

**PENGARUH REGULASI DIRI DAN *ONLINE DISINHIBITION EFFECT*
TERHADAP PERILAKU AGRESI VERBAL
PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL X**

SKRIPSI



Disusun oleh:

Endarto Solaahuddin

2000287

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

**PENGARUH REGULASI DIRI DAN *ONLINE DISINHIBITION EFFECT*
TERHADAP PERILAKU AGRESI VERBAL
PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL X**

Oleh:

Endarto Solaahuddin

2000287

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Pendidikan

© Endarto Solaahuddin 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak
ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

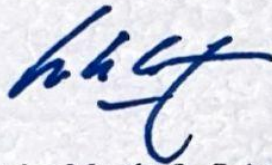
Endarto Solaahuddin

NIM. 2000287

PENGARUH REGULASI DIRI DAN *ONLINE DISINHIBITION EFFECT* TERHADAP PERILAKU AGRESI VERBAL PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL X

Disetujui dan disahkan oleh:

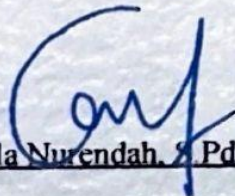
Pembimbing 1



Muhammad Ariez Musthofa. S.Ag., M.Si.

NIP. 197404092008121002

Pembimbing 2



Gemala Nurendah. S.Pd., M.A.

NIP. 198302022010122002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi



Muhammad Ariez Musthofa. S.Ag., M.Si.

NIP. 197404092008121002

SKRIPSI INI TELAH DIAJUKAN PADA

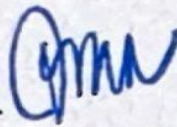
Hari, Tanggal : Kamis, 21 Agustus 2025

Waktu : 08.00 WIB

Tempat : Ruang Ujian Sidang 3 Gedung FIP lt. 8

Para Penguji terdiri atas :

Penguji I



Dr. Dra. Herlina M.Pd., Psikolog

NIP. 196605162000122002

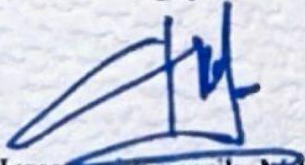
Penguji II



Muhammad Ariez Musthofa, S.Ag., M.Si.

NIP. 197404092008121002

Penguji III

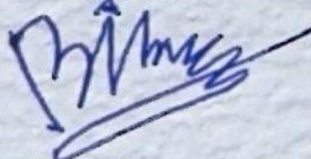


Isma'at Kosasih, M.Si.

NIP. 199104282019032025

Tanggung jawab yuridis ada pada:

Peneliti



Endarto Solaahuddin

NIM. 2000287

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Pengaruh Regulasi Diri dan *Online Disinhibition Effect* terhadap Perilaku Agresi Verbal pada Pengguna Media Sosial *X*” beserta seluruh isi di dalamnya benar-benar merupakan hasil karya orisinal saya sendiri dan tidak menyalin dari karya orang lain. Saya juga menegaskan bahwa dalam penulisan skripsi ini, seluruh sumber yang digunakan telah dicantumkan dan dikutip sesuai dengan kaidah dan etika penulisan ilmiah yang berlaku. Apabila di kemudian hari terbukti terdapat pelanggaran, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Bandung, 21 Agustus 2025

Peneliti

Endarto Solaahuddin

NIM. 2000287

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Regulasi Diri dan *Online Disinhibition Effect* terhadap Perilaku Agresi Verbal pada Pengguna Media Sosial *X*” ini dapat diselesaikan dengan baik sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi dari Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia. Peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang turut membantu penyelesaian skripsi ini. Dalam penelitian ini, penulis menyadari bahwa penelitian yang dibuat masih jauh dari sempurna. Banyak keterbatasan dan kekurangan dalam penelitian ini. Maka dari itu peneliti terbuka untuk menerima seluruh kritik dan saran yang membangun. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca.

Bandung, 21 Agustus 2025

Peneliti

Endarto Solaahuddin

NIM. 2000287

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Kedua orang tua peneliti, yang senantiasa memberikan doa, dukungan, serta kasih sayang tidak pernah henti sehingga membuat peneliti memiliki kekuatan untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog, dan Bapak Dr. Sardin, M.Si., selaku ketua Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Ariez Musthofa, M.Si., selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberi masukan serta dukungan kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi.
4. Ibu Gemala Nurendah, S.Pd., M.A., selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberi masukan serta dukungan kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi.
5. Ibu Rinanda Rizky Amalia Shaleha, S.Psi., M.A. dan Bapak Farhan Zakariyya, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik, yang dengan sabar dan penuh perhatian telah memberikan bimbingan, arahan, serta dukungan selama perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini.
6. Teman-teman seperjuangan yang telah memberikan bantuan, dukungan, kebersamaan serta kehangatan dalam melalui masa studi dan penulisan skripsi peneliti.

