial

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam penyusunan karya ilmiah tersebut, penggunaan **Akal Imitasi (AI)** dilakukan sebagaimana tercantum pada daftar berikut:

Centang bagian yang Anda lakukan

- ☐ Merumuskan pertanyaan atau hipotesis
- ☐ Merancang dan melakukan eksperimen
- ☐ Menyusun draf, meringkas, memparafrasekan, merevisi signifikan, atau menyintesis konten
- ☒ Menerjemahkan sebagian/seluruh makalah
- ☐ Mengumpulkan, menganalisis, menafsirkan, atau memvisualisasikan data
- ☐ Mengekstrak data untuk tinjauan literatur dan mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan
- ☐ Menghasilkan data sintetis atau gambar
- ☒ Mengedit tata bahasa, ejaan, atau organisasi teks
- ☐ Mencari/memverifikasi referensi
- ☒ Menyediakan contoh tambahan
- ☐ Brainstorming ide judul/struktur makalah
- ☐ Memvalidasi atau memberi masukan pada ide/teks/kode
- ☒ Menyarankan kata/frasa untuk kejelasan
- ☐ Bagian dari sistem/mesin tanpa pengaruh substansi
- ☐ Asisten digital (organisasi aset digital/alur kerja)

Rangkuman Penggunaan AI (jelaskan singkat):

Saya memanfaatkan AI sebagai alat pendukung, khususnya pada hal-hal yang tertera di atas. Platform yang saya gunakan adalah Qwen AI.

Dengan ini saya menyatakan bahwa keterangan di atas benar adanya dan dapat dipertanggungjawabkan sesuai dengan etika akademik.

Surakarta, 26 Mei 2026
Yang membuat pernyataan,

Diva Daniswara Indrady

KATA PENGANTAR

Rasa syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat, hidayah, dan kemudahan-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Empati dan Pengendalian Diri Terhadap Perundungan Dunia Maya pada Remaja Pengguna Media Sosial” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan penelitian ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Dr. Lisnawati Ruhaena, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan fasilitas dan dukungan akademik selama penulis menempuh studi.
2. Ibu Dra. Zahrotul Uyun, M.Si., Psikolog selaku Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, koreksi, serta bimbingan ilmiah yang sangat berharga selama proses penelitian hingga penyelesaian skripsi ini.
3. Ibu Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan motivasi, arahan studi, serta dukungan selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Seluruh dosen, staf tata usaha, staf biro skripsi, dan staf perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan kemudahan, layanan administratif, serta dukungan akademik selama proses pengerjaan skripsi.

5. Kedua orang tua penulis tercinta, Bapak Wahyu Indrady dan Ibu Ani Warayanti Periwijaya. Penulis menyadari bahwa di balik setiap langkah dan pencapaian ini terdapat doa, pengorbanan, serta harapan yang tak pernah putus dari kalian. Terima kasih atas segala cinta, kasih sayang, dan restu yang menjadi kekuatan terbesar penulis hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Kakak penulis, Dian Melidha Indrady, yang senantiasa menjadi sosok panutan dan sumber semangat. Terima kasih atas dukungan moril, perhatian, serta motivasi yang selalu penulis rasakan dalam setiap dinamika kehidupan, termasuk dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Hafizt Bagus Pambudi. Terima kasih telah senantiasa hadir, memberikan dukungan, serta menjadi ruang berbagi keluh kesah dalam suka duka selama proses pengerjaan skripsi ini. Setiap percakapan dan kebersamaan menjadi motivasi tersendiri bagi penulis untuk terus melangkah hingga titik ini.
8. Manusia-manusia terbaik penulis, Adelia Redyawati, Qurrotul 'Uyun, Muthia Rahma Aulia, dan Riska Melina. Terima kasih atas kebersamaan, tawa, semangat, serta dukungan yang tak ternilai yang telah mengiringi penulis melewati berbagai fase, termasuk dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh teman seperjuangan mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2022 yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih atas kerja sama, semangat dan perjuangan yang telah kita lalui bersama.

