

Meningkatkan Regulasi Emosi dengan Mengurangi Deindividuasi pada Gen Z dalam Mencegah Perilaku *Hate Speech* pada Media Sosial

Dwi Nur Rahma

Mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: dwinurrahma52@gmail.com

Andik Matulesy

Dosen Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: andikmatulesy@untag-sby.ac.id

Nindia Pratitis

Dosen Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: nindia@untag-sby.ac.id

Amherstia Pasca Rina

Dosen Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: pascarina@untag-sby.ac.id

Abstract

Social media is a tool that allows someone to interact online without being limited by space and time. One of them is the social media Instagram, whose existence is often misused by irresponsible users to behave in hate speech. Group situations allow a person's self-awareness to be reduced and with low emotional regulation it allows a person to behave hate speech. This study aims to determine the relationship between deindividuation and emotion regulation with hate speech behavior in Generation Z who use social media. The method used in this research is quantitative correlation with a total of 115 Generation Z subjects aged 18-28 years. The collection of subjects using incidental sampling technique. The results of data analysis using Spearman's Rho Non-Parametric Correlation produced a significant positive relationship between Deindividuation and Hate Speech behavior in Generation Z of social media users and there was a significant negative relationship between Emotion Regulation and Hate Speech Behavior in Generation Z of social media users. The existence of a positive relationship means that the higher the deindividuation in Generation Z, the higher the Hate Speech behavior and vice versa. The existence of a negative relationship means that the lower the Emotion Regulation in Generation Z, the higher Hate Speech behavior will be and vice versa.

Keywords: *Deindividuation; Generation Z; Instagram; Hate Speech Behavior; Emotion Regulation*

Abstrak

Media sosial merupakan sarana yang memungkinkan seseorang dapat berhubungan secara online tanpa dibatasi ruang dan waktu. Salah satunya adalah media sosial instagram, keberadaannya sering disalahgunakan pengguna yang tidak bertanggung jawab untuk berperilaku hate speech. Situasi kelompok memungkinkan kesadaran diri seseorang akan berkurang dan dengan regulasi emosi yang rendah maka memungkinkan seseorang untuk berperilaku hate speech. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara deindividuasi dan regulasi emosi dengan perilaku hate speech pada Generasi Z pengguna media sosial. Metode yang digunakan dalam

penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan jumlah subjek sebanyak 115 Generasi Z yang berusia 18 – 28 tahun. Pengumpulan subjek menggunakan teknik insidental sampling. Hasil analisis data menggunakan Korelasi Non-parametrik Spearman's Rho menghasilkan hubungan positif yang signifikan antara Deindividuasi dengan perilaku Hate Speech pada Generasi Z pengguna media sosial serta terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Hate Speech pada Generasi Z pengguna media sosial. Adanya hubungan positif dapat diartikan bahwa semakin tinggi deindividuasi pada Generasi Z maka perilaku Hate Speech juga semakin tinggi dan sebaliknya. Adanya hubungan negatif dapat diartikan bahwa semakin rendah Regulasi Emosi pada Generasi Z maka perilaku Hate Speech akan semakin tinggi dan begitu juga sebaliknya.

Kata kunci: Deindividuasi; Generasi Z; Instagram; Perilaku Hate Speech; Regulasi Emosi

Pendahuluan

Kemajuan teknologi merupakan hal sangat penting di era globalisasi saat ini. Survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) di periode 2021 – 2022 menemukan bahwa 210.026.769 jiwa dari 272.682.600 jiwa penduduk Indonesia terhubung dengan internet. Alasan paling umum dalam penggunaan internet yaitu untuk menggunakan media sosial semacam *Facebook, Whatsapp, Telegram, Line, Twitter, Instagram, Youtube, dll*, dengan presentase 98,02%. Pengguna instagram di Indonesia adalah 84% dari total populasi dan menempati urutan keempat dengan pengguna aktif perbulan sebanyak 99,15 juta orang dan pengguna terbanyak berada pada usia 18 hingga 24 tahun yakni 33,90 juta pengguna (APJII, 2022).

Usia yang disebutkan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia termasuk dalam usia Generasi Z yang menurut Kupperschmidt (2000) Generasi internet dengan kelahiran 1995 – 2010. Generasi Z disebut *i-generation* karena lahir ketika teknologi informasi sangat maju, sehingga membuat Generasi Z sangat bergantung dengan teknologi dan lebih banyak berhubungan melalui media sosial. Fakta lain mengenai Generasi Z adalah tidak mengakses informasi melalui koran maupun televisi melainkan melalui media sosial. Oleh karena itu, setiap pengalaman baik maupun pengalaman buruk yang diperolehnya, akan diungkapkan di media sosial pribadinya (Sladek & Grabinger, 2018).

