

BAB IV

HASIL ANALISIS DAN DISKUSI

Peneliti akan menjelaskan mengenai analisis data demografis, uji validitas dan reliabilitas, uji asumsi klasik, uji korelasi, uji regresi, uji hipotesis, dan diskusi. Pada penelitian ini, peneliti mengumpulkan sebanyak 268 partisipan, namun sebanyak 152 partisipan tidak dihitung oleh karena tidak memenuhi salah satu kriteria partisipan dalam penelitian ini yaitu pernah mengalami *cyberbullying*. Partisipan yang memenuhi kriteria penelitian ini sebanyak 116 remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* yang berdomisili di Jabodetabek. Peneliti menyebarkan kuesioner secara *online* melalui *google forms* dengan meminta bantuan kerabat dan orang terdekat peneliti.

4.1. Hasil Analisis

4.1.1. Data Demografis

Dalam penelitian ini, peneliti memperoleh data demografis dari partisipan. Data demografis dalam penelitian ini mencakup (1) Jenis kelamin, (2) Domisili, (3) Umur, (4) Pendidikan terakhir, dan (5) Jenis *cyberbullying* yang pernah dialami.

Tabel 4. 1. Karakteristik Partisipan

Data Demografis		Jumlah (N)	Presentase (%)
Jenis kelamin	Laki-laki	34	29.3%
	Perempuan	82	70.7%
Domisili	Jakarta	39	33.6%
	Bogor	7	6.0%

	Depok	3	2.6%
	Tangerang	18	15.5%
	Bekasi	49	42.2%
Umur	12	6	4.3%
	13	3	2.6%
	14	16	13.8%
	15	10	25.9%
	16	13	11.2%
	17	8	6.9%
	18	41	35.3%
Pendidikan terakhir	SD	6	5.2%
	SMP	34	29.3%
	SMK/SMA Sederajat	76	65.5%
Jenis cyberbullying yang pernah dialami	<i>Social exclusion</i>	23	19.8%
	<i>Outing & Trickery</i>	12	10.3%
	<i>Impersonation</i>	8	6.9%
	<i>Harrasment</i>	8	6.9%
	<i>Flaming</i>	17	14.7%
	<i>Cyberstalking</i>	18	15.5%
	<i>Denigration</i>	30	25.9%

Berdasarkan data di atas, mayoritas partisipan adalah perempuan sebanyak 82 partisipan (70.7%) dan laki-laki sebanyak 34 partisipan (29.3%). Berdasarkan tempat tinggal, mayoritas partisipan berdomisili di Bekasi sebanyak 49 partisipan (42.2%). Berdasarkan umur, mayoritas partisipan berusia 18 tahun sebanyak 41 partisipan (35.3%). Berdasarkan pendidikan, mayoritas partisipan mendapatkan

pendidikan terakhir SMK/SMA sederajat sebanyak 76 partisipan (65.5%). Berdasarkan jenis *cyberbullying* yang pernah dialami, mayoritas partisipan pernah mengalami *cyberbullying* dengan jenis *denigration*, sebanyak 30 partisipan (25.9%).

4.1.2. Analisis Validitas dan Reliabilitas

Setelah pengambilan data, peneliti kemudian mulai meneliti mengenai validitas dan reliabilitas pada variabel *self-compassion* dan kecemasan sosial. Pada penelitian ini terdapat dua variabel yang diukur yaitu *self-compassion* dan kecemasan sosial. *Self-compassion* diukur menggunakan alat ukur Skala Welas Diri (SWD) oleh Sugianto, Suwartono, dan Sutanto (2020). Kecemasan sosial diukur menggunakan alat ukur *Social Anxiety Scale for Adolescents* versi Bahasa Indonesia oleh Apriliana dan Suratna (2019).

Tabel 4. 2. Validitas dan reliabilitas alat ukur variabel

Alat Ukur	Jumlah Item (N)	Cronbach's Alpha	Jangkauan <i>Corrected Item- Total Correlation</i>	
			Minimum	Maksimum
SWD	26	.783	.026	.593
– Mengasihi Diri	5	.762	.498	.604
– Menghakimi Diri	5	.673	.314	.528
– Kemanusiaan Universal	4	.606	.328	.487
– Isolasi	4	.731	.478	.577
– Kewawasan	4	.549	.284	.419
– Overidentifikasi	4	.764	.431	.621
SAS-A	18	.941	.254	.813

– <i>Fear of negative evaluation</i>	8	.812	.375	.693
– <i>Social avoidance and distress new</i>	6	.942	.781	.854
– <i>Social avoidance and distress general</i>	4	.841	.521	.741

Berdasarkan standar minimal validitas item yang ditetapkan oleh Sugiyono (2019) yaitu .2, maka dapat disimpulkan bahwa alat ukur SWD dan SAS-A dinyatakan valid karena memiliki nilai $>.2$. Nilai reliabilitas dari alat ukur SWD maupun SAS-A dikatakan baik, dapat dilihat dari tabel *Cronbach's alpha* $>.6$, sesuai dengan standar reliabilitas yang baik (Sugiyono, 2019).

4.1.3. Analisis Deskriptif Variabel

Peneliti juga melakukan analisis deskriptif variabel dengan melihat nilai minimum, maksimum, rata-rata, dan standar deviasi dari kedua variabel beserta dengan dimensi-dimensinya.

Tabel 4. 3. Analisis deskriptif variabel

Alat Ukur	Min	Max	Mean	Std. Deviasi
SWD	1.89	4.38	2.99	.44
– Mengasihi Diri	1.80	5.00	3.34	.813
– Menghakimi Diri	1.00	4.80	2.60	.770
– Kemanusiaan Universal	1.75	5.00	3.53	.74
– Isolasi	1.00	4.50	2.30	.839

– Kewawasan	1.75	5.00	3.33	.725
– Overidentifikasi	1.89	4.75	2.82	.929
SAS-A	21	86	53.18	17.52
– <i>Fear of negative evaluation</i>	11	39	35.59	6.75
– <i>Social avoidance and distress new</i>	6	30	16.75	7.68
– <i>Social avoidance and distress general</i>	4	20	10.83	4.75

Berdasarkan analisis deskriptif pada data di atas, *self-compassion* memiliki 26 item dengan skor tertinggi sebesar 4.38, dan skor terendah 1.89. Rata-rata nilai *self-compassion* pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* sebesar 2.99. Perolehan skor rata-rata yang semakin tinggi menunjukkan bahwa partisipan memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi, semakin kecil skor rata-rata, maka menunjukkan bahwa partisipan memiliki tingkat *self-compassion* yang lebih rendah. Hal tersebut juga berlaku pada setiap dimensi *self-compassion*.

