

## Psikoedukasi Keberadaban Digital: Pencegahan Agresi Siber Remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA)

Aditya Dedy Nugraha<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
E-mail korespondensi: <sup>1\*</sup>[aditya.nugraha@uin-suka.ac.id](mailto:aditya.nugraha@uin-suka.ac.id)

---

**Keywords:**

*aggression, CYBA,  
psychoeducation,  
cyberpsychology, adolescent*

**Abstract**

Despite technological advancements, Indonesia's digital civilization index ranks 29th out of 32 countries. This contradicts with the impressions that Indonesian people have been recognized for their friendliness. Aggressive behavior can be manifested within the digital realm, known as cyber aggression, the actions intended to harm others through the use of technology, particularly via the internet. Existing literature indicates that psychoeducation is effective to modify maladaptive behaviors. The present study was conducted to evaluate the effectiveness of psychoeducation in reducing aggressive behavior in cyberspace among adolescents residing in child welfare institutions or LKSA. The research employed a quantitative approach with a quasi experimental design. Specifically, a one-group pretest-posttest design was utilized. The CYBA Scale (Cyber Aggression for Adolescents Scale) was used as a measurement tool. The population is teenagers living in LKSA, the research subjects were obtained using convenience sampling techniques, from teenagers living in LKSA, 17 people were obtained, then they were made into one group to be measured before being given psychoeducational training, and after receiving psychoeducation regarding digital civilization.. The results of the study indicate that psychoeducation on digital civility was statistically effective in reducing the level of cyber aggression. It is anticipated that the implementation of psychoeducation programs in other LKSAs will help prevent the emergence of cyber-aggressive behavior among adolescents under their care.

---

**Kata kunci:**

*agresi, CYBA, psikoedukasi,  
psikologi siber, remaja*

**Abstrak**

Di samping perkembangan teknologi yang semakin pesat, indeks keberadaban digital Indonesia berada di nomor 29 dari 32 negara. Hal ini seakan membantah impresi bahwa masyarakat Indonesia dikenal akan keramahannya. Perilaku

agresif dapat termanifestasi sebagai agresi siber, yaitu tindakan yang bertujuan untuk menyakiti orang lain melalui penggunaan teknologi dan diperkuat via internet. Literatur terdahulu menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif untuk memodifikasi perilaku maladaptif. Penelitian ini dilakukan untuk mengulas keefektifan mengenai psikoedukasi bagi remaja yang tinggal di LKSA, terhadap perilaku agresi di dunia siber. Penelitian ini dilaksanakan menggunakan metode kuantitatif, dengan pendekatan kuasi eksperimen. Desain penelitian *one group pretest and posttest design*. Penelitian ini menggunakan Skala CYBA (*cyber agresission for adolescence scale*). Populasi adalah remaja yang tinggal di LKSA, subjek penelitian diperoleh dengan teknik *convenience sampling*, dari remaja yang tinggal di LKSA didapatkan 17 orang, kemudian dijadikan satu kelompok untuk diukur sebelum diberikan pelatihan Psikoedukasi, dan sesudah mendapatkan psikoedukasi mengenai keberadaban digital. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Psikoedukasi mengenai keberadaban digital (*digital civillity*) terbukti secara statistik efektif untuk menurunkan tingkat agresi siber remaja yang tinggal di LKSA. Harapannya dengan diberikan psikoedukasi tersebut ke LKSA lainnya dapat mencegah munculnya perilaku agresi siber pada remaja yang berada di pengasuhan LKSA.

---

**Sitasi:** Nugraha, A. D. (2025). Psikoedukasi Keberadaban Digital: Pencegahan Agresi Siber Remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 12(1), 444-460. <https://doi.org/10.35891/jip.v12i2.6549>

---

## Pendahuluan

Perkembangan teknologi sekarang ini sangat berkembang pesat. Pemanfaatan teknologi sudah menyentuh pada semua aspek, baik pengetahuan, keuangan hingga lingkungan sosial. Data menyebutkan bahwa penduduk Indonesia 221 Juta telah menggunakan Internet dari 278 Juta jiwa Penduduknya, pada 138 Juta Jiwa telah menggunakan media sosial (Budiman dkk., 2025). Angka ini menunjukkan bahwa internet telah menjangkau hampir semua penjuru negeri, namun disisi lain penggunaan media sosial juga bertumbuh pesat, yang memudahkan masyarakat mengakses informasi dan berita dari mana saja. Di lain sisi, dibalik kemudahan dan keterbukaan arus informasi tersebut, muncul juga tantangan baru dalam perilaku digital masyarakat Indonesia. Salah satunya adalah bagaimana etika dan sikap pengguna internet saat

berinteraksi di ruang maya. Data microsoft pada tahun 2021 Indonesia menduduki peringkat 29 dari 32 negara di Asia dengan tingkat kesopanan dunia maya, yang berarti netizen Indonesia tergolong rendah dalam keberadabannya di dunia maya (Ekklesia, 2022). Hasil ini tentu mengejutkan karena karakter bangsa Indonesia umumnya dikenal sebagai bangsa dengan masyarakat ramah, namun hal ini seakan mematahkannya.