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	2
HALAMAN PERSETUJUAN	3
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	5
SURAT PERNYATAAN PENGGUNAAN AKAL IMITASI (AI)	6
KATA PENGANTAR.....	7
DAFTAR ISI	9
DAFTAR TABEL.....	11
DAFTAR GAMBAR	12
DAFTAR LAMPIRAN	13
ABSTRAK.....	14
ABSTRACT	15
PENDAHULUAN	16
A. Latar Belakang.....	16
B. Rumusan Masalah.....	25
C. Tujuan Penelitian	26
D. Manfaat penelitian.....	26
TINJAUAN TEORITIS	28
A. Perundungan Dunia Maya	28
1. Definisi Perundungan Dunia Maya.....	28
2. Aspek-aspek dari Perundungan Dunia Maya.....	30
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Perundungan Dunia Maya	33
B. Empati.....	38
1. Definisi Empati.....	38
2. Aspek-aspek dari Empati.....	39
C. Pengendalian Diri.....	41
1. Definisi Pengendalian Diri	41
2. Aspek-aspek dari Pengendalian Diri	43
D. Hubungan antara Empati dan Pengendalian Diri terhadap Perundungan Dunia Maya pada Remaja Pengguna Media Sosial	45
E. Ringkasan.....	47
F. Hipotesis	49

METODE	50
A. Desain Penelitian.....	50
B. Identifikasi Variabel Penelitian	50
C. Definisi Operasional.....	51
D. Partisipan Penelitian	52
E. Instrumen atau Alat Ukur	54
1. Skala Perundungan Dunia Maya	55
2. Skala Empati.....	56
3. Skala Pengendalian Diri	58
F. Prosedur	59
G. Analisis Data	62
HASIL	68
A. Deskripsi Partisipan	68
B. Statistik Deskriptif.....	72
C. Pengecekan Asumsi	74
D. Analisis Regresi Linear Berganda.....	77
E. Hasil Uji Hipotesis.....	79
F. Koefisien Determinasi (R^2)	81
G. Sumbangan Efektif (SE)	81
H. Kategorisasi Variabel	82
PEMBAHASAN	86
KESIMPULAN.....	100
DAFTAR PUSTAKA	103
LAMPIRAN	110

DAFTAR TABEL

Tabel 1 <i>Skala Likert</i>	54
Tabel 2 <i>Blueprint</i> Skala Perundungan Dunia Maya.....	56
Tabel 3 <i>Blueprint</i> Skala Empati	57
Tabel 4 <i>Blueprint</i> Pengendalian Diri.....	59
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	69
Tabel 6 Analisis Deskriptif Variabel Perundungan Dunia Maya (Y)	72
Tabel 7 Analisis Deskriptif Variabel Empati (X_1)	72
Tabel 8 Analisis Deskriptif Variabel Pengendalian Diri (X_2)	73
Tabel 9 Uji Normalitas	74
Tabel 10 Uji Heteroskedastisitas.....	75
Tabel 11 Uji Multikolinearitas	75
Tabel 12 Uji Autokorelasi.....	76
Tabel 13 Analisis Regresi Linear Berganda	77
Tabel 14 Uji Regresi Berganda Secara Simultan (Uji F)	79
Tabel 15 Uji Regresi Berganda Secara Parsial (Uji t).....	80
Tabel 16 Uji Koefisien Determinasi (R^2)	81
Tabel 17 Sumbangan Efektif (SE)	81
Tabel 18 Kategorisasi Perundungan Dunia Maya (Y)	82
Tabel 19 Kategorisasi Empati (X_1)	83
Tabel 20 Kategorisasi Pengendalian Diri (X_2).....	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir Hubungan Antara Empati dan Pengendalian Diri Terhadap Perundungan Dunia Maya Pada Remaja Pengguna Media Sosial.....	47
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Hasil Studi Pendahuluan.....	110
Lampiran B Instrumen Pengumpul Data Penelitian	133
Lampiran C Hasil Analisis Statistik Deskriptif, Uji Asumsi, Uji Hipotesis, dan Lainnya yang Relevan dengan Penelitian	140
Lampiran D <i>Informed Consent</i> atau Persetujuan Komite Etik Penelitian.....	151
Lampiran E Surat Izin Penelitian.....	152
Lampiran F Surat Balasan Penelitian.....	153
Lampiran G Hasil Turnitin	154

