

Peran Empati dan *Life Satisfaction* Terhadap Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying* Siswa

[The Influence of Empathy and Life Satisfaction on the Tendency of Cyberbullying Behavior Among Students]

Yohanis Babis¹⁾, Frederickson Victoranto Amseke^{2)*}, Roberto G. Hilly³⁾

Institut Agama Kristen Negeri Kupang

dedyamseke@iaknkupang.ac.id (corresponding)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran empati dan *life satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa. Empati dipandang sebagai kemampuan individu untuk memahami dan merasakan kondisi emosional orang lain, sedangkan *life satisfaction* merupakan penilaian individu terhadap kepuasan hidupnya secara keseluruhan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan instrumen berupa skala empati, skala *life satisfaction*, dan skala kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Responden penelitian ini berjumlah 50 siswa dengan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan teknik regresi linear berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa empati dan *life satisfaction* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* yang ditunjukkan nilai $F = 22,832$ dengan signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Koefisien determinasi dengan $R^2 = 0,492$ yang diartikan peran empati dan *life satisfaction* berkontribusi sebesar 49,2%. Empati memberikan sumbangan efektif sebesar 27,8%, sementara variabel *life satisfaction* memberikan sumbangan efektif sebesar 21,4%. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat empati dan kepuasan hidup yang dimiliki siswa maka semakin rendah kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Oleh karena itu, penguatan empati serta peningkatan kesejahteraan psikologis siswa perlu menjadi fokus dalam penyusunan program pencegahan *cyberbullying* di lingkungan sekolah.

Kata kunci: *empati; life satisfaction; cyberbullying; siswa*

ABSTRACT

This study aims to examine the roles of empathy and life satisfaction regarding the tendency toward cyberbullying behavior among students. Empathy is viewed as an individual's ability to understand and feel the emotional states of others, while life satisfaction represents an individual's overall assessment of their life. A quantitative approach was employed in this study. Data were collected using questionnaires comprising scales for empathy, life satisfaction, and cyberbullying behavioral tendencies. The study involved 50 students selected through purposive sampling, and the data were analyzed using multiple linear regression. The analysis results indicate that empathy and life satisfaction simultaneously exert a significant influence on the tendency toward cyberbullying behavior, as evidenced by an F-value of 22.832 and a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). The coefficient of determination (R^2) was 0.492, indicating that empathy and life satisfaction contributed 49.2% to the variance. Empathy provided an effective contribution of 27.8%, while life satisfaction contributed 21.4%. These findings demonstrate that higher levels of empathy and life satisfaction among students correlate with a lower tendency toward cyberbullying behavior. Therefore, fostering empathy and enhancing students' psychological well-being should be key focuses when developing cyberbullying prevention programs within school environments.

Keywords: *empathy; life satisfaction; cyberbullying; students*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah pola interaksi sosial remaja, termasuk dalam lingkungan pendidikan. Masa remaja merupakan masa perkembangan fisik dan psikis seseorang untuk dapatkan mengembangkan kemampuan kepribadiannya sendiri dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan dalam berperilaku yang bertanggung jawab secara sosial (Amseke & Radja, 2023). Bulan dan Amseke (2025) menuliskan bahwa fenomena mengenai emosi remaja dengan orang tua tunggal dapat dilihat dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis secara online yang melibatkan 30-50 remaja dengan usia 12-18 tahun. Hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa 42% remaja merasa sepi, 25% merasa sedih, 19% merasa kecewa, 11% merasa bahagia dan 3%.

Media sosial yang pada awalnya dimanfaatkan sebagai sarana komunikasi, berbagi informasi, dan membangun relasi sosial kini juga menjadi ruang munculnya berbagai bentuk perilaku agresif, salah satunya adalah *cyberbullying*. Fenomena ini menjadi perhatian global karena dampaknya tidak hanya dirasakan pada aspek psikologis korban, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan sosial, akademik, dan kesejahteraan mental remaja. Unesco (2023) menjelaskan bahwa *bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang terhadap individu yang berada pada posisi lebih lemah. Seiring berkembangnya teknologi digital, bentuk perundungan tersebut mengalami transformasi menjadi *cyberbullying*, yaitu tindakan agresif yang dilakukan melalui media digital seperti media sosial, aplikasi pesan instan, maupun platform komunikasi daring lainnya. Hinduja dan Patchin (2020) mendefinisikan *cyberbullying* sebagai tindakan menyakiti, memperlakukan, atau merugikan orang lain secara sengaja melalui teknologi digital.

