



Pengaruh *Cyberbullying* terhadap *Social Anxiety* dan *Loneliness* pada Generasi Z Pengguna Media Sosial X (Twitter) di Kota Bandung

Risa Rihhadatul 'Aisy¹, Rifqi Farisan Akbar²

¹Universitas Indonesia Membangun, Bandung, Indonesia, risara@student.inaba.ac.id

²Universitas Indonesia Membangun, Bandung, Indonesia, rifqi.farisan@inaba.ac.id

Corresponding Author: risara@student.inaba.ac.id¹

Abstract : *The development of information technology in modern times has given rise to various conveniences and benefits, one of which is social media as a means of information and communication. However, unfortunately, social media also has a negative side, one of which is the case of cyberbullying. The purpose of this study is to analyze how cyberbullying affects social anxiety and loneliness among Bandung City's generation Z social media users. This study employs a quantitative approach, employing the snowball sampling technique and a Google Form questionnaire for data collecting on social media X (Twitter). Then the data processing is carried out with validity and reliability tests, normality tests, and simple linear regression analysis using SPSS to determine the influence between variables and their magnitude. The result is a positive influence of cyberbullying on social anxiety with a magnitude of 78.4%. The higher the cyberbullying, the higher the social anxiety, conversely if cyberbullying is low then social anxiety will be low. Likewise, cyberbullying on loneliness has a positive influence with a magnitude of 80.4%. The higher the cyberbullying, the higher the loneliness, conversely if cyberbullying is low then loneliness will be low too.*

Keyword: *Cyberbullying, Generation Z, Loneliness, Social Anxiety, Social Media*

Abstrak : Perkembangan teknologi informasi di masa modern ini telah memunculkan berbagai kemudahan dan manfaat, salah satunya adalah media sosial sebagai sarana informasi dan komunikasi. Akan tetapi sayangnya, media sosial juga memiliki sisi negatifnya, salah satunya adalah kasus *cyberbullying*. Dilakukannya penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *cyberbullying* terhadap kecemasan sosial dan kesepian pada generasi Z pengguna media sosial X (Twitter) di Kota Bandung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, menggunakan teknik pengambilan sampel snowball sampling, dan kuesioner Google Form untuk pengumpulan data pada media sosial X (Twitter). Kemudian pengolahan data dilakukan uji validitas dan reliabilitas, uji normalitas, dan analisis regresi linier sederhana menggunakan SPSS untuk mengetahui pengaruh antara variabel beserta besar pengaruhnya. Hasilnya adalah adanya pengaruh positif *cyberbullying* terhadap *social anxiety* dengan besar pengaruh 78,4%. Semakin tinggi *cyberbullying* maka semakin tinggi *social anxiety*, sebaliknya apabila *cyberbullying* rendah maka *social anxiety*

pun rendah. Begitupun *cyberbullying* terhadap *loneliness* memiliki pengaruh positif dengan besar pengaruh 80,4%. Semakin tinggi *cyberbullying* maka semakin tinggi *loneliness*, sebaliknya apabila *cyberbullying* rendah maka *loneliness* pun rendah.

Kata Kunci: *Cyberbullying*, Generasi Z, Kesepian, Kecemasan Sosial, Media Sosial

PENDAHULUAN

Di era kemajuan yang pesat ini, pertumbuhan dan inovasi terus berkembang dalam aspek teknologi dan informasi dengan amat pesat. Seperti dalam komunikasi, saat ini hampir semua individu memiliki gawai (*gadget*) sebagai alat komunikasi online dan jarak jauh. Media sosial merupakan hasil dari perkembangan teknologi informasi. Media sosial dapat membuat penggunaannya menciptakan, memodifikasi, dan mengganti konten yang disebar karena berbasis data internet dan konsep web. Salah satu keunggulan media sosial di internet adalah kemampuannya dalam mempermudah komunikasi, mendorong partisipasi, serta membangun jaringan secara daring, sehingga memungkinkan penyebaran konten dengan cepat (Kaplan & Haenlein, 2010). Selain sebagai salah satu media komunikasi yang mudah dan luas, media sosial juga menjadi satu-satunya media yang tepat guna bagi individu yang memiliki kepribadian pemalu, mudah grogi, pendiam, dan mereka juga menghindari berinteraksi agar tidak mendapatkan penilaian buruk dari orang lain tentang dirinya (Geçer & Gümüş, 2010).

Sayangnya, meskipun media sosial memberikan banyak manfaat, ia juga memiliki dampak negatif. Beberapa di antaranya adalah menjauhkan orang-orang yang dekat, menurunnya interaksi secara langsung, meningkatkan kecanduan terhadap internet, mengancam privasi, serta membuat penggunaannya lebih rentan terhadap pengaruh negatif dari orang lain (A Rafiq, 2020). Individu yang menggunakan media sosial secara berlebihan dapat mempengaruhi tingkat rasa takut dan khawatir dalam berinteraksi sosial. Penelitian juga mengungkapkan bahwa media sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan rasa ketidaknyamanan dalam berinteraksi sosial pada penggunaannya, ditandai dengan perasaan cemas, khawatir, atau takut yang berlebihan dan tidak rasional, yang dapat memengaruhi aspek kehidupan sehari-hari (Nur Cahya et al., 2023). Permasalahan ini menurut Leary adalah jenis masalah yang berhubungan dengan kecemasan yang terjadi ketika orang takut atau cemas berinteraksi dengan orang lain atau cemas ketika dievaluasi dan dinilai secara negatif oleh orang lain selama interaksi sosial dalam lingkungan sosial. Kecemasan sosial didefinisikan sebagai respons emosional yang muncul akibat kekhawatiran seseorang terhadap penilaian kurang baik dari individu lain dalam interaksi sosial, baik yang nyata maupun secara virtual (Schlenker & Leary, 1982).

Kemudian adapun penelitian yang menunjukkan bahwa individu yang cemas sering kali menunjukkan sifat bergantung dan tuntutan emosional yang meningkat, sehingga individu tersebut cenderung membutuhkan dukungan emosional dari lingkungan sekitarnya (Fikri et al., 2024). Hal ini disebabkan oleh interaksi sosial yang lebih banyak dilakukan secara daring, sehingga mengurangi kualitas hubungan interpersonal di dunia nyata dan berdampak pada kecenderungan individu mengalami kesepian (Ramadhanti et al., 2023). Ketergantungan pada media sosial juga membuat individu lebih rentan terhadap perbandingan sosial, yang pada akhirnya memperparah perasaan kesepian dan isolasi sosial (Astuti & Yenny, 2021). Orang mengalami kecemasan psikologis saat mereka merasa kesepian dan terisolasi secara sosial, dan emosi ini muncul saat orang percaya bahwa mereka tidak memiliki cukup hubungan sosial yang cukup baik dengan orang-orang di sekitar mereka (Cahyadi, 2019). Persepsi subjektif seseorang terhadap kuantitas dan kualitas atas kurangnya hubungan sosialnya juga dapat menjadi sumber masalah ini (Russell et al., 1984). Seperti teori dari (Letitia Anne Peplau & Daniel Perlman, 1982) bahwa individu dapat merasa

kesepian karena pengalaman subjektif yang terjadi ketika ada ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dan hubungan sosial yang dimiliki seseorang.

