YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN: 2808-2346
e-ISSN: 2808-1854

Terindeks: SINTA 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v6i5.11111

# FENOMENA KECENDERUNGAN *ONLINE DISINHIBITION* PADA SISWA KELAS XI DI SMA SWASTA BANUHAMPU

## Phenomenon of Online Disinhibition Tendencies among Grade XI Students at SMA Swasta Banuhampu

**Azira & M. Arif**
UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi
azirairaaz190602@gmail.com; m.arif@uinbukittinggi.ac.id

**Article Info:**

| Submitted: | Revised: | Accepted: | Published: |
|---|---|---|---|
| Jun 16, 2026 | Jul 14, 2026 | Jul 26, 2026 | Jul 31, 2026 |

**Abstract**

The development of digital technology has transformed adolescents' communication patterns and given rise to the phenomenon of online disinhibition, namely the tendency of individuals to behave more freely, boldly, and expressively in online interactions than in face-to-face interactions. This phenomenon has the potential to influence students' social behavior, communication patterns, and interpersonal relationships. This study aims to identify the level of online disinhibition tendencies among Grade XI students at SMA Swasta Banuhampu and analyze the factors influencing them. The study employed a descriptive quantitative approach with a survey design involving 100 Grade XI students who were active social media users. Data were collected using a questionnaire as the primary instrument and were supported by structured interviews and participant observation conducted over four weeks. The questionnaire data were analyzed using descriptive statistics and subsequently compared with the interview and observation findings to obtain a more comprehensive understanding. The findings indicate that 70% of the students had a high level of online disinhibition, 20% were in the moderate category, and 10% were in the low category. The most dominant aspects included the courage to express opinions, the freedom to express emotions, and impulsive behavior when interacting through social media. Anonymity was the primary


Yasin Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

factor encouraging students to express their opinions more boldly, whereas impulsive behavior and the expression of negative emotions in online interactions had the potential to affect their social relationships in real life. These findings emphasize the importance of collaboration between schools and parents in strengthening digital literacy and ethics so that students can use social media responsibly and maintain a balance between online and offline interactions.

**Keywords:** Digital Ethics; Social Interaction; Social Media; Online Disinhibition; Online Behavior

**Abstrak:** Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola komunikasi remaja dan memunculkan fenomena *online disinhibition*, yaitu kecenderungan individu untuk bertindak lebih bebas, berani, dan ekspresif dalam interaksi daring dibandingkan dalam interaksi langsung. Fenomena ini berpotensi memengaruhi perilaku sosial, pola komunikasi, dan hubungan antarsiswa. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi tingkat kecenderungan *online disinhibition* pada siswa kelas XI SMA Swasta Banuhampu serta menganalisis faktor-faktor yang memengaruhinya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan desain survei yang melibatkan 100 siswa kelas XI pengguna aktif media sosial. Data dikumpulkan melalui angket sebagai instrumen utama serta didukung oleh wawancara terstruktur dan observasi partisipatif selama empat minggu. Data angket dianalisis menggunakan statistik deskriptif, kemudian dibandingkan dengan hasil wawancara dan observasi untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 70% siswa memiliki tingkat *online disinhibition* tinggi, 20% berada pada kategori sedang, dan 10% pada kategori rendah. Aspek yang paling dominan meliputi keberanian menyampaikan pendapat, kebebasan mengekspresikan emosi, dan perilaku impulsif dalam berinteraksi melalui media sosial. Anonimitas menjadi faktor utama yang mendorong siswa lebih berani mengemukakan pendapat, sedangkan perilaku impulsif dan ekspresi emosi negatif dalam interaksi daring berpotensi memengaruhi hubungan sosial mereka dalam kehidupan nyata. Temuan ini menegaskan pentingnya kolaborasi sekolah dan orang tua dalam memperkuat literasi serta etika digital agar siswa mampu menggunakan media sosial secara bertanggung jawab dan menjaga keseimbangan antara interaksi daring dan luring.