Perilaku-perilaku yang mencerminkan kurangnya *digital civillity* atau keberadaban digital bangsa Indonesia seringkali disebut dengan perilaku agresi siber atau *cyber aggression*. Definisi lebih lanjut mengenai *cyber aggression* yakni, segala macam perbuatan merugikan orang lain yang disengaja seperti menyebarkan isu, mengirimkan pesan yang menyinggung perasaan atau harga diri, meretas akun *online* orang lain, dan menyamar sebagai orang lain untuk membuat orang-orang tidak menyukai orang tersebut (DeMarsico dkk., 2022; Godinho dkk., 2023). *Cyber-Aggression* adalah perilaku kekerasan psikologis yang dilakukan melalui penggunaan teknologi (Nocera dkk., 2022). Penjelasan lain mengenai agresi siber atau *cyber-aggression* merupakan agresi verbal atau penyerangan yang terjadi di dunia maya dengan melakukan ujaran atau komentar yang sifatnya menebar kebencian, mencela, menghina, meneror, mengancam, melecehkan, mengungkap informasi pribadi dengan penggunaan bahasa yang kasar serta dapat dilakukan melalui penyebaran gambar atau video yang merugikan korban (Godinho dkk., 2023; Mulyana dkk., 2023; Nocera dkk., 2022).

Nocera dkk., (2022) menjelaskan agresi siber merupakan perilaku yang melibatkan penggunaan ponsel atau internet untuk melakukan tindakan *bullying*, pelecehan, penguntitan, kekerasan, atau permusuhan, serta bentuk-bentuk kekerasan lainnya seperti '*happy slapping*' (video seseorang dipermalukan kemudian disebar luaskan), '*outing*' (menyebarkan foto pribadi atau rahasia), dan '*flaming*' (menyinggung atau mengejek, menghina di media sosial), termasuk dalam kategori 'agresi siber'. Dari beberapa penjelasan di atas maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa agresi siber adalah bentuk kekerasan psikologis yang dilakukan melalui teknologi serta perangkat elektronik, seperti internet atau ponsel. Bentuk agresi siber diantaranya meliputi ujaran kebencian, penghinaan, ancaman, pelecehan, dan penyebaran informasi

pribadi dengan bahasa kasar, baik melalui teks, gambar, maupun video. Selain itu, agresi siber juga mencakup tindakan seperti *bullying*, pelecehan, penguntitan, serta kekerasan digital lainnya, seperti mempermalukan seseorang lewat video, menyebarkan foto serta data pribadi, atau menghina di media sosial dengan tujuan menyakiti orang lain.

Istilah yang lazim digunakan dahulu adalah *cyberbullying* yang menggambarkan penindasan dalam dunia media elektronik, mengirim pesan yang tidak sopan, menipu seseorang, pesan yang vulgar atau tidak sopan, memalsukan identitas, atau semua tindakan berbahaya yang dilakukan di dunia maya. Dampak perkembangan teknologi juga menyentuh lapisan anak muda yang kerap disebut dengan kaum milenial, yang sedari hidup sudah bersentuhan dengan perangkat elektronik dan digital. Hal ini bisa memberikan efek positif maupun negatif, salah satunya dalam hal berinteraksi sosial remaja cenderung menggunakan dunia maya sebagai sarana berkomunikasi (Mashlahah & Arifin, 2023). Istilah agresi siber atau *cyber aggression*, menurut beberapa ahli lebih tepat menggambarkan perilaku dengan tujuan menyakiti orang lain di dunia maya melalui perangkat elektronik (HP, Komputer dan sebagainya).

Beberapa penelitian tersebut di atas berfokus pada fenomena yang ada seperti, membahas mengenai bentuk ketidaksopanan digital dan analisis menurut kajian bahasa (Pramujiono dkk., 2023). Kajian yang lebih mendalam terkait penyebabnya seperti latar belakang sosial, tingkat pendidikan, iklim digital, literasi media digital dan dampak psikologis terhadap pengguna belum banyak terulas. Urgensi penelitian ini penting, mengingat pertumbuhan pesat internet dan media sosial di Indonesia yang hampir setara dengan jumlah penduduknya. Jika tidak ditangani dengan benar maka akan berdampak terhadap pembentukan karakter bangsa dan kesejahteraan psikologis remaja (Fauziyah dkk., 2025). Dengan demikian, penelitian yang menggali faktor penyebab, latar belakang dan strategi intervensi sangat diperlukan agar bisa menentukan kebijakan edukasi dan konten digital, serta bagaimana penerapannya dalam lingkup komunitas dan keseharian.