Permasalahan kecemasan sosial dan perasaan kesepian ini pun dipengaruhi oleh *cyberbullying*, yang juga ada erat kaitannya dengan penggunaan media sosial. *Cyberbullying* adalah kegiatan penggunaan teknologi komunikasi elektronik untuk melakukan tindakan yang disengaja, berulang, dan bermusuhan dengan tujuan menyakiti orang lain (Willard, 2007). Dukungan sosial yang rendah berhubungan dengan peningkatan kecemasan, mereka merasa kurang diterima atau didukung oleh lingkungan sosialnya. Kondisi ini dapat diperburuk oleh *cyberbullying*, yang merusak persepsi dukungan sosial dan menimbulkan rasa takut, canggung, atau tidak nyaman dalam berinteraksi (Alexandre Coelho et al., 2022). Ketidakmampuan korban untuk mengandalkan dukungan sosial memperkuat risiko kecemasan sosial, yang menjadi hambatan dalam membangun hubungan sehat dan berfungsi secara optimal di lingkungan sosial (Sastri et al., 2023). Selain itu, perasaan terisolasi dan kesepian sering dialami oleh korban *cyberbullying*, korban sering merasa tidak ada yang memahami atau peduli dengan pengalaman mereka, yang memperburuk rasa kesepian (Nixon, 2014). Penggunaan media sosial secara aktif untuk berinteraksi sosial dapat meningkatkan perasaan koneksi dan dukungan sosial, yang berkontribusi pada kesejahteraan psikologis individu. Namun, penggunaan media sosial dengan kejadian *cyberbullying* cenderung meningkatkan risiko isolasi sosial, kesepian, dan kecemasan, terutama jika individu terlibat dalam perbandingan sosial yang tidak sehat (Lam et al., 2022).

Ada tujuh jenis utama *cyberbullying* yang menggambarkan berbagai cara pelaku dapat menyakiti korban melalui teknologi digital (Willard, 2007), yaitu *flaming* (menerima kata-kata yang kasar, penuh emosi, dan bersifat langsung), *harasment* (kalimat-kalimat yang berisi pelecehan atau gangguan berulang), *denigration* (menyebarkan keburukan seseorang di internet untuk menjatuhkan orang tersebut), *exclusion* (mengeluarkan seseorang dari grup online), *cyberrstalking* (mengganggu seseorang secara intens dan membuat takut), *trickery* (memanipulasi atau menipu seseorang agar membocorkan informasi rahasia atau foto pribadi untuk kepentingan tertentu), *outing* (menyebarkan rahasia orang lain), dan *impersonation* (menyamarkan sebagai orang lain dan menyebarkan informasi negatif atau merugikan). Berdasarkan hasil survei awal diketahui bahwa korban paling banyak mengalami jenis *cyberbullying flaming* (mendapatkan kata-kata yang penuh amarah dan frontal) yaitu sebanyak 74% (23 orang).

Individu dengan ketahanan mental yang rendah atau persepsi negatif terhadap lingkungan sosial mungkin lebih rentan mengalami dampak psikologis buruk akibat perundungan daring (Kartika Nuradina et al., 2023). *Cyberbullying*, yang marak terjadi di dunia digital juga dapat menghambat proses pengembangan potensi diri yang mana memengaruhi kesehatan mental, mengurangi rasa percaya diri, dan membuat korban meragukan potensi mereka (Ekanesia et al., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Navarro, Yubero, dan Larrañaga (2016) mengungkapkan bahwa dampak dari *cyberbullying* dapat mempengaruhi kondisi fisik, seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, sulit tidur, kelelahan berlebihan, nyeri punggung, hilangnya nafsu makan, serta masalah pada sistem pencernaan.. Kemudian secara psikologis dan emosional korban merasa takut, merasa mendapatkan teror, mengalami kecemasan, merasa menderita, merasa sedih, mengalami stres, dan gejala depresi. Aspek psikososial juga dapat memicu perasaan terisolasi dan kesepian, mengalami pengucilan, hingga menghadapi penolakan sosial. (Navarro et al., 2016). Berdasarkan hasil survei awal yang diperoleh dari 35 responden yang pernah mengalami *cyberbullying*, dampak secara psikologisnya ada sebanyak 77% (27 orang) yang mengalami kecemasan sosial (*social anxiety*), yang mana dampak ini merupakan dampak tertinggi yang dialami oleh korban. Selain dampak psikologis, adapun dampak psikososial yang dialami oleh korban menunjukkan bahwa *cyberbullying* memiliki dampak paling besar terhadap perasaan kesendirian dan kesepian sebanyak 69% (24 orang). Kemudian hasil survei awal juga

didapatkan bahwa kasus *cyberbullying* paling tinggi terjadi di Twitter sebanyak 65% (23 orang) yang mengalami *cyberbullying* di Twitter.

Aktivitas di media sosial sendiri tidak secara langsung memengaruhi kesejahteraan psikologis. Namun, *cyberbullying* dapat menjadi faktor yang memperburuk dampak penggunaan media sosial, terutama bagi individu yang sering terpapar konten negatif atau mengalami perundungan daring (Oktaviani et al., 2020). Selain memengaruhi psikologis, *cyberbullying* dapat menghambat perkembangan karir dengan menurunkan motivasi dan kepercayaan diri individu dalam mengejar bidang yang sesuai dengan minat mereka (Akbar et al., 2023). Kemudian, generasi Z adalah generasi yang paling terpengaruh oleh kemajuan media sosial. Istilah "generasi teknologi" sering digunakan untuk menggambarkan Generasi Z, yaitu generasi kelahiran antara tahun 1997 hingga 2012 (Don Tapscott, 2009). Bencsik & Machova pada tahun 2016 melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa adanya perbedaan dalam kemampuan menguasai informasi dan teknologi antara generasi Z dengan generasi-generasi sebelumnya (Bencsik et al., 2016). Hal ini juga sesuai hasil survei penelitian awal yang juga menunjukkan bahwa sebanyak 49% (17 orang) pertama kalinya korban mengalami *cyberbullying* pada usia 14-17 tahun (usia remaja tengah), sebanyak 31% (11 orang) pertama kalinya mengalami *cyberbullying* di usia 18-24 tahun (usia remaja akhir), dan sebanyak 20% (7 orang) mengalami *cyberbullying* pertama kalinya di usia 12-13 tahun (usia remaja awal).