Keberadaan instagram sering terjadi penyalagunaan bagi pemakai yang tidak bertanggung jawab untuk mengunggah, berkomentar atau berkata kasar dengan maksud menghina atau mempermalukan orang lain. Sehingga, instagram dapat memberikan pengaruh negatif bagi pengguna yang tidak mampu memanfaatkan media sosial dengan semestinya, akibatnya rendahnya etika dan moral pengguna dalam bermedia sosial. Survei Digital Civility Index (DCI) menemukan hal yang sama bahwa Indonesia menduduki peringkat ke-29 sebagai pengguna media sosial dengan tingkat kesopanan terendah dalam menggunakan internet se-Asia Pasifik (Arthamevia et al., 2022).

Pada akun instagram resmi selebriti, pengguna instagram berani menjadikan sasaran perilaku *hate speech*. Tidak mengherankan jika banyak pengguna

instagram yang terprovokasi bahkan untuk memprovokasi pengguna instagram yang lain. Marwati mengatakan bahwa perilaku *hate speech* adalah sebuah kegiatan komunikasi dalam bentuk hasutan atau penghinaan yang mencakup aspek misalnya ras, warna kulit, etnis, jenis kelamin, kecacatan, orientasi seksual, asal kebangsaan, agama yang telah dijalankan oleh individu atau kelompok terhadap individu atau kelompok lain (Astuti, 2019).

Fenomena *hate speech* dapat diketahui pada akun instagram @lucintaluna_manjalita yang dipadati komentar akibat mempublikasikan foto dirinya sebelum dan pasca operasi plastik pada hidungnya. Tulaian hujatan hingga provokasi yang membawa aspek gender dituliskan sebagai berikut (Instagram Post: Manjalita, 2023):

@rumahjogja_tri “kmaren dah cantik. Lama2 ganteng loh”

@yocka10 “hidung udh bgus. Rahang nya yg jelek, double cin”

@rahmatt_alfiansyia “Ternyata kalau nggk pakai makeup muka prianya jelas amat (emotikon tertawa) ngakak”

@zeanaa2021 “Trus suaranya kapan berubah.. habis op tembolok kok masih sama suaranya”

Komentar @zeanaa2021 menimbulkan komentar balasan dari *followers* lain sebagai berikut:

@elisallss “tambah gede malah kaya laki bgt”

@wlnzzzzz “bisa on of ky ny suaranya, bisa cwe bisa cwo”

@nddhanurull “iya suara lakinya making gk kekontrol”

Penelitian yang dilakukan Febriyani (2018) menyatakan bahwa faktor penyebab seseorang melakukan *hate speech* di media sosial disebabkan keadaan psikologis yaitu kejiwaan individu, sarana dan fasilitas, kontrol sosial, ketidaktahuan masyarakat, kemajuan teknologi dan kepentingan masyarakat. Bisa disimpulkan sebenarnya perilaku *hate speech* adalah suatu tindakan yang merugikan orang lain dengan menggunakan kekerasan verbal dalam berkomentar seperti menghina, menghasut, memprovokasi, menyebarkan dengan tujuan membuat prasangka atau penilaian negatif. Tingkat perilaku menyimpang dan penyalahgunaan media sosial, khususnya *hate speech* sangat tinggi (Afif et al., 2021).

Fenomena penyimpangan sosial seperti perilaku *hate speech* yang dilakukan seseorang dianggap sebagai akibat dari gagalnya lingkungan tersebut dalam membentuk kontrol sosial. Di situasi kelompok, akan terjadi pengurangan pengekangan batin karena individu melakukan tindakan yang diinginkan dan memiliki kepuasan yang lebih besar apabila individu tersebut dalam kelompok. Sebab itu, kelompok memiliki pengaruh yang cukup besar bagi individu terutama dapat mengakibatkan individu kehilangan kesadaran diri dan berperilaku melampaui batas normal. Hilangnya kesadaran diri ketika berada dalam situasi kelompok inilah yang disebut dengan deindividuasi (Marwa & Fadhlana, 2021).

Penelitian (Ridesta & Supradewi, 2020) menemukan bahwa deindividuasi dengan perilaku *hate speech* memiliki hubungan yang signifikan. Penelitian tersebut juga menemukan adanya perbedaan yang signifikan melakukan *hate speech* berdasarkan gender. Pendapat Myers (2014) juga menyatakan bahwa deindividuasi

adalah hilangnya persiapan diri serta hilangnya kepedulian terhadap penilaian orang lain terhadap individu dalam segala situasi kelompok yang mendukung tanggapan *positif* atau *negatif* pada kelompok tersebut. Apabila individu berada dalam kelompok besar, maka individu akan mudah terpengaruh oleh kondisi kelompok yang membuat individu akan bersikap sama dengan yang kelompok lakukan.