ABSTRAK

Endarto Solaahuddin (2000287). Pengaruh Regulasi Diri dan *Online Disinhibition Effect* terhadap Perilaku Agresi Verbal pada Pengguna Media Sosial X. Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. (2025).

Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui pengaruh regulasi diri dan *online disinhibition effect* terhadap perilaku agresi verbal pada pengguna media sosial X. Metode penelitian yang dilakukan adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Responden dalam penelitian ini berjumlah 440 orang yang merupakan pengguna aktif media sosial X di Indonesia yang diambil dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Short Self-Regulation Questionnaire (SSRQ)* yang telah dialihbahasakan oleh Olivia (2024) untuk mengambil data tentang tingkat regulasi diri pengguna media sosial X, Skala *Online Disinhibition* yang telah diadaptasi oleh Putri (2023) untuk mengambil data tentang tingkat disinhibisi *online* pengguna media sosial X, dan *Cyber-Aggression Typology Questionnaire (CATQ)* yang telah diadaptasi oleh Wiradhika (2024) untuk mengambil data tentang tingkat agresi verbal pengguna media sosial X. Teknik analisis data yang peneliti gunakan adalah regresi linear sederhana dan regresi linear berganda. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri memiliki pengaruh yang negatif terhadap perilaku agresi verbal, *online disinhibition effect* memiliki pengaruh yang positif terhadap perilaku agresi verbal, serta regulasi diri dan *online disinhibition effect* secara bersamaan berpengaruh signifikan terhadap perilaku agresi verbal pada pengguna media sosial X.

Kata kunci: agresi verbal, efek disinhibisi daring, pengguna media sosial X, regulasi diri.

ABSTRACT

Endarto Solaahuddin (2000287). *The Effect of Self-Regulation and Online Disinhibition Effect on Verbal Aggression Behavior in Social Media Users X.* Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. (2025).

This study aims to determine the effect of self-regulation and online disinhibition effect on verbal aggression behavior among users of social media X. The research method used is quantitative with a correlational research design. The respondents in this study numbered 440 people who are active users of social media X in Indonesia, selected using convenience sampling. The instruments used in this study were the Short Self-Regulation Questionnaire (SSRQ), which was translated by Olivia (2024) to collect data on the level of self-regulation of social media X users, the Online Disinhibition Scale, which was adapted by Putri (2023) to collect data on the level of online disinhibition of social media X users, and the Cyber-Aggression Typology Questionnaire (CATQ), which was adapted by Wiradhika (2024) to collect data on the level of verbal aggression of social media X users. The data analysis techniques used by the researcher were simple linear regression and multiple linear regression. Based on the results of the study, it can be concluded that self-regulation has a negative effect on verbal aggression behavior, the online disinhibition effect has a positive effect on verbal aggression behavior, and self-regulation and the online disinhibition effect together have a significant effect on verbal aggression behavior among social media X users.

Keywords: *online disinhibition effect, self-regulation, social media user X, verbal aggression.*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I	
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	7
1.3. Tujuan Penelitian.....	8
1.4. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II	
LANDASAN TEORI.....	10
2.1. Regulasi Diri.....	10
2.2. Online Disinhibition Effect.....	14
2.3. Agresi Verbal.....	17
2.4. Kerangka Pemikiran.....	20
2.5. Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III	
METODE PENELITIAN.....	24
3.1. Desain Penelitian.....	24
3.2. Populasi dan Sampel.....	24
3.3. Variabel Penelitian.....	25
3.4. Instrumen Penelitian.....	27
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	35
3.6. Teknik Analisis Data.....	36
3.7. Analisis Reliabilitas.....	37
BAB IV	
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1. Hasil Penelitian.....	39
4.2. Uji Hipotesis.....	47
4.3. Pembahasan.....	50
4.4. Keterbatasan Penelitian.....	55

BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
5.1. Kesimpulan.....	56
5.2. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	57
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel Ukuran Sampel Isaac & Michael.....	25
Tabel 3.2 Instrumen Regulasi Diri.....	28
Tabel 3.3 Penyekoran Regulasi Diri.....	28
Tabel 3.4 Kategorisasi Regulasi Diri.....	29
Tabel 3.5 Instrumen Online Disinhibition Effect.....	31
Tabel 3.6 Penyekoran Online Disinhibition Effect.....	31
Tabel 3.7 Kategorisasi Online Disinhibition Effect.....	31
Tabel 3.8 Instrumen Agresi Verbal.....	33
Tabel 3.9 Penyekoran Agresi Verbal.....	34
Tabel 3.10 Kategorisasi Agresi Verbal.....	34
Tabel 3.11 Uji Normalitas.....	36
Tabel 3.12 Uji Multikolinearitas.....	37
Tabel 4.1 Gambaran Umum Responden.....	39
Tabel 4.2 Gambaran Regulasi Diri.....	41
Tabel 4.3 Kategorisasi Regulasi Diri.....	41
Tabel 4.4 Profil Dimensi Regulasi Diri.....	42
Tabel 4.5 Gambaran Online Disinhibition Effect.....	43
Tabel 4.6 Kategorisasi Online Disinhibition Effect.....	43
Tabel 4.7 Profil Dimensi Online Disinhibition Effect.....	44
Tabel 4.8 Gambaran Agresi Verbal.....	45
Tabel 4.9 Kategorisasi Agresi Verbal.....	45
Tabel 4.10 Profil Dimensi Agresi Verbal.....	45
Tabel 4.11 Uji Beda Agresi Verbal.....	46
Tabel 4.12 Uji Hipotesis 1.....	47
Tabel 4.13 Uji Hipotesis 2.....	48
Tabel 4.14 Uji Hipotesis 3.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Contoh Perilaku Agresi Verbal di Media Sosial.....	3
Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pemikiran.....	22
Gambar 3.1 Bagan Desain Penelitian.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keputusan Dosen Pembimbing Skripsi.....	65
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi.....	66
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian.....	68
Lampiran 4. Izin Penggunaan Alat Ukur.....	76
Lampiran 5. Uji Validitas.....	78
Lampiran 6. Uji Reliabilitas.....	81
Lampiran 7. Uji Asumsi Klasik.....	82
Lampiran 8. Uji Regresi Sederhana dan Berganda.....	83
Lampiran 9. Data Demografi Responden.....	85

DAFTAR PUSTAKA

- Abdou, H. A. (2011). Verbal Abuse and Coping Behaviors Directed to Operating Room Nursing Staff at University Hospitals. *Journal of American Science*, 466-476.
- Aditiantoro, M., & Wulanyani, N. M. S. (2019). Pengaruh problematic internet use dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 205-215.
- Afifah, Y. N., Ekarini, Y., Hanifah, A. N., & Helmi, A. F. (2023). Agresivitas Verbal Pengguna Twitter di Indonesia. *Riset-Riset Cyberpsychology*, 3(42).
- Al Rosyad, M. A., Saragih, S., & Ariyanto, E. A. (2021). Konsep diri dan kecenderungan melakukan agresivitas verbal pada remaja pengguna media sosial. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(3), 128-136.
- Ananta, S. H., Rahmawati, P., Selia, M., Puriani, R. A., & Novirson, R. (2025). Analisis Kecenderungan, Faktor dan Dampak Agresi Verbal pada Anak dan Remaja. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 3(3), 168-175.
- Antoniadou, N., Kokkinos, C. M., & Fanti, K. A. (2019). Traditional and Cyber-Bullying / Victimization Among Adolescents: Examining Their Psychosocial Profile Through Latent Profile Analysis. *International Journal of Bullying Prevention*, 1, 85-98.
- Apriani, R., Probowati, D., Indreswari, H., & Simon, I. M. (2020). Social intelligence, love, self regulation pada remaja yang adiksi game online jenis agresif dan non agresif. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 5(1), 35-42.
- Aprilia, R. (2021). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Agresivitas Verbal pada Siswa–Siswi di MAN 1 Kota Semarang (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Aridhona, J., & Setia, R. D. (2022). Perilaku agresi verbal pada remaja. *Psikovidya*, 26(1), 11-15.
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. New Jersey: *Prentice Hall*, Inc. Englewood Cliffs.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Barak, A., Boniel-Nissim, M., & Suler, J. (2008). Fostering empowerment in online support groups. *Computers in human behavior*, 24(5), 1867-1883.

- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2004). *Handbook of Self-Regulation*. New York: The Guilford.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351-355.
- Bradshaw, C. P., Waasdorp, T. E., & Johnson, S. L. (2015). Overlapping verbal relational, physical, and electronic forms of bullying in adolescer Influence of school context. *Journal of Clinical Child & Adolesc Psychology*, 44, 494-508. doi:10.1080/15374416.2014.893516
- Buss, A. H., & Perry, M. P. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3).
- Carey, K. B., Neal, D. J., & Collins, S. E. (2004). A Psychometric Analysis Of The Self-Regulation Questionnaire. *Addictive Behaviors*, 29(2), 253-260.
- Chaq, M. C., Suharnan, S., & Rini, A. P. (2018). Religiusitas, kontrol diri dan agresivitas verbal remaja. *Fenomena*, 27(2).
- Ciptaningtyas, Y., Paryati, N., & Supratno, S. (2024). Sosialisasi Agresivitas Verbal Pada Remaja Di Desa Sukamukti. *An-Nizam*, 3(3), 116-124.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (4th ed.). Boston : Pearson.
- Dias, P., & Castillo, J., A., G. (2014). Self Regulation and tobacco use: contributes of the confirmatory factor analysis of the portuguese version of the short Self - Regulation questionnaire. *Journal Procedia – Social and Behavioral Sciences*.
- Dino, M. J., Vital, J. C., Patricio, C., Catajan, M. W., Ong, I., Gallardo, A., ... & Tablizo, A. (2023). Charting the uncharted: Mapping scientific publications on online disinhibition effect in the digital space via bibliometrics and network analyses. *Computers in Human Behavior Reports*, 12, 100336.
- Ekawanti, S., & Mulyana, O. P. (2016). Regulasi Diri dengan Burnout pada Guru. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 6(2), 113–118. <https://doi.org/10.26740/jptt.v6n2.p113-118>
- Febriana, S. K. T., & Fajrianthi (2019). Cyber Incivility Perpetrator: The Influenced of Dissociative Anonymity, Invisibility, Asynchronicity, and Dissociative Imagination. In *Journal of Physics: Conference Series* (Vol. 1175, No. 1, p. 012238). IOP Publishing.
- Febriannor, M., Syakarofath, N. A., Widyasari, D. C., & Karmiyati, D. (2024).

- The role of emotional intelligence toward internalizing and externalizing problems in adolescents. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 10(1), 42. <https://doi.org/10.22146/gamajop.96089>
- Fichman, P., & Rathi, M. (2022). The impact of culture on online toxic disinhibition: Trolling in India and the USA.
- Gabbiadini, A., & Greitemeyer, T. (2017). Uncovering The Association Between Strategy Video Games And Self-Regulation: A Correlational Study. *Personality And Individual Differences*, 104, 129-136.
- Guitton, M. J. (2021). Lessons from a crisis: The Future of Cyberpsychology.
- Haryanto, A. (2021). Pengguna Internet Indonesia Tembus 202,6 Juta. [Online]. <https://inet.detik.com/cyberlife/d5407210/pengguna-internet-indonesiatembus-2026-juta>
- Hoiyle, R. H. (2010). *Handbook of Personality and Self-Regulation*. United Kingdom: Blackwell.
- Infante, D. A., & Wigley, C. J. (1986). Verbal aggressiveness: An Interpersonal Model and Measure. *Communication Monographs*, 53(1), 61-69. <https://doi.org/10.1080/03637758609376126>
- Istiqomah, I. (2017). Penggunaan media sosial dengan tingkat agresivitas remaja. *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 13(2), 96-112.
- Jannah, D. F., Biyan, Y., Nindyati, A. D., & Fauzia, J. H. (2023). Pengaruh Self-Regulation Terhadap Kemampuan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Psikologi Universitas X Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia*, 2(1), 35-40.
- Jordan, M., Khotimah, H., & Hakim, L. (2023). Regulasi Diri dengan Impulsive Buying: Studi Pada Mahasiswi Pengguna Shopee. *Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF)*, 4174-4182.
- Juliati, K., Nugroho, S., & Qorifah, N. N. (2025). Online Disinhibition And Anonymity In Adolescent Tiktok Discourse: Implications For Cyberbullying And Digital Education. *Journal of Pragmatics and Discourse Research*, 5(2), 163-173.
- Karaaslan, İ. A., & Şenses, Ö. (2023). Effects of Online Disinhibition On Individuals Behavior In The Digital World. *Research And Evaluations In Social, Human And Administrative*, 139.
- Khadafi, M. R. (2023). Kajian Disinhibisi Online di Media Sosial : Studi Kasus Kreator Konten Kritik Sosial di Media Sosial Tiktok. Undergraduate (S1) Thesis, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