Berdasarkan hasil penelitian (Amanatin & Sekarningrum, 2024) tidak sedikit *cyberbullying* terjadi di kota-kota besar, salah satunya yaitu Kota Bandung. Di Kota Bandung, kasus *cyberbullying* banyak terjadi pada remaja yang merupakan generasi Z. Penelitian juga menjelaskan yang terjadi pada kalangan generasi Z, menunjukkan bahwa salah satu penyebab perilaku *cyberbullying* adalah faktor anonimitas. Anonimitas ini memungkinkan mereka dengan leluasa melontarkan cemoohan dan kata-kata negatif di dunia maya tanpa harus mengungkapkan identitas asli mereka (Nur Samsiah & Utami Sumaryanti, 2023). Pengalaman *cyberbullying* yang dialami oleh korban di Kota Bandung cenderung saling berhubungan dan dapat memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan emosional serta psikologis mereka (Yulieta et al., 2021). Berdasarkan data-data yang telah dipaparkan, maka hal tersebutlah yang menjadi urgensi dari penelitian ini untuk menganalisis pengaruh *cyberbullying* terhadap *social anxiety* dan *loneliness* pada Generasi Z pengguna media sosial X (Twitter) di Kota Bandung.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk mengukur tiga variabel yang diteliti. Metode ini diterapkan pada populasi atau sampel tertentu, dengan data yang dikumpulkan dalam bentuk numerik dan dianalisis secara statistik guna menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya (Sugiyono, 2017). Kemudian teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner untuk mengumpulkan data dari responden. Populasi penelitian adalah generasi Z di Kota Bandung yang pernah mengalami *cyberbullying* dan pengguna media sosial X (Twitter). Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *snowball sampling* dengan total sampel sebanyak 70 orang. Teknik ini digunakan karena populasi korban *cyberbullying* sulit dijangkau secara langsung. Penelitian dilaksanakan secara daring sejak bulan Juni tahun 2024 hingga bulan Januari tahun 2025 dengan menyebarkan kuesioner Google Form di media sosial X (Twitter).

Instrumen penelitian berupa kuesioner yang disusun dalam format Google Form, terdiri dari tiga variabel yang diteliti, yaitu *cyberbullying* (6 item), *social anxiety* (24 item), dan *loneliness* (8 item). Setiap item disusun menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban, mulai dari "Sangat Tidak Setuju" hingga "Sangat Setuju." Prosedur penelitian mencakup tahap perancangan instrumen, uji validitas dan reliabilitas skala, serta penyebaran kuesioner secara daring melalui media sosial, forum komunitas, dan jaringan individu dengan ketentuan kriteria yang sudah ditetapkan dan teknik pengambilan sampel yaitu *snowball*

sampling. Data yang dikumpulkan dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan statistik deskriptif untuk mempresentasikan profil responden. dan distribusi variabel penelitian, serta analisis dengan metode regresi linier sederhana untuk menguji hubungan antarvariabel. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *cyberbullying* dengan kecemasan sosial dan pengaruh *cyberbullying* dengan kesepian pada generasi Z di Kota Bandung beserta seberapa besar pengaruhnya pada variabel-variabel tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan sebanyak 70 responden dengan distribusi frekuensi jenis kelamin yang dapat dilihat pada tabel di bawah:

Tabel 1. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	23	32,86%
Perempuan	47	67,14%
Total	70	100%

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Penelitian ini melibatkan 70 sampel yang pernah mengalami *cyberbullying* di media sosial X (Twitter). Dilihat dari jenis kelamin, sebagian besar sampel adalah perempuan, yaitu sebanyak 67,14%, sementara laki-laki berjumlah 32,86%. Data ini menunjukkan bahwa pengguna media sosial X (Twitter) yang berjenis kelamin perempuan lebih sering menjadi korban *cyberbullying* dibandingkan laki-laki.

Tabel 2. Kriteria Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
12-17 Tahun	1	1,43%
18-24 Tahun	65	92,86%
25-28 Tahun	4	5,71%
Total	70	100%

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Berdasarkan tabel kriteria usia di atas, data yang diperoleh dari 70 sampel menunjukkan bahwa paling banyak responden berusia 18 – 24 tahun dengan persentase 92,86%, lalu rentang usia 25 – 28 tahun sebanyak 5,71%, dan kelompok usia 12 – 17 tahun yang paling sedikit hanya sebesar 1,43%. Hal ini mengindikasikan bahwa responden yang pernah mengalami *cyberbullying* lebih didominasi oleh individu bdi rentang usia dewasa awal, yaitu usia 18 – 24 tahun.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden *Cyberbullying*

Kriteria	Jumlah Responden	Persentase
Sangat Tinggi	55	78,57%
Tinggi	13	18,57%
Cukup	1	1,43%
Rendah	1	1,43%
Sangat Rendah	0	0%

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Berdasarkan tabel frekuensi variabel *cyberbullying*, kriteria responden paling banyak termasuk dalam kategori sangat tinggi, yaitu 78,57%. Kategori tinggi persentase 18,57%, sementara kategori cukup dan rendah keduanya hanya sebanyak 1,43%. Untuk kategori sangat rendah responden yang termasuk di dalamnya. Maka, data ini menunjukkan frekuensi pengalaman *cyberbullying* di media sosial X (Twitter) tergolong cukup tinggi.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden *Social Anxiety*

Kriteria	Jumlah Responden	Persentase
Sangat Tinggi	60	85,71%%
Tinggi	5	7,14%%
Cukup	2	2,86%

Kriteria	Jumlah Responden	Persentase
Rendah	3	4,29%
Sangat Rendah	0	0%

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Kemudian tabel frekuensi variabel *social anxiety*, didapatkan bahwa kategori sangat tinggi menjadi jawaban paling banyak dengan hasil 85.71%, untuk kategori tinggi yaitu 7.14%, kategori cukup 2.86%, kategori rendah 4.29%, sedangkan berjumlah 0% responden untuk kategori sangat rendah. Artinya korban *cyberbullying* mengalami kecemasan sosial yang cukup tinggi.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Loneliness

Kriteria	Jumlah Responden	Persentase
Sangat Tinggi	55	78,57%%
Tinggi	6	8,57%%
Cukup	2	2,86%
Rendah	2	2,86%
Sangat Rendah	5	7,14%

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Selanjutnya tabel frekuensi variabel *loneliness*, responden paling banyak menjawab pada kelompok sangat tinggi yaitu 78.57%, diikuti kelompok tinggi 8.57%, kelompok cukup dan rendah keduanya sama-sama sebanyak 2.86%%, dan kelompok sangat rendah sebanyak 7.14%. Artinya korban *cyberbullying* mengalami perasaan kesepian yang cukup tinggi.