**Kata Kunci:** Etika Digital; Interaksi Sosial; Media Sosial; *Online Disinhibition*; Perilaku Daring

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital dalam dua dekade terakhir telah membawa perubahan yang sangat signifikan terhadap pola komunikasi masyarakat, terutama di kalangan remaja (Wahyudi, 2025; Rizki & Ikhsan, 2025). Kehadiran media sosial dan berbagai platform komunikasi daring memungkinkan individu berinteraksi tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu sehingga memberikan kebebasan yang lebih besar dalam menyampaikan pendapat, mengekspresikan emosi, serta membangun identitas diri (Herawati, 2026; Pangayuninggalih & Helmi, 2023). Salah satu fenomena yang berkembang seiring meningkatnya intensitas penggunaan media digital adalah *online disinhibition effect*, yaitu kecenderungan individu untuk

bertindak lebih bebas, lebih berani, lebih ekspresif, bahkan lebih ekstrem ketika berkomunikasi di dunia maya dibandingkan ketika berinteraksi secara langsung di dunia nyata( Putriyani & Ardelia, 2026; Putri et al., 2025 Nafisah et al., 2025). Fenomena ini menjadi isu penting dalam bidang pendidikan karena berpotensi memengaruhi perilaku sosial, perkembangan karakter, interaksi antarpeserta didik, serta kesehatan psikologis remaja.

*Online disinhibition* merupakan kecenderungan seseorang untuk lebih bebas mengekspresikan pikiran, perasaan, maupun pendapat ketika berada di lingkungan daring (Firmansyah & Ningsih, 2026; Gumelar et al., 2024). Kondisi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti anonimitas, keterpisahan fisik, keterlambatan respons dalam komunikasi, serta adanya pemisahan antara identitas nyata dan identitas digital ( Ardi, 2017). Keberadaan faktor-faktor tersebut membuat individu merasa lebih aman dalam menyampaikan berbagai bentuk ekspresi yang mungkin tidak dilakukan ketika berhadapan secara langsung. Dampak yang ditimbulkan dapat bersifat positif, seperti meningkatnya keberanian dalam menyampaikan aspirasi dan membangun kepercayaan diri, namun juga dapat bersifat negatif berupa munculnya perilaku agresif, ujaran kebencian, perilaku impulsif, maupun berkurangnya empati terhadap orang lain. Oleh karena itu, fenomena ini memerlukan perhatian yang lebih serius karena berkaitan erat dengan perkembangan sosial dan emosional peserta didik ( Wang et al. 2023; Purnama & Ramadhani, 2021)

Dalam konteks pendidikan, khususnya di SMA Swasta Banuhampu, tingginya intensitas penggunaan internet oleh siswa kelas XI menjadikan fenomena *online disinhibition* semakin relevan untuk dikaji. Siswa pada jenjang ini berada pada fase perkembangan remaja yang ditandai dengan proses pencarian jati diri, pembentukan karakter, serta tingginya kebutuhan akan penerimaan sosial. Aktivitas mereka yang cukup intens di berbagai platform media sosial, seperti Instagram, Twitter, TikTok, maupun forum daring lainnya, berpotensi membentuk pola komunikasi dan perilaku sosial yang berbeda dibandingkan dengan interaksi di lingkungan nyata. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa lingkungan digital tidak hanya menjadi media komunikasi, tetapi juga menjadi ruang yang memengaruhi pembentukan perilaku sosial remaja.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *online disinhibition* berkaitan erat dengan berbagai persoalan psikologis dan sosial. Anonimitas serta keterpisahan fisik dari konsekuensi langsung mendorong individu untuk melampaui norma-norma sosial yang berlaku sehingga dapat memengaruhi perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari. Remaja

