

## Pengaruh Kecanduan Media Sosial Dan Regulasi Emosi Terhadap Agresivitas Remaja Di Kabupaten Purworejo

Desy Setiyana<sup>1</sup>, Wanodya Kusumastuti<sup>2</sup>, Widyaning Hapsari<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Fakultas Psikologi, Hukum, dan Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Purworejo

### Article Info

#### Article history:

Received Agustus 13, 2026

Revised Agustus 13, 2026

Accepted Agustus 13, 2026

#### Kata Kunci:

Agresivitas,  
Kecanduan media sosial,  
Regulasi emosi,  
Remaja.

#### Keywords:

Adolescents,  
Aggressiveness,  
Emotion regulation,  
Social media addiction

### ABSTRAK

Agresivitas remaja yang ditandai dengan perilaku seperti perkelahian, bullying, dan kekerasan verbal masih menjadi permasalahan yang memerlukan perhatian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecanduan media sosial dan regulasi emosi terhadap agresivitas remaja di Kabupaten Purworejo. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain kausal korelasional. Sampel penelitian berjumlah 285 remaja usia 15–18 tahun yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Data dikumpulkan menggunakan Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ), Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS), dan skala regulasi emosi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap agresivitas remaja ( $t = 7,749$ ;  $p < 0,001$ ), sedangkan regulasi emosi berpengaruh negatif dan signifikan terhadap agresivitas remaja ( $t = -9,553$ ;  $p < 0,001$ ). Secara simultan, kedua variabel berpengaruh signifikan terhadap agresivitas remaja ( $F = 119,2$ ;  $p < 0,001$ ) dengan nilai  $R^2$  sebesar 0,458. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecanduan media sosial maka semakin tinggi agresivitas remaja, sedangkan semakin baik regulasi emosi maka semakin rendah agresivitas remaja.

### ABSTRACT

Adolescent aggressiveness, characterized by behaviors such as fighting, bullying, and verbal violence, remains an issue that requires attention. This study aims to examine the influence of social media addiction and emotion regulation on adolescent aggressiveness in Purworejo Regency. This study employed a quantitative method with a causal-correlational design. The sample consisted of 285 adolescents aged 15–18 years selected using a simple random sampling technique. Data were collected using the Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ), the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS), and an emotion regulation scale. The results showed that social media addiction had a positive and significant effect on adolescent aggressiveness ( $t = 7.749$ ;  $p < 0.001$ ), while emotion regulation had a negative and significant effect on adolescent aggressiveness ( $t = -9.553$ ;  $p < 0.001$ ). Simultaneously, both variables had a significant effect on adolescent aggressiveness ( $F = 119.2$ ;  $p < 0.001$ ) with an  $R^2$  value of 0.458. These findings indicate that higher levels of social media addiction are associated with higher levels of adolescent aggressiveness, whereas better emotion regulation is associated with lower levels of adolescent aggressiveness.

This is an open access article under the [CC BY](#) license



***Corresponding Author:***

Desy Setiyana  
Fakultas Psikologi, Hukum, dan Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Purworejo,  
Purworejo, Indonesia  
Email: desystyna@gmail.com

---

## **1. PENDAHULUAN**

Masa remaja adalah fase perkembangan yang ditandai oleh berbagai perubahan signifikan, baik dalam aspek fisik, kognitif, maupun sosial-emosional. Pada tahap ini, individu mulai membangun identitas diri, meningkatkan intensitas interaksi sosial, serta menghadapi tuntutan lingkungan yang semakin kompleks. Perubahan-perubahan ini sering kali menyebabkan ketidakstabilan emosi dan meningkatnya sensitivitas terhadap rangsangan sosial. Sejalan dengan itu, Steinberg menjelaskan bahwa pada masa remaja sistem limbik yang berperan dalam pemrosesan emosi berkembang lebih cepat dibandingkan korteks prefrontal yang berfungsi dalam pengendalian diri dan pengambilan keputusan. Ketidakseimbangan perkembangan kedua sistem tersebut menyebabkan remaja cenderung lebih reaktif secara emosional, impulsif, dan lebih rentan mengalami kesulitan dalam mengelola emosi [25].

Salah satu karakteristik penting pada masa remaja adalah meningkatnya intensitas emosi yang belum sepenuhnya diimbangi dengan kemampuan pengendalian diri yang matang. Ketidakseimbangan antara dorongan emosi dan kemampuan regulasi ini dapat memicu berbagai bentuk perilaku maladaptif, salah satunya adalah perilaku agresivitas [22]. Secara umum, agresivitas didefinisikan sebagai perilaku yang bertujuan menyakiti atau merugikan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis [19]. Bentuk-bentuk perilaku agresivitas pada remaja dapat berupa agresi fisik seperti memukul dan menendang, agresi verbal seperti mengejek, menghina, dan mengancam, serta agresi sosial yang bertujuan menyakiti atau mengucilkan orang lain [29].