Tabel 6. Uji Validitas dan Reabilitas

Alat Ukur	Jumlah Item	Validitas	Reliabilitas
<i>Cyberbullying</i>	6	0,342 – 0,775	0,644
<i>Social Anxiety</i>	24	0,579 – 0,815	0,961
<i>Loneliness</i>	8	0,813 – 0,889	0,944

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Dari hasil tabel di atas, uji validitas menunjukkan masing-masing item pertanyaan memiliki r hitung $>$ r tabel (0,235) dan bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa butir-butir item pertanyaan dari ketiga variabel (*Cyberbullying*, *Social Anxiety* dan *Loneliness*) dinyatakan valid. Kemudian untuk uji reliabilitas, sebuah variabel dapat dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha \geq 0,6. variabel ketiga variabel (*Cyberbullying*, *Social Anxiety* dan *Loneliness*) bernilai di atas 0,6 sehingga dinyatakan reliabel.

Tabel 7. Uji Normalitas Variabel X dan Y1

Variabel	Asymp.Sig	Kriteria	Keterangan
<i>Cyberbullying</i>	0,242	$>$ 0,05	Normal
<i>Social Anxiety</i>	0,242	$>$ 0,05	Normal

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Kemudian hasil uji normalitas dapat dilihat bahwa variabel X (*Cyberbullying*) dan variabel Y1 (*Social Anxiety*) mendapatkan nilai Asymp.Sig 0,242, maka hasil ini menjelaskan data berdistribusi normal, karena nilai Asym.Sig lebih besar dari 0,05.

Tabel 8. Uji Normalitas Variabel X dan Y2

Variabel	Asymp.Sig	Kriteria	Keterangan
<i>Cyberbullying</i>	0,126	$>$ 0,05	Normal
<i>Loneliness</i>	0,126	$>$ 0,05	Normal

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Selanjutnya uji normalitas untuk variabel X (*Cyberbullying*) dan variabel Y2 (*Loneliness*) juga dinilai data berdistribusi normal dengan nilai 0,126 yang mana nilai Asymp.Sig ini lebih besar dari 0,05.

Tabel 9. Analisis Regresi Linear Sederhana Variabel X dan Y1

Variabel	Koefisien β	Standar Error
Konstanta	-50,505	10,270
Cyberbullying	5,842	0,386

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Uji analisis linear sederhana untuk variabel X dan Y1 menunjukkan nilai koefisien β 5,842 dan didapatkan sebuah persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = -50,505 + 5,842X$$

Artinya, setiap penambahan 1% pada variabel X (*Cyberbullying*) akan meningkatkan variabel Y1 (*Social Anxiety*) sebanyak 5,842.

Tabel 10. Analisis Regresi Linear Sederhana Variabel X dan Y2

Variabel	Koefisien β	Standar Error
Konstanta	-34,573	4,292
Cyberbullying	2,592	0,161

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Kemudian hasil uji analisis linear sederhana untuk variabel X dan Y2 menunjukkan nilai koefisien β 2,592 dan didapatkan sebuah persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = -34.573 + 2.592X$$

Yang mana berarti setiap penambahan 1% pada variabel X (*Cyberbullying*) akan meningkatkan variabel Y2 (*Loneliness*) dengan besar 2,592.

Tabel 11. Koefisien Determinasi (R2) Variabel X dan Y1

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.886 ^a	.784	.781	5.151

a. Predictors: (Constant), X (*Cyberbullying*)

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Nilai R square pada data Model Summary menunjukkan seberapa besar variabel X memberikan pengaruh terhadap variabel Y1. Berdasarkan data di atas didapatkan R Square dengan besar nilai 0,784 atau 78,4%. Hal ini menjelaskan bahwa pengaruh variabel X (*Cyberbullying*) terhadap variabel Y1 (*Social Anxiety*) sebesar 78.4%. Sebesar 21.6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak menjadi fokus pada penelitian ini.

Tabel 12 Koefisien Determinasi (R2) Variabel X dan Y2

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.897 ^a	.804	.801	2.153

a. Predictors: (Constant), X (*Cyberbullying*)

Sumber : Diolah Peneliti, 2025

Nilai R square pada data Model Summary menunjukkan seberapa besar variabel X memberikan pengaruh terhadap variabel Y2. Sesuai data tersebut, didapatkan nilai R Square sebesar 0,804 atau 80,4%. Data ini menjelaskan mengenai pengaruh variabel X (*Cyberbullying*) terhadap variabel Y2 (*Loneliness*) sebesar 80.4%. Sebesar 19.6% sisanya dipengaruhi oleh hal lain yang tidak masuk dalam penelitian ini.

Pengaruh *Cyberbullying* terhadap *Social Anxiety* pada Generasi Z Pengguna Media Sosial X (Twitter) di Kota Bandung

Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi adanya pengaruh *cyberbullying* terhadap *social anxiety* (kecemasan sosial) dan seberapa besar pengaruhnya pada generasi Z pengguna media sosial X (Twitter) di Kota Bandung. Dari hasil perhitungan SPSS untuk uji F menunjukkan angka 229,085 yang menjelaskan adanya pengaruh signifikan antara *cyberbullying* terhadap *social anxiety*. Hasil nilai signifikansi dari uji T <0,001 yang mana ini

di bawah 0,05, menjelaskan jika *cyberbullying* memberikan pengaruh yang bernilai positif secara signifikan terhadap *social anxiety*. Kemudian nilai R Square sebesar 0,784 yang berarti *cyberbullying* memberikan pengaruh sebesar 78,4% terhadap *social anxiety*. Hal ini mengindikasikan bahwa *cyberbullying* memiliki pengaruh yang cukup besar dalam meningkatkan *social anxiety* (kecemasan sosial) pada korban di media sosial X (Twitter). Hasil ini memperlihatkan bahwa *cyberbullying* sebagai variabel utama memiliki peran yang besar dalam memengaruhi tingkat *social anxiety* (kecemasan sosial) pada individu, khususnya pengguna media sosial X (Twitter). Berikut adalah pembahasan lengkapnya mengenai pengaruh *cyberbullying* terhadap kecemasan sosial.

