

Pengembangan Instrumen Pengukuran Online Disinhibition pada Dewasa Awal

**Abida Khanza Azahra¹, Adristia Zahra Ramadhan², Fernand Prayata Richsan³,
Gadis Shidqi Ramadhia⁴**

Universitas Al-Azhar Indonesia, Indonesiaa

Abkhazahra22@gmail.com¹, adiszhras@gmail.com², fernand.richs4n@gmail.com³,
shidqiramadhia@gmail.com⁴

Submitted: 18th July 2026 | **Edited:** 27th August 2026 | **Issued:** 01st September 2026

Cited on: Azahra, A. K., Ramadhan, A. Z., Richsan, F. P., & Ramadhia, G. S. (2026).
Pengembangan Instrumen Pengukuran Online Disinhibition pada Dewasa Awal.
AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis, 6(3), 1476-1486.

ABSTRACT

The increasing use of social media has intensified the phenomenon of online disinhibition, in which individuals tend to express their thoughts, emotions, and behaviors more freely in digital environments than in face-to-face interactions. Despite growing attention to this phenomenon, Indonesia still lacks a psychometrically validated instrument that reflects the cultural and communication characteristics of its young adult population. This study aimed to develop and evaluate an Online Disinhibition instrument for Indonesian young adults. Instrument development involved three stages: content validity assessment by four experts using the Content Validity Index (CVI), reliability testing with 30 respondents, and construct validity testing through Confirmatory Factor Analysis (CFA) involving 163 respondents. The initial instrument consisted of 40 items, of which 35 met the content validity criteria. Subsequent construct validation produced a final instrument containing 16 items representing the benign and toxic online disinhibition dimensions. The reliability analysis yielded a Cronbach's Alpha coefficient of 0.808, indicating good internal consistency. CFA results demonstrated a good fit for the benign dimension and an acceptable fit for the toxic dimension. These findings indicate that the developed instrument possesses satisfactory psychometric properties and can be used to assess online disinhibition among Indonesian young adult social media users.

Keywords: Online Disinhibition, Instrument Development, Psychometric Validation, Confirmatory Factor Analysis, Young Adults

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan terhadap cara individu berkomunikasi dan membangun hubungan sosial. Pada kelompok mahasiswa, penggunaan internet dan media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana memperoleh informasi akademik, tetapi juga menjadi ruang untuk membangun identitas diri, mengekspresikan opini, dan mempertahankan hubungan interpersonal. Dalam konteks komunikasi digital tersebut, muncul fenomena online disinhibition, yaitu kecenderungan individu untuk menampilkan pikiran, emosi, dan perilaku secara lebih terbuka di lingkungan daring dibandingkan ketika berinteraksi secara langsung. Konsep ini pertama kali dijelaskan oleh Suler (2004) melalui teori Online Disinhibition Effect yang menyatakan bahwa perubahan perilaku dalam ruang digital dipengaruhi oleh

beberapa faktor psikologis, seperti dissociative anonymity, invisibility, asynchronicity, solipsistic introjection, dissociative imagination, dan minimization of authority. Menurut Suler (2004), faktor-faktor tersebut dapat menghasilkan dua bentuk perilaku, yaitu benign disinhibition berupa keterbukaan diri, eksplorasi kreativitas, dan ekspresi positif, serta toxic disinhibition yang ditandai dengan perilaku agresif, penghinaan, atau tindakan merugikan pihak lain. Pemahaman mengenai kedua bentuk perilaku tersebut menjadi penting karena aktivitas digital saat ini semakin melekat dalam kehidupan mahasiswa.