Selain itu, faktor lain yang melatarbelakangi perilaku *hate speech* disebabkan oleh individu sendiri yaitu keadaan psikologis atau kejiwaan individu yakni daya emosional. Goleman menyatakan bahwa munculnya perilaku negatif dalam diri akibat sebuah rangsangan yang tiba merupakan gambaran terhadap peningkatan emosi yang tidak seimbang (Afif et al., 2021). Berdasarkan penelitian Rad et al., (2020) juga menemukan hal yang sama bahwa seseorang diselimuti kesadaran konten internet yang menurun, sikap mengabaikan tinggi terhadap efek negatif dari ujaran kebencian dan penurunan strategi regulasi perilaku digital, maka ada kemungkinan sekitar 46% bahwa individu tersebut akan mengembangkan kekurangan kesadaran emosional sebagai faktor regulasi emosi saat menghadapi ujaran kebencian digital.

Hal tersebut didukung oleh pendapat (Gross, 2014) bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan diri dalam menilai, mengendalikan dan menerapkan suatu emosi dengan waktu dan tempat yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosi (*emotional stability*). Kestabilan emosi yang tinggi dan tepat dalam mengatur emosi dapat meningkatkan kemampuan individu ketika menghadapi kegentingan dalam hidupnya (Farih & Wulandari, 2022). Apabila seseorang yang mampu dalam meregulasi emosinya maka individu tersebut lebih mampu berpikir dahulu sebelum bertindak artinya individu akan mengolah emosinya terlebih dahulu. Namun, ketika individu tidak mampu mengendalikan emosinya maka individu tersebut akan mengekspresikannya melalui ungkapan negatif yakni bagaimana keadaan emosional individu terkait dengan isu - isu yang beredar dalam konten di instagram.

Tujuan penelitian tersebut untuk mengamati bagaimana hubungan antara deindividuasi dan regulasi emosi terkait dengan *hate speech* pada Generasi Z pengguna media sosial. Berdasarkan fenomena, teori dan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa deindividuasi dan regulasi emosi memiliki pengaruh terhadap perilaku *hate speech*. Hilangnya kesadaran diri, identitas diri, pengertian evaluative ketika individu berada dalam situasi kelompok dapat mengakibatkan seseorang berperilaku menyimpang salah satunya yaitu individu tersebut dapat melakukan *hate speech*. Kemudian, keadaan psikologis individu yakni daya emosional khususnya pengelolaan emosi juga dapat mempengaruhi individu dalam berperilaku *hate speech*. Ketika seseorang tidak mampu untuk mengelola atau memproses emosinya maka kemungkinan besar orang tersebut akan melakukan *hate speech*.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode analisis yang berjenis kuantitatif korelasional, hasil dari data yang diperoleh berupa angka. Tujuan dilakukan penelitian tersebut untuk memahami hubungan antara deindividuasi dan regulasi

emosi dengan perilaku *hate speech*. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan *software GPower* dengan nilai toleransi sebesar 5% (0,05) dan kekuatan statistik sebesar 95% (0,95) sehingga menghasilkan *effect size* sebesar 0,3 (Cohen, 1988). Sehingga ditemukan jumlah sampel sebesar 115 dengan teknik incidental sampling sebagai teknik pengambilan sampel dengan kriteria berjenis kelamin laki – laki atau perempuan, berusia 18 – 28 tahun, memiliki akun dan aktif media sosial Instagram dan berdomisili Surabaya. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh akan dikumpulkan dengan mengisi kuesioner berupa *google form* dan skala likert bobot skor 1 – 5 pada setiap alat ukur variabel deindividuasi, regulasi emosi dan perilaku *hate speech*.

Skala yang digunakan untuk mengukur perilaku *hate speech* menggunakan aspek – aspek perilaku *hate speech* Komisi Nasional Hak Asasi Manusia (2015) yang terdiri dari *hate speech* terhadap suku; *hate speech* terhadap agama; *hate speech* terhadap aliran keagamaan; *hate speech* terhadap keyakinan atau kepercayaan; *hate speech* terhadap ras; *hate speech* terhadap golongan; *hate speech* terhadap warna kulit; *hate speech* terhadap etnis; *hate speech* terhadap gender; *hate speech* terhadap kaum difabel; *hate speech* terhadap orientasi seksual dan ekspresi gender (dalam Azis, 2016). Skala perilaku *hate speech* yang digunakan sebanyak 34 item dengan reliabilitas sebesar 0,950 dan validitas yang bergerak dari 0,304 hingga 0,761.

Skala yang digunakan untuk mengukur deindividuasi menggunakan aspek – aspek deindividuasi (Diener, 1976) yang terdiri dari individu tidak akan berperilaku berdasarkan keinginannya, akan tetapi individu berperilaku atau merespon berdasarkan stimulan yang ada dalam kelompoknya; individu melihat dirinya sebagai bagian dari kelompok; individu merasa bahwa dirinya tidak diminta bertanggung jawaban atas segala tingkah laku yang sudah dilakukannya; individu tidak akan peduli tentang evaluasi sosial dari tindakannya. Skala deindividuasi yang digunakan sebanyak 20 item dengan reliabilitas sebesar 0,868 dan validitas yang bergerak dari 0,327 sampai dengan 0,589.