Perilaku remaja yang lebih sering berinteraksi dalam media sosial di ruang maya, memperbesar kecenderungan remaja menjadi pelaku agresi siber (Samodra dkk., 2023). Dalam penelitian tersebut remaja perlu memiliki regulasi emosi yang baik agar tidak terlibat dalam perilaku agresi siber, konformitas kurang berperan disini karena biasanya mengakses media sosial dilakukan sendiri (Nuralfiah dkk., 2024). Remaja yang diharapkan menjadi tonggak perubahan suatu generasi, perlu memiliki kemampuan untuk menilai diri sendiri secara baik dan positif atau harga diri yang baik, serta beraktifitas di luar dunia maya untuk menghindari kesepian, karena jika remaja tidak memiliki harga diri yang baik dan merasa kesepian akan meningkatkan peluang menjadi pelaku agresi siber (Nurisa & Rostiana, 2024). Dampak bagi korban agresi siber diantaranya menyebabkan korban merasa marah, malu, tidak bisa konsentrasi belajar, dan takut. Korban perundungan maya mengaku bahwa dampak mental yang dialami lebih serius dibanding dengan perundungan di dunia nyata (Mulyana dkk., 2023).

Remaja dalam menggunakan gawai untuk berinteraksi di media sosial perlu pengawasan dan pendampingan dari orang tua, jika tidak maka akan berpotensi munculnya perilaku yang kurang adaptif (Fitriana dkk., 2021). Untuk mencegah dan mengurangi remaja melakukan agresi siber maka peneliti bertujuan memberikan pemahaman literasi digital dengan metode psikoedukasi bagi remaja yang tinggal di LKSA. Karena ada kemungkinan gaya pengasuhan dan peran kontrol dari orang tua berpengaruh terhadap perilaku agresi siber (Irmayanti & Chusniyah, 2024). Yang kita ketahui bersama bahwa remaja yang tinggal di LKSA diawasi oleh pengasuh sebagai pengganti orang tua yang jumlahnya terbatas.

Psikoedukasi merupakan serangkaian prosedur atau upaya untuk mencegah gangguan psikologis timbul dan/atau menjadi semakin luas di suatu masyarakat, komunitas ataupun kelompok, dengan cara meningkatkan pemahaman dan/atau keterampilan masyarakat, kelompok, maupun komunitas (Puspita dkk., 2022). Psikoedukasi merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya dan atau meluasnya gangguan psikologis. Meskipun sebagai intervensi pelengkap, psikoedukasi merupakan

hal yang penting untuk melibatkan klien atau pasien dalam penanganan permasalahan atau gangguan yang dialami. Psikoedukasi, yang awalnya berasal dari bidang medis, kini telah diterapkan secara luas dalam berbagai sektor, termasuk pendidikan, pemberdayaan masyarakat, dan dunia kerja, dengan menggabungkan elemen psikoterapi dan edukasi (Puspita dkk., 2022; Zwagery & Yuniarramah, 2021). Metode psikoedukasi dipilih karena efektif dalam mencegah kekerasan siber pada remaja serta mampu menambah literasi digital, sehingga sejalan dengan metode penelitian yang akan dijalankan oleh peneliti (Afiatin dkk., 2024; Basel dkk., 2025).

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti melakukan psikoedukasi mengenai keberadaan digital untuk mengurangi tingkat agresi siber remaja yang tinggal di LKSA dan harapannya modul psikoedukasi ini kelak dapat dijadikan sebagai materi dalam mencegah agresi siber di LKSA.

## Metode

### Desain Penelitian

Metode penelitian yang akan dilakukan pada riset ini menggunakan metode kuantitatif, dengan pendekatan kuasi eksperimen. Metode eksperimen ialah metode riset yang melibatkan manipulasi atau perlakuan variabel bebas, mengontrol pengaruh dari variabel *extraneous* serta melakukan pengukuran terhadap pengaruh variabel bebas pada variabel terikat/ tergantung (Hastjarjo, 2019). Adapun desain eksperimen dalam adalah penelitian ini *one group pre-test post-test design*, yakni satu kelompok dengan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan untuk lebih jelasnya dapat dilihat sebagai berikut:

$A^1 B A^2$

Dimana  $A^1$  adalah pengukuran sebelum psikoedukasi mengenai keberadaan digital, B adalah Psikoedukasi mengenai keberadaan digital,  $A^2$  adalah pengukuran setelah Psikoedukasi.

### Subjek penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah salah satu LKSA di Kabupaten Klaten dengan jumlah 34 anak dan remaja, teknik sampling yang digunakan adalah *convenience*

*sampling* dengan sampel penelitian yang digunakan adalah 17 remaja yang tinggal di LKSA antara kelas VII-XII.

### **Instrumen Penelitian**

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala CYBA (*Cyber-Aggression for Adolescent Scale*) yang telah diuji dan dimodifikasi dalam bahasa Indonesia oleh Setyawan dkk. dengan skor *Alpha Cronbach* 0,919 (Setyawan dkk., 2022) yang terdiri dari 33 aitem pernyataan, dengan skor bergerak di antara 1-4, dengan alternatif jawaban sebagai berikut; tidak setuju, kurang setuju, setuju, sangat setuju.

Psikoedukasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah psikoedukasi mengenai keberadaban digital atau *digital civility*. Modul penelitian disusun melalui proses *expert judgement* dari profesional di bidang ilmu komunikasi terkait literasi digital serta satu ahli di bidang Psikologi. Modul ini berisi antara lain mengenai literasi terhadap media sosial, manfaat teknologi digital, etika bermedia sosial atau berinteraksi di ruang digital, aturan hukum yang ada dan konsekuensi bermedia sosial, bagaimana keamanan data digital dan jejak digital.

### **Prosedur Penelitian**

Pelaksanaan psikoedukasi keberadaban digital dilaksanakan pada, hari Sabtu 5 Oktober 2024, pukul 08.00-12.10, bertempat di salah satu LKSA di Kabupaten Klaten. Penelitian ini telah mendapatkan ijin pelaksanaan dari LKSA setempat. Sebelum dilakukan psikoedukasi, peserta psikoedukasi diberikan skala untuk keperluan *pre test* dan diberikan skala lagi sebagai *posttest* minggu ketiga setelah psikoedukasi berlangsung untuk mengontrol efek belajar. Pelaksanaan dilakukan di Lantai 2 LKSA tersebut dengan ruangan aula yang luas dan di *setting* peserta duduk di kursi dengan berjajar dan diatur jaraknya agar tidak terlalu berjauhan. Fasilitator 1 orang dan co fasilitator berjumlah total 3 orang yang mengetahui di bidang pelatihan dan psikoedukasi. Metode Psikoedukasi terdiri dari ceramah, tanya jawab, diskusi, dan FGD serta sesi refleksi untuk berbagi pengalaman.

## Analisa Data

Penelitian ini menggunakan analisis data dengan *paired sample t-test* atau uji beda yang akan dianalisis menggunakan bantuan dari *software* Jamovi. Karena sampelnya Homogen yang terdiri dari kelompok yang sama maka tidak dilaksanakan uji Homogenitas, sedang uji Normalitas dilakukan dengan KS (*Kolmogorov Smirnov*).

## Hasil

Untuk deskriptif statistik, kategori dan rincian skor *pretest* terhadap 17 anak beserta hasil kategorisasi dapat dilihat pada **Tabel** dan **Tabel** berikut :

**Tabel 1**

*Deskriptif statistik*

	N	Mean	Median	SD	SE
Pre Tes	17	45,9	43	11.07	2,71
Post Tes	17	37,6	36	05.31	1,29

Berdasarkan data gambaran deskriptif statistik **Tabel** , maka dapat dilakukan pengelompokkan yang mengacu pada kriteria pengkategorisasian dengan tujuan menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Adapun hasil kategorisasi berdasarkan nilai hipotetiknya adalah sebagai berikut:

**Tabel 2**

*Kategori Skor Pre-Test*

Range	Jumlah	Prosentase	Kategori
$X < 25,84$	0	0	Sangat Rendah
$25,84 < X < 39,24$	4	23,53%	Rendah
$39,24 < X < 52,64$	8	47,06%	Sedang
$52,64 < X < 66,04$	4	23,53%	Tinggi
$X > 66,04$	1	5,88%	Sangat Tinggi

Data dari tabel di atas dapat dilihat bahwa sebagian besar subjek memiliki agresi siber sedang (8 orang) dan 5 orang memiliki agresi siber kategori sedang dan tinggi. Selanjutnya, setelah dilakukan *pretest* dan rangkaian psikoedukasi, dilakukan pengukuran *posttest* untuk mengetahui hasil setelah adanya intervensi.

**Tabel 3**

*Kategorisasi posttest*

Range	Jumlah	Prosentase	Kategori
$X < 28,08$	0	0%	Sangat Rendah
$28,08 < X < 34,46$	11	65%	Rendah
$34,46 < X < 40,84$	6	35%	Sedang
$40,84 < X < 47,21$	0	0%	Tinggi
$X > 47,21$	0	0%	Sangat Tinggi

Berdasar hasil pengukuran pasca perlakuan didapatkan hasil jika 11 orang memiliki tingkat agresi siber rendah dan 6 orang memiliki agresi siber kategori sedang. Secara deskriptif dapat dikatakan ada perbedaan sebelum dan sesudah psikoedukasi dilakukan.

Analisis data dilakukan setelah melakukan perhitungan uji asumsi (uji normalitas), yang menunjukkan jika data berdistribusi normal ( $p=0,557 > 0,005$ ). Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *paired sample t test*, dengan bantuan *software jamovi*.