Kecemasan sosial memiliki jumlah skor sebanyak 18 item dengan skor tertinggi sebesar 86, dan skor terendah sebesar 21. Rata-rata nilai kecemasan sosial pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* pada penelitian ini sebesar 53.18. Perolehan skor total yang semakin tinggi menunjukkan bahwa partisipan memiliki tingkat kecemasan sosial yang semakin tinggi, dan semakin rendah skor total yang dimiliki partisipan, maka partisipan memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih rendah.

4.1.4. Uji Asumsi Klasik

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *self-compassion* terhadap kecemasan sosial pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Untuk melakukan uji regresi, peneliti akan melakukan uji asumsi klasik.

4.1.4.1. Uji Normalitas

Pada bagian ini, peneliti melakukan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Tujuan dilakukan uji normalitas ini adalah untuk melihat apakah data terdistribusi secara normal atau tidak, kemudian untuk menentukan penggunaan analisa parametrik atau non parametrik.

Tabel 4. 4. Analisis normalitas variabel

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Keterangan
<i>Self-compassion</i>	.074	Normal
Kecemasan sosial	.069	Normal

Berdasarkan uji normalitas menggunakan Kolmogorov Smirnov, dapat diketahui bahwa variabel *self-compassion* berdistribusi normal, $p=.074$ ($p>.05$), dan variabel kecemasan sosial berdistribusi dengan normal, $p=.069$ ($p>.05$). Berdasarkan hasil tersebut, peneliti akan melakukan uji korelasi antara *self-compassion* dengan kecemasan sosial menggunakan analisa parametrik dengan teknik *Pearson*.

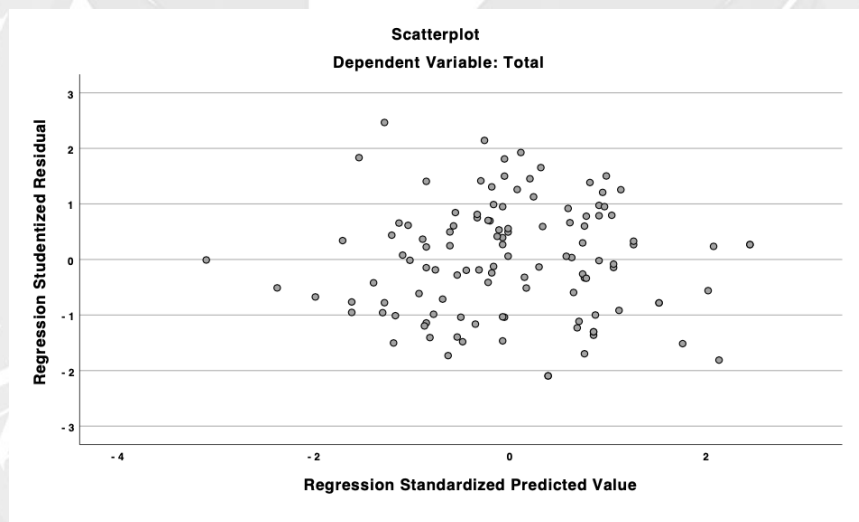
4.1.4.2. Uji Linieritas

Setelah mendapatkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal, peneliti kemudian melakukan uji linearitas menggunakan *test for linearity*. Hasil yang

diperoleh menunjukkan adanya nilai *sig. deviation from linearity* sebesar .146 ($p > .05$), yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang linear antara *self-compassion* dengan kecemasan sosial karena nilai *sig. deviation from linearity* $> .05$.

4.1.4.3. Uji Heteroskedasitas

Peneliti kemudian melakukan uji heteroskedasitas menggunakan *scatterplot* untuk mengetahui apakah varians data konstan atau tidak konstan. Berdasarkan hasil uji heteroskedatis, dapat dilihat bahwa titik-titik yang ada menyebar secara acak, dan tidak membentuk suatu pola. Data yang didapatkan tidak memiliki gejala heteroskedasitas, dan menunjukkan adanya pola regresi yang baik.



Gambar 4. 1. Analisis normalitas variabel

4.1.5. Analisis Uji Korelasi

Pada penelitian ini, peneliti ingin melihat pengaruh *self-compassion* terhadap kecemasan sosial pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, namun sebelum melakukan uji regresi peneliti terlebih dahulu harus melakukan uji korelasi antara kedua variabel. Hasil uji korelasi penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi $r = -.388$, $p = .000$ ($p < .05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa

terdapat hubungan negatif secara signifikan antara *self-compassion* dengan kecemasan sosial pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Korelasi negatif yang dimaksud adalah, semakin tinggi *self-compassion*, maka akan semakin rendah tingkat kecemasan sosial, begitupun sebaliknya.

Tabel 4. 5. Hasil uji korelasi variabel

	Kecemasan sosial	
	P	Sig.
<i>Self-compassion</i>	-.388**	.000

***.Ket: ada korelasi yang signifikan dengan nilai $p < .01$*

4.1.6. Analisis Uji Regresi dan Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji asumsi klasik dan uji korelasi, dimana peneliti mendapatkan bahwa adanya hubungan linear, tidak ada gejala heteroskedisitas, dan memiliki hubungan korelasi negatif secara signifikan, maka peneliti melanjutkan penelitian dengan melakukan uji regresi, untuk menguji hipotesis pada penelitian ini yaitu memiliki pengaruh yang signifikan antara *self-compassion* dengan kecemasan sosial pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*.