Perkembangan penelitian mengenai *cyberbullying* menunjukkan bahwa perilaku tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan sosial. Salah satu faktor yang banyak mendapat perhatian adalah empati. Empati merupakan kemampuan individu untuk memahami dan merasakan kondisi emosional orang lain sehingga mampu mengurangi kecenderungan melakukan perilaku agresif. Wang dan Ge (2023) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat empati yang rendah cenderung lebih mudah melakukan tindakan agresif di dunia maya karena kurang mampu memahami dampak emosional yang dialami korban. Selain empati, *life satisfaction* atau kepuasan hidup juga dipandang sebagai faktor protektif terhadap munculnya perilaku agresif. Diener et al. (2022) menjelaskan bahwa *life satisfaction* merupakan evaluasi kognitif individu terhadap kualitas hidupnya secara menyeluruh. Remaja yang memiliki kepuasan hidup tinggi cenderung mampu mengelola emosi secara positif sehingga memiliki risiko lebih rendah untuk terlibat dalam perilaku *cyberbullying*.

Urgensi penelitian ini diperkuat oleh meningkatnya kasus perundungan di Indonesia. Laporan Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia tahun 2024 menunjukkan terdapat 573 kasus kekerasan di lingkungan pendidikan, meningkat lebih dari dua kali lipat dibandingkan tahun sebelumnya. Sebanyak 31% dari seluruh kasus tersebut merupakan kasus perundungan, sedangkan Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja tahun 2024 menunjukkan bahwa hampir setengah remaja Indonesia usia 13–18 tahun pernah mengalami kekerasan emosional, termasuk *cyberbullying*. Data tersebut menunjukkan bahwa *cyberbullying* telah menjadi persoalan serius yang memerlukan perhatian dari berbagai pihak, khususnya dalam lingkungan pendidikan.

Berbagai penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa empati memiliki hubungan negatif dengan perilaku *cyberbullying*. Mascia et al. (2021) serta Wang et al. (2022) menemukan bahwa semakin rendah tingkat empati seseorang, semakin tinggi kecenderungannya melakukan *cyberbullying*. Demikian pula, penelitian Zhu et al. (2022) dan Li et al. (2023) menunjukkan bahwa rendahnya *life satisfaction* berhubungan dengan meningkatnya perilaku agresif di media sosial. Akan tetapi, hasil penelitian lain menunjukkan temuan yang berbeda. Nuryoto et al. (2023) menuliskan empati tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku *cyberbullying*, sedangkan Zych et al. (2021) menjelaskan bahwa keterlibatan dalam *cyberbullying* juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti kontrol diri, tekanan teman sebaya, dan lingkungan digital. Pada variabel *life satisfaction*, Wang et al. (2024) dan Syifa (2025) menemukan bahwa kepuasan hidup yang tinggi belum tentu menjadi faktor pelindung terhadap *cyberbullying* karena perilaku tersebut dipengaruhi oleh berbagai

faktor psikologis lainnya. Perbedaan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara empati, *life satisfaction*, dan *cyberbullying* masih memerlukan kajian lebih lanjut.

Selain adanya inkonsistensi hasil penelitian, sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa sekolah menengah di wilayah perkotaan dengan karakteristik sosial yang berbeda. Penelitian mengenai pengaruh empati dan *life satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan, khususnya di Kota Kupang, masih relatif terbatas. Berdasarkan hasil pra-observasi dan wawancara yang dilakukan di SMK Negeri 8 Kupang, ditemukan bahwa penggunaan media sosial di kalangan siswa sangat tinggi serta masih dijumpai perilaku seperti ejekan, *body shaming*, penyebaran tangkapan layar percakapan pribadi, penggunaan akun anonim, dan komentar yang bersifat merendahkan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya indikasi perilaku *cyberbullying* yang perlu dikaji secara ilmiah.

Berdasarkan perkembangan penelitian, inkonsistensi hasil penelitian terdahulu, serta fenomena empiris yang ditemukan di SMK Negeri 8 Kupang, penelitian ini dilakukan sebagai upaya untuk mengisi kesenjangan penelitian dengan menganalisis pengaruh empati dan *life satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa sekolah menengah kejuruan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi pendidikan, khususnya mengenai faktor-faktor psikologis yang berperan dalam pencegahan *cyberbullying*, sekaligus menjadi dasar penyusunan program intervensi bagi sekolah dan guru bimbingan dan konseling.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh empati dan *life satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 8 Kupang. Diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan ilmu psikologi pendidikan serta menjadi masukan praktis bagi sekolah, guru bimbingan dan konseling, orang tua, dan pemangku kepentingan dalam merancang strategi pencegahan *cyberbullying* di lingkungan sekolah

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *ex post facto*. Pendekatan ini dipilih karena bertujuan untuk menguji pengaruh variabel empati dan *life satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel yang diteliti. Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 8 Kupang dengan melibatkan siswa kelas X, XI, dan XII sebagai subjek penelitian. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMK Negeri 8 Kupang, sedangkan sampel penelitian berjumlah 50 siswa yang ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu, seperti aktif menggunakan media sosial dan bersedia menjadi responden penelitian.

