



## Hubungan *Self Control* dengan *Toxic Online Disinhibition* pada Remaja Pengguna Instagram di Sumatera Barat

Muhammad Iqbal Firmansyah<sup>1\*</sup>, Yuninda Tria Ningsih<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup>Universitas Negeri Padang, Indonesia

\*Penulis korespondensi: [muhfrimansyah218@gmail.com](mailto:muhfrimansyah218@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract.** The widespread use of social media has created new dynamics in adolescent social interactions, one of which is the emergence of the phenomenon of toxic online disinhibition, a psychological dynamic that causes differences in destructive behavior in the digital space. This phenomenon is found to be widespread among adolescent Instagram users in West Sumatra, most of whom are still in an unstable phase of self-control development. This study is important to examine the extent of the relationship between self-control and toxic online disinhibition in adolescent Instagram users. The research method used is a quantitative correlational approach with a sample of 400 adolescents aged 13–18 years selected using a cluster sampling technique. Data were collected using two scales: the self-control scale (Tangney et al., 2004) and the toxic online disinhibition scale (Udris, 2014 adapted by Mantara et al., 2023), and analyzed using the Pearson Product Moment correlation technique. The results show a negative relationship between self-control and toxic online disinhibition, meaning that the lower the adolescent's self-control ability, the lower their tendency to display negative behavior on Instagram.

**Keywords:** Self-Control Remaja; Destructive Behavior; Social Media; Toxic Disinhibition; Teen Instagram

**Abstrak.** Masifnya penggunaan media sosial telah menciptakan dinamika baru dalam interaksi sosial remaja, salah satunya berupa munculnya fenomena *toxic online disinhibition* yaitu dinamika psikologis yang menyebabkan perbedaan perilaku berbentuk destruktif di ruang digital. Fenomena ini ditemukan marak terjadi di kalangan remaja pengguna Instagram di Sumatera Barat, yang sebagian besar masih berada dalam fase perkembangan *self-control* yang belum stabil. Penelitian ini penting dilakukan untuk melihat sejauh mana hubungan antara *self-control* dengan *toxic online disinhibition* pada remaja pengguna media sosial Instagram. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif korelasional dengan jumlah sampel sebanyak 400 remaja berusia 13–18 tahun yang dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*. Data dikumpulkan menggunakan dua skala, yaitu skala *self-control* (Tangney dkk., 2004) dan skala *toxic online disinhibition* (Udris, 2014 yang diadaptasi oleh Mantara dkk., 2023), dan dianalisis menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara *self-control* dengan *toxic online disinhibition*, yang berarti semakin rendah kemampuan pengendalian diri remaja, semakin rendah kecenderungan mereka menampilkan perilaku negatif di media sosial Instagram.

**Kata kunci:** Self-Control Remaja; Perilaku Destruktif; Media Sosial; Toxic Disinhibition; Instagram Remaja

### 1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa perubahan besar dalam pola interaksi sosial masyarakat, khususnya di kalangan remaja. Laporan *We Are Social* (2023) menunjukkan bahwa jumlah pengguna internet dunia mencapai lebih dari 5,16 miliar orang, dengan Indonesia sebagai salah satu negara dengan penetrasi media sosial tertinggi, yakni 167 juta pengguna aktif. Di antara berbagai platform, Instagram menjadi salah satu yang paling populer dengan lebih dari 90 juta pengguna di Indonesia, didominasi kelompok usia 13–24 tahun (NapoleonCat, 2023).

Kehadiran media sosial seperti WhatsApp, Tiktok, dan Instagram menciptakan suatu komunitas komunikasi baru dimana pengguna tidak lagi bergantung pada media tradisional

dalam menyampaikan pesan atau pendapat mereka. Prihatiningsih (2017) menyebutkan bahwa beberapa motif penggunaan Instagram bagi remaja diantaranya adalah kebutuhan kognitif dimana remaja menggunakan instagram untuk mencari informasi aktual dan terkait situasi terkini, selanjutnya kebutuhan afektif dimana remaja juga memungkinkan melakukan tindakan ekspresif dalam berbagai bentuk unggahan yang mencerminkan emosi, baik kebahagiaan, kesedihan, maupun kemarahan. Remaja juga memanfaatkan Instagram sebagai sarana memenuhi kebutuhan integrasi personal dimana mereka dapat membangun identitas diri melalui konten yang mereka bagikan, seperti foto, video, atau tulisan yang mencerminkan kepribadian mereka. Melalui Instagram sendiri remaja dapat memenuhi kebutuhan sosialnya untuk berkomunikasi dengan dengan orang orang terdekat dan mencari hiburan serta konten konten menarik.