Tabel 4. 6. Tabel hasil uji regresi

	Koefisien	
	B	Sig.
(Constant)	98.367	.000
Grand Mean	-15.109	.000

a. Dependent Variable: Total

Berdasarkan hasil dari uji regresi, ditemukan besar pengaruh *self-compassion* terhadap kecemasan sosial dilihat dari *R-square* sebesar $r^2 = .151$

($p < .05$), yang menunjukkan bahwa *self-compassion* memiliki pengaruh sebesar 15.1% terhadap kecemasan sosial, sedangkan 84.9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Hasil uji regresi dapat dirumuskan pada rumus persamaan regresi linear sebagai berikut:

$$Y = 98.367 - 15.109X$$

Persamaan regresi tersebut menjelaskan, apabila skor *self-compassion* bernilai (0), maka tingkat kecemasan sosial pada individu sebesar 98.367. Untuk setiap penambahan (1) skor *self-compassion*, maka akan terdapat pengurangan - 15.109 pada tingkat kecemasan sosial individu. Berdasarkan hasil regresi data di atas, maka hasil uji hipotesa dapat disimpulkan sebagai berikut.

Tabel 4. 7. Uji Hipotesis Penelitian

	Hipotesis	Hasil
H ₀	Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari <i>self-compassion</i> terhadap kecemasan sosial pada remaja	Ditolak
H ₁	Terdapat pengaruh yang signifikan dari <i>self-compassion</i> terhadap kecemasan sosial pada remaja	Diterima

4.1.7. Uji Analisis Tambahan

4.1.7.1. Korelasi Domain *Self-Compassion* dengan Kecemasan Sosial

Peneliti juga melakukan analisis tambahan untuk melihat korelasi antara dimensi *self-compassion* (Mengasihi Diri, Menghakimi Diri, Kemanusiaan Universal, Isolasi, Kewawasan, Overidentifikasi) dan dimensi kecemasan sosial

(*fear of negative evaluation, social avoidance and distress with new social situations or unfamiliar peers, social avoidance and distress in general*).

Tabel 4. 8. Uji Korelasi Domain *Self-Compassion* dengan Kecemasan Sosial

r	Kecemasan			
	Sosial	FNE	SAD-New	SAD-Gen
<i>Self-compassion</i>	-.388**	-.395**	-.299**	-.385**
Mengasihi Diri	-.066	-.108	-.10	-.073
Menghakimi Diri ^r	-.438**	-.491**	-.326**	-.388**
Kemanusiaan	.065	.155	-.005	.026
Universal				
Isolasi ^r	-.305**	-.339**	-.209*	-.305**
Kewawasan	-.005	.027	-.009	-.042
Overidentifikasi ^r	-.478**	-.484**	-.388**	-.446**

Ket : **. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

^r= item dinilai terbalik

Berdasarkan data di atas, ditemukan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dimensi menghakimi diri ($r = -.438$, $p < 0.5$), isolasi ($r = -.305$, $p < 0.5$), dan overidentifikasi ($r = -.478$, $p < 0.5$) dengan kecemasan sosial. Dari data di atas dapat diketahui juga pada dimensi kecemasan sosial memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan dimensi *self-compassion*, dengan dimensi FNE ($r = -.395$, $p < 0.5$), SAD-New ($r = -.299$, $p < 0.05$), dan SAD-Gen ($r = -.385$, $p < 0.5$).

4.1.7.2. Analisis Uji Korelasi Usia dengan Variabel Penelitian

Tabel 4. 9. Hasil uji korelasi usia dengan variabel penelitian

	Usia	
	P	Sig.
<i>Self-compassion</i>	.164	.079
Kecemasan sosial	.033	.728

Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara usia dengan kedua variabel dalam penelitian ini, oleh karena nilai signifikansi korelasi usia dengan *self-compassion* sebesar $p=.079$ ($p>.05$), dan nilai signifikansi korelasi usia dengan kecemasan sosial sebesar $p=.728$ ($p>.05$).

4.1.7.3. Uji Beda *Self-Compassion* dengan Jenis Kelamin

Tabel 4. 10. Uji beda *self-compassion* dengan jenis kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Mean	t	Sig. (2 tailed)
<i>Self-compassion</i>	Laki-Laki	2.96	-.378	.706
	Perempuan	3.00		

Berdasarkan hasil uji beda di atas, ditemukan bahwa tidak ada perbedaan *self-compassion* yang signifikan antara jenis kelamin.

4.1.7.4. Uji Beda Kecemasan Sosial dengan Jenis Kelamin

Tabel 4. 11. Uji beda kecemasan sosial dengan jenis kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Mean	t	Sig. (2 tailed)
Kecemasan sosial	Laki-Laki	50.61	-1.019	.311
	Perempuan	54.25		

Berdasarkan hasil uji beda di atas, ditemukan bahwa tidak ada perbedaan *self-compassion* yang signifikan antara jenis kelamin.

4.1.7.5. Uji Beda *Self-compassion* dengan Jenis *Cyberbullying* yang Pernah Dialami

Tabel 4. 12. Hasil uji beda *self-compassion* dengan jenis *cyberbullying* yang pernah dialami

	df	F	Sig. (2 tailed)
<i>Between groups</i>	6	.842	.540
<i>Within groups</i>	109		

Berdasarkan hasil uji beda di atas, ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *self-compassion* antara jenis *cyberbullying* yang pernah dialami.

4.1.7.6. Uji Beda Kecemasan Sosial dengan Jenis *Cyberbullying* yang Pernah Dialami

Tabel 4. 13. Hasil uji beda *kecemasan sosial* dengan jenis *cyberbullying* yang pernah dialami

	df	F	Sig. (2 tailed)
<i>Between groups</i>	6	1.353	.240
<i>Within groups</i>	109		

Berdasarkan hasil uji beda di atas, ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kecemasan sosial antara jenis *cyberbullying* yang pernah dialami.