Perilaku agresif pada remaja merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional karena dipengaruhi oleh beberapa faktor individu, seperti regulasi emosi, kepribadian, dan kontrol diri, serta faktor lingkungan, seperti pola asuh, hubungan sosial, dan kondisi sosial ekonomi. Dampak agresivitas tidak hanya dirasakan oleh individu, tetapi juga pada lingkungan sosial di sekitarnya [14]. Sejalan dengan Rahmat dkk., yang mengatakan bahwa perilaku agresif tersebut dapat menimbulkan dampak negatif bagi korban berupa kerugian fisik maupun psikologis, serta mengganggu hubungan sosial. Di sisi lain, pelaku agresi juga berisiko mengalami konflik interpersonal, permasalahan di lingkungan sekolah, penolakan sosial, serta kesulitan dalam penyesuaian diri dan perkembangan psikologis [19].

Fenomena ini sering muncul pada masa remaja karena individu pada tahap perkembangan tersebut cenderung mengalami perubahan emosi yang cepat, lebih sensitif terhadap lingkungan sosial, serta mudah terpengaruh oleh tekanan dari lingkungan sekitar [20]. Kondisi tersebut, yang disertai dengan kemampuan kontrol diri yang belum berkembang secara optimal, dapat meningkatkan kecenderungan remaja untuk menampilkan perilaku agresif [31].

Beberapa penelitian terbaru menunjukkan bahwa agresivitas remaja dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial yang saling berkaitan. Dalam penelitian Baiduri & Widyorini mengatakan bahwa dari aspek psikologis, kemampuan regulasi emosi berperan penting dalam mengendalikan kecenderungan perilaku agresif. Remaja yang memiliki kesulitan dalam mengelola emosi cenderung lebih mudah menampilkan perilaku agresif ketika menghadapi konflik atau situasi yang menekan [2]. Kemudian pada studi literatur Shabrina, dkk., mengatakan bahwa faktor psikososial, seperti tekanan teman sebaya, konflik keluarga, dan lingkungan sosial yang tidak kondusif, berperan dalam meningkatkan kecenderungan perilaku agresif pada remaja [23]. Selain itu juga, penelitian Simarmata & Fauzan menemukan bahwa remaja yang tumbuh dalam keluarga dengan tingkat konflik tinggi

cenderung meniru pola penyelesaian masalah yang agresif, sehingga menganggap agresivitas sebagai cara yang wajar untuk mengekspresikan kemarahan [24].

Fenomena agresivitas remaja juga menjadi perhatian serius di berbagai daerah di Indonesia karena semakin sering muncul dalam bentuk tindakan kekerasan yang melibatkan kelompok sebaya. Kondisi tersebut terlihat dari beberapa kasus yang terjadi di sejumlah daerah. Menurut iNews Boyolali, di Boyolali terjadi kasus penganiayaan yang dipicu oleh konflik emosional dan solidaritas kelompok hingga menyebabkan korban mengalami luka serius. Berdasarkan hasil penyelidikan, tindakan tersebut dipengaruhi oleh rasa sakit hati, emosi yang tidak terkendali, serta dorongan solidaritas kelompok setelah terjadi permasalahan antarindividu dalam lingkungan pergaulan [7]. Selain itu, berdasarkan laporan dari Kompas.com., di Klaten juga terjadi kasus sekelompok remaja yang melakukan konvoi sambil membawa senjata tajam. Perilaku tersebut diduga dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya, keinginan untuk memperoleh pengakuan dalam kelompok, serta dorongan mencari sensasi dan eksistensi di media sosial [10].

Fenomena serupa juga terjadi di Kabupaten Purworejo yang menyita perhatian publik pada April 2024. Menurut Koranjuri.com., terjadi tawuran antara dua kelompok pelajar SMK di Desa Seren, Kecamatan Gebang, mengakibatkan sejumlah remaja diamankan oleh pihak kepolisian. Tawuran tersebut diduga berawal dari saling ejek dan salingantang melalui siaran langsung di media sosial yang kemudian berkembang menjadi aksi kekerasan fisik dengan melibatkan senjata tajam. Dalam peristiwa tersebut, polisi mengamankan 12 pelajar dan menetapkan lima orang sebagai tersangka [9].