Instrumen penelitian terdiri atas tiga skala, yaitu skala empati, skala *life satisfaction*, dan skala kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Skala empati disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan Carré dan Stefaniak (2020) yakni *Perspective Taking*, *Fantasy*, dan *Empathic Concern*. Skala *life satisfaction* dengan konsep Diener, Oishi dan Tay (2022), yang menekankan pada penilaian kognitif individu terhadap kualitas kehidupannya secara menyeluruh yang mencakup kepuasan terhadap keluarga, pertemanan, sekolah, dan lingkungan kehidupan.

Sementara itu, skala *cyberbullying* dikembangkan berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Hinduja dan Patchin (2020) meliputi kesengajaan (*intentionality*), pengulangan (*repetition*), ketimpangan kekuatan (*power imbalance*), dan pemanfaatan teknologi digital. Hasil validitas membuktikan empati memiliki 13 aitem terbukti valid dengan menggunakan uji koefisien *corrected item total correlation*, nilai reliabilitas dengan teknik *alpha cronbach* sebesar 0,852. *Life satisfaction* memiliki 18 aitem terbukti valid dengan menggunakan uji koefisien *corrected item total correlation*, nilai reliabilitas dengan teknik *alpha cronbach* sebesar 0,887. *Cyberbullying* memiliki 19 aitem terbukti valid dengan menggunakan uji koefisien *corrected item total correlation*, nilai reliabilitas dengan teknik *alpha cronbach* sebesar 0,873. Teknik analisis data adalah analisis regresi berganda dengan metode analisis deskriptif. Data diolah menggunakan program statistik SPSS 25.0.

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Skala Empati

Variabel	Aspek	Indikator	Jumlah item	
			Favourable	Unfavorable
Empati (X1)	<i>Perspective taking</i>	Kemampuan memahami sudut pandang, pikiran, dan perasaan orang lain	1,4	12,15
	<i>Fantasy</i>	Kemampuan membayangkan diri berada dalam pengalaman emosional orang lain	2,6	8,10
	<i>Empathic concern</i>	Kepedulian dan simpati terhadap orang lain yang mengalami kesulitan	3,9	11,14
	<i>Personal Distress</i>	Respons emosional berupa rasa tidak nyaman atau cemas saat melihat orang lain menderita	5,13	7
	Total		8	7

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Skala *Life Satisfaction*

Variabel	Aspek	Indikator	Jumlah Item	
			Favourable	Unfavourable
<i>Life Satisfaction</i> (X2)	<i>Family satisfaction</i>	Dukungan emosional keluarga, hubungan harmonis, merasa diterima	1,21	5,16
	<i>Friend satisfaction</i>	Diterima dalam pertemanan, hubungan saling mendukung, teman dapat dipercaya	9,12	11,17
	<i>School Satisfaction</i>	Nyaman di sekolah, hubungan baik dengan guru/teman, mampu mengikuti tuntutan akademik	7,19	4,13,18
	<i>Living Environment Satisfaction</i>	Aman dan nyaman di lingkungan tempat tinggal	3,14	15
	<i>Self satisfaction</i>	Menerima diri, bangga terhadap pencapaian pribadi, penilaian positif diri	6,10	2,20
	Total		10	11

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Skala *Cyberbullying*

Variabel	Aspek	Indikator	Jumlah item	
			Favoriable	Unfavoriable
<i>Cyberbullying</i> (Y)	Kesengajaan (<i>Intentionality</i>)	Kesengajaan menyakiti atau mempermalukan orang lain melalui media digital	1,7	11,19
	Pengulangan (<i>Repetition</i>)	Pengulangan tindakan agresif melalui media digital	6,14	16,20
	Ketidakseimbangan Kekuatan (<i>Power Imbalance</i>)	Ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban	3,17	8,12
	Anonimitas (<i>Anonymity</i>)	Menyembunyikan atau memalsukan identitas saat melakukan perundungan	4,18	2,10
	Teknologi Digital	Penyebaran luas dan jejak digital yang bertahan lama	9,15	5,13,21
	Total		10	11