- Kiswantomo, H., Rahmani, K., & Aliifah, D. N. (2022). Subjective Well-Being Sebagai Prediktor Online Disinhibition Effect pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 269-283.
- Krisnawati, E. N. (2006). Hubungan Antara Self-Regulation dan Perilaku Agresi pada Siswa/i SLTP “X” Bandung. *Jurnal Psikologi*.
- Kurek, A., Jose, P. E., & Stuart, J. (2019). ‘I did it for the LULZ’: How the dark personality predicts online disinhibition and aggressive online behavior in adolescence. *Computers in Human Behavior*, 98, 31-40.
- Langi, F., & Wakas, E. (2020). Perilaku Agresif Verbal di Media Sosial. *Journal of Psychology Humanlight*, 1(1), 41-50.
- Lestari, A. E., & Kusuma, R. S. (2023). Analisis Resepsi Pengguna Twitter Terhadap Fan War “Safa Space”. *Jurnal Audiens*, 4(3), 440–453. <https://doi.org/10.18196/jas.v4i3.119>
- Lestari, D. R., & Alwi, M. A. (2024). Hubungan Online Disinhibition Effect Dengan Kecenderungan Perilaku Cyberbullying Pada Siswa MA Pengguna Instagram. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(1), 1015-1028.
- Miller, W. R., & Brown, J.M. (1991). Self-Regulation As A Conceptual Basis For The Prevention And Treatment Of Addictive Behaviours. Sydney: *Maxwell Macmillan Publishing Australia*.
- Mulyowatie, D., & Kumaidi, M. A. (2022). Hubungan Antara Anonimitas Dengan Kecenderungan Melakukan Agresi Verbal Pengguna Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta (*Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nichol, J. (2022, 29 Maret). [Forum Daring]. Diakses dari <https://x.com/twitannick/status/1509169262258122754?s=46>
- Natingkaseh, G. N., Utami, A. B., & Ramadhani, H. S. (2022). Kecenderungan melakukan agresivitas verbal pada remaja perempuan: Menguji peranan kontrol diri. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(2), 123–130. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/492>
- Nugraha, R. G., Rahmani, K., Kiswantomo, H., Aliifah, D. N., & Pusti, A. R. (2023). The Relationship between Self-Control and Toxic Disinhibition Online Effects on Students Who Use Social Media. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 7(2), 259-272.
- Nugroho, R. A., & Afriyenti, L. U. (2025). Hubungan Antara Perilaku Agresi Verbal Dengan Kontrol Diri Pada Remaja Di Kota Bekasi. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan* | E-ISSN: 3063-1467, 1(4), 256-260.

- Nuzul, P. L., & Amin, A. (2021). Pengaruh Regulasi Diri terhadap Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 8(1), 67-77. <https://doi.org/10.35891/jip.v8i1.2650>
- Olivia, N. (2024) Hubungan Peer Support dan Regulasi Diri dengan Keseharian pada Emerging Adulthood Pasca Putus Cinta. *SI Thesis*, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Pramita, S., Syahfitri, D., & Lukman, A. S. (2023). Hubungan Antara Regulasi Diri dan Resiliensi dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam di STAI Jam'iyah Mahmudiyah Tanjung Pura. *INOVASI: Jurnal Ilmiah Pengembangan Pendidikan*, 1(3), 115-124.
- Pratiwi, I. W., & Wahyuni, S. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi. *Psikologi Pendidikan*, 8(1), 1–11.
- Prasetya, A., Fauzi, T., & Ramadhani, E. (2019). Pengaruh lingkungan terhadap perilaku agresif verbal siswa dalam berkomunikasi. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 68-73.
- Putri, M. T. R. (2023). Hubungan Online Disinhibition Effect dengan Cyberbullying pada Remaja Penggemar K-pop (*Doctoral Dissertation*, Universitas Andalas).
- Qonita, N. A., Aldalia, D., Lestari, S. A., & Purwantini, L. (2024). Pengaruh Regulasi Diri dan Efikasi Diri Terhadap Stress Akademik Mahasiswa. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1), 114–120. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i1.17>
- Rizqina, (2021). Hubungan antara Regulasi Diri dengan Agresivitas pada Remaja yang Bermain Game Online di MTsN 2 Aceh Besar. *Skripsi Thesis*, UIN Ar-Raniry.
- Roloff, M. E., & Greenberg, B. S. (1979). Sex differences in choice of modes of conflict resolution in real-life and television. *Communication Quarterly*, 27(3), 3-12. <https://doi.org/10.1080/01463377909369336>
- Rosner, L., Winter, S., & Kramer, N. C. (2016). Dangerous minds? Effects of uncivil online comments on aggressive cognitions, emotions, and behavior. *Computers in Human Behavior*, 58, 461–470. doi:10.1016/j.chb.2016.01.022
- Runions, K. C., & Bak, M. (2015). Online moral disengagement, cyberbullying, and cyber-aggression. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 18(7), 400-405.
- Satrio, P. (2014). Tayangan Media Elektronik, Media Sosial dan Agresivitas. *Jurnal Psikologi*, 2(2)