Lebih lanjut lagi pada data UPT Perlindungan Perempuan dan Anak (PPA) Purworejo yang diperoleh melalui situs resmi DPPPAPMD Purworejo, jumlah laporan kekerasan terhadap perempuan dan anak menunjukkan peningkatan dari 77 kasus pada tahun 2023 menjadi 88 kasus pada tahun 2024 dengan mayoritas kasus berupa kekerasan psikis dan fisik [4]. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku agresif pada remaja masih menjadi isu yang memerlukan perhatian dan penanganan dari berbagai pihak. Untuk memperkuat fenomena tersebut, peneliti melakukan studi pendahuluan melalui wawancara singkat terhadap lima remaja di Kabupaten Purworejo. Hasil wawancara menunjukkan bahwa perilaku agresif, seperti saling mengejek, berkelahi, dan penghinaan melalui media sosial, masih sering terjadi. Remaja tersebut juga mengungkapkan bahwa konflik umumnya dipicu oleh kesalahpahaman di media sosial dan emosi yang sulit dikendalikan. Selain itu ada faktor yang juga berkaitan dengan munculnya perilaku agresif pada remaja, yakni intensitas penggunaan media sosial yang berpotensi berkembang menjadi kecanduan media sosial.

Perkembangan teknologi digital juga mengubah pola interaksi sosial remaja. Saat ini remaja tidak hanya berinteraksi secara langsung di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat, tetapi juga aktif berkomunikasi melalui berbagai platform media sosial [3]. Data laporan dari We Are Social (2025) menunjukkan bahwa lebih dari 90% remaja Indonesia usia 13–18 tahun aktif menggunakan media sosial setiap hari, dengan durasi rata-rata lebih dari 3-7 jam per hari. Dalam penggunaannya, remaja umumnya memanfaatkan media sosial untuk menggulir berbagai konten secara berulang, mengikuti aktivitas teman, memantau jumlah tanda suka (*likes*) dan komentar pada unggahan, serta terus memeriksa pembaruan dan notifikasi karena khawatir tertinggal informasi atau momen yang sedang terjadi (*fear of missing out/FoMO*) [28]. Aktivitas tersebut berpotensi memicu kecanduan media sosial apabila dilakukan secara berlebihan. Kondisi tersebut ditandai dengan kesulitan mengendalikan penggunaan media sosial, munculnya rasa cemas ketika tidak dapat mengakses media sosial, serta kecenderungan menjadikan media sosial sebagai pelarian dari masalah emosional [15].

Pada penelitian yang dilakukan oleh Lin dkk., juga menemukan bahwa individu dengan tingkat kecanduan media sosial yang tinggi yakni dengan rata-rata penggunaan lebih dari 3 jam per hari menunjukkan peningkatan signifikan dalam impulsivitas dan perilaku agresif, terutama pada konteks digital seperti *cyberbullying* atau komentar provokatif di media sosial [12]. Penelitian lain oleh Harun dkk., pada remaja Indonesia menunjukkan bahwa kecanduan media sosial memiliki hubungan positif

dengan agresivitas, terutama melalui mekanisme perbandingan sosial dan kebutuhan validasi yang memicu frustrasi dan kemarahan [6]. Selain itu, penelitian Gunadi dkk., menegaskan bahwa paparan media sosial, terutama yang berisi kekerasan atau konflik, dapat berkontribusi terhadap munculnya perilaku agresif pada remaja jika tidak diimbangi dengan kontrol diri dan pengasuhan yang tepat [5]. Temuan-temuan ini memperkuat bahwa kecanduan media sosial dapat menjadi faktor risiko meningkatnya agresivitas remaja.

Di sisi lain menurut perspektif perkembangan emosi, agresivitas remaja juga berkaitan dengan kematangan emosi dan kemampuan mengelola perasaan negatif. Pada penelitian Sulistianingsih dkk., menunjukkan bahwa rendahnya kematangan emosi berhubungan dengan tingginya kecenderungan agresivitas karena remaja kesulitan mengendalikan impuls dan mengekspresikan emosi secara adaptif [26]. Sejalan dengan itu, Kemal & Wahyuni menegaskan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan negatif dengan perilaku agresif, di mana kemampuan mengelola emosi yang baik dapat menurunkan kecenderungan agresi fisik, verbal, maupun sosial [8].