**Tabel 4**

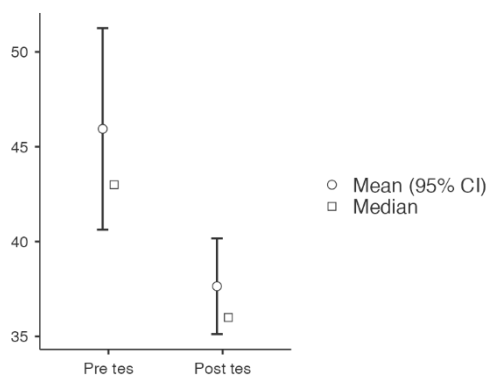
*Hasil Uji Hipotesis*

Statistic	df	p	Mean difference	SE difference	effect size
03.58	16.00	0,002	8,29	2,32	0,868

Hasil uji hipotesis menunjukkan jika terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pelaksanaan psikoedukasi dengan  $p \leq 0,002$ . Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima, yakni psikoedukasi tentang keberadaban digital atau *digital civillity* efektif menurunkan tingkat agresi siber. Perbedaan rentang skor juga bisa juga dilihat dari gambar 1.

**Gambar 1**

*Plot*



## Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh “Psikoedukasi Keberadaban Digital” terhadap tingkat agresi siber pada remaja di LKSA. Hasil dari Psikoedukasi keberadaban digital (*digital civillity*) menunjukkan, tingkat agresi siber remaja di LKSA menurun, sudah tidak ada remaja yang memiliki tingkat agresi siber yang tinggi atau sangat tinggi, sekarang skor agresi siber mereka berdasar skala CYBA berada pada kategori sedang dan rendah. Hal ini sesuai dengan penelitian Halimin (2020), bahwa semakin tinggi tingkat literasi digital pada remaja maka semakin rendah pula perilaku agresi mereka di dunia maya. Hal ini juga didukung pula oleh penelitian yang menjelaskan bahwa semakin baik literasi atau pemahaman remaja peserta didik akan etika bermedia sosial semakin baik pula perilaku mereka didalam bermedia sosial (Afiatin dkk., 2024; Agustina dkk., 2023).

Pengetahuan remaja akan etika bermedia sosial dapat mempengaruhi perilaku mereka dalam berinteraksi di dalamnya. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik akan berhati-hati dalam meluapkan emosi atau perasaannya baik positif ataupun negatif. Teknologi digital memiliki manfaat baik positif dan negatif bagi remaja (Lestari dkk., 2022). Untuk menyikapi hal tersebut, maka peneliti menggunakan pendekatan psikoedukasi mengenai *digital civillity* atau keberadaban digital untuk memberikan pemahaman dan literasi kepada remaja terkait etika, konsekuensi dan manfaat media sosial serta teknologi digital.

Literasi digital ini penting sebagai upaya untuk mencegah perilaku negatif di dunia maya (Dina, 2025). Erwin & Mohammed (2022), menambahkan pentingnya literasi digital membantu individu dalam mencari, mengevaluasi, dan memastikan kredibilitas informasi dari sumber yang terpercaya; sekaligus menghindari bahaya di dunia maya. Dari data penelitian diperoleh 5 remaja dalam kategori tinggi dan 1 sangat tinggi perilaku agresi sibernya, hal ini sejalan dengan penelitian bahwa remaja memiliki kecenderungan menjadi pelaku agresi siber karena kurangnya regulasi emosi mereka (Samodra dkk., 2023) serta agresi siber ini dapat mempengaruhi kesejahteraan siber atau *cyber wellness* remaja (Putri dkk., 2024).

Regulasi emosi ini berperan dalam mengenali, mengelola, dan merespons emosi dengan cara yang sesuai serta adaptif. Pada remaja, yang tengah mengalami perkembangan emosional dan sosial yang optimal, regulasi emosi berperan penting dalam mengendalikan reaksi impulsif yang dapat menyebabkan agresi. Remaja yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik cenderung dapat mengelola perasaan frustrasi, marah, atau kecewa tanpa meledak dalam bentuk perilaku agresif. Sebaliknya, remaja yang kesulitan dalam mengatur emosinya lebih rentan untuk bertindak agresif, terutama dalam situasi yang memicu emosi negatif (Fiqih & Ambarini, 2024). Harga diri juga berperan dalam perilaku agresi remaja, karena jika remaja memiliki kemampuan harga diri yang baik, ia mampu menilai dirinya dari sisi positif dan negatif sehingga ia cenderung untuk mampu mengalihkan perilakunya menjadi bentuk lain selain agresi (Lokithasan dkk., 2020).

Pemahaman mengenai cara interaksi dalam dunia maya salah satunya bisa diperoleh melalui psikoedukasi atau remaja belajar sendiri. Psikoedukasi juga terbukti efektif untuk peningkatan literasi mengenai keterkaitan perilaku agresi dunia maya dengan kesehatan mental (Oktariani dkk., 2022), oleh karena itu peneliti menggunakan Psikoedukasi untuk memberikan pencegahan mengenai perilaku agresi siber pada remaja yang tinggal di LKSA. Dalam modul yang dibuat peneliti, terdapat pula bahasan mengenai etika bermedia sosial, regulasi emosi, bentuk perilaku maladaptif bermedia sosial bahkan ancaman hukuman yang mengintai jika melakukan tindakan kejahatan di ranah digital.