4.2. Diskusi

Penelitian ini dilakukan untuk menguji terdapat atau tidaknya pengaruh *self-compassion* terhadap kecemasan sosial pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Berdasarkan hasil analisa data, uji pengaruh kedua variabel menunjukkan terdapat pengaruh negatif yang signifikan dari *self-compassion* terhadap kecemasan sosial sebesar 15.1%, yang menunjukkan bahwa H₁ diterima, yaitu adanya pengaruh secara signifikan antara *self-compassion* terhadap kecemasan sosial pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Hal ini dapat terjadi oleh karena ketika individu memiliki *self-compassion*, individu mampu menenangkan dan memberikan rasa keamanan terhadap dirinya ketika dihadapkan dengan perasaan bahwa ia tidak cukup baik, dan membuatnya tidak terlalu lama memikirkan mengenai apa yang dipikirkan oleh orang lain terhadap dirinya atau terlalu berlebihan fokus mengenai evaluasi buruk atau baik terhadap dirinya (Neff & Vonk, 2009).

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap kecemasan sosial remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* melaporkan rasa takut akan evaluasi negatif dari sekitarnya, menghindari situasi sosial dengan teman atau situasi sosial yang baru, dan menghindari situasi sosial secara umum. Hasil dari penelitian ini serupa dengan penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh Gill dkk. (2018) menunjukkan bahwa *self-compassion* dapat menjadi faktor protektif dari perkembangan kecemasan sosial, dengan *self-compassion* yang lebih tinggi mampu membuat remaja untuk tidak takut terhadap evaluasi dari sekitar dan tidak menghindarinya, yang kemudian dapat membantu untuk menurunkan tingkat kecemasan sosial pada remaja. Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* melaporkan adanya kecemasan sosial dengan adanya keseganan ketika berada dalam situasi sosial, menarik diri dari berinteraksi dengan teman sebaya lainnya, karena berkembangnya rasa takut akan situasi sosial (Betts, 2016; Coelho & Romao., 2018). Remaja dengan kecemasan sosial sering mengevaluasi performanya secara negatif, menghindari situasi sosial yang menekan, dan cenderung menarik diri dari interaksi dengan teman sebaya, namun dengan adanya *self-compassion* remaja mampu memberikan pengertian dan dukungan bagi diri sendiri, kelembutan dan pengertian ketika dirinya sedang mengalami kesulitan, sehingga ia dapat melihat pengalamannya tersebut melalui pandangan bahwa semua orang dapat mengalaminya, dan melihat pengalaman negatif dalam hidupnya dengan lebih obyektif (Acquah dkk., 2015; Neff & Knox, 2017). Bagi remaja, dengan adanya *self-compassion* dapat memberikan tingkat kesehatan mental yang

lebih baik seperti berkurangnya tingkat depresi dan kecemasan dalam remaja (Neff & McGehee, 2010). *Self-compassion* membantu individu untuk mengatasi pengalaman yang kurang nyaman karena *self-compassion* memungkinkan individu untuk tidak terdampak dari dampak negatif psikologis dari pengalamannya, oleh karena kemampuan individu untuk mengakui kegagalan merupakan bagian dari menjadi manusia, dan berani menerima pengalaman tersebut (Leary dkk., 2007). Walaupun ada pengalaman negatif dalam hidupnya, namun dengan adanya *self-compassion* maka remaja mampu untuk tidak menilai dirinya secara negatif dan berlebihan, tidak merasa sendirian dalam menghadapi pengalamannya, dan mampu melihat pengalamannya secara jelas dengan lebih obyektif (Neff, 2016).

Individu dengan *self-compassion* memiliki kesehatan psikologis yang lebih baik dibandingkan dengan yang tidak memiliki *self-compassion*, oleh karena perasaan menyakitkan dan rasa kegagalan yang dialami tidak terus disorot dengan menilai diri dengan negatif, rasa terisolasi, dan mengoveridentifikasi pemikiran dan emosi individu (Neff, 2003b). Penelitian ini juga menemukan hasil yang serupa dengan Neff & McGhee (2010), yang menemukan bahwa remaja yang memiliki tingkat *self-compassion* lebih tinggi melaporkan tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah, dan tingkat koneksi sosial yang lebih tinggi. Hal ini dapat terjadi oleh karena *self-compassion* dapat bertindak sebagai sebuah faktor protektif bagi pengalaman negatif dalam kehidupan remaja dan hasil akhir psikologis yang tidak baik bagi kesehatan mental remaja, sehingga remaja mampu mendapatkan sumber positif bagi kekuatan psikologis yang dapat membantu individu untuk mencari

harapan dan kekuatan dari dalam diri individu ketika dihadapkan dengan kesulitan hidup (Cerezo, 2014, dalam Marsh, Chan, & MacBeth, 2018; Neff & Knox, 2017).

Bagi remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* yang memiliki kecemasan sosial, *self-compassion* dapat membantu remaja untuk mengurangi ruminasi pengalaman sosial yang negatif, dan mengurangi interpretasi negatif mengenai pengalaman tersebut, oleh karena *self-compassion* memungkinkan individu untuk memiliki tingkat kecemasan dan kesadaran diri yang lebih rendah ketika memikirkan mengenai permasalahan mereka, memungkinkan individu untuk mendapatkan perspektif yang lebih luas terhadap permasalahan, dan tidak merasa sendirian dalam menghadapinya (Neff, 2009; Spence & Rapee, 2016). Memiliki pola pikir *self-compassion* memberikan remaja proteksi dari kerentanan yang terkait dengan *self-judgement*, *isolation*, dan *overidentification*, dan remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* dapat memiliki tingkat kesehatan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat *self-compassion* lebih rendah (Neff, 2016).