Hasil penelitian Nugrahani dkk., juga menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi dan kontrol diri yang baik dapat membantu remaja mengendalikan dorongan negatif sehingga mengurangi kecenderungan untuk berperilaku agresif meskipun mereka aktif menggunakan media sosial [16]. Sebaliknya, Baiduri & Widyorini menemukan bahwa remaja dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah cenderung menunjukkan perilaku impulsif dan agresif karena kesulitan mengendalikan serta mengekspresikan emosi secara adaptif [2]. Dengan temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa regulasi emosi berperan penting dalam menjelaskan perbedaan respon remaja terhadap penggunaan media sosial dan kecenderungan munculnya perilaku agresif.

Berdasarkan fenomena agresivitas pada remaja serta tingginya intensitas penggunaan media sosial menunjukkan bahwa perilaku agresif tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan remaja dalam mengelola emosinya. Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh kecanduan media sosial dan regulasi emosi terhadap agresivitas remaja di Kabupaten Purworejo penting dilakukan guna memperkaya bukti empiris serta memberikan informasi yang dapat dimanfaatkan sebagai dasar penyusunan strategi pencegahan dan intervensi bagi remaja.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15–18 tahun yang berdomisili di Kabupaten Purworejo. Sampel penelitian berjumlah 285 responden yang dipilih menggunakan teknik probability sampling dengan pendekatan simple random sampling dengan kriteria: (1) berusia 15–18 tahun, (2) berdomisili di Kabupaten Purworejo, (3) memiliki gadget pribadi dan minimal satu akun media sosial aktif, serta (4) aktif menggunakan media sosial minimal 3–7 jam per hari. Variabel independen dalam penelitian ini adalah kecanduan media sosial dan regulasi emosi, sedangkan variabel dependen adalah agresivitas.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur agresivitas adalah Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) yang mengadopsi dari penelitian Lopian dan Huwae [11], instrumen kecanduan media sosial menggunakan Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) yang mengadopsi penelitian dari Sumaryati dkk., versi bahasa Indonesia [27], dan regulasi emosi diukur menggunakan skala regulasi emosi berdasarkan teori Gross dan Thompson yang diadopsi dari alat ukur yang dikembangkan oleh Ariatmini & Malahati [1]. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan program JASP meliputi analisis deskriptif, uji asumsi klasik yang terdiri atas uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas, serta uji hipotesis menggunakan regresi linear berganda.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### a. Deskripsi Responden Penelitian

Tabel 1. Profil Responden

| No. | Karakteristik Data   | Frequency | Percent |
|-----|----------------------|-----------|---------|
| 1.  | <b>Jenis Kelamin</b> |           |         |
|     | Laki-laki            | 80        | 28,1%   |
|     | Perempuan            | 205       | 71,9%   |
| 2.  | <b>Usia</b>          |           |         |
|     | 15 Tahun             | 46        | 16,1%   |
|     | 16 Tahun             | 95        | 33,3%   |
|     | 17 Tahun             | 87        | 34,0%   |
|     | 18 Tahun             | 47        | 16,5%   |
| 3   | <b>Kecamatan</b>     |           |         |
|     | Bagelen              | 12        | 4,21%   |
|     | Banyuurip            | 14        | 4,91%   |
|     | Bayan                | 14        | 4,91%   |
|     | Bener                | 17        | 5,96%   |
|     | Bruno                | 20        | 7,02%   |
|     | Butuh                | 12        | 4,21%   |
|     | Gebang               | 15        | 5,26%   |
|     | Grabag               | 15        | 5,26%   |
|     | Kaligesing           | 15        | 5,26%   |
|     | Kemiri               | 24        | 8,24%   |
|     | Kutoarjo             | 11        | 3,86%   |
|     | Loano                | 15        | 5,26%   |
|     | Ngombol              | 19        | 6,67%   |
|     | Pituruh              | 31        | 10,88%  |
|     | Purwodadi            | 29        | 10,88%  |
|     | Purworejo            | 22        | 10,18%  |

Penelitian ini melibatkan 285 remaja di Kabupaten Purworejo yang didominasi oleh perempuan (71,9%). Mayoritas responden berusia 16–17 tahun, dengan sebaran responden berasal dari berbagai kecamatan di Kabupaten Purworejo, terutama Kecamatan Pituruh, Purwodadi, dan Kemiri.