Pada variabel *cyberbullying*, hanya terdapat satu dimensi yaitu perilaku *cyberbullying*, yang terdiri dari intentionality (tindakan yang disengaja untuk menyakiti), repetition (tindakan berulang untuk menyakiti), dan hostility (tindakan bermusuhan untuk menyakiti). Dimensi ini untuk mengetahui gambaran pengalaman *cyberbullying* yang dialami oleh korban di media sosial X (Twitter). Seperti yang sudah dipaparkan dengan data di atas bahwa sebagian responden menjawab pada kategori sangat tinggi dan didapat 78.57%, kemudian diikuti kategori lainnya dengan hasil masih di bawah kategori sangat tinggi. Tingginya skor pada variabel ini adalah karena individu yang pernah mengalami *cyberbullying* mereka mengaku mendapatkan komentar atau pesan negatif dan membuat mereka merasa buruk, mereka merasa tindakan pelaku dilakukan dengan tujuan untuk membuat tidak nyaman dan menyakiti perasaan mereka, dan mereka juga mendapatkan makian dan pesan merendahkan dalam kurun beberapa waktu secara berulang-ulang. Hal ini sejalan dengan teori Nancy Willard (Willard, 2007) yang menjelaskan *cyberbullying* adalah kegiatan penggunaan teknologi komunikasi elektronik untuk melakukan tindakan yang disengaja, berulang, dan bermusuhan dengan tujuan menyakiti orang lain.

Kemudian variabel kedua yang menjadi fokus penelitian ini adalah *social anxiety* (kecemasan sosial). Ahli psikologi (Schlenker & Leary, 1982), mendefinisikan kecemasan sosial sebagai respons emosional yang muncul akibat kekhawatiran seseorang terhadap penilaian kurang baik oleh orang lain dalam interaksi sosial, baik yang nyata maupun imajiner. Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan, untuk variabel *social anxiety* paling banyak responden termasuk dalam kelompok sangat tinggi dengan persentase 85.71%. Hal ini berarti menjelaskan bahwa tingkat kecemasan sosial yang dirasakan oleh korban cukup tinggi.

Dimensi pada variabel ini terdiri dari enam, yaitu *Fear of Negative Evaluation*, *Self-Presentation*, *Anticipatory Anxiety*, *Self-Efficacy Doubts*, *Situational Specificity*, dan *Avoidance Behavior*. Dimensi yang menjadi paling dominan pada penelitian ini yaitu *Fear of Negative Evaluation* (ketakutan terhadap evaluasi negatif) yang terdiri dari dua sub-dimensi dan berisi 6 item pertanyaan. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar subjek termasuk dalam kelompok sangat tinggi persentase 77.14%, diikuti oleh kelompok tinggi 15.71%, kelompok cukup 2.86%, kelompok rendah 4.29, dan kelompok sangat rendah 0%. Tingginya skor pada dimensi ini menunjukkan bahwa mereka merasa takut mendapatkan komentar negatif di media sosial, merasa khawatir jika orang lain menganggap mereka tidak baik hanya karena pendapatnya di media sosial, merasa takut jika orang lain menganggap mereka tidak kompeten atau tidak tahu apa yang dibahas di media sosial, merasa takut dianggap bodoh atau tidak mampu jika melakukan kesalahan dalam berinteraksi di media sosial, merasa khawatir jika orang lain menganggap mereka tidak pantas atau tidak sopan saat berinteraksi di media sosial, dan merasa takut jika apa yang diunggah oleh mereka di media sosial dianggap tidak sesuai atau tidak pantas oleh orang lain. Hal ini sesuai dengan teori dari (Schlenker & Leary, 1982) bahwa individu merasa cemas jika mereka berpikir orang lain akan menilai mereka secara buruk, tidak kompeten, atau tidak pantas. Ketakutan ini menjadi inti dari kecemasan sosial, terutama ketika korban *cyberbullying* menghadapi kritik atau

penghinaan di media sosial. Seperti misalnya cemas membaca komentar atau tanggapan negatif di media sosial dan merasa takut dihina di depan umum di ruang digital.

Selain itu, dimensi yang menjadi dominan kedua dalam penelitian ini yaitu *Anticipatory Anxiety* (kecemasan antisipatif), yang terdiri dari dua sub-dimensi dan berisi empat item pertanyaan. Dimensi ini untuk mengukur kecemasan yang dialami korban sebelum menghadapi situasi sosial yang berpotensi menimbulkan evaluasi negatif. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden masuk dalam kategori sangat tinggi dengan persentase 67.14%, diikuti kategori tinggi sebanyak 27.14%, kategori cukup sebanyak 1.43%, kategori rendah sebanyak 2.86%, dan kategori sangat rendah sebanyak 1.43%. Tingginya skor pada dimensi ini karena mereka merasa cemas setiap kali membuka media sosial karena takut akan ada komentar negatif atau serangan baru, merasa tertekan saat menerima pemberitahuan dari media sosial karena khawatir itu terkait dengan serangan atau kritik, merasa cemas jika harus berpartisipasi dalam percakapan grup online, karena takut pendapat mereka akan dipermalukan atau dicemooh, dan juga menghindari bergabung dalam diskusi online karena takut dihakimi atau mendapatkan respon yang kurang baik dari orang lain. Hal ini sesuai dengan teori dari (Schlenker & Leary, 1982) bahwa dalam kasus *cyberbullying*, ini sering terjadi ketika korban merasa cemas sebelum menggunakan media sosial.

Selanjutnya dimensi ketiga dominan yaitu *Self-Presentation* (presentasi diri), yang merupakan untuk mengukur usaha individu dalam mengontrol bagaimana mereka dipersepsikan oleh orang lain. Pada dimensi ini terdiri dari dua sub-dimensi dan berisi 4 item pertanyaan. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden berada pada kategori sangat tinggi dengan sebanyak 60.00%, diikuti kategori tinggi sebanyak 31.43%, kategori cukup sebanyak 1.43%, kategori rendah sebanyak 7.14%, dan tidak terdapat responden yang masuk dalam kategori sangat rendah. Tingginya skor pada dimensi ini menunjukkan bahwa mereka merasa takut untuk memposting sesuatu di media sosial karena khawatir akan mendapat komentar negatif, memilih untuk tidak membagikan pendapat mereka di media sosial karena khawatir orang lain akan mempermalukan, setelah mendapatkan komentar negatif, merejuga berusaha memposting sesuatu yang positif untuk menampilkan citra diri yang lebih baik di media sosial, dan mereka merasa harus membuktikan kepada orang lain bahwa mereka adalah pribadi yang baik setelah mendapatkan penghinaan atau komentar negatif. Hal ini sesuai dengan teori dari (Schlenker & Leary, 1982) bahwa self-presentation (presentasi diri) merupakan konsep yang merujuk pada usaha individu untuk mengontrol bagaimana mereka dipersepsikan oleh orang lain. Setiap individu memiliki kebutuhan sosial untuk diterima dan dihargai, sehingga mereka termotivasi untuk menciptakan kesan yang sesuai dengan norma sosial atau harapan audiens.