Skala yang digunakan untuk mengukur regulasi emosi menggunakan aspek – aspek regulasi emosi Gross (2007) yang terdiri dari *strategies to emotion regulation (strategies)*; *engaging in goal directed behavior (goals)*; *control emotional responses (impulse)*; *acceptance of emotional response (acceptance)* (Anggraini, 2015; Arianty, 2018). Skala regulasi emosi yang digunakan sebanyak 19 item dengan reliabilitas sebesar 0,883 dan validitas yang bergerak dari 0,388 sampai dengan 0,643.

Hasil dari penelitian tersebut menghasilkan data yang akan diolah menggunakan teknik analisis non parametrik yaitu uji korelasi Spearman's Rho tujuannya mengetahui hubungan dua variabel bebas dengan satu variabel terikat. Perihal uji prasyarat yang tidak terpenuhi, mengakibatkan teknik analisis regresi ganda tidak bisa diterapkan dalam penelitian ini. Hasil dari data tersebut akan diolah menggunakan bantuan program komputer IBM SPSS *statistic 25.0 for Windows*.

Hasil

Tabel 1 menyatakan hasil uji normalitas sebaran pada variabel perilaku *Hate Speech* menggunakan *Kolmogorov-Sminrov*. hasil signifikansi sebesar $0,200 > 0,05$. Artinya data yang dihasilkan tersebut memiliki sebaran data yang berdistribusi normal

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov			
	Statistic	N	Sig.	Keterangan
Unstandardized Residual	0,053	115	0,200	Normal

Sumber: Output SPSS 25.0

Tabel 2 menyatakan hasil uji linieritas sebaran data variabel Deindividuasi dengan Perilaku *Hate Speech* didapatkan nilai signifikansi sejumlah $0,001$ ($p < 0,05$) artinya tidak ada hubungan yang linier dan variabel Regulasi Emosi dengan Perilaku *Hate Speech* didapatkan nilai signifikansi sebesar $0,458$ ($p > 0,05$) artinya terdapat hubungan yang linier.

Tabel 2
Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Deindividuasi – Perilaku <i>Hate Speech</i>	2,350	0,001	Tidak Linier
Regulasi Emosi – Perilaku <i>Hate Speech</i>	1,021	0,458	Linier

Sumber: Output SPSS 25.0

Tabel 3 menyatakan hasil uji multikolinieritas antara variabel Deindividuasi dan Regulasi Emosi ditemukan tidak terdapat multikolinieritas pada kedua variabel bebas tersebut dengan nilai *Tolerance* $0,725$ yang artinya lebih besar dari $0,10$ dan nilai VIF $1,380$ yang artinya lebih kecil dari $10,00$.

Tabel 3
Hasil Uji Multikolinieritas

Variabel	Collinearity Statistic		Keterangan
	Tolerance	VIF	
Deindividuasi	0,725	1,380	

Regulasi Emosi	0,725	1,380	Tidak Terjadi Multikolinieritas
----------------	-------	-------	---------------------------------

Sumber: Output SPSS 25.0

Tabel 4 menyatakan hasil uji heteroskedastisitas terhadap variabel Deindividuasi dengan Perilaku *Hate Speech* menggunakan uji glejser diperoleh nilai signifikansi =0,799 ($p>0,05$) artinya tidak terjadi heterokedastisitas, sedangkan variabel Regulasi Emosi dengan Perilaku *Hate Speech* didapatkan nilai signifikansi sebesar =0,003 ($p<0,05$) artinya terjadi heteroskedastisitas.

Tabel 4
Hasil Uji Heteroskedastisitas

Variabel	p-value	Keterangan
Deindividuasi	0,799	Tidak Terjadi Heteroskedastisitas
Regulasi Emosi	0,003	Terjadi Heteroskedastisitas

Sumber: Output SPSS 25.0

Tabel 5 menyatakan hasil dari data tersebut diolah menggunakan statistic non-parametrik korelasi *Spearman's Rho* antara variabel Deindividuasi dengan variabel Perilaku *Hate Speech* diperoleh *correlation coefficient* =0,691 dengan nilai signifikansi $\rho=0,000$. Hasil tersebut $<0,01$ maka dinyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara Deindividuasi dengan Perilaku *Hate Speech*. Arah hubungannya bernilai positif, jadi semakin tinggi Deindividuasi yang dialami oleh Generasi Z maka Perilaku *Hate Speech* Generasi Z juga semakin tinggi. Jika deindividuasi yang semakin rendah membuat Perilaku *Hate Speech* yang dilakukan Generasi Z semakin rendah. Hasil yang diperoleh menyatakan bahwa hipotesis yang dikemukakan memiliki hubungan antara Deindividuasi dan Perilaku *Hate Speech* diterima.