Kajian dari sisi teoritis, bahwa psikoedukasi yang diintegrasikan dengan literasi digital selain meningkatkan pengetahuan, juga membentuk perilaku prososial secara *online*. Dengan memperbaiki pengambilan keputusan dan setiap konsekuensi sosial maupun psikologis, dapat membuat remaja berhati-hati dalam bertindak (Fung, 2024). Psikoedukasi juga terbukti secara efektif menurunkan perilaku agresif remaja melalui peningkatan keterampilan kognitif, kesadaran emosional dan kemampuan pengambilan keputusan dalam konteks digital, dampak positif ini juga didukung baik apabila dikolaborasikan hasil literasi digital terhadap kesehatan mental remaja (Atik

dkk., 2024; Yeo dkk., 2024). Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa psikoedukasi efektif untuk meningkatkan regulasi emosi remaja (Anggraini dkk., 2023; Ramadhan, 2025).

Remaja rentan menjadi pelaku agresi Sekar (2021), menyebutkan mengenai penyebab tindakan agresi pada remaja yaitu; Faktor internal yang mempengaruhi meliputi frustrasi, gangguan kognitif dan intelektual pada remaja, serta gangguan emosional yang dialami oleh remaja. Sementara itu, faktor eksternal mencakup pengaruh dari keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, serta faktor lingkungan sosial yang lebih luas. Berawal dari hasil penelitian itu remaja pun juga rentan menjadi pelaku dalam agresi siber, dalam hal ini peneliti bisa membagi penyebabnya menjadi dua faktor; yakni internal dan eksternal. Faktor Internal dan Eksternal diantaranya : Kontrol diri remaja (Marwah dkk., 2024; Nofriandi, 2022), harga diri, kesepian (Lokithasan dkk., 2020), regulasi emosi (Intishar & Nugrahawati, 2023), agresivitas remaja (Sekar, 2021), konformitas terhadap teman sebaya (Nuralfiah dkk., 2024), pengetahuan atau literasi terhadap media (Agustina dkk., 2023), kecerdasan emosi (Khairunnisa & Alfaruqy, 2022), dan keterampilan sosial (Mawarni dkk., 2024).

Penelitian ini menggunakan model psikoedukasi yang baru, yakni mengintegrasikan literasi digital dan regulasi emosi untuk membentuk keberadaban digital pada remaja di LKSA. Yang berbeda dengan beberapa intervensi sebelumnya yang berfokus pada ranah kognitif semata, pendekatan yang digunakan peneliti ini menargetkan ranah kognitif dan afektif untuk secara efektif menurunkan agresi siber. Penggunaan populasi remaja rentan juga memberikan kontribusi yang unik untuk penelitian kajian keberadaban digital yang ada.

### **Kesimpulan**

Psikoedukasi ini memberikan pemahaman yang lebih baik kepada remaja tentang dampak negatif dari agresi siber, serta mengajarkan keterampilan regulasi emosi dan etika digital yang penting untuk berinteraksi dan memanfaatkan sisi positif di dunia maya. Dengan adanya peningkatan kesadaran dan keterampilan ini, remaja menjadi lebih mampu mengelola perasaan frustrasi dan kemarahan, yang sebelumnya dapat

memicu perilaku agresif di dunia digital. Penurunan skor agresi siber pada skala CYBA menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi memberikan dampak yang signifikan dalam mengubah perilaku negatif mereka di media sosial. Dapat disimpulkan bahwa, hasil penelitian ini menunjukkan “psikoedukasi keberadaban digital” merupakan salah satu metode yang efektif untuk mengurangi agresi siber remaja di LKSA, dengan memberikan remaja keterampilan yang diperlukan untuk mengelola interaksi digital mereka dengan lebih bijaksana dan bertanggung jawab.

### **Saran**

Kepada peneliti selanjutnya dapat memperhatikan dan mengontrol faktor eksternal serta internal yang mempengaruhi perilaku agresi siber yang tidak dikontrol oleh peneliti dalam penelitian ini, tidak serta merta keberhasilan psikoedukasi karena murni psikoedukasi itu sendiri bisa juga di saat setelah intervensi dilaksanakan menjadi evaluasi pengurus dan lain sebagainya yang memberikan pemahaman serta penjelasan diluar Intervensi Psikoedukasi yang diberikan.

### **Ucapan Terimakasih**

Terimakasih kepada LPPM UIN Sunan Kalijaga atas dana hibah yang telah diberikan sehingga membantu terwujudnya penelitian ini.