Bagi remaja, media sosial seperti Instagram berfungsi sebagai sarana mengekspresikan diri, mencari informasi, serta membangun relasi sosial. Namun, intensitas penggunaan yang tinggi juga menimbulkan berbagai perilaku berisiko, termasuk cyberbullying, ujaran kebencian, hingga perilaku seksual daring (Foody et al., 2023). Fenomena ini erat kaitannya dengan konsep *online disinhibition*, yaitu kecenderungan individu untuk lebih bebas dalam mengekspresikan emosi atau perilaku di ruang digital dibandingkan interaksi tatap muka (Suler, 2004). Dalam konteks negatif, hal ini disebut *toxic online disinhibition*, ditandai dengan perilaku agresif, komentar sarkastik, trolling, hingga penyebaran ujaran kebencian (Lapidot-Lefler & Barak, 2015).

Kondisi nyata di Sumatera Barat turut menguatkan fenomena ini. Berdasarkan data BPS (2022), sebanyak 98,58% penduduk di provinsi ini telah mengakses internet, dengan 78,63% menggunakan media sosial secara aktif. Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP3A) Sumatera Barat (2023) melaporkan meningkatnya kasus kejahanan daring, termasuk kekerasan seksual yang dipicu interaksi negatif di media sosial. Majelis Ulama Indonesia (MUI) Sumatera Barat mengungkapkan penggunaan internet tanpa pengawasan telah mengakibatkan anak-anak dan remaja memanfaatkan internet untuk mengakses konten berbahaya seperti pornografi, perjudian daring, dan ujaran kebencian. Sehingga hal ini berdampak pada pengabaian aktivitas positif lainnya, termasuk pendidikan dan kegiatan keagamaan (Putri, 2025).

Hasil survei awal terhadap 80 remaja di Sumatera Barat memperlihatkan kecenderungan yang cukup kuat bahwa mereka lebih nyaman mengekspresikan diri secara daring dibandingkan interaksi tatap muka. Sebagian besar responden menyatakan merasa lebih

bebas dalam menyusun kata, menyampaikan opini, maupun meluapkan emosi ketika berkomunikasi melalui media sosial, terutama Instagram. Kebebasan tersebut tidak hanya memunculkan *benign disinhibition*, seperti keberanian untuk membagikan pengalaman pribadi, motivasi, dan pencapaian, tetapi juga menimbulkan *toxic disinhibition* berupa komentar sarkastik, sindiran, hujatan, hingga keterlibatan dalam konflik daring. Beberapa responden mengaku pernah menyesal setelah mengunggah status atau komentar negatif karena menimbulkan respon balik berupa kritik, cibiran, atau pertengkaran terbuka di ruang virtual. Fenomena ini mengindikasikan bahwa meskipun media sosial memberikan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan diri secara lebih leluasa, di saat yang sama juga meningkatkan risiko munculnya perilaku impulsif dan agresif yang mencerminkan rendahnya pengendalian diri. Fakta ini memperkuat asumsi bahwa *self-control* berperan penting dalam memoderasi perilaku remaja di ruang digital, sehingga perlu dikaji lebih mendalam keterkaitannya dengan *toxic online disinhibition*.

*Toxic Online disinhibition* dalam komunikasi online disebabkan oleh kurangnya isyarat visual yang membuat seseorang lebih mudah menjalin hubungan dengan orang lain tanpa harus memikirkan penilaian langsung dari lawan bicara terhadap pendapat atau sesuatu yang disampaikan. Hal ini berbeda dengan proses komunikasi tatap muka (*face to face communication*), dimana isyarat nonverbal seperti ekspresi wajah, gesture, dan nada suara memberikan kesan dalam interaksi sosial (Walther et al., 2015). Suler (2004) memaparkan bahwa *toxic online disinhibition* dapat berdampak negatif dimana orang akan lebih mudah untuk mengungkapkan ujaran kebencian, kritik keras, menunjukkan agresi verbal, dan bahkan memberikan ancaman di dunia online.