Tabel 5
Hasil Analisis Data *Spearman's Rho* Deindividuasi dengan Perilaku *Hate Speech*

Correlation Coefficient	Sig.	Keterangan
0,691	$\rho = 0,000$	Signifikansi ($<0,01$)

Sumber: Output SPSS 25.0

Tabel 6 menyatakan hasil analisis data dengan metode statistik non-parametrik korelasi *Spearman's Rho* antara variabel Regulasi Emosi dengan

variabel Perilaku *Hate Speech* diperoleh *correlation coefficient* = -0,479 dengan nilai signifikansi $\rho=0,000$. Hasil tersebut $<0,01$ maka dinyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku *Hate Speech*. Dimana, ketika Regulasi Emosi pada Generasi Z rendah maka, kecenderungan melakukan *Hate Speech* tinggi dan sebaliknya, apabila Regulasi Emosi pada Generasi Z tinggi, maka Perilaku *Hate Speech* cenderung rendah.

Tabel 6

Hasil Analisis Data *Spearman's Rho* Regulasi Emosi dengan Perilaku *Hate Speech*

Correlation Coefficient	Sig.	Keterangan
-0,479	$\rho = 0,000$	Signifikansi (<0,01)

Sumber: Output SPSS 25.0

Tujuan analisis deskriptif adalah untuk mengetahui nilai mean hipotetik dan mean empirik. Kemudian data yang didapatkan akan dikategorisasikan dengan kategori rendah, sedang dan tinggi.

Tabel 7 menyatakan perhitungan data yang dilakukan secara mean empirik. Parameter data yang digunakan yaitu skor minimum, skor maksimum, *mean* dan *standar deviasai* dari setiap variabel.

Tabel 7

Data Empirik Variabel Deindividuasi, Regulasi Emosi dan Perilaku *Hate Speech*

	Deindividuasi	Regulasi Emosi	Perilaku <i>Hate Speech</i>
Mean	45,05	71,94	60,37
Std. Deviation	9,926	10,108	18,170
Minimum	20	47	75
Maximum	70	95	109

Sumber: Output SPSS 25.0

Tabel 8 menunjukkan perhitungan skor yang dilakukan secara mean hipotetik. Parameter data yang digunakan yaitu skor minimum, skor maksimum, *mean* dan *standar deviasi* dari setiap variabel.

Tabel 8

Data Hipotetik Variabel Deindividuasi, Regulasi Emosi dan Perilaku *Hate Speech*

	Deindividuasi	Regulasi Emosi	Perilaku Hate Speech
Mean	60	57	102
Std. Deviation	13	13	23
Minimum	20	19	34
Maximum	100	95	170

Sumber: Perhitungan Manual dari Rumus Azwar (2012).

Setelah data empirik dan data hipotetik diketahui, maka akan dilanjutkan analisis deskriptif pada setiap alat uji dengan tujuan untuk mengklasifikasikan partisipan menjadi tiga kategori menurut *standar deviasi* dan *mean* hipotetik yaitu rendah, sedang dan tinggi

Tabel 9 menunjukkan norma perhitungan kategorisasi Azwar (2012). Data hipotetik yang diperoleh menggunakan perhitungan secara manual, kemudian di masukkan dalam norma untuk mengklasifikasikan partisipan.

Tabel 9
Kategorisasi

Kategori	Rumus
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5SD$
Rendah	$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$
Sedang	$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$
Tinggi	$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$
Sangat Tinggi	$M + 1,5SD < X$

Sumber: Norma Perhitungan Kategorisasi Azwar (2012)

Tabel 10 menunjukkan perhitungan skor hipotetik skala deindividuasi bahwa nilai terendah adalah jika X lebih kecil dari 41 yang dimana di kategorikan sangat rendah, jika nilai X 41 lebih besar sama dengan 54 di kategorikan rendah, jika nilai X 54 lebih besar sama dengan 67 di kategorikan sedang, jika nilai X lebih dari 67 sama dengan 80 dikategorikan tinggi, jika nilai X lebih dari 80 dikategorikan sangat tinggi.

Tabel 10
Mean Hipotetik Skala Deindividuasi

Sangat Rendah	$X \leq 41$
Rendah	$41 < X \leq 54$
Sedang	$54 < X \leq 67$
Tinggi	$67 < X \leq 80$
Sangat Tinggi	$X > 80$

Sumber: Perhitungan Manual Berdasarkan Kategorisasi Azwar (2012)

Tabel 11 menunjukkan perhitungan skor hipotetik skala regulasi emosi bahwa nilai terendah adalah jika X lebih kecil dari 38 yang dimana di kategorikan sangat rendah, jika nilai X 38 lebih besar sama dengan 51 di kategorikan rendah, jika nilai X 51 lebih besar sama dengan 64 di kategorikan sedang, jika nilai X lebih dari 64 sama dengan 77 dikategorikan tinggi, jika nilai X lebih dari 77 dikategorikan sangat tinggi.