### **Referensi**

- Afiatin, T., Ampuni, S., Sukron, M. I. W., Aprila, A. A., Hanifah, S. N., & Intani, Z. F. (2024). Psikoedukasi “Cerdas Menggunakan Gadget dan Internet untuk Anak”: Upaya untuk Meningkatkan Pengetahuan Literasi Digital Anak. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 10(2), 74. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.98270>
- Agustina, A., Adha, M. M., & Mentari, A. (2023). Pengaruh Literasi Digital Terhadap Etika Bermedia Sosial Peserta Didik. *Mindset: Jurnal Pemikiran Pendidikan dan Pembelajaran*, 3(2), <https://doi.org/10.56393/mindset.v3i2.1696>
- Anggraini, F. N., Maryam, E. W., Widyastuti, W., & Affandi, G. R. (2023). Psikoedukasi Keterampilan Regulasi Emosi pada Siswa SMP. *RESWARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 1197–1205. <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v4i2.3156>
- Atik, D., Inel Manav, A., & Tar Bolacalı, E. (2024). The Effect of Psychoeducation on Attitudes toward Violence and Risky Behaviors among Refugee Adolescents.

- Behavioral Sciences (Basel, Switzerland)*, 14(7), 549.  
<https://doi.org/10.3390/bs14070549>
- Basel, W. C. P., Dewi, F. I. R., & Sahrani, R. (2025). Psiko-edukasi Pencegahan Kekerasan Siber Remaja Perempuan dalam Bermedia Sosial. *Jurnal Serina Abdimas*, 3(1).  
<https://doi.org/10.24912/jsa.v3i1.33666>
- Budiman, A. S., Tumimomor, E. G., Saragih, D. E. A., & Parhusip, J. (2025). Analisis Proporsi Pengguna Internet Berdasarkan Karakteristik Sosial Ekonomi di Indonesia. *JATI (Jurnal Mahasiswa Teknik Informatika)*, 9(1).  
<https://doi.org/10.36040/jati.v9i1.12304>
- DeMarsico, D., Bounoua, N., Miglin, R., & Sadeh, N. (2022). Aggression in the Digital Era: Assessing the Validity of the Cyber Motivations for Aggression and Deviance Scale. *Assessment*, 29(4), 764–781. <https://doi.org/10.1177/1073191121990088>
- Dina, T. A. F. (2025). Peran Literasi Digital dalam Mencegah Pelecehan Online Pada Remaja Perspektif Psikologi Humanistik. *Jurnal Komunikasi Pemberdayaan*, 4(1), 1–12. <https://doi.org/10.47431/jkp.v4i1.464>
- Ekklesia, D. G. (2022). Digital Civility Index dan Karakter Bangsa dalam Wacana Pembangunan. *KRITIS*, 31(1). <https://doi.org/10.24246/kritis.v31i1p1-16>
- Erwin, K., & Mohammed, S. (2022). Digital Literacy Skills Instruction and Increased Skills Proficiency. *International Journal of Technology in Education and Science*, 6(2), 323–332. <https://doi.org/10.46328/ijtes.364>
- Fauziyah, N., Silvin, S., & Ulfa, N. M. (2025). Dampak Media Sosial Terhadap Psychological Wellbeing Remaja. *PANDALUNGAN: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling dan Multikultural*, 3(1), 89–100.  
<https://doi.org/10.31537/pandalungan.v3i1.2232>
- Fiqih, F. T. N., & Ambarini, T. K. (2024). Pelatihan Regulasi Emosi: Upaya Peningkatan Keterampilan Regulasi Emosi pada Siswa SMK. *Proyeksi*, 19(1), 66.  
<https://doi.org/10.30659/jp.19.1.66-75>
- Fitriana, F., Ahmad, A., & Fitria, F. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Perilaku Remaja dalam Keluarga. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 5(2), Article 2.  
<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i2.7898>
- Fung, A. L. C. (Ed.). (2024). *Cyber and face-to-face aggression and bullying among children and adolescents: New perspectives, prevention and intervention in schools*. Routledge.  
<https://doi.org/10.4324/9781003414933>
- Godinho, C., Soeiro, C., Quintas, A., & Couceiro, J. (2023). Cyberaggression, Personality and Genetics. *Medical Sciences Forum*, 22(1). <https://doi.org/10.3390/msf2023022041>