Agar individu mampu memiliki *self-compassion* dalam dirinya bukan berarti individu harus menekan perasaan dan pemikiran negatifnya, melainkan untuk menyadari dan mengakui bahwa emosi negatif yang mereka rasakan valid dan penting, yang kemudian memungkinkan individu untuk mengembangkan emosi yang lebih positif (Neff & Dahm, 2015). *Self-compassion* memungkinkan individu yang pernah mengalami pengalaman negatif dalam hidupnya untuk mempertanggungjawabkan pengalamannya tanpa mengalami perasaan negatif yang berlebihan (Neff & Dahm, 2015). Dengan remaja yang pernah mengalami

cyberbullying mampu bangkit dari kecemasan sosial yang ia alami, maka hal tersebut memungkinkan remaja untuk mengganti pemikiran mengenai rasa takut akan evaluasi negatif dari sekitarnya, pemikiran yang terpaku pada pengalaman negatifnya, dan menghindari situasi sosial yang baru maupun umum yang disebabkan oleh pengalaman *cyberbullying*, dan memampukannya mengembangkan pemikiran *self-compassion* dalam dirinya.

Dimensi *self-compassion* yang memiliki korelasi terhadap dimensi kecemasan sosial dalam penelitian ini adalah dimensi-dimensi negatif dari *self-compassion*, dengan menghakimi diri memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan FNE, isolasi memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan FNE, dan overidentifikasi berkorelasi negatif secara signifikan dengan *social avoidance and distress with new social situations or unfamiliar peers* (SAD-New), dan *social avoidance and distress in general* (SAD-Gen). Secara keseluruhan, ditemukan juga adanya korelasi negatif yang signifikan antara *self-compassion* dengan kecemasan sosial, dan dimensi overidentifikasi berkorelasi negatif yang signifikan dengan total skor kecemasan sosial, dan *fear of negative evaluation* (FNE) berkorelasi negatif secara signifikan dengan nilai rata-rata total *self-compassion*. Korelasi negatif yang signifikan antara dimensi negatif dari *self-compassion* dengan kecemasan dapat disebabkan oleh karena dimensi negatif dari *self-compassion* berkontribusi terhadap psikopatologi seperti simtom depresi, kecemasan, dan stres dibandingkan dengan dimensi positif dari *self-compassion* (Muris & Petrcochi, 2016; Muris, Otgaar, Meesters, Heutz, & van den Homberg, 2019). Hasil uji korelasi tambahan ini menemukan bahwa dimensi negatif dari *self-compassion* memiliki hubungan

negatif yang signifikan dengan dimensi kecemasan sosial, yang menunjukkan hasil yang serupa dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Gill dkk. (2018), yang menemukan adanya hubungan yang signifikan antara dimensi negatif *self-compassion* dengan kecemasan sosial.

Adanya korelasi negatif yang signifikan antara FNE dengan total skor rata-rata *self-compassion* menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-compassion*, maka semakin rendah rasa takut individu terhadap penilaian negatif dari orang sekitarnya, begitu juga sebaliknya. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Gill dkk.(2018), yang menemukan bahwa *self-compassion* memiliki hubungan yang kuat dengan FNE. Individu dengan FNE bereaksi dengan negatif pada timbal balik yang negatif, mengembangkan pemikiran *self-focused*, terus mengingat-ingat terhadap pengalaman sosial yang negatif, dan ditemukan sedang meningkat pada masa remaja karena pada tahap perkembangan ini, remaja sedang terus melakukan evaluasi diri, dan dapat mengalami pengalaman negatif seperti *bullying* (Bautista & Hope, 2015; Gill dkk., 2018). *Self-compassion* mampu menurunkan tingkat FNE dalam remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* oleh karena *self-compassion* terkait dengan semakin rendahnya tingkat kesadaran individu terhadap dirinya di tempat umum, dan kurang khawatir mengenai evaluasi dari individu sekitarnya (Neff & Vonk, 2009).

Ketika individu berhasil memiliki tingkat *self-compassion* yang lebih tinggi maka dapat membantu individu untuk mengurangi ruminasi dan penekanan pemikirannya, mampu menyeimbangkan pengalaman emosional yang sedang ia rasakan dan ia tidak melarikan diri dari perasaannya (Neff, 2009). Hal ini dapat

membantu remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, karena remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* dapat merasa bahwa dirinya sendirian dalam menghadapi pengalaman negatifnya, yang kemudian dapat membuat remaja memiliki emosi yang kurang stabil karena keberhargaannya diserang dalam dunia maya (Potts & Weidler, 2015). Adanya *self-compassion* dapat membantu remaja untuk mengurangi rasa takutnya terhadap evaluasi dari orang sekitarnya, yang kemudian dapat membantu remaja untuk menurunkan tingkat kecemasan sosialnya (Potts & Weidler, 2015; Gill dkk., 2018).

Dimensi menghakimi diri (*self-judgement*) ditemukan memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan FNE bagi remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* menghakimi dirinya seperti salah satu contoh item alat ukur dalam dimensi menghakimi diri, “Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya”. Penelitian ini menunjukkan bagi remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, semakin tinggi ia menghakimi dirinya dapat menurunkan tingkat *self-compassion* dalam remaja, yang kemudian dapat meningkatkan FNE dan tingkat kecemasan sosial dalam remaja, begitu juga sebaliknya. Hasil penelitian ini menemukan hasil yang serupa dengan Potts & Weidler (2015), yang menemukan bahwa remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* sering menghakimi dirinya, merasa segan ketika berada dalam situasi sosial yang membuatnya menarik diri dari interaksi dengan individu lain dan menilai dirinya secara negatif.

Dalam keadaan menekan, individu yang memiliki tingkat menghakimi diri yang tinggi menunjukkan bahwa ia dingin dan terlalu mengkritisi dirinya seperti

dengan mengatakan bahwa ia sangat bodoh, pemalas, dan memalukan, yang kemudian dapat menurunkan tingkat *self-compassion* (Neff & Knox, 2017; Neff & Dahm, 2015; Neff, 2016). Ketika remaja terlalu menghakimi dirinya dalam keadaan hidup yang sulit, hal tersebut dapat mengembangkan pemikiran negatif mengenai bagaimana individu lain menilai dirinya dalam situasi sosial, yang pada akhirnya dapat meningkatkan rasa takut remaja terhadap evaluasi negatif dari sekitarnya (Miers dkk., 2013). Ketika remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* terus menerus menghakimi dirinya maka dapat meningkatkan FNE dalam kecemasan sosial remaja, oleh karena individu dengan kecemasan sosial ditemukan sering mengantisipasi hasil akhir negatif dari situasi sosial dan menginterpretasikan pengalaman sosial dan performanya dalam situasi sosial yang sudah terjadi secara negatif.