- Sembiring, S. (2016). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Regulasi Diri pada Siswa-Siswi SMA Pencawan Medan. 15(2), 1-23. (*Doctoral Dissertation*, Universitas Medan Area).
- Sitanggang, Y. A., Lani, T., & Raziansyah, R. (2023). Hubungan Konsep Diri dengan Kontrol Diri Dalam Tindakan Agresivitas di Media Sosial Pada Keluarga Yang Memiliki Remaja di Wilayah Astambul. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(2), 195-202.
- Stuart, J., & Scott, R. (2021). The Measure of Online Disinhibition (MOD): Assessing perceptions of reductions in restraint in the online environment. *Computers in Human Behavior*, 114, 106534.
- Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: ALFABETA)
- Suler, J. (2004). The Online Disinhibition Effect. *Cyberpsychology & Behavior : The Impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*. 7(3). 321-326.
- Udris, R. (2014). Cyberbullying among high school students in Japan: Development and validation of the Online Disinhibition Scale. *Computers in Human Behavior*, 41, 253-261.
- Udris, R. (2017). Psychological and Social Factors as Predictors of Online and Offline Deviant Behavior Among Japanese Adolescents. *Deviant Behavior*, 38(7), 792-809.
- Vaculíková, J. (2024). Comparing Self-Regulation Strategies Among Adult Learners from Poland, Serbia, Slovakia, and the Czech Republic. *Frontiers in Psychology*, 15, 1382989.
- Voggeser, B. J., Singh, R. K., & Göritz, A. S. (2018). Self-control in online discussions: Disinhibited online behavior as a failure to recognize social cues. *Frontiers in psychology*, 2372.
- Wahyudi, A. P., Sofia, L., & Kristanto, A. A. (2022). Pengaruh kesepian terhadap agresivitas verbal di media sosial pada mahasiswa Universitas Mulawarman. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(1), 69.
- Wang, L., & Ngai, S. S. (2020). The effects of anonymity, invisibility, asynchrony, and moral disengagement on cyberbullying perpetration among school-aged children in China. *Children and Youth Services Review*, 119.
- Wang, L., Jiang, S., Zhou, Z., Fei, W., & Wang, W. (2024). Online disinhibition and adolescent cyberbullying: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 156, 107352.

- Wibowo, N. E., & Nashori, H. F. (2017). Regulasi diri dan perilaku agresif pada remaja laki-laki. *Jurnal RAP UNP*, 8(1), 48-49.
- Wijayanti, P., & Pangestuti, R. (2022). Regulasi Diri Anak Usia Dini dalam Mengikuti Pendidikan Sekolah Dasar Pasca Pandemi (*Doctoral dissertation*, UIN Raden Mas Said).
- Wiradhika, P. Y. (2024). Hubungan Fanatisme dengan *Cyberaggression* Pada Suporter Tim Sepak Bola di Media Sosial Instagram. *SI thesis*, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Wright, M. F., & Wachs, S. (2021). Does Empathy And Toxic Online Disinhibition Moderate The Longitudinal Association between Witnessing and Perpetrating Homophobic Cyberbullying?. *International journal of bullying prevention*, 3, 66-74.
- Wulandary, E. Y. (2020). Relationship between Emotional Intelligence with Verbal Aggressiveness in Street Children. *Proceedings of The ICECRS*, 8.
- Zimmerman, B.J. (1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An overview. *Educational Psychologist*, 25(1).
- Zimmerman, B. J. (2012). Goal setting: A key proactive source of academic self-regulation. In Schunk, D.H. & Zimmerman, B.J. (Eds.), *Motivation and Self-Regulated Learning Theory, Research, and Applications* (pp.267-295). New York, NY: *Routledge Taylor & Francis Group*.