Fenomena tersebut tidak terlepas dari faktor psikologis, salah satunya *self-control*. Menurut Baumeister et al. (2004), *self-control* adalah kemampuan individu untuk mengatur emosi dan perilaku agar sesuai dengan norma sosial. Rendahnya kontrol diri membuat remaja lebih rentan melakukan perilaku impulsif, termasuk perilaku agresif daring. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kegagalan kontrol diri berhubungan dengan meningkatnya agresi verbal di ruang digital (Lapidot-Lefler & Barak, 2015; Voggeser et al., 2018). Sebaliknya, individu dengan *self-control* tinggi lebih mampu menahan dorongan impulsif sehingga lebih kecil kemungkinan terlibat dalam perilaku toxic (Duckworth & Steinberg, 2015).

Studi lebih lanjut mengungkapkan bahwa terdapatnya korelasi signifikan antara rendahnya *self control* dengan perilaku agresif dunia maya. Kowalski et al. (2014) mengatakan bahwa remaja sering menjadi kelompok yang sangat rentang melakukan agresi siber, hal ini

dikarenakan perkembangan emosional dan sosial remaja belum stabil. Fase perkembangan remaja seperti yang diungkapkan Steinberg (2013), adalah fase dimana otak bagian *prefrontal cortex* yang mengelola regulasi emosi dan kontrol implus masih dalam proses pematangan. Hal ini mempengaruhi kemampuan remaja dalam mengelola emosi mereka, terutama ketika berhadapan dengan situasi yang menekan dari teman sebaya atau pengalaman frustasi.

Tokunaga (2015) dalam penelitiannya menunjukkan *self control* membantu individu mengelola respon emosional negatif serta mengurangi resiko perilaku berbahaya di dunia maya, seperti ujaran kebencian atau agresi verbal. Sebaliknya rendahnya *self control* berkaitan dengan perilaku *toxic online disinhibition*. Ramdhani (2024) menemukan bahwa rendahnya *self-control* berhubungan signifikan dengan peningkatan perilaku *online disinhibition* yang berbentuk negatif dalam ruang digital, seperti *cyber aggression, hatespeech*, dll.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk meneliti bagaimana *self control* dapat berkorelasi dengan *toxic online disinhibition* di kalangan remaja pengguna Instagram di Sumatera Barat. Dengan memahami hubungan antara *self control* dan *toxic online disinhibition*, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengidentifikasi strategi untuk mengelola perilaku online secara lebih sehat dan bertanggung jawab, serta mencegah perilaku *toxic* yang kerap muncul dalam lingkungan digital.

## 2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk menguji hubungan antara *self-control* dengan *toxic online disinhibition* pada remaja pengguna Instagram di Sumatera Barat. Populasi penelitian adalah remaja berusia 13–20 tahun dengan sejumlah 494.900 orang berdasarkan data BPS Provinsi Sumatera Barat (2024). Sampel ditentukan sebanyak 400 responden menggunakan teknik *cluster sampling* dengan mempertimbangkan penyebaran wilayah. Data dikumpulkan melalui kuesioner berbasis skala Likert. Variabel *self-control* diukur menggunakan *Self-Control Scale* yang dikembangkan oleh Tangney, Baumeister, & Boone (2004) dan telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh Arifin & Milla (2020), sedangkan variabel *toxic online disinhibition* diukur menggunakan *Online Disinhibition Scale* (ODS) dari Udris (2014) yang diadaptasi oleh Mantara et al. (2023). Instrumen penelitian ini memiliki validitas dan reliabilitas yang memadai ( $\alpha \geq 0,80$ ). Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik korelasi Rank Spearman melalui bantuan perangkat lunak statistik untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

##### *Uji Normalitas*

Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah data residual dalam model regresi residual mengikuti distribusi normal. Peneliti menggunakan taraf signifikansi sejumlah 0,05, artinya suatu data berdistribusi normal manakala skor signifikansinya lebih besar daripada 0,05 (Sig. > 0,05).