Dimensi isolasi juga memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan FNE, dimana semakin tinggi tingkat isolasi dapat menurunkan tingkat *self-compassion* dalam remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, yang kemudian dapat meningkatkan tingkat kecemasan sosialnya, begitu juga sebaliknya. Semakin rendah tingkat isolasi dapat meningkatkan *self-compassion* dalam remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, yang dapat menekan tingkat kecemasan sosial dalam remaja. Bagi remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, remaja merasakan isolasi, yang dapat dilihat dari salah satu contoh item dari alat ukur dalam dimensi isolasi “Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup”. Isolasi membuat individu merasa sendirian ketika memikirkan kekurangan atau pengalaman hidup yang

kurang menyenangkan, yang kemudian membuat individu merasa sendirian dalam menghadapinya dan pengalamannya tidak dialami oleh orang lain selain dirinya sendiri (Neff, 2009).

Dalam masa perkembangan identitas dalam remaja, remaja dapat mengembangkan egosentrisme yang merupakan kepercayaan dalam diri remaja bahwa individu sekitarnya sedang tertarik dengannya dan keunikan dirinya, dimana egosentrisme remaja dapat dibedakan menjadi dua jenis, yakni *personal fable* dan *imaginary audience* (Elkind, 1985, dalam Santrock, 2016). Ketika remaja menciptakan *imaginary audience*, atau pandangan dimana semua orang sedang mengamati dan mengevaluasi performanya, remaja dapat menjadi khawatir akan evaluasi individu lain terhadap kekurangan dirinya, yang kemudian dapat meningkatkan kesadaran remaja ketika sedang berinteraksi dengan teman sekitarnya, dan menjadi khawatir bahwa kelemahannya dapat diamati oleh individu lainnya (Puklek Levpusek, & Videk, 2008). Ketika remaja mengembangkan *personal fable* dalam dirinya membuat remaja percaya segala kesulitan dan tantangan dalam hidupnya unik, tidak ada orang lain yang mengalami hal serupa dengannya, membuat remaja menganggap tidak ada yang dapat mengerti dirinya, dan pada akhirnya meningkatkan perasaan terisolasi, kesepian, depresi, dan atau kecemasan dalam remaja (Elkind, 1978, dalam Bluth & Blanton, 2014).

Ketika remaja merasakan bahwa pengalaman yang ia rasakan itu hanyalah pengalaman uniknya sendiri yang tidak dialami oleh individu lain, hal tersebut dapat menurunkan tingkat *self-compassion* dalam remaja karena remaja tidak dapat melihat bahwa pengalaman tersebut juga dapat dialami oleh individu lainnya (Neff

& McGehee, 2010). Bagi remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, apabila remaja tidak mampu menempatkan pengalaman negatifnya dalam pandangan bahwa semua orang dapat mengalami hal yang serupa dengannya, dan memiliki pandangan bahwa semua orang sedang mengamati segala kekurangannya, hal tersebut dapat membuat remaja mengembangkan kecemasan sosial dalam diri remaja.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Storch dan Masia-Warner (2004) menemukan bahwa bagi remaja yang pernah mengalami pengalaman perundungan secara langsung maupun secara tidak langsung membuat remaja meruminasi pengalaman sosial negatif yang pernah ia alami, menghindari situasi sosial, yang pada akhirnya menghindari interaksi sosial yang penting untuk mengembangkan kemampuan sosialnya pada tahap perkembangan remaja. Remaja dengan kecemasan sosial mengevaluasi perilakunya secara negatif, menunjukkan mereka menghindari situasi sosial yang ia pandang menekan, kemudian menarik diri dari interaksi dengan teman sebayanya (Acquah dkk., 2015). Ketika remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* merasa terisolasi dalam permasalahannya maka dapat menurunkan tingkat *self-compassion* remaja karena remaja merespon pengalaman dengan pandangan bahwa ia sendirian dalam menghadapinya, yang kemudian dapat meningkatkan FNE dalam remaja oleh karena adanya pengalaman negatif di masa lalu remaja mengubah pandangan remaja mengenai dirinya, dan mengembangkan rasa takut terhadap evaluasi negatif dari lingkungan sosial, yang pada akhirnya dapat meningkatkan tingkat kecemasan sosial dalam remaja. (Neff, 2016; Gill dkk., 2018),

Penelitian ini juga menemukan adanya korelasi negatif yang signifikan antara dimensi overidentifikasi dengan total skor dimensi kecemasan sosial. Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* ditemukan melakukan overidentifikasi yang dapat dilihat dari salah satu pernyataan alat ukur “Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut”. Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* memiliki kecenderungan untuk meruminasi pengalaman *cyberbullying*nya, yang membuat remaja terlarut dalam pengalaman emosional subyektifnya, yang pada akhirnya membuatnya tidak mampu melihat situasinya secara obyektif (Zsila dkk., 2018). Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* ditemukan juga memiliki kecemasan sosial yang meningkat ketika berada dalam lingkungan sosial, berusaha menghindari situasi sosial yang mengharuskan remaja berinteraksi dengan teman sebaya, dan membuatnya sulit berinteraksi dengan teman sebaya dalam dunia nyata (Martinez-Montegaudó dkk., 2018). Ketika individu mengalami overidentifikasi, maka individu menjadi sulit menerima pengalaman dirinya sebagaimana pengalaman itu ada, yang dapat meningkatkan kesadaran emosional sehingga individu tidak mampu melihat pengalamannya secara obyektif (Neff, 2003b; Neff, 2011; Neff & Knox, 2017).

Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* terlalu mengoveridentifikasi terhadap pengalaman *cyberbullying* dan tidak dapat melihat situasinya dengan obyektif maka dapat meningkatkan tingkat kecemasan sosial dalam remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, oleh karena individu dengan kecemasan sosial cenderung meruminasi terhadap pemikiran dan situasi sosial yang negatif, memiliki

persepsi yang negatif terhadap situasi sosial yang lebih tinggi, dan memiliki tingkat kesadaran terhadap penilaian publik yang tinggi (Potts & Weidler, 2015; Spence & Rapee, 2016). Bagi individu dengan kecemasan sosial ditemukan memiliki tingkat *self-focused attention* yang lebih tinggi, yang membuat individu terlalu fokus untuk memperhatikan perilaku, pemikiran, penampilan, dan emosinya dalam situasi sosial yang kemudian dapat meningkatkan kecemasan sosial dan membuat individu sulit melihat situasi sosial dengan lebih baik (Kley, Tuschen-Caffier, & Heinrichs, 2011, dalam Spence & Rapee, 2016). Dapat disimpulkan, penelitian ini menemukan bahwa ketika remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* terlalu fokus kepada aspek negatif dalam dirinya, terus menerus memikirkan pengalaman negatifnya, dan tidak mampu untuk melihat pengalamannya secara obyektif, maka hal tersebut menunjukkan bahwa remaja meresponi pemikiran overidentifikasi yang dapat menurunkan *self-compassion* dalam remaja, dimana pada akhirnya dapat meningkatkan kecemasan sosial remaja.

Overidentifikasi juga ditemukan memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan SAD-New dan SAD-General, dimana semakin remaja mengoveridentifikasi pengalaman *cyberbullying*, maka dapat menurunkan tingkat SAD-New dan SAD-General nya. SAD-New dalam remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* dapat dilihat dari salah satu contoh item alat ukur, “Pengalaman dilecehkan di media sosial membuat saya merasa gugup ketika berada di dekat orang-orang tertentu.”, dan SAD-General dapat dilihat dari salah satu contoh item alat ukur, “Pengalaman dilecehkan di media sosial membuat saya sulit untuk meminta bantuan kepada orang lain.”. Hasil penelitian ini menemukan bahwa

semakin tinggi tingkat overidentifikasi pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, maka dapat menurunkan tingkat *self-compassion* pada remaja yang pada akhirnya dapat meningkatkan tingkat kecemasan sosial beserta SAD-New dan SAD-General pada remaja, begitu juga sebaliknya. Semakin rendah tingkat overidentifikasi remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*, maka dapat meningkatkan tingkat *self-compassion* dalam remaja, yang pada akhirnya dapat membantu remaja untuk menurunkan tingkat kecemasan sosialnya.

Ketika individu terus menerus mengingat-ingat interaksi sosial, dan menginterpretasikannya secara negatif, maka dapat meningkatkan pandangan negatif remaja kepada dunia sosial (Miers dkk., 2014, dalam Spence & Rapee, 2016). Ketika individu sudah mengantisipasi pengalaman interaksi sosial yang akan mendatang, individu mulai kembali mengingat-ingat situasi sosial yang sudah pernah terjadi terkait dengan situasi yang akan mendatang, yang pada akhirnya membuat individu merasa cemas terlebih dahulu dan berusaha menghindari situasi sosial tersebut (Miers dkk., 2014, dalam Spence & Rapee, 2016). Remaja yang pernah mengalami berbagai jenis perundungan ditemukan memiliki kecenderungan untuk meruminasi interaksi negatif, yang kemudian dapat membuat remaja menghindari situasi dimana mereka harus berinteraksi dengan teman sebaya karena remaja merasa tertekan (Storch & Masia-Warner, 2004). Saat remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* terlalu mengoveridentifikasi perasaan negatif yang ada dalam diri remaja, terlalu melihat pengalamannya secara subyektif dan terus mengingat-ingat pengalaman negatif yang pernah ia alami yakni *cyberbullying*, maka dapat meningkatkan kecemasan sosial dalam remaja yang kemudian

membuat remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* menghindari situasi sosial, baik situasi sosial yang baru maupun situasi sosial secara umum.

Penelitian ini tidak menemukan adanya korelasi antara *self-compassion* maupun kecemasan sosial dalam remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* dengan usia, yang menunjukkan bahwa ketika individu mengalami *cyberbullying* dalam usia berapapun, ia dapat mengembangkan *self-compassion* maupun kecemasan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Neff & McGehee (2010) menemukan tidak adanya perbedaan tingkat *self-compassion* yang signifikan antara remaja dengan dewasa muda yang dapat disebabkan oleh karena jarak usia antara kedua kelompok usia tidak berbeda jauh, sehingga baik remaja dan dewasa muda belum sepenuhnya dewasa apabila dibandingkan dengan dewasa yang lebih tua. Penelitian- penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Marsh, Chan, & MacBeth, 2018, dan Neff & Vonk (2009) yang menemukan adanya korelasi positif antara usia dengan *self-compassion* pada subyek dewasa, sehingga tidak menutup kemungkinan adanya korelasi positif antara usia dengan *self-compassion*, sehingga dapat meningkat ketika remaja sudah sepenuhnya dewasa.

Dalam korelasi usia dengan kecemasan sosial, Coelho & Romao (2018) melakukan penelitian pada remaja berusia 11-16 tahun yang pernah mengalami *bullying* maupun *cyberbullying* menunjukkan bahwa remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* dalam usia manapun dapat mengembangkan adanya kecemasan sosial. Hasil yang serupa juga ditemukan dalam penelitian Wang dkk. (2019) pada dewasa muda yang pernah mengalami *cyberbullying* bahwa kecemasan sosial dapat muncul ketika ada pengalaman *cyberbullying*, yang menunjukkan

bahwa berapapun usia individu ketika mengalami *cyberbullying* maka dirinya dapat mengembangkan kecemasan sosial. Tidak adanya korelasi yang signifikan dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh karena pengalaman *cyberbullying* yang dapat dialami oleh remaja dalam kategori usia manapun dapat menimbulkan adanya pemikiran negatif yang memicu adanya ruminasi mengenai pengalamannya, memicu adanya perasaan negatif dalam remaja, yang pada akhirnya dapat mendorong munculnya kecemasan sosial dalam remaja (Kowalski dkk., 2014; Zsila, 2018).