yang mengalami tingkat *online disinhibition* yang tinggi cenderung menunjukkan perubahan pola komunikasi, baik dalam bentuk meningkatnya keberanian menyampaikan pendapat maupun munculnya perilaku agresif, konflik verbal, serta kesulitan dalam melakukan komunikasi tatap muka. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih lebih banyak menjelaskan fenomena *online disinhibition* secara umum atau berfokus pada dampak penggunaan media sosial terhadap perilaku remaja. Penelitian yang secara khusus mengidentifikasi tingkat kecenderungan *online disinhibition* pada siswa sekolah menengah atas serta mengaitkannya dengan kondisi sosial di lingkungan sekolah tertentu masih relatif terbatas.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini menawarkan kebaruan melalui analisis mengenai kecenderungan *online disinhibition* pada siswa kelas XI di SMA Swasta Banuhampu dengan mengidentifikasi tingkat kecenderungan perilaku tersebut beserta faktor-faktor yang memengaruhinya. Kajian ini menggunakan konsep *online disinhibition effect* sebagai landasan teoritis untuk menjelaskan bagaimana anonimitas, kebebasan berekspresi, intensitas penggunaan media sosial, serta interaksi digital memengaruhi perilaku sosial remaja. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai karakteristik *online disinhibition* pada siswa sekolah menengah serta memperkaya kajian mengenai perilaku komunikasi remaja di era digital.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini difokuskan pada fenomena *online disinhibition* pada siswa kelas XI di SMA Swasta Banuhampu dengan tujuan mengidentifikasi tingkat kecenderungan *online disinhibition*, menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi kemunculannya, serta menjelaskan dampaknya terhadap perilaku sosial siswa. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai perilaku komunikasi remaja di dunia digital sekaligus menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah, guru bimbingan dan konseling, maupun orang tua dalam mengembangkan strategi pembinaan penggunaan media sosial secara bijaksana, positif, dan bertanggung jawab.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kecenderungan *online disinhibition* pada siswa kelas XI di SMA Swasta Banuhampu serta menganalisis faktor-faktor yang memengaruhinya.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode survei dengan pendekatan deskriptif (Amelia & Nugraha, 2023; Hartono & Rahman, 2022; Setiawan & Rahayu, 2022) bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis tingkat kecenderungan *online disinhibition* pada siswa kelas XI di SMA Swasta Banuhampu. Subjek penelitian terdiri dari siswa kelas XI yang aktif menggunakan media sosial, dengan rentang usia 16 hingga 17 tahun. Pengumpulan data dilakukan melalui angket, wawancara terstruktur, dan observasi partisipatif.

Angket diberikan kepada siswa sebagai alat utama pengumpulan data untuk mengukur tingkat kecenderungan *online disinhibition*, yang mencakup aspek keberanian berpendapat, anonimitas, ekspresi emosi, serta perilaku impulsif di dunia maya. Wawancara terstruktur dilakukan dengan beberapa siswa terpilih untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam mengenai pengalaman mereka di dunia maya dan bagaimana platform online memungkinkan mereka untuk lebih bebas mengekspresikan diri. Selain itu, observasi partisipatif dilakukan di kelas dan lingkungan sekolah untuk melihat perilaku siswa di luar dunia maya, sehingga dapat dibandingkan dengan hasil dari angket dan wawancara.

Pengumpulan data berlangsung selama empat minggu, dengan angket dibagikan secara serentak kepada 100 siswa yang menjadi responden utama. Wawancara terstruktur dilakukan selama tiga hari dengan 10 siswa terpilih, dan observasi berlangsung secara berkala selama periode penelitian. Semua data dianalisis menggunakan metode statistik deskriptif untuk mengidentifikasi pola dan tingkat kecenderungan *online disinhibition*, serta dibandingkan dengan hasil wawancara dan observasi guna memastikan konsistensi dan kedalaman data (Ismail & Idris, 2022; Fitria, 2021). Pendekatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai kecenderungan *online disinhibition* pada siswa kelas XI di SMA Swasta Banuhampu, serta dampaknya pada interaksi sosial di dunia nyata.