Tabel 11
Mean Hipotetik Skala Regulasi Emosi

Sangat Rendah	$X \leq 38$
Rendah	$38 < X \leq 51$
Sedang	$51 < X \leq 64$
Tinggi	$64 < X \leq 77$
Sangat Tinggi	$X > 77$

Sumber: Perhitungan Manual Berdasarkan Kategorisasi Azwar (2012)

Tabel 12 menunjukkan perhitungan skor hipotetik skala perilaku *hate speech* bahwa nilai terendah adalah jika X lebih kecil dari 68 yang dimana di kategorikan sangat rendah, jika nilai X 68 lebih besar sama dengan 91 di kategorikan rendah, jika nilai X 91 lebih besar sama dengan 114 di kategorikan sedang, jika nilai X lebih dari 114 sama dengan 137 dikategorikan tinggi, jika nilai X lebih dari 137 dikategorikan sangat tinggi.

Tabel 12
Mean Hipotetik Skala Perilaku *Hate Speech*

Kategori	Pedoman
Sangat Rendah	$X \leq 68$
Rendah	$68 < X \leq 91$
Sedang	$91 < X \leq 114$
Tinggi	$114 < X \leq 137$
Sangat Tinggi	$X > 137$

Sumber: Perhitungan Berdasarkan Kategorisasi Azwar (2012)

Setelah dilakukan analisis mean hipotetik maka dapat mengkategorisasikan responden dengan skor rendah, sedang dan tinggi.

Tabel 13 menunjukkan bahwa dari 115 responden yang menjawab dengan skor deindividuasi sangat rendah sebanyak 42 orang dengan prosentase 36,5%, responden yang menjawab dengan skor deindividuasi rendah sebanyak 53 orang dengan prosentase 45,2%, responden yang menjawab dengan skor deindividuasi sedang sebanyak 20 orang dengan prosentase 17,4% dan responden yang

menjawab dengan skor deindividuasi tinggi sebanyak 1 orang dengan prosentase 9%.

Tabel 13
Pengkategorian Partisipan Skala Deindividuasi

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
<i>Valid</i>	1	42	36.5	36.5	36.5
	2	52	45.2	45.2	81.7
	3	20	17.4	17.4	99.1
	4	1	9	9	100.0
	Total	115	100.0	100.0	

Sumber: Ouptut SPSS 25.0

Tabel 14 menunjukkan bahwa dari 115 responden yang menjawab dengan skor regulasi emosi rendah sebanyak 2 orang dengan prosentase 1,7%, responden yang menjawab dengan skor regulasi emosi sedang sebanyak 28 orang dengan prosentase 24,3%, responden yang menjawab dengan skor regulasi emosi tinggi sebanyak 51 orang dengan prosentase 44,3% dan responden yang menjawab dengan skor regulasi emosi sangat tinggi sebanyak 34 orang dengan prosentase 29,6%.

Tabel 14
Pengkategorian Partisipan Skala Regulasi Emosi

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
<i>Valid</i>	2	2	1.7	1.7	1.7
	3	28	24.3	24.3	26.1
	4	51	44.3	44.3	70.4
	5	34	29.6	29.6	100.0
	Total	115	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS 25.0

Tabel 15 menunjukkan bahwa dar 115 responden yang menjawab dengan skor perilaku *hate speech* sangat rendah sebanyak 81 orang dengan prosentase 70,4%, responden yang menjawab dengan skor perilaku *hate speech* rendah sebanyak 27 orang dengan prosentase 23,5% dan responden yang menjawab dengan skor perilaku *hate speech* sedang sebanyak 7 orang dengan prosentase 6,1%.

Tabel 15
Pengkategorian Partisipan Skala Perilaku *Hate Speech*

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
<i>Valid</i>	1	81	70.4	70.4	70.4
	2	27	23.5	23.5	93.9
	3	7	6.1	6.1	100.0
	Total	115	100.0	100.0	

Sumber: Output SPSS 25.0

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang sudah dilakukan, hubungan deindividuasi dan regulasi emosi dengan perilaku *hate speech* pada Generasi Z pengguna media sosial tidak bisa dilakukan uji secara simultan disebabkan adanya data yang tidak linier, akibatnya tidak dapat memenuhi uji prasyarat.

Hasil uji hipotesis melalui analisis korelasi *Spearman Rho* didapatkan nilai signifikansi sebesar $p=0,000$ ($<0,01$), dapat diartikan hubungan yang signifikan antara deindividuasi dengan perilaku *hate speech*. Nilai *correlation coefficient* sebesar 0,691 yang menyatakan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan yang sangat berkaitan. Selanjutnya arah hubungan bernilai positif, dapat diartikan semakin tinggi deindividuasi yang dialami oleh Generasi Z maka perilaku *hate speech* Generasi Z juga semakin tinggi. Jika deindividuasi yang semakin rendah membuat perilaku *hate speech* yang dilakukan Generasi Z semakin rendah. Hasil analisis menyatakan bahwa hipotesis yang dikemukakan adanya hubungan antara deindividuasi dan perilaku *hate speech* diterima.