Penelitian juga melakukan uji beda variabel penelitian dengan data demografis partisipan, dan ditemukan tidak ada perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin dengan *self-compassion* pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Peneliti juga mencantumkan analisis uji analisis variabel berdasarkan data demografis dalam lampiran yang menunjukkan adanya perbedaan nilai *self-compassion* yang sedikit dalam jenis kelamin. Penelitian ini menemukan hasil yang berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya menemukan bahwa laki-laki memiliki tingkat *self-compassion* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan karena perempuan lebih cenderung untuk mengkritisi dirinya (Neff, 2011; Neff & McGhee, 2010; Yarnell dkk., 2015). Hasil penelitian ini menemukan hasil yang serupa dengan penelitian Neff dan Pommier (2013), serta Neff, Pisitsungkagarn, dan Hsieh (2008), dimana tidak ditemukan perbedaan jenis kelamin yang signifikan dalam tingkat *self-compassion* antara pria dan wanita dalam negara Asia seperti Thailand dan Taiwan. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Swarasati dkk. (2019) dan Hasmarlin dan Hirmaningsih (2019) pada remaja di

Indonesia juga menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin terhadap tingkat *self-compassion*. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat dilihat bahwa perbedaan jenis kelamin dalam tingkat *self-compassion* dapat menunjukkan hasil yang berbeda dan menunjukkan hasil yang beragam dari berbagai jenis sampel penelitian.

Penelitian ini juga menemukan tidak ada perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin dalam tingkat kecemasan sosial, meskipun penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang berbeda seperti penelitian-penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh La Greca dan Lopez (1998), Caballo dkk. (2014), Coelho & Romao (2018), Nelemans dkk. (2017), dan Gill dkk. (2018), yang menemukan adanya perbedaan signifikan terhadap tingkat kecemasan sosial pada remaja perempuan dengan laki-laki, dengan remaja perempuan ditemukan memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai tidak adanya perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin dalam kecemasan sosial, karena hasil yang ditemukan berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Penelitian ini juga menemukan tidak ada perbedaan yang signifikan antara jenis *cyberbullying* yang dialami remaja dengan *self-compassion*. Hasil penelitian ini menunjukkan, bahwa jenis *cyberbullying* mana saja yang dialami oleh remaja masih dapat mempengaruhi *self-compassion* dalam remaja, yang dapat membuat remaja menghakimi diri, merasa terisolasi, dan sering meruminasi pengalaman negatifnya yang pada akhirnya dapat berdampak kepada kesehatan mental remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Potts & Weidler (2015) menunjukkan bahwa bagi

individu yang pernah mengalami *cyberbullying*, ditemukan menjadi lebih sering menghakimi dirinya, merasa terisolasi dari pengalamannya, dan lebih sering memikirkan pengalaman negatifnya yang membuat individu sulit untuk melihat pengalamannya secara obyektif. Remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* ditemukan memiliki kecenderungan untuk meruminasi atau memikirkan terus menerus mengenai pengalaman negatifnya, yang pada akhirnya dapat berdampak buruk bagi kesehatan mental remaja (Zsila, 2018).

Penelitian ini juga menemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara jenis *cyberbullying* yang dialami remaja dengan tingkat kecemasan sosial. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berbagai jenis *cyberbullying* yang dapat dialami remaja tidak memberikan perbedaan yang signifikan terhadap kecemasan sosial, oleh karena dampak negatif yang dapat terjadi ketika remaja mengalami *cyberbullying*. Pengalaman *cyberbullying* dapat berdampak negatif dengan individu seperti dapat meningkatkan kecemasan sosial dalam remaja yang pernah mengalami *cyberbullying* lebih tinggi dibandingkan dengan remaja lain yang tidak terlibat dalam *cyberbullying* maupun *bullying* (Coelho & Romao, 2018). Pengalaman *cyberbullying* dalam remaja ditemukan dapat menimbulkan pemikiran negatif yang dapat menimbulkan kecemasan, meningkatnya perasaan negatif, yang membuat remaja menjadi sering mengingat-ingat kembali pengalaman *cyberbullying*, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja menjadi semakin buruk, dan pada akhirnya dapat meningkatkan kecemasan sosial dalam remaja (Kowalski dkk., 2014; Zsila dkk., 2018).

Adapun penelitian ini tidak terlepas dari beberapa limitasi. Pertama, kuesioner penelitian ini hanya disebarakan secara *online* oleh karena sedang dalam masa pandemi Covid-19 membuat peneliti meminimalisir kontak luar, sehingga ketika kuesioner sudah dibagikan kepada beberapa kelompok sampel remaja, banyak remaja menghiraukan link kuesioner yang sudah diberikan yang membuat penulis sedikit terhambat dalam proses pengambilan data. Kedua, karena domisili responden terbatas di Jabodetabek dengan beberapa daerah seperti Bogor, Depok, dan Tangerang, memiliki jumlah responden yang sedikit, maka terdapat ketidakseimbangan angka dalam responden yang berdomisili di Bogor, Depok, dan Tangerang. Ketiga, peneliti tidak meneliti sejauh mana remaja mengalami intensitas *cyberbullying*, semana pengalaman tersebut mempengaruhi tingkat *self-compassion* dan kecemasan sosial remaja, dan apakah remaja mengetahui pelaku *cyberbullying*, maka peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk meneliti lebih lanjut mengenai hal tersebut untuk mendapatkan data yang lebih komprehensif dari kecemasan sosial untuk membantu dalam diskusi, seperti yang dilakukan oleh beberapa penelitian sebelumnya oleh Storch & Masia-Warner (2004), Fahy dkk. (2016), Coelho & Romao (2018), dan Zsila dkk. (2018). Terakhir, ditemukan tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam uji beda data demografis jenis kelamin, yang dapat disebabkan oleh jumlah responden perempuan yang lebih besar dibandingkan dengan jumlah responden laki-laki.