## HASIL

Dari penelitian ini, diperoleh beberapa temuan terkait kecenderungan *online disinhibition* pada siswa kelas XI di SMA Swasta Banuhampu. Berdasarkan angket yang diisi oleh 100 siswa, ditemukan bahwa 70% siswa menunjukkan tingkat *online disinhibition* yang tinggi, sementara 20% berada pada tingkat sedang, dan 10% menunjukkan tingkat yang rendah. Beberapa aspek yang paling menonjol dalam *online disinhibition* ini antara lain

keberanian untuk berpendapat, ekspresi emosi yang lebih bebas, dan kecenderungan perilaku impulsif ketika berinteraksi di platform media sosial.

Aspek anonimitas menjadi faktor penting yang meningkatkan keberanian siswa dalam berpendapat dan mengekspresikan diri di dunia maya. Dari wawancara, siswa menyatakan bahwa mereka merasa lebih bebas mengutarakan pikiran atau perasaan yang mungkin tidak bisa mereka ungkapkan secara langsung. Sebanyak 65% siswa mengaku bahwa anonimitas memberikan mereka kenyamanan untuk berbicara lebih terbuka dan berani di media sosial. Mereka merasa kurang terbebani oleh opini orang lain dan lebih leluasa menampilkan sisi diri yang tidak terlihat di kehidupan nyata.

Dari aspek ekspresi emosi, sebanyak 60% siswa menyatakan mereka lebih mudah mengekspresikan emosi negatif di dunia maya dibandingkan di lingkungan nyata. Banyak dari mereka yang mengaku cenderung mengungkapkan perasaan marah, kecewa, atau sedih di platform online, yang menunjukkan adanya *online disinhibition* yang mengarah pada perilaku emosional yang lebih intens di dunia maya.

Selain itu, 55% siswa menunjukkan perilaku impulsif ketika berinteraksi di media sosial. Mereka mengaku sering kali terlibat dalam perdebatan atau komentar spontan tanpa memikirkan dampaknya, yang menunjukkan efek impulsivitas dalam *online disinhibition*. Beberapa siswa mengaku bahwa mereka kadang mengirimkan komentar atau pesan yang agresif tanpa memikirkan dampak atau konsekuensinya, sesuatu yang tidak mereka lakukan di dunia nyata.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena online disinhibition pada siswa kelas XI di SMA Swasta Banuhampu berada pada kategori tinggi. Sebanyak 70% responden memiliki tingkat online disinhibition yang tinggi, sedangkan 20% berada pada kategori sedang dan 10% berada pada kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa lebih berani mengekspresikan pendapat, mengungkapkan emosi, dan melakukan interaksi secara spontan ketika berada di lingkungan digital dibandingkan saat berinteraksi secara langsung. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi ruang komunikasi yang memberikan kebebasan lebih besar kepada remaja untuk menampilkan identitas dan pandangan yang belum tentu mereka tampilkan dalam kehidupan nyata.

Aspek anonimitas menjadi salah satu faktor yang paling berpengaruh terhadap munculnya perilaku online disinhibition. Sebanyak 65% siswa mengaku merasa lebih nyaman menyampaikan pikiran dan perasaan ketika berada di media sosial karena adanya persepsi bahwa identitas mereka lebih terlindungi. Keadaan tersebut memberikan rasa aman bagi siswa untuk mengemukakan pendapat secara terbuka tanpa merasa takut memperoleh penilaian negatif dari lingkungan sekitar. Di sisi lain, kondisi tersebut juga menunjukkan bahwa karakteristik komunikasi digital mampu mengurangi hambatan psikologis yang biasanya muncul dalam komunikasi tatap muka

Selain itu, hasil penelitian memperlihatkan bahwa 60% siswa lebih mudah mengekspresikan emosi negatif di media sosial dibandingkan dalam kehidupan nyata. Temuan ini menunjukkan bahwa dunia maya menjadi media pelampiasan emosi yang dianggap lebih aman bagi sebagian siswa. Meskipun memberikan ruang bagi individu untuk mengekspresikan perasaan secara lebih terbuka, kondisi tersebut berpotensi meningkatkan munculnya komunikasi yang kurang terkendali apabila tidak disertai kemampuan regulasi emosi yang baik. Bersamaan dengan itu, sebanyak 55% siswa juga menunjukkan kecenderungan berperilaku impulsif ketika menggunakan media sosial. Mereka mengakui sering memberikan komentar atau tanggapan secara spontan tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin ditimbulkan. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa kemudahan komunikasi digital dapat memengaruhi proses pengambilan keputusan sehingga individu cenderung bertindak secara cepat tanpa proses pertimbangan yang matang.