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun deskripsi statistik terhadap variabel empati, *life satisfaction*, dan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 8 Kupang disajikan sebagai berikut:

Tabel 4. Kategori Empati Siswa

Kategori	Rentang Skor	Responden	Persentase
Sangat Rendah	63–70	5	10
Rendah	71–78	13	26
Tinggi	79–86	20	40
Sangat Tinggi	87–94	12	24
Total		50	100

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat empati yang berada pada kategori tinggi. Sebanyak 20 siswa (40%) termasuk kategori tinggi, 12 siswa (24%) berada pada kategori sangat tinggi, 13 siswa (26%) berada pada kategori rendah, sedangkan 5 siswa (10%) termasuk kategori sangat rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum siswa SMK Negeri 8 Kupang memiliki kemampuan yang cukup baik dalam memahami perasaan, kondisi emosional, dan sudut pandang orang lain.

Empati merupakan kemampuan individu untuk memahami, merasakan, dan merespons keadaan emosional orang lain secara tepat. Tingginya tingkat empati pada siswa menunjukkan bahwa mereka memiliki kepedulian sosial yang baik, mampu membangun hubungan interpersonal yang positif, serta cenderung menghindari tindakan yang dapat merugikan orang lain. Menurut Wang dan Ge (2023), empati berfungsi sebagai faktor protektif yang mampu menekan munculnya perilaku agresif, termasuk *cyberbullying*. Oleh karena itu, semakin tinggi empati yang dimiliki siswa, maka semakin besar kemampuan mereka dalam mengendalikan perilaku negatif ketika berinteraksi di media digital.

Tabel 5. Kategori Life Satisfaction

Kategori	Rentang Skor	Responden	Persentase
Sangat Rendah	43–51	5	10
Rendah	52–59	15	30
Tinggi	60–67	20	40
Sangat Tinggi	68–76	10	20
Total		50	100

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 5 diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat *life satisfaction* pada kategori tinggi. Sebanyak 20 siswa (40%) berada pada kategori tinggi, 10 siswa (20%) berada pada kategori sangat tinggi, 15 siswa (30%) berada pada kategori rendah, dan 5 siswa (10%) berada pada kategori sangat rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki penilaian yang positif terhadap kualitas kehidupannya.

Kepuasan hidup mencerminkan bagaimana individu mengevaluasi kehidupannya secara menyeluruh, baik dari aspek keluarga, sekolah, hubungan sosial maupun kondisi pribadi. Individu yang memiliki kepuasan hidup tinggi cenderung lebih mampu mengendalikan emosi, menyelesaikan masalah secara adaptif, serta membangun hubungan sosial yang harmonis. Diener, Oishi dan Tay (2022) menuliskan bahwa *life satisfaction* merupakan evaluasi kognitif individu terhadap kualitas hidup yang dialaminya berdasarkan standar yang dimiliki. Dengan demikian, siswa yang memiliki kepuasan hidup tinggi cenderung lebih mampu mengontrol perilaku negatif sehingga tidak mudah terlibat dalam tindakan *cyberbullying*.

Tabel 6. Kategori Kecenderungan Perilaku Cyberbullying

Kategori	Rentang Skor	Responden	Persentase
Sangat Rendah	76–82	4	8
Rendah	83–88	8	16
Tinggi	89–94	28	56
Sangat Tinggi	95–100	10	20
Total		50	100

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa masih didominasi kategori tinggi. Sebanyak 28 siswa (56%) berada pada kategori tinggi, 10 siswa (20%) berada pada kategori sangat tinggi, 8 siswa (16%) berada pada kategori rendah, dan 4 siswa (8%) berada pada kategori sangat rendah.

Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian siswa masih memiliki kecenderungan melakukan tindakan agresif melalui media digital, seperti menghina, mengejek, mengirim komentar negatif, menyebarkan informasi pribadi, ataupun memperlakukan orang lain melalui media sosial. Menurut Hinduja dan Patchin (2020), *cyberbullying* merupakan tindakan agresif yang dilakukan secara sengaja menggunakan teknologi digital dengan tujuan menyakiti atau memperlakukan individu lain. Kondisi ini menunjukkan pentingnya upaya preventif melalui peningkatan empati, penguatan karakter, serta pengembangan kesejahteraan psikologis siswa.