Hasil tersebut dapat dibuktikan bahwa deindividuasi dapat mempengaruhi perilaku *hate speech*, begitu juga dengan Generasi Z. Generasi Z dengan tingkat deindividuasi yang tinggi akan membuat perilaku *hate speech* semakin meningkat. Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian (Ridesta & Supradewi, 2020) yang menemukan bahwa individu dengan tingkat deindividuasi yang tinggi akan cenderung berperilaku *hate speech*. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian dan lokasi pengambilan data. Hasil penelitian yang dilakukan kepada Generasi Z menunjukkan bahwa tingkat deindividuasi yang tinggi terjadi karena individu merespon berdasarkan rangsangan yang ada pada kelompoknya, individu yang memandang dirinya sebagai bagian dari kelompok, individu yang merasa bahwa dirinya tidak diminta pertanggung jawaban atas segala tindakan yang sudah dilakukannya dan individu tidak akan peduli tentang evaluasi sosial atas tindakannya. Hal ini sesuai dengan pandangan Myers (2014) bahwa deindividuasi terjadi ketika kesadaran diri individu hilang dalam situasi kelompok. Ketika individu berada dalam situasi kelompok, individu akan bersikap berbeda dengan kesehariannya, dimana individu akan berperilaku sesuai dengan norma kelompok yang diyakini.

Tidak hanya deindividuasi yang menjadi faktor dalam melakukan *hate speech* tetapi regulasi emosi juga dapat mempengaruhi perilaku *hate speech*. Menurut hasil uji hipotesis melalui analisis korelasi *Spearman Rho* didapatkan nilai *correlation*

coefficient = -0,479 signifikansi sebesar $\rho=0,000$ ($< 0,01$), dapat diartikan hubungan negatif signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku *hate speech* pada Generasi Z pengguna media sosial instagram. Dimana, ketika regulasi emosi pada Generasi Z rendah maka, kecenderungan melakukan *hate speech* tinggi dan sebaliknya, apabila regulasi emosi pada Generasi Z tinggi, maka perilaku *hate speech* cenderung rendah. Hasil analisis menyatakan hipotesis tersebut terdapat hubungan antara regulasi emosi dan perilaku *hate speech* diterima.

Hal ini membuktikan bahwa regulasi emosi dapat mempengaruhi perilaku *hate speech*, begitu juga dengan Generasi Z. Generasi Z dengan tingkat regulasi emosi yang rendah akan membuat perilaku *hate speech* semakin tinggi. Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian Rad et al., (2020) mengemukakan bahwa 46% individu akan mengembangkan kekurangan kesadaran emosional sebagai faktor regulasi emosi saat menghadapi *hate speech*. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian, lokasi pengambilan data serta media yang digunakan untuk melakukan *hate speech*. Hasil penelitian yang dilakukan kepada Generasi Z menunjukkan bahwa ketika Generasi Z tidak mampu secara sadar dalam mencerna informasi terhadap konten di instagram maka perilaku *hate speech* cenderung tinggi. Sehingga diperlukan kematangan emosi yang baik serta kemampuan regulasi emosi yang tinggi dalam menghadapi *hate speech*. Hal ini sesuai dengan pendapat Gross (2014) bahwa regulasi emosi adalah strategi yang dipakai seseorang dalam mengelola emosi negatif yang ada pada dirinya, bagaimana cara individu dalam menerima, mengelola, memodifikasi, mengekspresikan emosi yang muncul pada waktu yang tepat.

Kesimpulan

Hasil dari penelitian serta pembahasan yang sudah dilaksanakan, diperoleh pada 115 Generasi Z dengan karakteristik laki – laki atau perempuan, berusia 18 – 28 tahun, aktif dan memiliki akun Instagram serta berdomisili di Kota Surabaya ditemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara deindividuasi dengan perilaku *hate speech* pada Generasi Z pengguna media sosial Instagram nilai *correlation coefficient* 0,691 dengan nilai signifikansi $\rho = 0,000$ ($\rho < 0,01$) yang berarti semakin tinggi deindividuasi yang dialami Generasi Z maka perilaku *hate speech* yang nilainya juga meningkat tinggi. Melainkan, Rendahnya deindividuasi yang dimiliki Generasi Z maka perilaku *hate speech* yang dilakukan juga semakin rendah. Deindividuasi menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya perilaku *hate speech* di media sosial. Deindividuasi dapat terjadi pada Generasi Z apabila individu cenderung mengikuti kelompok, mengutamakan kepentingan kelompok, tidak mampu mengendalikan diri, kehilangan identitas diri, berperilaku semaunya, lebih responsif terhadap rangsangan yang ada di lingkungannya serta memiliki tingkat kepedulian yang rendah. Ketika Generasi Z mengalami ciri – ciri tersebut, maka kemungkinan besar individu akan berperilaku menyimpang yakni melakukan *hate speech* pada media sosial Instagram.