#### b. Uji Deskriptif

Tabel 2. *Descriptive Statistics*

|                   | Agresivitas | Kecanduan Media Sosial | Regulasi Emosi |
|-------------------|-------------|------------------------|----------------|
| Valid             | 285         | 285                    | 285            |
| Mean (arithmetic) | 85.00       | 19.68                  | 94.42          |
| Std. Deviation    | 18.01       | 4.338                  | 10.22          |
| Minimum           | 50.00       | 6.000                  | 59.00          |
| Maximum           | 135.0       | 29.00                  | 128.0          |

Berdasarkan analisis deskriptif terhadap 285 responden, variabel agresivitas memiliki nilai rata-rata 85,00 (SD = 18,01; rentang = 50–135), kecanduan media sosial memiliki rata-rata 19,68 (SD = 4,338; rentang = 6–29), dan regulasi emosi memiliki rata-rata 94,42 (SD = 10,22; rentang = 59–128). Hasil ini menunjukkan adanya variasi skor pada ketiga variabel penelitian.

c. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Tabel 3. Uji Normalitas Variabel Agresivitas

| <i>Fit Statistics</i> |           |      |
|-----------------------|-----------|------|
| Test                  | Statistic | p    |
| Kolmogorov-Smirnov    | 0.079     | .057 |

Tabel 4. Uji Normalitas Variabel Kecanduan Media Sosial

| <i>Fit Statistics</i> |           |      |
|-----------------------|-----------|------|
| Test                  | Statistic | p    |
| Kolmogorov-Smirnov    | 0.065     | .175 |

Tabel 5. Uji Normalitas Variabel Regulasi Emosi

| <i>Fit Statistics</i> |           |      |
|-----------------------|-----------|------|
| Test                  | Statistic | p    |
| Kolmogorov-Smirnov    | 0.064     | .189 |

Hasil uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa seluruh variabel penelitian memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, yaitu kecanduan media sosial ( $p = 0,175$ ), regulasi emosi ( $p = 0,159$ ), dan agresivitas ( $p = 0,057$ ). Dengan demikian, seluruh data penelitian berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas untuk dilakukan analisis regresi.

d. Uji Multikolinearitas

Tabel 6. Hasil Uji Multikolinearitas

| Model          |                  | Collinearity Statistics |       |
|----------------|------------------|-------------------------|-------|
|                |                  | Tolerance               | VIF   |
| M <sub>0</sub> | (Intercept)      |                         |       |
| M <sub>1</sub> | (Intercept)      |                         |       |
|                | Kecanduan Medsos | 0.864                   | 1.158 |
|                | Regulasi Emosi   | 0.864                   | 1.158 |

Hasil uji multikolinearitas menunjukkan bahwa variabel kecanduan media sosial dan regulasi emosi memiliki nilai tolerance sebesar 0,864 ( $>0,10$ ) dan nilai VIF sebesar 1,158 ( $<10$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model regresi tidak mengalami masalah multikolinearitas.

e. Uji Regresi Berganda

1) Uji F

Tabel 7. Hasil Uji F

| Model                     | df | F     | p      |
|---------------------------|----|-------|--------|
| M <sub>1</sub> Regression | 2  | 119.2 | < .001 |

Hasil uji F menunjukkan bahwa kecanduan media sosial dan regulasi emosi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap agresivitas remaja, dengan nilai  $F(2,282) = 119,2$  dan  $p < 0,001$ .

## 2) Uji t

Tabel 8. Hasil Uji t

| Variabel         | Standardized | t      | p      |
|------------------|--------------|--------|--------|
| Kecanduan Medsos | 0.365        | 7.749  | < .001 |
| Regulasi Emosi   | -0.451       | -9.553 | < .001 |

Hasil uji t menunjukkan bahwa kecanduan media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap agresivitas remaja ( $\beta = 0,365$ ;  $t = 7,749$ ;  $p < 0,001$ ). Sementara itu, regulasi emosi berpengaruh negatif dan signifikan terhadap agresivitas remaja ( $\beta = -0,451$ ;  $t = -9,553$ ;  $p < 0,001$ ).

## 3) Uji Koefisien Determinasi

Tabel 9. Hasil Uji Koefisien Determinasi

| Model          | R     | R <sup>2</sup> | Adjusted R <sup>2</sup> |
|----------------|-------|----------------|-------------------------|
| M <sub>0</sub> | 0.000 | 0.000          | 0.000                   |
| M <sub>1</sub> | 0.677 | 0.458          | 0.454                   |

Hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai R<sup>2</sup> sebesar 0,458 dan Adjusted R<sup>2</sup> sebesar 0,454. Hal ini menunjukkan bahwa kecanduan media sosial dan regulasi emosi secara bersama-sama mampu menjelaskan 45,8% variasi agresivitas remaja, sedangkan 54,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