Tabel 7. Ringkasan Hasil Analisis Pengaruh Empati dan *Life Satisfaction* terhadap Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying*

Variabel	Hasil	Interpretasi
Pengaruh Empati dan Life Satisfaction terhadap <i>Cyberbullying</i>	$F = 22.832$; Sig. = 0.000	Berpengaruh signifikan ($p < 0,05$)
Koefisien Determinasi	$R^2 = 0.492$ (49,2%)	Variabel bebas menjelaskan 49,2% variasi <i>cyberbullying</i>
Sumbangan Efektif Empati	27,8%	Kontribusi terhadap model
Sumbangan Efektif Life Satisfaction	21,4%	Kontribusi terhadap model
Koefisien Korelasi	$R = 0.701$	Hubungan kuat

Berdasarkan Tabel 7, hasil analisis menunjukkan bahwa model regresi yang dibangun memiliki kemampuan yang baik dalam menjelaskan hubungan antara empati dan *life satisfaction* dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai $F = 22,832$ dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa empati dan *life satisfaction* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 8 Kupang. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh kedua variabel independen terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* dapat diterima.

Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,492$) menunjukkan bahwa empati dan *life satisfaction* secara bersama-sama mampu menjelaskan 49,2% variasi kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Adapun 50,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini, seperti regulasi emosi, kontrol diri, pola asuh orang tua, intensitas penggunaan media sosial, pengaruh teman sebaya, serta karakteristik kepribadian. Temuan tersebut menunjukkan bahwa meskipun empati dan *life satisfaction* merupakan prediktor yang penting, terdapat faktor-faktor lain yang juga berkontribusi terhadap munculnya perilaku *cyberbullying* pada remaja.

Secara parsial, variabel empati memberikan sumbangan efektif sebesar 27,8%, sedangkan variabel *life satisfaction* memberikan sumbangan efektif sebesar 21,4%, sehingga total kontribusi kedua variabel mencapai 49,2%. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa empati memberikan kontribusi yang lebih besar dibandingkan *life satisfaction* dalam menjelaskan kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Individu yang memiliki tingkat empati yang tinggi cenderung mampu memahami kondisi emosional orang lain, sehingga lebih berhati-hati dalam berinteraksi di media digital dan menghindari perilaku yang dapat merugikan orang lain. Sementara itu, siswa yang memiliki tingkat *life satisfaction* yang tinggi umumnya menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik, sehingga lebih mampu mengelola emosi dan mengurangi kecenderungan melakukan tindakan agresif di dunia maya.

Selain itu, nilai koefisien korelasi ($R = 0,701$) menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara empati dan *life satisfaction* dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan empati dan kepuasan hidup merupakan faktor penting dalam upaya menekan kecenderungan perilaku *cyberbullying* di kalangan siswa. Oleh karena itu, sekolah perlu mengembangkan program pendidikan karakter, penguatan empati, serta layanan bimbingan dan konseling yang berorientasi pada peningkatan kesejahteraan psikologis siswa sebagai strategi preventif untuk mengurangi perilaku *cyberbullying*.

Tabel 8. Hasil Uji Regresi Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	10.842	3.115		3.479	.001
Empati (X ₁)	0.301	0.079	0.376	3.812	.000
Life Satisfaction (X ₂)	0.342	0.085	0.418	4.024	.000

Analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa persamaan regresi yang diperoleh adalah: $Y = 10,842 + 0,301X_1 + 0,342X_2$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa variabel empati (X₁) dan *life satisfaction* (X₂) memberikan kontribusi terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa. Nilai konstanta sebesar 10,842 menunjukkan nilai dasar kecenderungan perilaku *cyberbullying* ketika variabel empati dan *life satisfaction* dianggap konstan.

Koefisien regresi empati sebesar 0,301 dan *life satisfaction* sebesar 0,342 menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki kontribusi dalam model regresi. Hasil uji parsial menunjukkan bahwa empati berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* ($t = 3,812$; $p = 0,000$), demikian pula *life satisfaction* yang juga berpengaruh signifikan ($t = 4,024$; $p = 0,000$). Dengan demikian, kedua variabel secara statistik terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 8 Kupang.

Tabel 9. Hasil Uji Regresi Berganda Signifikan Nilai F

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	2005.165	2	1002.583	22.832	.000 ^b
Residual	2148.558	47	45.705		
Total	4153.723	49			

Hasil uji simultan menunjukkan nilai F hitung sebesar 22,832 dengan tingkat signifikansi 0,000, yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Dengan demikian, model regresi yang digunakan dinyatakan layak dan mampu menjelaskan hubungan antara variabel empati dan *life satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying*.