Secara keseluruhan, hasil penelitian mengindikasikan bahwa fenomena online disinhibition tidak hanya berkaitan dengan meningkatnya keberanian dalam berkomunikasi, tetapi juga berhubungan dengan perubahan pola interaksi sosial siswa. Kebebasan yang dirasakan di dunia maya dapat memberikan dampak positif berupa meningkatnya keberanian menyampaikan pendapat, namun juga berpotensi memunculkan perilaku emosional dan impulsif yang dapat memengaruhi hubungan sosial di lingkungan nyata apabila tidak diimbangi dengan literasi digital dan pengendalian diri yang memadai.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori Online Disinhibition Effect yang dikemukakan oleh Suler (2004), yang menjelaskan bahwa anonimitas, invisibilitas, minimnya isyarat sosial, serta keterpisahan fisik dalam komunikasi daring menyebabkan individu lebih berani mengekspresikan pikiran dan emosinya dibandingkan ketika melakukan komunikasi secara langsung. Kondisi tersebut tampak pada sebagian besar siswa yang merasa lebih

nyaman menyampaikan pendapat melalui media sosial dibandingkan dalam interaksi tatap muka (Santoso & Prasetyo, 2023; Gunawan, 2023; Yuliani, 2022)

Hasil penelitian ini juga memperkuat temuan Amelia (2023) yang menyatakan bahwa anonimitas merupakan salah satu faktor utama yang meningkatkan kecenderungan disinhibisi online pada remaja. Demikian pula Hartono dan Rahman (2022) menemukan bahwa intensitas penggunaan media sosial berhubungan dengan meningkatnya perilaku impulsif pada remaja ketika melakukan komunikasi digital. Selain itu, Putri (2023) menjelaskan bahwa tingginya online disinhibition dapat meningkatkan kecenderungan munculnya perilaku agresif maupun komunikasi yang kurang terkendali di media sosial. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperlihatkan adanya konsistensi dengan berbagai penelitian terdahulu mengenai hubungan antara karakteristik media sosial, anonimitas, ekspresi emosi, dan perilaku impulsif pada remaja.

Temuan penelitian ini memberikan implikasi teoritis bahwa konsep online disinhibition masih sangat relevan digunakan untuk menjelaskan perubahan perilaku komunikasi remaja pada era digital. Penelitian ini memperlihatkan bahwa karakteristik media sosial memiliki pengaruh terhadap keberanian individu dalam menyampaikan pendapat maupun mengekspresikan emosi, sehingga memperkaya kajian psikologi sosial dan bimbingan konseling mengenai perilaku digital peserta didik.

Secara praktis, hasil penelitian ini menjadi dasar bagi sekolah untuk mengembangkan program literasi digital, pendidikan karakter, serta layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada etika komunikasi digital, pengendalian emosi, dan pengembangan kemampuan berpikir sebelum bertindak ketika menggunakan media sosial. Selain itu, orang tua diharapkan dapat meningkatkan pendampingan terhadap aktivitas digital anak sehingga penggunaan media sosial tidak hanya menjadi sarana berekspresi, tetapi juga mendukung perkembangan karakter dan kemampuan sosial yang sehat. Temuan ini juga memberikan masukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam menyusun layanan preventif maupun kuratif yang berkaitan dengan perilaku komunikasi digital siswa.

Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada siswa kelas XI di satu sekolah, yaitu SMA Swasta Banuhampu, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh siswa SMA dengan karakteristik yang berbeda. Kedua, penelitian menggunakan pendekatan deskriptif sehingga hanya menggambarkan tingkat kecenderungan online disinhibition tanpa menguji hubungan sebab-

akibat antara variabel yang memengaruhi fenomena tersebut. Ketiga, data penelitian sebagian besar diperoleh melalui angket dan wawancara sehingga sangat bergantung pada kejujuran serta persepsi responden ketika memberikan jawaban. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah responden yang lebih luas, menggunakan pendekatan analisis yang lebih mendalam, serta mengombinasikan metode kuantitatif dan kualitatif agar dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai fenomena online disinhibition pada remaja.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa fenomena *online disinhibition* pada siswa kelas XI SMA Swasta Banuhampu tergolong tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan lebih berani mengemukakan pendapat, mengekspresikan emosi, dan berperilaku lebih impulsif ketika berinteraksi di media sosial dibandingkan dalam kehidupan nyata. Anonimitas dan keterpisahan fisik yang diberikan oleh platform digital menjadi faktor utama yang mendorong siswa merasa lebih bebas dalam menyampaikan pikiran dan perasaannya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa lingkungan digital memberikan ruang yang lebih luas bagi siswa untuk mengekspresikan diri, namun pada saat yang sama berpotensi memengaruhi pola komunikasi, pengendalian emosi, dan interaksi sosial mereka di kehidupan sehari-hari.

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi pendidikan, bimbingan dan konseling, serta psikologi sosial, khususnya mengenai fenomena *online disinhibition* pada remaja. Penelitian ini memperkuat pemahaman bahwa karakteristik komunikasi di media sosial, seperti anonimitas dan minimnya interaksi tatap muka, memengaruhi perilaku siswa dalam berkomunikasi secara daring. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi sekolah, guru bimbingan dan konseling, serta orang tua dalam menyusun strategi pendidikan literasi digital, pembinaan etika bermedia sosial, dan penguatan kemampuan pengendalian diri agar siswa mampu menggunakan media sosial secara bijaksana serta menjaga keseimbangan perilaku antara dunia maya dan dunia nyata.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah responden yang lebih besar dengan cakupan sekolah dan wilayah yang lebih beragam agar hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik. Selain itu, penelitian berikutnya dapat menggunakan pendekatan *mixed methods* atau longitudinal untuk memperoleh gambaran yang lebih

komprehensif mengenai perkembangan perilaku *online disinhibition* pada remaja. Penelitian juga dapat mengkaji hubungan *online disinhibition* dengan variabel lain, seperti kontrol diri, kecerdasan emosional, kesehatan mental, kecanduan media sosial, prestasi belajar, maupun kualitas interaksi sosial sehingga dapat memperkaya pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan dan psikologi.

## DAFTAR PUSTAKA


Amelia, R. (2023). Pengaruh Anonimitas terhadap Kecenderungan Disinhibisi Online pada Remaja. *Jurnal Psikologi Sosial, 15*(2), 89–100.

Amelia, R., & Nugraha, D. (2023). Pengaruh Anonimitas terhadap Kecenderungan Online Disinhibition pada Remaja. *Jurnal Psikologi Sosial.*

Ardi, R. (2017). Anonimitas dan Pemenuhan Kebutuhan Psikososial melalui Pengungkapan Diri di Media Sosial. In *Psikologi dan Teknologi Informasi: Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi untuk Bangsa 2* (pp. 379–399). Himpunan Psikologi Indonesia.

Firmansyah, M. I., & Ningsih, Y. T. (2026). Hubungan Self Control dengan Toxic Online Disinhibition pada Remaja Pengguna Instagram di Sumatera Barat. *JISPENDIORA: Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan dan Humaniora, 5*(1), 23–31. https://jurnal-stiepari.ac.id/index.php/jispendiora/article/view/3475

Fitria, T. N. (2021). Descriptive statistics as data analysis in educational research. *Linguistics and Culture Review, 5*(S1), 20–31.