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara empati dan pengendalian diri terhadap perundungan dunia maya pada remaja pengguna media sosial. Permasalahan yang diteliti dilatarbelakangi oleh fenomena meningkatnya intensitas penggunaan platform digital di kalangan remaja yang berimplikasi pada potensi eskalasi perilaku agresif daring. Hipotesis penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara empati dan pengendalian diri terhadap perundungan dunia maya, baik secara parsial maupun simultan. Partisipan penelitian berjumlah 290 siswa/I aktif SMAN 6 Surakarta berusia 15-18 tahun, yang terdiri dari 88 siswa laki-laki (30%) dan 202 siswa perempuan (70%), dengan kriteria inklusi merupakan pengguna aktif media sosial minimal 3 jam per hari. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan teknik *proportional stratified random sampling*. Data dikumpulkan secara daring melalui *Google Form* menggunakan tiga instrumen terstandarisasi, yaitu Skala Perundungan Dunia Maya, Skala Empati, dan Skala Pengendalian Diri. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa empati dan pengendalian diri secara simultan berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap perundungan dunia maya ($F = 11,258$; $p = 0,003$) dengan koefisien determinasi sebesar 68,7%. Secara parsial, empati berpengaruh positif dan signifikan ($B = 0,101$; $p = 0,039$), demikian pula pengendalian diri ($B = 0,191$; $p = 0,044$). Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kapasitas empati dan pengendalian diri berperan secara signifikan dalam memprediksi dinamika perundungan dunia maya pada remaja. Temuan ini mengimplikasikan pentingnya pengembangan program intervensi psikologis dan literasi digital di institusi pendidikan yang berfokus pada penguatan dimensi empati kognitif-afektif serta pelatihan regulasi impuls, sebagai upaya strategis untuk meminimalkan perilaku perundungan dunia maya dan membangun interaksi digital yang lebih sehat di kalangan remaja.

Kata Kunci: Remaja, Empati, Pengendalian Diri, Perundungan Dunia Maya

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between empathy and self-control on cyberbullying among adolescent social media users. The research is grounded in the phenomenon of increasing digital platform usage intensity among adolescents, which implies a potential escalation of aggressive online behaviors. The hypothesis posits a significant relationship between empathy and self-control with cyberbullying, both partially and simultaneously. Participants comprised 290 active students from SMAN 6 Surakarta, aged 15–18 years, consisting of 88 males (30%) and 202 females (70%). The inclusion criterion required participants to be active social media users for a minimum of 3 hours per day. This study employed a quantitative approach with a correlational design and proportional stratified random sampling. Data were collected online via Google Forms using three standardized instruments: the Cyberbullying Scale, the Empathy Scale, and the Self-Control Scale. Data analysis was conducted using multiple linear regression. The results indicate that empathy and self-control simultaneously exert a significant positive effect on cyberbullying ($F = 11.258, p = .003$), with a coefficient of determination of 68.7%. Partially, empathy shows a significant positive effect ($B = 0.101, p = .039$), as does self-control ($B = 0.191, p = .044$). The study concludes that empathy and self-control capacities significantly predict cyberbullying dynamics among adolescents. These findings imply the importance of developing psychological intervention programs and digital literacy initiatives in educational institutions, focusing on strengthening cognitive-affective empathy and impulse regulation training, as a strategic effort to minimize cyberbullying behaviors and foster healthier digital interactions among adolescents.

Keywords: Adolescents, Emphaty, Self-Control, Cyberbullying