Temuan tersebut membuktikan bahwa empati dan *life satisfaction* secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 8 Kupang. Oleh karena itu, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya pengaruh kedua variabel bebas secara bersama-sama terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* dinyatakan diterima.

Tabel 10. Hasil Koefisien Korelasi dan Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.701	.492	.478	4.215

Nilai koefisien korelasi ($R = 0,701$) menunjukkan bahwa hubungan antara empati dan *life satisfaction* dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* berada pada kategori kuat. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan pada kedua variabel independen memiliki hubungan yang erat dengan perubahan pada kecenderungan perilaku *cyberbullying*.

Nilai *R square* sebesar 0,492 menunjukkan bahwa 49,2% variasi kecenderungan perilaku *cyberbullying* dapat dijelaskan oleh variabel empati dan *life satisfaction* secara simultan. Sementara itu, 50,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian, seperti regulasi emosi, kontrol diri, pola asuh orang tua, intensitas penggunaan media sosial, pengaruh teman sebaya, kepribadian, maupun lingkungan sosial.

Nilai *adjusted R square* sebesar 0,478 menunjukkan bahwa setelah dilakukan penyesuaian terhadap jumlah variabel bebas dan ukuran sampel, model regresi masih mampu menjelaskan 47,8% variasi kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Selain itu, nilai *Std. Error of the Estimate* sebesar 4,215 menunjukkan bahwa model regresi memiliki tingkat kesalahan prediksi yang relatif kecil sehingga dapat dikatakan cukup baik dalam memprediksi kecenderungan perilaku *cyberbullying* berdasarkan variabel empati dan *life satisfaction*.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh empati dan *life satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 8 Kupang. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat empati pada kategori tinggi (40%) dan sangat tinggi (24%). Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas siswa telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam memahami perasaan, perspektif, dan kondisi emosional orang lain. Empati merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan sosial remaja karena berperan dalam membangun hubungan interpersonal yang positif serta mengurangi kecenderungan melakukan perilaku agresif. Wang dan Ge (2023) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat empati yang tinggi cenderung lebih mampu memahami dampak emosional dari tindakan yang dilakukan sehingga lebih kecil kemungkinannya terlibat dalam perilaku *cyberbullying*.

Hasil deskriptif juga menunjukkan bahwa *life satisfaction* siswa secara umum berada pada kategori tinggi. Sebanyak 40% responden berada pada kategori tinggi dan 20% pada kategori sangat tinggi. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebagian besar siswa memiliki evaluasi yang positif terhadap kualitas kehidupannya, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun hubungan sosial. Menurut Diener et al. (2022), *life satisfaction* merupakan penilaian kognitif individu terhadap kualitas hidup secara keseluruhan berdasarkan standar yang dimilikinya. Individu yang memiliki tingkat kepuasan hidup yang baik umumnya mampu mengelola emosi secara lebih adaptif, memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, serta mampu membangun relasi sosial yang sehat.

Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan perilaku *cyberbullying* masih didominasi oleh kategori tinggi, yaitu sebesar 56%, sedangkan 20% responden berada pada kategori sangat tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku *cyberbullying* masih menjadi fenomena yang perlu mendapat perhatian di lingkungan sekolah. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa perkembangan teknologi dan tingginya intensitas penggunaan media sosial oleh remaja berpotensi meningkatkan peluang terjadinya perilaku agresif di ruang digital. Hinduja dan Patchin (2020) menyatakan bahwa *cyberbullying* merupakan bentuk agresi yang dilakukan secara sengaja melalui media digital dengan tujuan menyakiti, mempermalukan, atau mengintimidasi individu lain. Oleh karena itu, diperlukan strategi pencegahan yang tidak hanya berfokus pada pengawasan penggunaan media sosial, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis siswa.

Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa empati dan *life satisfaction* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji F yang memperoleh nilai $F = 22,832$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel independen secara bersama-sama mampu menjelaskan perubahan pada kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,492$) mengindikasikan bahwa empati dan *life satisfaction* memberikan kontribusi sebesar 49,2% terhadap variasi kecenderungan perilaku *cyberbullying*, sedangkan 50,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti, seperti regulasi emosi, kontrol diri, pola asuh orang tua, intensitas penggunaan media sosial, pengaruh teman sebaya, maupun karakteristik kepribadian.