## f. Perbedaan Agresivitas Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 10. Hasil Uji Agresivitas Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | N   | Mean  | SD    | t      | p     | Cohen's d |
|---------------|-----|-------|-------|--------|-------|-----------|
| Laki-laki     | 80  | 81,26 | 16,94 | -2,203 | 0,028 | -0,290    |
| Perempuan     | 205 | 86,46 | 18,24 |        |       |           |

Hasil uji Independent Samples T-Test menunjukkan adanya perbedaan agresivitas yang signifikan berdasarkan jenis kelamin ( $t = -2,203$ ;  $p = 0,028$ ). Rata-rata agresivitas remaja perempuan ( $M = 86,46$ ;  $SD = 18,24$ ) lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki ( $M = 81,26$ ;  $SD = 16,94$ ).

g. Perbedaan Agresivitas Berdasarkan Usia

Tabel 11. Hasil Uji Agresivitas Berdasarkan Jenis Kelamin

| Usia     | N  | Mean $\pm$ SD                                            |
|----------|----|----------------------------------------------------------|
| 15 tahun | 46 | 88,11 $\pm$ 19,28                                        |
| 16 tahun | 95 | 82,34 $\pm$ 14,00                                        |
| 17 tahun | 97 | 83,00 $\pm$ 17,69                                        |
| 18 tahun | 47 | 91,47 $\pm$ 22,58                                        |
| ANOVA    |    | <b>F = 3,669; p = 0,013; <math>\eta^2</math> = 0,038</b> |

Hasil uji One-Way ANOVA menunjukkan adanya perbedaan agresivitas yang signifikan berdasarkan usia ( $F = 3,669$ ;  $p = 0,013$ ;  $\eta^2 = 0,038$ ). Secara deskriptif, rata-rata agresivitas tertinggi ditemukan pada remaja usia 18 tahun ( $M = 91,47$ ;  $SD = 22,58$ ), sedangkan rata-rata terendah ditemukan pada remaja usia 16 tahun ( $M = 82,34$ ;  $SD = 14,00$ ).

### 3.1 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap agresivitas remaja di Kabupaten Purworejo. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan media sosial pada remaja, maka semakin tinggi pula kecenderungan perilaku agresif yang ditampilkan. Penggunaan media sosial secara berlebihan dapat meningkatkan paparan terhadap konten negatif, seperti cyberbullying, ujaran kebencian, dan interaksi sosial yang kurang sehat, sehingga memengaruhi kontrol emosi dan perilaku remaja. Selain itu, penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat memicu stres, kecemasan, dan konflik sosial yang berdampak pada meningkatnya perilaku agresif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Winarko, yang menunjukkan bahwa kecanduan media sosial berkaitan dengan rendahnya kontrol diri dan meningkatnya masalah perilaku serta emosional pada remaja [30].

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh negatif dan signifikan terhadap agresivitas remaja. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa semakin baik kemampuan remaja dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi, maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresif yang ditampilkan. Remaja yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung mampu mengendalikan kemarahan, frustrasi, dan emosi negatif lainnya, sehingga tidak mudah melakukan tindakan agresif. Sebaliknya, rendahnya kemampuan regulasi emosi dapat menyebabkan remaja lebih impulsif dalam mengekspresikan emosi melalui perilaku agresif. Temuan ini mendukung teori regulasi emosi Gross (1998) serta sejalan dengan penelitian Putryani dkk., yang menunjukkan bahwa kesulitan dalam regulasi emosi berkaitan erat dengan meningkatnya perilaku agresif [18].

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan media sosial dan regulasi emosi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap agresivitas remaja dengan kontribusi sebesar 45,8%. Temuan ini menunjukkan bahwa agresivitas remaja dipengaruhi oleh faktor-faktor internal yang berkaitan dengan aspek perilaku dan psikologis individu. Kecanduan media sosial yang tinggi serta kemampuan regulasi emosi yang rendah dapat meningkatkan kecenderungan perilaku agresif pada remaja. Oleh karena itu, penguatan regulasi emosi dan penggunaan media sosial yang sehat menjadi penting dalam upaya pencegahan agresivitas pada remaja.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan agresivitas berdasarkan jenis kelamin dan usia. Remaja perempuan memiliki rata-rata agresivitas yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki, sedangkan berdasarkan usia, tingkat agresivitas tertinggi ditemukan pada remaja usia 18 tahun. Temuan ini mengindikasikan bahwa karakteristik perkembangan dan tuntutan sosial yang berbeda pada setiap kelompok dapat memengaruhi munculnya perilaku agresif. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Sa'adah dan Ariana [21] serta Luu dkk. yang menunjukkan bahwa faktor perkembangan, tekanan sosial, dan kemampuan pengendalian diri berperan dalam munculnya agresivitas pada remaja [13].