**Tabel 1.** Uji Normalitas.

<b><i>Kolmogorov Smirnov Test</i></b>			
<i>Unstandardized Residual</i>	N	Monte Carlo Sig (2-tailed)	Keterangan
	375	0,115	Berdistribusi Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* terhadap residual yang tidak terstandarisasi (*Unstandardized Residual*) pada 375 responden, diperoleh nilai signifikansi Monte Carlo sebesar 0,115. Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas telah terpenuhi.

##### *Uji Linearitas*

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear antara variabel independen dengan variabel dependen. Kriteria Keputusan pengujian dilakukan dengan ketentuan apabila nilai linearity (Sig.) lebih dari 0,05

**Tabel 2.** Uji Linearitas.

<b><i>Variabel</i></b>	<b><i>Linearity</i></b>	<b><i>Keterangan</i></b>
<i>Self Control * Toxic Online Disinhibition</i>	0,000	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas antara variabel *Self Control* dan *Toxic Online Disinhibition*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel linear.

##### *Uji Korelasi Person Product Moment*

**Tabel 3.** Uji Korelasi Person Product Moment.

<b><i>Variabel</i></b>	<b><i>Self Control</i></b>	<b><i>Online Disinhibition</i></b>
<i>Self Control</i>	1,000	-0,221
<i>Online Disinhibition</i>	-0,221	1,000
<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000	0,000
N	375	375

Berdasarkan hasil analisis korelasi, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,221 antara variabel *Self Control* dan *Online Disinhibition*. Nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut signifikan secara statistik

pada taraf signifikansi 0,05. Nilai koefisien korelasi yang negatif menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *Self Control* dan *Toxic Online Disinhibition*, meskipun dengan kekuatan hubungan yang tergolong rendah hingga sedang. Artinya, semakin tinggi *Self Control* seseorang, cenderung diikuti oleh penurunan *Toxic Online Disinhibition*, meskipun pengaruhnya tidak terlalu kuat. Maka berdasarkan temuan ini bahwa Ha diterima yang didasarkan pada nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana hubungan antara hubungan *self control* dengan *online disinhibition* pada remaja pengguna instagram di Sumatera Barat. Adapun berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menggunakan uji korelasi rank spearman, diperoleh bahwa *self control* berkorelasi negatif dengan *toxic online disinhibition*. Zulmaulida et.al (2023) menjelaskan bahwa bentuk korelasi negatif menunjukkan perubahan variabel berlawanan, dimana peningkatan pada variabel X diikuti penurunan pada variabel Y dan begitu sebaliknya. Nilai koefisien korelasi antara 0 – 0,5 mengartikan bahwa terdapat bentuk hubungan yang lemah – sedang antara variabel (Zulmaulida et al., 2023)

*Toxic Online disinhibition* merujuk pada suatu fenomena psikologis dimana individu menunjukkan dan melakukan tingkah laku yang berbeda ketika berada di ruang digital dibandingkan dengan perilaku mereka di dunia nyata (Suler, 2004). Manifestasi perbedaan perilaku ini meliputi bentuk mengekspresikan diri, emosi hingga tindakan verbal yang biasanya tidak mereka tunjukkan di dunia nyata, hal ini disebabkan karena ruang digital memungkinkan seseorang untuk melakukan berbagai tindakan di luar batas norma sosial karena lemahnya otoritas yang mengawasi dan lingkungan yang menyediakan anominitas, ketidakhadiran fisik, dan minimnya resiko konsekuensi langsung (Joinson, 2007).