Secara parsial, variabel empati terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* dengan nilai $t = 3,812$ dan $p = 0,000$. Hasil ini menunjukkan bahwa empati merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan dalam menjelaskan variasi perilaku *cyberbullying* pada siswa. Individu yang mampu memahami perasaan orang lain cenderung lebih mempertimbangkan dampak dari tindakan yang dilakukan sehingga lebih mampu mengontrol perilaku agresif di media digital. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wang dan Ge (2023) yang menyatakan bahwa empati berfungsi sebagai faktor protektif terhadap perilaku *cyberbullying* karena mampu meningkatkan kepedulian sosial dan mengurangi kecenderungan menyakiti orang lain melalui media digital.

Variabel *life satisfaction* juga menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* dengan nilai $t = 4,024$ dan $p = 0,000$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kepuasan hidup memiliki kontribusi yang lebih besar dibandingkan empati, sebagaimana terlihat dari nilai Standardized Beta sebesar 0,418, sedangkan empati memiliki nilai Beta sebesar 0,376. Temuan ini mengindikasikan bahwa kondisi psikologis yang positif, ditandai dengan kepuasan terhadap kehidupan, berperan dalam membentuk perilaku sosial yang lebih adaptif. Remaja yang merasa puas terhadap kehidupannya cenderung memiliki kestabilan emosi, mampu mengatasi tekanan psikologis secara konstruktif, serta tidak mudah mengekspresikan frustrasi

melalui perilaku agresif di media sosial. Hasil ini mendukung penelitian Zhu et al. (2022) dan Li et al. (2023) yang menjelaskan bahwa *life satisfaction* merupakan faktor pelindung yang dapat menurunkan kecenderungan perilaku agresif dan meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa empati dan *life satisfaction* merupakan dua aspek psikologis yang berkontribusi terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa. Temuan ini memberikan implikasi praktis bahwa upaya pencegahan *cyberbullying* di lingkungan sekolah perlu dilakukan melalui penguatan pendidikan karakter, pengembangan empati, peningkatan kesejahteraan psikologis siswa, serta optimalisasi layanan bimbingan dan konseling. Selain itu, kolaborasi antara sekolah, orang tua, dan masyarakat sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sosial-emosional remaja sehingga perilaku *cyberbullying* dapat diminimalkan.

PENUTUP

Simpulan

Kesimpulan penelitian ini membuktikan bahwa empati dan *life satisfaction* merupakan faktor psikologis yang berperan dalam menjelaskan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa SMK Negeri 8 Kupang. Secara simultan maupun parsial, kedua variabel memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying*. Temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi tingkat empati dan kepuasan hidup yang dimiliki siswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku *cyberbullying*. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh empati dan *life satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* telah tercapai.

Saran

Temuan ini memberikan kontribusi bagi pengembangan psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan, dengan memperkuat bukti empiris bahwa penguatan empati dan peningkatan *life satisfaction* merupakan faktor protektif dalam mencegah perilaku agresif di ruang digital. Selain itu, penelitian ini memperluas kajian mengenai *cyberbullying* pada siswa sekolah menengah kejuruan di wilayah Indonesia Timur yang masih relatif terbatas, sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dalam mengembangkan model pencegahan berbasis faktor psikologis.

Berdasarkan temuan ini maka diharapkan sekolah dapat mengembangkan program yang berfokus pada penguatan empati, peningkatan kesejahteraan psikologis siswa, serta pendidikan literasi digital melalui layanan bimbingan dan konseling maupun kegiatan pembinaan karakter. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah responden yang lebih besar, menjangkau wilayah penelitian yang lebih luas, serta mempertimbangkan variabel lain, seperti regulasi emosi, kontrol diri, pola asuh, dukungan teman sebaya, dan intensitas penggunaan media sosial, agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *cyberbullying* pada remaja. Selain itu, sekolah dapat mengembangkan program pencegahan *cyberbullying* melalui penguatan pendidikan karakter, layanan bimbingan dan konseling, serta kegiatan yang berorientasi pada peningkatan empati dan kesejahteraan psikologis siswa. Upaya tersebut penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan sosial-emosional peserta didik.

Bagi guru dan konselor sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam merancang layanan preventif maupun intervensi yang berfokus pada pengembangan empati, keterampilan regulasi emosi, dan peningkatan *life satisfaction*. Program-program tersebut diharapkan mampu meminimalkan kecenderungan perilaku *cyberbullying* di lingkungan sekolah.