Kemudian dimensi keempat yang dominan di penelitian ini yaitu dimensi *Avoidance Behavior* (Perilaku Penghindaran) yang terdiri dari dua sub-dimensi dan berisi 4 item pertanyaan. Hal ini berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden termasuk dalam kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 57.14%, diikuti kategori tinggi sebesar 37.14%, kategori cukup sebesar 1.43%, kategori rendah sebesar 4.29%, dan tidak ada responden yang termasuk dalam kategori sangat rendah. Tingginya skor pada dimensi ini karena mereka mengaku sering menonaktifkan akun atau membatasi aktivitas di media sosial X (Twitter) dan memilih lebih aktif di media sosial lain, merasa lebih aman setelah menonaktifkan akun media sosial X (Twitter) untuk menghindari potensi kritik atau ejekan, mereka juga sering memilih untuk tidak berbicara di grup digital karena takut komentarnya akan dikritik, dan mereka juga cenderung membaca pesan dalam grup digital tanpa memberikan tanggapan karena khawatir akan reaksi orang lain. Hal ini sesuai dengan teori dari (Schlenker & Leary, 1982) bahwa dimensi ini mengukur kecenderungan individu untuk menghindari situasi sosial yang dianggap berisiko menimbulkan evaluasi negatif. *Cyberbullying* sering kali menyebabkan korban menarik diri dari interaksi digital atau sosial.

Sementara itu, dimensi kelima yang dominan di penelitian ini yaitu dimensi *Self-Efficacy Doubts* (Keraguan terhadap Kemampuan Diri), yang terdiri dari dua sub-dimensi dan berisi 4 item pertanyaan. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berada dalam kriteria sangat tinggi 57.14%, diikuti kategori tinggi 34.29%, kategori cukup tidak ada, kategori rendah 7.14%, dan kategori sangat rendah 1.43%. Hasil ini menunjukkan bahwa mereka yang mengalami *cyberbullying* merasa takut jika balasan mereka terhadap komentar di media sosial akan dianggap salah atau tidak pantas, merasa sering ragu untuk membalas komentar di media sosial karena kurangnya kepercayaan diri dengan apa yang akan mereka tulis, sering menghindari berinteraksi secara online karena takut hal itu akan merusak citra diri mereka, dan cenderung tidak aktif di media sosial karena takut gagal menunjukkan sisi terbaik dari diri mereka. Hal ini sesuai dengan teori dari (Schlenker & Leary, 1982) bahwa ketika individu merasa tidak yakin bahwa mereka dapat mencapai kesan yang diinginkan, mereka menjadi lebih cemas terhadap bagaimana mereka akan dipersepsikan oleh orang lain. *Cyberbullying* sering menurunkan kepercayaan diri korban dalam berinteraksi, baik secara online maupun offline. Seperti misalnya merasa tidak percaya diri membalas komentar di media sosial dan menghindari interaksi digital karena takut gagal mempertahankan citra diri.

Terakhir, dimensi keenam yang dominan di penelitian ini yaitu dimensi *Situational Specificity* (spesifisitas situasi) yang terdiri dari satu sub-dimensi dan berisi 2 item pertanyaan. Dimensi ini mengukur kecemasan individu dalam menggunakan platform tertentu seperti Twitter tetapi nyaman di media sosial lain dan menghindari grup online tertentu karena takut diserang. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berada dalam kategori sangat tinggi 54.29%, tinggi 30%, cukup 11.43%, rendah 2.86%, dan sangat rendah 1.43%. Hasil ini menjelaskan bahwa individu yang pernah mengalami *cyberbullying* mereka merasa cemas menggunakan media sosial X (Twitter) karena pernah mendapatkan komentar negatif, tetapi mereka nyaman menggunakan platform media sosial lainnya dan mereka juga lebih memilih menggunakan media sosial lain karena merasa lebih aman di sana dibandingkan media sosial X (Twitter). Hal ini sesuai dengan teori dari (Schlenker & Leary, 1982) bahwa kecemasan sosial bervariasi tergantung pada situasi tertentu. *Cyberbullying* menciptakan konteks spesifik yang memicu kecemasan, seperti platform tertentu (Twitter, Instagram). Seperti misalnya cemas menggunakan platform tertentu seperti Twitter tetapi nyaman di media sosial lain dan menghindari grup online tertentu karena takut diserang.

Pengaruh *Cyberbullying* terhadap *Loneliness* pada Generasi Z Pengguna Media Sosial X (Twitter) di Kota Bandung

Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh *cyberbullying* terhadap *loneliness* (kesepian) dan seberapa besar pengaruhnya pada generasi Z pengguna media sosial X (Twitter) di Kota Bandung. Kemudian hasil uji F yang menunjukkan angka 258,161 yang berarti hal ini menjelaskan adanya pengaruh yang signifikan antara *cyberbullying* terhadap *loneliness*. Hasil uji T juga menunjukkan bahwa *cyberbullying* memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap *loneliness* dengan nilai signifikansi $<0,001$, yang mana lebih kecil dari 0,05. Selanjutnya hasil dari analisis koefisien determinasi (R^2), hasil nilai R Square sebesar 0,804. Hal ini menunjukkan pengaruh variabel independen X (*Cyberbullying*) terhadap variabel dependen Y2 (*Loneliness*) sebesar 80.4%. Hal ini mengindikasikan bahwa *cyberbullying* memberikan pengaruh yang cukup kuat dalam meningkatkan *loneliness* (kesepian) pada korbannya di media sosial X (Twitter). Hasil ini memperlihatkan bahwa *cyberbullying* sebagai variabel utama memiliki peran yang besar dalam memengaruhi tingkat *loneliness* (kesepian) pada individu, khususnya pengguna media sosial X (Twitter).

Pada variabel *cyberbullying*, hanya terdapat satu dimensi yaitu perilaku *cyberbullying*, yang terdiri dari intentionality (tindakan yang disengaja untuk menyakiti), repetition (tindakan berulang untuk menyakiti), dan hostility (tindakan bermusuhan untuk menyakiti).