#### **4. KESIMPULAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap agresivitas remaja di Kabupaten Purworejo, sedangkan regulasi emosi berpengaruh negatif dan signifikan terhadap agresivitas remaja. Selain itu, kecanduan media sosial dan regulasi emosi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap agresivitas remaja dengan kontribusi sebesar 45,8%. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan media sosial dan semakin rendah kemampuan regulasi emosi, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku agresif pada remaja.

Penelitian ini juga menemukan adanya perbedaan tingkat agresivitas berdasarkan jenis kelamin dan usia. Remaja perempuan memiliki tingkat agresivitas yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki, sedangkan tingkat agresivitas tertinggi ditemukan pada remaja usia 18 tahun. Temuan ini mengindikasikan bahwa karakteristik perkembangan dan faktor psikologis individu berperan dalam munculnya perilaku agresif pada remaja.

Berdasarkan hasil penelitian, remaja diharapkan menggunakan media sosial secara bijak serta meningkatkan kemampuan regulasi emosi untuk mengurangi kecenderungan perilaku agresif. Orang tua dan sekolah juga perlu memberikan pendampingan, pengawasan, serta edukasi mengenai penggunaan media sosial yang sehat dan pengelolaan emosi kepada seluruh remaja. Penelitian selanjutnya disarankan mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi agresivitas serta melibatkan responden dari wilayah yang lebih luas agar hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik.

#### **REFERENSI**

- [1] Ariatmini, A., & Malahati, F. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja Awal Di Desa Candirejo. *Psikofusi: Jurnal Psikologi Integratif*, Vol. 6 No. 11.
- [2] Baiduri, B. N., & Widyorini, E. (2023). Regulasi Emosi Sebagai Mediator Antara Insecure Attachment Dan Perilaku Agresif Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 19(1), 57. <https://doi.org/10.24014/jp.v19i1.20065>
- [3] Dakota, A. D. (2025). Pengaruh Sosial Media terhadap Peningkatan Kejahatan di Kalangan Remaja di Indonesia. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, Vol.2, No.2, 311–315. <https://doi.org/https://doi.org/10.61722/jmia.v2i2.4333>
- [4] Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak serta Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kabupaten Purworejo. (2024). Bidang PPA melaksanakan kegiatan Bimtek Pencegahan dan Penanganan Kekerasan. <https://dpppapmd.purworejokab.go.id/bidang-ppa-melaksanakan-kegiatan-bimtek-pencegahan-dan-penanganan>
- [5] Gunadi, A., Sugiarti, R., & Erlangga, E. (2022). Peran Media Sosial dan Pola Pengasuhan Orang Tua terhadap Perilaku Agresif Jalanan pada Remaja. *Reswara Journal of Psychology*, 1(2), 26. <https://doi.org/10.26623/rjp.v1i1.5368>
- [6] Harun, M., Alwi, N. M., & Sari, P. (2025). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Perilaku Agresif pada Siswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, Volume 4 Nomor 2, hal 152–159. <https://doi.org/https://doi.org/10.37411/sjgc.v4i2.2944>
- [7] iNews Boyolali. (2024). Menganiaya remaja hingga tewas, 4 oknum pesilat di Boyolali ditangkap polisi. <https://boyolali.inews.id/read/475222/menganiaya-remaja-hingga-tewas-4-oknum-pesilat-di-boyolali-ditangkap-polisi?utm>
- [8] Kemal, A. F., & Wahyuni, R. (2025). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Agresi Verbal Pada Remaja Yang Menggunakan Media Sosial Di Kota Bontang. *PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(3).
- [9] KORANJURI.com. (2024, April 25). Buntut tawuran pelajar dua SMK di Purworejo, 12 orang diamankan polisi. <https://koranjuri.com/buntut-tawuran-pelajar-dua-smk-di-purworejo-12-orang-diamankan-polisi/?utm>
- [10] Kompas.com. (2024). Alasan belasan remaja di Klaten konvoi dengan membawa senjata tajam. <https://regional.kompas.com/read/2024/10/08/140258278/alasan-belasan-remaja-di-klaten-konvoi-dengan-membawa-senjata-tajam?utm>