Suler (2004) menjelaskan bahwa “*disinhibition*” adalah suatu bentuk dari *self-control* yang gagal. *Disinhibition* juga didefinisikan sebagai ketidakmampuan individu untuk mengendalikan perilaku impulsif, pikiran, atau perasaan dan manifestasi online selama seseorang berkomunikasi dengan cara yang tidak mereka lakukan ketika offline (Suler, 2004). *Self control* memainkan peran penting dalam konteks perilaku dunia maya, kemampuan ini berkaitan dengan pengendalian emosi, tindakan agar sesuai dengan norma ideal (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004). Dalam beberapa kondisi, interaksi dunia maya yang memiliki ciri khas seperti komunikasi asinkron dan tidak adanya konsekuensi langsung atas perilaku yang dilakukan mempengaruhi dinamika perilaku inividu untuk secara sadar bertindak menyimpang, meskipun individu memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi (Nugraha et al.,

2023). Hasil penelitian Nugraha et al (2023) mendapatkan bahwa *self control* memiliki korelasi dengan *toxic online disinhibiton* dimana individu dengan tingkat *self control* tinggi juga memiliki tingkat *toxic online disinhibition* yang tinggi.

Tingkat *self control* berkorelasi dengan seberapa besarnya tingkat gangguan implusif. Gangguan implusif ini yang memicu terjadinya berbagai bentuk perilaku toxic dalam interaksi dunia maya (Favini et al., 2024). Dalam penelitian Favini et al. (2024) juga menemukan bahwa gender perempuan lebih menunjukkan sikap kontrol diri yang lebih rendah di bandingkan laki-laki dan menunjukkan tindakan yang lebih agresif di ruang digital seperti memanfaatkan medsos untuk tindakan mengintimidasi, merendahkan orang lain, penyebaran aib (*public shaming*), atau komentar bernada kebencian (*hate speech*).

Temuan lainnya juga menemukan bahwa *self control* berkorelasi dengan *toxic online disinhibition*. Ramdhani (2024) dalam penelitian nya mendapatkan bahwa *self control* berkorelasi dengan *toxic online disinhibition*, dimana datanya menunjukkan bahwa responden dengan usia yang lebih dewasa akan memiliki tingkat kontrol diri yang lebih baik, sedangkan tingkat *toxic online disinhibiton* responden secara keseluruhan berada pada taraf sedang, yang menunjukkan bahwa pada sebagian responden yang memiliki tingkat *self control* yang tinggi juga memiliki perilaku toxic online disinhibition di media sosial namun pada kondisi tertentu dan tidak terlalu vulgar.

Dengan begitu temuan ini memperkuat berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *self control* memiliki hubungan dengan *toxic online disinhibition*. Nilai signifikansi yang berada pada taraf lemah-sedang menunjukkan bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan dimana faktor faktor lain dapat memoderasi hubungan antara *self control* dengan *toxic online disinhibition* seperti lingkungan sosial-budaya, dan pengaruh teman sebaya yang mungkin mempengaruhi manifestasi perilaku dunia maya, hal ini sejalan dengan pendapat Seth et al. (2023) bahwa perbedaan sosial budaya mempengaruhi perilaku individu bermedia sosial dan konsumsi konten. Angelini et al (2024) menjelaskan bahwa interaksi dalam bermedia sosial di pengaruhi oleh teman sebaya yang aktif di media sosial

#### 4. KESIMPULAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat self-control remaja berada pada kategori sedang, yang berarti mereka mampu mengendalikan perilaku namun masih kurang stabil ketika menghadapi godaan atau konflik dalam interaksi digital. Perilaku toxic online disinhibition juga berada pada kategori sedang, menandakan bahwa perilaku agresif atau sarkastik tidak muncul secara ekstrem, tetapi cukup sering terjadi sehingga tetap memerlukan perhatian. Lebih

lanjut, hasil uji korelasi memperlihatkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara self-control dengan toxic online disinhibition, yang berarti semakin tinggi self-control seseorang, maka semakin rendah kecenderungan munculnya perilaku toxic di media sosial. Namun, kekuatan hubungan ini tergolong rendah, sehingga menunjukkan bahwa self-control tidak memberikan kontribusi besar terhadap munculnya perilaku toxic di Instagram. Secara keseluruhan, temuan ini mendukung hipotesis penelitian bahwa terdapat hubungan antara self-control dengan toxic online disinhibition pada remaja pengguna Instagram di Sumatera Barat.