Dimensi ini untuk mengetahui gambaran pengalaman *cyberbullying* yang dialami oleh korban di media sosial X (Twitter). Seperti yang sudah dipaparkan dengan data di atas bahwa sebagian responden menjawab pada kategori sangat tinggi dan didapat 78.57%, kemudian diikuti kategori lainnya dengan hasil masih di bawah kategori sangat tinggi. Tingginya skor pada variabel ini adalah karena individu yang pernah mengalami *cyberbullying* mereka mengaku mendapatkan komentar atau pesan negatif dan membuat mereka merasa buruk, mereka merasa tindakan pelaku dilakukan dengan tujuan untuk membuat tidak nyaman dan menyakiti perasaan mereka, dan mereka juga mendapatkan makian dan pesan merendahkan dalam kurun beberapa waktu secara berulang-ulang. Hal ini sejalan dengan teori Nancy Willard (Willard, 2007) yang menjelaskan *cyberbullying* adalah kegiatan penggunaan teknologi komunikasi elektronik untuk melakukan tindakan yang disengaja, berulang, dan bermusuhan dengan tujuan menyakiti orang lain.

Kemudian variabel kedua yang diteliti adalah variabel *loneliness* (kesepian). Variabel *loneliness* terdiri dari dua dimensi, yaitu *emotional loneliness* (kesepian emosional) dan *social loneliness* (kesepian sosial). Dimensi ini mengukur bagaimana tingkat perasaan kesepian atau perasaan terisolasi yang dirasakan oleh korban *cyberbullying* di media sosial X (Twitter). Hasil penelitian yang telah dilakukan, variabel *loneliness* sebagian besar responden termasuk sangat tinggi 78.57%, diikuti kriteria tinggi 8.57%, cukup dan rendah keduanya sama-sama sebanyak 2.86%, dan kategori sangat rendah sebanyak 7.14%. Tingginya skor pada variabel ini menunjukkan bahwa individu yang pernah mengalami *cyberbullying* mereka merasa tidak ada yang memahami perasaan mereka, tidak ada seseorang yang membantu mereka ketika membutuhkan dukungan emosional, dan merasa kualitas hubungan dengan orang lain di sekitar kurang baik sehingga menimbulkan perasaan kesepian. Hal ini sejalan dengan teori dari (Letitia Anne Peplau & Daniel Perlman, 1982) yang menjelaskan teori *loneliness* (kesepian) ini menyoroti bahwa kesepian bukan sekadar kondisi objektif, seperti jumlah teman atau hubungan sosial, tetapi lebih pada bagaimana individu mengevaluasi hubungan mereka berdasarkan kebutuhan emosional dan sosial yang mereka harapkan.

Dimensi *social loneliness* (kesepian sosial) menjadi dimensi yang paling dominan dalam penelitian ini. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan, sebagian besar responden masuk dalam kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 52.86%, diikuti kategori tinggi sebesar 34.29%, kategori cukup sebesar 2.86%, kategori rendah sebesar 8.57%, dan kategori sangat rendah sebesar 1.43%. Tingginya skor pada dimensi ini karena sering merasa kesepian karena tidak memiliki banyak komunikasi dengan kerabat atau orang lain dan sering merasa diabaikan karena tidak ada yang menghubungi untuk berbicara atau bertemu. Seringkali mereka juga merasa kurang puas dalam hubungan sosial yang terjalin dengan teman atau kerabat dan juga merasa sulit untuk membangun hubungan sosial yang mendalam dengan orang-orang di sekitar. Hal ini sejalan dengan teori (Letitia Anne Peplau & Daniel Perlman, 1982) bahwa dimensi ini berfokus pada hubungan sosial yang lebih luas, seperti teman-teman, kolega, atau kelompok sosial yang memberikan rasa penerimaan dan keterhubungan, sehingga individu yang pernah mengalami *cyberbullying* cenderung merasa kesepian karena kurangnya kualitas hubungan sosial yang mereka miliki..

Kemudian dimensi *emotional loneliness* (kesepian emosional) dalam penelitian ini juga mendominasi kedua. Dapat dibuktikan dari data yang diperoleh bahwa mayoritas responden masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 47.14%, diikuti kategori tinggi sebanyak 40%, tidak ada responden pada kategori cukup, kategori rendah sebanyak 11.43%, dan kategori sangat rendah sebanyak 1.43%. Tingginya skor pada dimensi ini karena korban *cyberbullying* merasa ditinggalkan oleh orang-orang yang seharusnya peduli dan memberikan dukungan. Mereka pun merasa tidak ada yang memahami perasaan mereka setelah mendapatkan pengalaman kurang menyenangkan di media sosial dan merasa ketika membutuhkan dukungan emosional tidak ada yang bisa membantu. Hal ini sejalan dengan teori dari (Letitia Anne Peplau & Daniel Perlman, 1982) bahwa dimensi ini menjelaskan

mengenai perasaan individu terkait dengan kebutuhan akan kedekatan personal dengan seseorang yang dapat memberikan rasa aman dan pengertian, sehingga individu yang pernah mengalami *cyberbullying* cenderung merasa kesepian karena tidak mendapatkan dukungan emosional dan merasa tidak ada yang memahami perasaan mereka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengilahan data untuk variabel *cyberbullying* dan *social anxiety* yang telah dipaparkan, kesimpulan yang dapat ditarik bahwa adanya pengaruh positif yang signifikan *cyberbullying* terhadap *social anxiety* (kecemasan sosial) dengan besar pengaruh 78,4% terhadap variabel *social anxiety*. Lalu sebesar 21.6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini. Sehingga, hal ini mengindikasikan pengalaman *cyberbullying* memberikan pengaruh yang cukup besar dalam meningkatkan *social anxiety* (kecemasan sosial) pada korbannya di media sosial X (Twitter). Di mana apabila *cyberbullying* yang dialami oleh individu tinggi, maka *social anxiety* (kecemasan sosial) yang dirasakan oleh individu juga akan tinggi. Sebaliknya, apabila *cyberbullying* yang dialami oleh individu rendah, maka *social anxiety* (kecemasan sosial) yang dirasakan oleh individu juga akan rendah.

Kemudian berdasarkan hasil analisis data untuk variabel *cyberbullying* dan *loneliness* yang sebelumnya dipaparkan, kesimpulan yang dapat ditarik bahwa adanya pengaruh positif yang signifikan *cyberbullying* terhadap *loneliness* (kesepian) dengan besar pengaruh 80.4%. Sebesar 19.6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini. Hal ini mengindikasikan bahwa pengalaman *cyberbullying* memengaruhi dengan cukup besar dalam meningkatkan *loneliness* (kesepian) pada korbannya di media sosial X (Twitter). Di mana apabila *cyberbullying* yang dialami oleh individu tinggi, maka *loneliness* (kesepian) yang dirasakan oleh individu juga akan tinggi. Begitupun sebaliknya, apabila *cyberbullying* yang dialami oleh individu rendah, maka *loneliness* (kesepian) yang dirasakan oleh individu juga akan rendah.