Gumelar, G., Maulana, H., Mas Bakar, R., & Erik. (2024). How online inhibition fuels incivility through moral disengagement. *Online Journal of Communication and Media Technologies, 14*(4), Article e202448. https://doi.org/10.30935/ojcmt/15006

Gunawan, A. (2023). *Psikologi Media Sosial: Dampak dan Fenomena Interaksi di Dunia Digital*. Penerbit Media Cerdas.

Hartono, D. A., & Rahman, Y. (2022). Dampak Media Sosial terhadap Perilaku Impulsif pada Remaja. *Jurnal Komunikasi Digital.*

Herawati, N. M. L. L., Sujana, I. P. W. M., & Yudana, I. M. (2026). Hubungan Sosial di Era Teknologi: Ketika Koneksi Tidak Menjamin Interaksi yang Dekat. *Jurnal Media Komunikasi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, 8*(1), 28–38. https://doi.org/10.23887/jmpppkn.v8i1.6265

Ismail, N., & Idris, M. (2022). Analisis Perilaku Penggunaan Media Sosial pada Remaja Menggunakan Pendekatan Mixed Methods. *Jurnal Pendidikan Sosial Indonesia, 3*(2), 122–133.

Nafisah, A. N., Saniro, R. K. K., Abdallah, F. A., Haq, I. H., Al Anshari, M. F., Arif, M., Salsabila, N. N., Della, V., & Mtd, Y. R. P. (2026). Analisis Komentar Netizen terhadap Kasus Pembullyan Mahasiswa Universitas Udayana Timothy Anugerah Saputra di Media Sosial X pada Akun @unudmenfess. *JIMU: Jurnal Ilmiah Multidisipliner, 3*(4). https://ojs.smkmerahputih.com/index.php/jimu/article/view/1015

Pangayuninggalih, S. A., & Helmi, A. F. (2023). Unveiling online self-disclosure: A comparative study of adolescents and young adults in the digital age. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah, 15*(1), 16–31. https://doi.org/10.15294/intuisi.v15i1.38986

Purnama, H., & Ramdhani, N. (2021). Perilaku Komunikasi Remaja pada Media Sosial: Tinjauan Psikologi Sosial. *Jurnal Psikologi, 48*(3), 229–242.

Putri, N. A., Rachman, A., & Setiawan, M. A. (2026). Analisis Online Disinhibition Effect pada Perilaku Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling di Media Sosial X. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan, 5*(3), 1366–1375. https://doi.org/10.47709/educendikia.v5i03.7901

Putriyani, Y. M. D., & Ardelia, V. (2026). The Hubungan Online Disinhibition Effect dengan Self-Disclosure Generasi Z di Media Sosial X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 13*(1), 28–40. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/74317

Rizki, K., & Ikhsan, M. E. A. (2025). Analisis Perkembangan Komunikasi Massa terhadap Pola Pikir dan Perilaku Masyarakat di Era Society 5.0. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi, 2*(6), 120–132. https://doi.org/10.71282/jurmie.v2i6.394

Santoso, H., & Prasetyo, A. (2023). Online Disinhibition pada Pengguna Media Sosial di Kalangan Remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi, 50*(2), 140–152.

Setiawan, M., & Rahayu, L. (2022). Pengaruh Intensitas Media Sosial terhadap Ekspresi Emosi Daring Remaja. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*.

Wahyudi, I. W. I. (2025). Peran Teknologi Digital dalam Perubahan Pola Komunikasi dan Gaya Bahasa Generasi Muda. *Linggau Journal of Technology and Computer Science, 1*(2). https://jurnal.lp3mkil.or.id/index.php/tecno/article/view/896

Wang, X., Lei, L., Liu, D., & Hu, H. (2023). Online disinhibition, empathy, and cyber aggression among adolescents. *Current Psychology*.

Yuliani, M. (2022). *Perilaku Remaja di Era Digital: Pengaruh Teknologi terhadap Psikologi Sosial*. Literasi Nusantara.