## DAFTAR PUSTAKA

Angelini, F., Gini, G., Marino, C., & Van, R. (2024). Social media features, perceived group norms, and adolescents' active social media use matter for perceived friendship quality. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1222907>

Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat. (2022). *Statistik kesejahteraan rakyat Provinsi Sumatera Barat 2022*. <https://sumbar.bps.go.id/id/publication/2022/12/28/a5fd46b5a6bd4f1da740f54b/statistik-kesejahteraan-rakyat-provinsi-sumatera-barat-2022.html>

Duckworth, A., & Steinberg, L. (2015). Unpacking self-control. *Child Development Perspectives*, 9(1), 32–37. <https://doi.org/10.1111/cdep.12107>

Favini, A., Lunetti, C., Virzì, A. T., Cannito, L., Culcasi, F., Quarto, T., & Palladino, P. (2024). Online and offline aggressive behaviors in adolescence: The role of self-regulatory self-efficacy beliefs. *Behavioral Sciences (Basel, Switzerland)*, 14(9), 776. <https://doi.org/10.3390/bs14090776>

Foody, M., Kuldas, S., Sargioti, A., Mazzone, A., & O'Higgins Norman, J. (2023). Sexting behaviour among adolescents: Do friendship quality and social competence matter? *Computers in Human Behavior*, 142, 107651. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107651>

Joinson, A. (2007). Disinhibition and the Internet. In *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications* (pp. 75–92).

Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073–1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>

Lapidot-Lefler, N., & Barak, A. (2015). Effects of anonymity, invisibility, and lack of eye-contact on toxic online disinhibition. *Computers in Human Behavior*, 28(2), 434–443. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.10.014>

Lapidot-Lefler, N., & Barak, A. (2015). The benign online disinhibition effect: Could situational factors induce self-disclosure and prosocial behaviors? *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 9. <https://doi.org/10.5817/CP2015-2-3>

NapoleonCat. (2023). *Instagram users in Indonesia – September 2023*. Napoleoncat.com. <https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2024/12/>

Nugraha, R. G., Rahmani, K., Kuswantomo, H., Aliifah, D. N., & Pusti, A. R. (2023). The relationship between self-control and toxic disinhibition online effects on students who use social media. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 7(2), 259–272. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v7i2.5661>

Prihatiningsih, W. (2017). Motif penggunaan media sosial Instagram di kalangan remaja. *Communication*, 8(1), 51. <https://doi.org/10.36080/comm.v8i1.651>

Putri, W. D. (2025, Oktober 31). MUI Padang sepakat pemerintah batasi media sosial untuk anak. *Radio Republik Indonesia: Sumatera Barat*. <https://www.rri.co.id/sumatera-barat/iptek/1268891/mui-padang-sepakat-pemerintah-batasi-media-sosial-untuk-anak>

Seth, A., Cao, J., Shi, X., Dotsch, R., Liu, Y., & Bos, M. W. (2023). Cultural differences in friendship network behaviors: A Snapchat case study. *ArXiv (Cornell University)*. <https://doi.org/10.48550/arxiv.2301.13801>

Steinberg, L. (2013). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt.

Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321–326. <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>

Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–322. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>

Tokunaga, R. S. (2015). Perspectives on Internet addiction, problematic Internet use, and deficient self-regulation: Contributions of communication research. *Annals of the International Communication Association*, 39(1), 131–161. <https://doi.org/10.1080/23808985.2015.11679174>

Udris, R. (2014). Cyberbullying among high school students in Japan: Development and validation of the Online Disinhibition Scale. *Computers in Human Behavior*, 41, 253–261. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.09.036>

Voggeser, B. J., Singh, R. K., & Göritz, A. S. (2018). Self-control in online discussions: Disinhibited online behavior as a failure to recognize social cues. *Frontiers in Psychology*, 8, 2372. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02372>

Walther, J. B. (2015). Social information processing theory (CMC). In *The International Encyclopedia of Interpersonal Communication* (pp. 1–13). <https://doi.org/10.1002/9781118540190.wbeic192>

We Are Social. (2023). *Digital 2023 global overview report*. <https://wearesocial.com>

Zulmaulida, R., Saputra, E., Akmal, N., Sihombing, P. R., Supriatin, F. E., Fuady, I., Gradini, E., Wewe, M., Galih, A. P., & Muhsam, J. (2023). *Teori statistik pendidikan* (Cetakan ke-3). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.