Adanya pengaruh *cyberbullying* terhadap *social anxiety* begitu juga adanya pengaruh *cyberbullying* terhadap *loneliness*. Namun, metode regresi linier sederhana yang dipilih untuk analisis pengolahan data pada penelitian ini, yang mana dilakukan dua kali antara variabel independen (*cyberbullying*) terhadap dua variabel dependen (*social anxiety* dan *loneliness*). Sehingga, kedua variabel dependen tersebut tidak diukur pengaruhnya.

REFERENSI

- A Rafiq. (2020). *DAMPAK MEDIA SOSIAL TERHADAP PERUBAHAN SOSIAL SUATU MASYARAKAT*. Vol. 3. <https://doi.org/https://doi.org/10.33822/gk.v3i1.1704>
- Akbar, R. F., Ekanesia, P., Kireyna, S. D., & Jauhary, Z. A. S. H. (2023). Perkembangan Karir Mahasiswa Pria Berdasarkan Profil Minat Tes Holland di Fakultas Psikologi Universitas X Di Kota Bandung. *Inaba Journal Of Psychology*, 1(2), 71–79. <https://doi.org/10.56956/ijop.v1i2.383>
- Alexandre Coelho, V., Marchante, M., & Maria Romão, A. (2022). Adolescents' trajectories of social anxiety and social withdrawal: Are they influenced by traditional bullying and cyberbullying roles? *Contemporary Educational Psychology*, 69, 102053. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2022.102053>
- Amanatin, E. L., & Sekarningrum, B. (2024). Causes and Forms of Cyberbullying among Teenagers in Indonesian Urban Areas: Cases of Jakarta, Bandung and Surabaya. *JISPO Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 13(2), 233–254. <https://doi.org/10.15575/jispo.v13i2.27792>
- Astuti, S. W., & Yenny, Y. (2021). HUBUNGAN ANTARA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KESEPIAN DAN PERILAKU PERBANDINGAN SOSIAL. *Jurnal Psikohumanika*, 13(1), 68–81. <https://doi.org/10.31001/j.psi.v13i1.1243>

- Bencsik, A., Juhász, T., & Horváth-Csikós, G. (2016). Y and Z Generations at Workplaces. *Journal of Competitiveness*, 6(3), 90–106. <https://doi.org/10.7441/joc.2016.03.06>
- Cahyadi, M. D. (2019). Loneliness and Psychological Well Being on International Students of The Darmasiswa Program at Universitas Negeri Yogyakarta. *Psychological Research and Intervention*, 2(2), 1–12. <https://doi.org/10.21831/pri.v2i2.30326>
- Don Tapscott. (2009). *Grown Up Digital: How the Net Generation Is Changing Your World*. McGraw-Hill.
https://books.google.co.id/books/about/Grown_Up_Digital_How_the_Net_Generation.html?id=DWIIY1PxkyYC&redir_esc=y
- Ekanesia, P., Febriyanti, D., Jauhary, Z. A. S. H., Febrianti, R., & Athallah, S. F. (2023). EXPLORING SELF-POTENTIAL IN THE COMPETITION OF THE DIGITAL AGE. *Inaba of Community Services Journal*, 2(1), 43–51. <https://doi.org/10.56956/inacos.v2i01.194>
- Fikri, A., Arafat, Y., & Tajuddin, I. (2024). Gaya Keterikatan dan Manajemen Konflik: Memprediksi Perilaku Destruktif dan Konstruktif dalam Hubungan Dekat. *Inaba Journal Of Psychology*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.56956/ijop.v2i1.392>
- Geçer, A. K., & Gümüş, A. E. (2010). Prediction of public and private university students' communication apprehension with lecturers. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 3008–3014. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.456>
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53(1), 59–68. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- Kartika Nuradina, Pratidina Ekanesia, Squall Fikri Athallah, & Riki Mukin. (2023). The Importance of Personal Characteristic in Shaping Positive Perceptions of Organizational Climate in Universities. *West Science Interdisciplinary Studies*, 1(09), 709–718. <https://doi.org/10.58812/wsis.v1i09.204>
- Lam, T. N., Jensen, D. B., Hovey, J. D., & Roley-Roberts, M. E. (2022). College students and cyberbullying: how social media use affects social anxiety and social comparison. *Heliyon*, 8(12), e12556. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e12556>
- Letitia Anne Peplau, & Daniel Perlman. (1982). *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy*. Wiley-Interscience.
- Navarro, R., Yubero, S., & Larrañaga, E. (Eds.). (2016). *Cyberbullying Across the Globe*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-25552-1>
- Nixon, C. (2014). Current perspectives: the impact of cyberbullying on adolescent health. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 14(1), 143. <https://doi.org/10.2147/AHMT.S36456>
- Nur Cahya, M., Ningsih, W., & Lestari, A. (2023). Dampak Media Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja. *Jurnal Sosial Teknologi*, 3(8), 704–706. <https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v3i8.917>
- Nur Samsiah, A., & Utami Sumaryanti, I. (2023). Pengaruh Anonimitas terhadap Perilaku Cyberbullying pada Remaja Akhir di Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1). <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5362>
- Oktaviani, Widiani, & Tentama. (2020). Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial dengan Perasaan Kesepian dan Kecemasan pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 7, 1–10.
- Ramadhanti, D. N. N., Twoizah, K., Susilowati, H., Dzulkarnain, I., & Radianto, D. O. (2023). Pengaruh Medsos Terhadap Kesejahteraan Emosional Remaja. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 2(3). <https://doi.org/10.37676/mude.v2i3.4323>
- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of Personality and Social*

- Psychology*, 46(6), 1313–1321. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.6.1313>
- Sastri, P. D., Ekanesia, P., Akbar, R. F., & Syadzwin, D. (2023). Effectiveness Of MBCT Therapy in Improving Psychological Well-Being in NSSI (Non-Suicidal Self Injury) Survival in The City of Bandung. *West Science Interdisciplinary Studies*, 1(8), 667–674.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization model. *Psychological Bulletin*, 92(3), 641–669. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.92.3.641>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. ALFABETA.
- Willard, N. (2007). *Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Cruelty, Threats, and Distress*. Research Press.
- Yulieta, F. T., Syafira, H. N. A., Alkautsar, M. H., Maharani, S., & Audrey, V. (2021). Pengaruh Cyberbullying di Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental. *De Cive : Jurnal Penelitian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 1(8), 257–263. <https://doi.org/10.56393/decive.v1i8.298>