Selain itu, regulasi emosi juga menjadi faktor penyebab Generasi Z melakukan *hate speech*, ditemukan hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku *hate speech* pada Generasi Z pengguna media sosial Instagram

dengan nilai *correlation coefficient* = -0,479 memiliki nilai signifikansi $\rho = 0,000$ ($\rho < 0,01$) artinya jika hasil dari regulasi emosi semakin tinggi yang dimiliki Generasi Z maka akan semakin rendah perilaku *hate speech* yang dilakukan. Sebaliknya, regulasi emosi yang rendah membuat perilaku *hate speech* pada Generasi Z cenderung tinggi dilakukan. *Hate speech* tidak akan terjadi apabila Generasi Z memiliki kepercayaan diri untuk mengatasi masalah, mampu mencari cara sehingga dapat mengurangi emosi negatif, mampu memposisikan diri agar tetap tenang selesai menjalani emosi melampaui batas, mampu mengalami emosi positif, kemampuan dalam mengendalikan emosi yang dirasakan dan reaksi yang diterapkan, menerima setiap kejadian yang menyebabkan emosi negatif serta pandai menerima emosi yang ada di kehidupannya memungkinkan Generasi Z tidak akan melakukan *hate speech* pada media sosial Instagram.

Pernyataan pada suatu hipotesis yang diperoleh yaitu hubungan antara deindividuasi dan regulasi emosi dengan perilaku *hate speech* secara simultan pada Generasi Z pengguna media sosial tidak bisa di uji, karena didapati data yang tidak linier sehingga tidak memenuhi uji prasyarat untuk analisis regresi ganda.

Disarankan untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dalam skala yang lebih besar dan detail agar lebih spesifik dapat mengungkap permasalahan yang diteliti. Selain itu, minimnya sumber rujukan mengenai variabel regulasi emosi terhadap perilaku *hate speech*, diharapkan peneliti selanjutnya lebih banyak menggunakan sumber literatur yang berkaitan dengan penelitian tersebut.

Referensi

- Afif, M. F. A., Nurhamidah, Y., & Mashuri, M. F. (2021). Kematangan Emosi dalam Perilaku Ujaran Kebencian pada Kebijakan Politik. *Cognicia*, 9(1), 25–30. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i1.14234>
- Angraini, E. (2015). Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita dalam Masa Pembinaan. *Teologia*, 26(2), 284–311.
- APJII. (2022). Profil Internet Indonesia 2022. *Apji.or.Od*, June, 10. apji.or.id
- Arthamevia, A. P., Arifa, R., & Pandin, M. G. R. (2022). *Efektivitas Etika Digital Netizen Indonesia Terhadap Ujaran Kebencian di Instagram*.
- Astuti, F. (2019). *Perilaku Hate Speech Pada Remaja Di Media*. University of Muhammadiyah Surakarta.
- Azis, A. (2016). Tindak Pidana Penyebaran Informasi yang Menimbulkan Rasa Kebencian atau Permusuhan Melalui Internet Indonesia (Kajian terhadap Pasal 28 Ayat (2) UU No.11 Th 2008 Juncto Pasal 45 Ayat (2) No.19 Th 2016 Tentang Informasi dan Transaksi Elektronik. *Pakuan Law Review*, 1(2), 325–358.
- Azwar, Syaifudin. (2019). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar: Yogyakarta
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. *United State of America: Lawrence Erlbaum Associates*.
- Diener, E. (1976). *Effects of Self-Awareness on Antinormative Behavior*. 107–111.
- Farih, Y. N., & Wulandari, P. Y. (2022). Pengaruh Keberfungsian Keluarga terhadap Regulasi Emosi pada Remaja Awal. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 445–455. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.34367>

- Gross, J. J. (2014). *Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations* (J. J. Gross (ed.); Second Edi). The Guilford Press.
- Marwa, A., & Fadhlani, M. (2021). Ujaran Kebencian di Media Sosial Menurut Perspektif Islam. *Al-Afkar Jurnal For Islamic Study*, 4(1), 1–14.
- Myers, David. G. (2014). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Rad, D., Kelemen, G., Egerau, A., Roman, A., Dughi, T., Demeter, E., & Ignat, S. (2020). Predictor of Lack of Emotion Awareness in Emotional Regulation of Youth Facing Online Hate Speech. *Agora Psycho-Pragmatica*, 14(1), 1–23. <https://orcid.org/0000-0001-6754-3585>
- Ridesta, M. A., & Supradewi, R. (2020). *Deindividuasi dengan Perilaku Ujaran Kebencian Ditinjau dari Gender pada Mahasiswa Pengguna Instagram Fakultas Hukum Universitas Islam Sultan Agung Semarang* [Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/21157>
- Sugiyono, P. D. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono, P. D. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono, P. D. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sladek, S., & Grabinger, A. (2018). *Gen Z: The first generation of the 21st century has arrived*