- [11] Lopian, B., & Huwae, A. (2025). Kecemburuan Dan Agresivitas Pada Pasangan Yang Berpacaran Beda Suku Di Indonesia. *Jurnal PSIMAWA*, 8(2).
- [12] Lin, W., Cen, Z., & Chen, Y. (2025). The impact of social media addiction on the negative emotions of adolescent athletes: The mediating role of physical appearance comparisons and sleep. *Frontiers in Public Health*, 12, 1452769. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1452769>
- [13] Luu, A. W., Rini, A. P., & Ariyanto, E. A. (2022). Agresivitas pada remaja: Bagaimana peranan kontrol diri dan intensitas minum moka? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3).
- [14] Maryam & Retno Sulistianingsih. (2023). Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter dan Perilaku Agresif pada Remaja. *Flourishing Journal*, 3(9), 380–391. <https://doi.org/10.17977/um070v3i92023p380-391>
- [15] Maslukha, K., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2024). Kecanduan media sosial pada remaja: Bagaimana peran fear of missing out? *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.30996/jiwa.v2i1.10446>
- [16] Nugrahani, E. R., Matulesy, A., & Pratitis, N. (2024). Kontrol diri dan kecenderungan agresivitas verbal di media sosial pada remaja. *SUKMA : Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 1–11. <https://doi.org/10.30996/sukma.v5i1.10191>
- [17] Parham, P. M., Sari, P. N., & Mahyuddin, U. (2024). Perkembangan Pada Masa Remaja. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi*, Volume 1 No 1.
- [18] Putryani, S., Situmorang, N. Z., Bashori, K., & Syuhada, M. N. (2021). PERILAKU AGRESIF SISWA DILIHAT DARI REGULASI EMOSI. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, Volume 19 Nomor 2.
- [19] Rahmat, C. P., Ilahi, F. N., Cahyo, G. N., & Sugara, H. (2024). Perilaku Agresif Pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(3), 20–26. <https://doi.org/10.26539/teraputik.732700>
- [20] Ramadhan, G., Nurjanna, U., & Rahayu, N. A. (2025). Dinamika Psikososial Dalam Perkembangan Remaja: Studi Kasus Pada Pengaruh Teman Sebaya. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 3(1).
- [21] Sa'adah, N. L., & Ariana, A. D. (2022). Hubungan antara Menonton Film Kekerasan dengan Agresivitas pada Remaja Awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 31–36. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.31954>
- [22] Sesilia Apriliani, Indra Tri Astuti, & Kurnia Wijayanti. (2025). Gambaran Regulasi Emosi Remaja Sekolah Menengah Pertama di SMP Sultan Agung 4 Semarang. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 3(2), 125–137. <https://doi.org/10.61132/corona.v3i2.1219>
- [23] Shabrina Shabrina, Nafika Meisya Putri, Dian Anggraini Rahmawati, Tiara Salsabilla, & Tugimin Supriyadi. (2024). Faktor Psikologis Sosial Dalam Meningkatnya Tingkat Agresivitas Dan Kejahatan Tindak Kekerasan Dikalangan Remaja. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 3(2), 286–295. <https://doi.org/10.55606/concept.v3i2.1276>
- [24] Simarmata, M. J., & Fauzan, L. A. (2025). Memahami Agresivitas Generasi Alpha melalui Komunikasi Orang Tua dan Anak. *JIIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, Volume 8, Nomor 4.
- [25] Steinberg, L. (2017). *Adolescence* (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- [26] Sulistianingsih, T. A., Rini, R. A. P., & Saragih, S. (2023). Perilaku agresivitas pada remaja: Menguji peranan kematangan emosi dan kohesivitas. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4).
- [27] Sumaryati, I. U., Sirodj, D. A. N., & Gadama, M. (2024). Adaptasi Indonesia Bergen Social Media Addiction Scale Indonesia Bergen Social Media Addiction Scale Adaptation. 12.
- [28] Syihab, A., & Rani, D. (2023). Peranan Fear of Missing Out dan Attention-Seeking Behavior terhadap Problematic Social Media Use pada Remaja Pengguna Instagram. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 28(1), 15–28. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol28.iss1.art2>
- [29] Waluyo, A. (2024). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Agresif Verbal Remaja Indonesia di Media Sosial. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(3), 767. <https://doi.org/10.26714/jkj.12.3.2024.767-788>

- [30] Winarko, H. B. (2023). Kecemasan Digital: Penggunaan Media Sosial dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Remaja Indonesia. SOETOMO COMMUNICATION AND HUMANITIES, volume 4 No 1.
- [31] Zubaidah, Saputra, R., Danuarta, D., & Kusuma, Y. A. (2023). Perilaku Agresivitas Pada Remaja. Counseling As-Syamil, Vol.03, No. 2, Hal. 39-46.