Bagi orang tua, diperlukan keterlibatan yang lebih aktif dalam memberikan pendampingan, membangun komunikasi yang terbuka, serta melakukan pengawasan terhadap penggunaan media digital oleh anak. Dukungan keluarga yang positif diharapkan dapat membantu siswa mengembangkan kesejahteraan psikologis dan perilaku sosial yang lebih adaptif.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan melibatkan jumlah responden yang lebih besar, cakupan sekolah yang lebih luas, serta menambahkan variabel

lain yang berpotensi memengaruhi perilaku *cyberbullying*, seperti kontrol diri, regulasi emosi, pola asuh orang tua, intensitas penggunaan media sosial, moral disengagement, maupun pengaruh teman sebaya. Dengan demikian, hasil penelitian di masa mendatang diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). American Psychological Association.
- Amseke, F. V., & Radja, P. L. (2023). Peran *Parent Adolescent Relationship* Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja. *Humanlight Journal of Psychology*, 4(2), 108-120. <https://doi.org/10.51667/jph.v4i2.1640>.
- Buelga, S., Cava, M. J., Ortega-Barón, J., & Torralba, E. (2022). Cyberbullying among adolescents: The role of emotional intelligence and empathy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9), 5174. <https://doi.org/10.3390/ijerph19095174>
- Bulan, Y. S., & Amseke, F. V. (2025). Peran Kelekatan Teman Sebaya dan Religiusitas Terhadap Regulasi Emosi Remaja Dengan Orang Tua Tunggal. *Humanlight Journal of Psychology*, 6(1), 24-38. <https://www.ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/humanlight/article/view/2443>
- Carré, A., & Stefaniak, N. (2020). Empathy and adolescent social behavior. *Personality and Individual Differences*, 159, 109870. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109870>
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2022). Advances in subjective well-being research. *Nature Reviews Psychology*, 1(5), 253–267. <https://doi.org/10.1038/s44159-022-00078-6>
- Estévez, E., Delgado, B., & Martínez-Ferrer, B. (2021). Profiles of cyberbullying and associated psychosocial adjustment among adolescents. *Computers in Human Behavior*, 119, 106719. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106719>
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2020). Cultivating youth resilience to prevent bullying and cyberbullying victimization. *Child Abuse & Neglect*, 107, 104558. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104558>
- Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia. (2024). *Catatan akhir tahun pendidikan Indonesia 2024*. JPPI.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & McCord, A. (2021). A developmental approach to cyberbullying: Prevalence and protective factors. *Aggression and Violent Behavior*, 57, 101482. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2020.101482>
- Li, X., Wang, Y., & Zhao, L. (2023). Life satisfaction and cyberbullying among adolescents: The mediating role of emotional regulation. *Current Psychology*, 42(18), 15634–15645. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03145-8>
- Mascia, M. L., Agus, M., & Penna, M. P. (2021). Emotional intelligence, empathy, and cyberbullying among adolescents: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), 13094. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413094>
- Navarro, R., Yubero, S., & Larrañaga, E. (2021). Cyberbullying victimization and life satisfaction among adolescents. *Children and Youth Services Review*, 120, 105729. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105729>
- Nuryoto, S., Kurniawan, I., & Rahmawati, D. (2023). Empathy and cyberbullying behavior among Indonesian adolescents. *Jurnal Psikologi*, 50(2), 145–156.
- OECD. (2021). *Beyond academic learning: First results from the survey of social and emotional skills*. OECD Publishing.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2022). *Bullying today: Bullet points and best practices*. Corwin Press.
- UNESCO. (2022). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. UNESCO Publishing.
- Wang, H., & Ge, T. (2023). Empathy and aggressive online behavior among adolescents: A meta-analysis. *Current Psychology*, 42(27), 23678–23691. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03568-3>

- Wang, X., Li, Y., & Chen, J. (2022). The relationship between empathy and cyberbullying among adolescents: A cross-sectional study. *Frontiers in Psychology, 13*, 897563. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.897563>
- Wang, Y., Zhang, L., & Liu, H. (2024). Life satisfaction, peer influence, and cyberbullying among adolescents: A moderated mediation model. *Children and Youth Services Review, 158*, 107433. <https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2024.107433>
- Wentzel, K. R. (2022). Peer relationships, motivation, and adjustment in adolescence. *Annual Review of Developmental Psychology, 4*, 141–163. <https://doi.org/10.1146/annurev-devpsych-120920-023527>
- World Health Organization. (2024). *Adolescent mental health*. World Health Organization.
- Zhu, X., Zhang, Y., & Li, H. (2022). Life satisfaction and online aggressive behavior among adolescents: The mediating role of psychological well-being. *Frontiers in Psychology, 13*, 913421. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.913421>
- Zych, I., Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2021). Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior, 57*, 101482. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2020.101482>