- Halimin, M. Y. (2020). Literasi Media Dengan Perilaku Perundungan Dunia Maya Dalam Penggunaan Media Sosial Pada Remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i3.5360>
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-Kuasi. *Buletin Psikologi*, 27(2). <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>
- Intishar, A. R., & Nugrahawati, E. N. (2023). Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Perilaku *Cyberbullying* pada Pengguna Media Sosial. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1). <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5164>
- Irmayanti, N., & Chusniyah, T. (2024). Empathy in the Digital Age: The Role of Self-Control and Social Control in Addressing Cyberviolence. *Bisma The Journal of Counseling*, 8(2). <https://doi.org/10.23887/bisma.v8i2.86154>
- Khairunnisa, R., & Alfaruqy, M. Z. (2022). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Cyberbullying di Media Sosial Twitter pada Siswa SMAN 26 Jakarta. *Jurnal EMPATI*, 11(4). <https://doi.org/10.14710/empati.0.36471>
- Lestari, U., Masluchah, L., & Mufidah, W. (2022). Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1), 14–28. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102>
- Lokithasan, K., Chua, A. F., Joanna, K. H. T., Subramanian, R., Zaman, W. K., & Krishnan, S. (2020). The Correlation between Aggression, Self-esteem and Cyberbullying among Undergraduates in Malaysia. *Sains Insani*, 5(1). <https://doi.org/10.33102/sainsinsani.vol5no1.189>
- Marwah, S., Rahman, P. R. U., & Pratomo, R. Y. (2024). Perilaku Cyberbullying Pada Emerging Adulthood: Peran Kontrol Diri dan Regulasi Emosi. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 8(2), 93–106. <https://doi.org/10.32492/idea.v8i2.8203>
- Mashlahah, I., & Arifin, S. (2023). Dampak Perkembangan Teknologi Terhadap Perilaku Dan Kehidupan Pemuda Pemudi di Era Milenial. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Penerapan Ilmu Pengetahuan*, 4(2), 9–13. <https://doi.org/10.25299/jpmpip.2023.13167>
- Mawarni, R. V. L. I., Arifiana, I. Y., & Efendy, M. (2024). Hubungan antara Keterampilan Sosial dengan Agresi Siber pada Mahasiswa. *Kultura: Jurnal Ilmu Hukum, Sosial, Dan Humaniora*, 2(2). <https://doi.org/10.572349/kultura.v2i2.1040>
- Mulyana, A., Supenawinata, A., & Kurnia, M. F. (2023). Investigating The Influence of Conformity and Fanaticism on Bullying Dynamics. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2). <https://doi.org/10.15575/psy.v10i2.29784>
- Nocera, T. R., Dahlen, E. R., Poor, A., Strowd, J., Dortch, A., & Overloop, E. C. V. (2022). Moral disengagement mechanisms predict cyber aggression among emerging

- adults. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(1).  
<https://doi.org/10.5817/CP2022-1-6>
- Nofriandi, R. (2022). Pengaruh Kontrol Diri terhadap Agresi Siber pada Remaja. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi)*, 13(2).  
<https://doi.org/10.24036/rapun.v13i2.%2520122008>
- Nuralfiah, N., Selviana, S., Maryatmi, A. S., & Sovitriana, R. (2024). Pengaruh Regulasi Emosi dan Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Cyberbullying Dengan Konformitas Sebagai Mediator. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 8(3). <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i3.4195>
- Nurisa, K., & Rostiana, R. (2024). Peran Kesepian terhadap Perilaku Cyberbullying pada Usia Dewasa Awal Pengguna Sosial Media: Agresivitas sebagai Mediator. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(6).  
<https://doi.org/10.31004/innovative.v4i6.16688>
- Oktariani, Mirawati, Syamantha, A., & Afriza, R. (2022). Pemberian Psikoedukasi Dampak Cyberbullying Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(2).  
<https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i2.281>
- Pramujiono, A., Rohmah, N., Hanindita, A. W., & Ardhianti, M. (2023). Indonesian Netizens' Emotive Language in Responding to YouTube Posts: Cyberpragmatics Study. *KEMBARA Journal of Scientific Language Literature and Teaching*, 9(2), 794–814. <https://doi.org/10.22219/kembara.v9i2.23827>
- Puspita, R., Borualogo, I. S., & Setyowibowo, H. (2022). Pengembangan Program Psikoedukasi Pencegahan Perundungan untuk Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi*, 15(2). <https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i2.6595>
- Putri, A., Kurniawan, R., Mardianto, & Utami, R. H. (2024). Hubungan Cyberwellness dengan Perilaku Hatespeech pada Remaja di Media Sosial. *CAUSALITA: Journal of Psychology*, 2(2). <https://doi.org/10.62260/causalita.v2i2.329>
- Ramadhan, M. (2025). Psikoedukasi Regulasi Emosi Pada Anak Panti Asuhan. *Journal of social science research*, 5(3), 1800–1808.  
<https://doi.org/10.31004/innovative.v5i3.19087>
- Samodra, P. B., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Kecenderungan perilaku cyberbullying pada remaja pengguna media sosial: Bagaimana peran regulasi emosi? *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 122–131.  
<https://doi.org/10.30996/sukma.v3i2.7842>

- Sekar, P. R. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Agresivitas Remaja. *Psyche 165 Journal*, 27–31. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v14i1.25>
- Setyawan, R. A., Sutedja, F. C., Paulina, A., Habsari, T. T., Florensia, M., & Fajrianthi, F. (2022). Penyusunan Alat Ukur Psikologi Cyber Aggression (CYBA) Bahasa Indonesia pada Remaja. *Berajah Journal*, 2(2). <https://doi.org/10.47353/bj.v2i2.106>
- Yeo, G., Reich, S. M., Liaw, N. A., & Chia, E. Y. M. (2024). The Effect of Digital Mental Health Literacy Interventions on Mental Health: Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 26, e51268. <https://doi.org/10.2196/51268>
- Zwagery, R. V., & Yuniarramah, E. (2021). Psikoedukasi “Quarter Life Crisis: Choose The Right Path, What Should I Do Next?” *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3). <https://doi.org/10.35914/tomaega.v4i3.819>