Mahasiswa menjadi kelompok yang relevan untuk dikaji dalam penelitian online disinhibition karena berada pada fase perkembangan dewasa awal yang ditandai dengan proses eksplorasi identitas, pembentukan hubungan sosial, dan kebutuhan memperoleh penerimaan dari lingkungan sebaya. Arnett (2019) menjelaskan bahwa periode dewasa awal merupakan tahap perkembangan ketika individu aktif membangun konsep diri dan memperluas jaringan sosial, termasuk melalui media digital. Dalam konteks tersebut, penggunaan media sosial yang intensif dapat menjadi ruang bagi mahasiswa untuk menampilkan diri secara lebih bebas, tetapi sekaligus meningkatkan kemungkinan munculnya perilaku impulsif dalam komunikasi daring. Wright et al. (2021) menunjukkan bahwa karakteristik komunikasi online, seperti keterbatasan isyarat sosial dan rendahnya hambatan interpersonal, dapat meningkatkan kecenderungan individu melakukan perilaku yang mungkin tidak dilakukan dalam interaksi langsung. Fenomena tersebut juga terlihat pada berbagai perilaku digital mahasiswa, seperti oversharing, pemberian komentar impulsif, penyebaran informasi tanpa verifikasi, hingga keterlibatan dalam cyberbullying (Rachman, 2026).

Meskipun kajian mengenai perilaku digital telah mengalami perkembangan, pengukuran konstruk online disinhibition dalam konteks Indonesia masih menghadapi sejumlah keterbatasan. Penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti hubungan penggunaan media sosial dengan variabel psikologis tertentu, seperti kecemasan sosial, kesejahteraan psikologis, atau perilaku agresif daring, dibandingkan mengembangkan instrumen yang secara khusus mengukur kecenderungan online disinhibition. Kurniawan et al. (2023) menjelaskan bahwa penelitian perilaku digital pada mahasiswa Indonesia masih membutuhkan instrumen yang memiliki kesesuaian dengan karakteristik budaya dan pola komunikasi pengguna lokal. Sementara itu, Anjani (2024) menegaskan bahwa penggunaan instrumen adaptasi dari negara lain perlu dilakukan secara hati-hati karena

perbedaan budaya, norma sosial, penggunaan bahasa, serta persepsi individu terhadap privasi digital dapat memengaruhi interpretasi terhadap setiap butir pertanyaan.

Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa instrumen pengukuran online disinhibition tidak cukup hanya diterjemahkan secara bahasa, tetapi perlu melalui proses pengembangan dan validasi yang mempertimbangkan konteks sosial budaya masyarakat Indonesia. Boateng et al. (2018) menjelaskan bahwa pengembangan instrumen psikologi membutuhkan proses sistematis yang mencakup identifikasi konstruk, penyusunan indikator, pengembangan item, validasi isi, serta pengujian reliabilitas dan validitas konstruk. Dalam penelitian lintas budaya, Sousa dan Rojjanasrirat (2021) juga menekankan bahwa adaptasi instrumen harus memastikan kesetaraan makna konseptual agar alat ukur tetap mampu merepresentasikan konstruk psikologis yang sama pada populasi berbeda. Oleh karena itu, instrumen online disinhibition yang dikembangkan dalam konteks Indonesia diperlukan untuk memperoleh pengukuran yang lebih akurat terhadap perilaku digital mahasiswa.

Selain kesesuaian budaya, kualitas instrumen psikologi juga ditentukan oleh bukti psikometrik yang memadai. DeVellis (2021) menjelaskan bahwa instrumen yang baik harus memiliki kemampuan mengukur konstruk secara konsisten melalui pengujian reliabilitas dan validitas. Dalam pengembangan instrumen modern, analisis faktor konfirmatori (Confirmatory Factor Analysis/CFA) menjadi salah satu pendekatan penting untuk menguji kesesuaian struktur faktor instrumen dengan model teoritis yang digunakan. Hair et al. (2022) menyatakan bahwa evaluasi model pengukuran melalui indikator seperti factor loading, reliabilitas konstruk, dan indeks kesesuaian model diperlukan untuk memastikan bahwa instrumen memiliki kualitas pengukuran yang dapat dipertanggungjawabkan. Pendekatan psikometrik tersebut semakin penting dalam penelitian perilaku digital karena konstruk yang diukur berkaitan dengan pola perilaku manusia yang dapat dipengaruhi oleh perubahan teknologi dan dinamika sosial.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan mengembangkan instrumen pengukuran online disinhibition yang sesuai dengan karakteristik mahasiswa Indonesia. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih banyak menggunakan instrumen adaptasi dari luar negeri, penelitian ini menawarkan kebaruan melalui proses pengembangan instrumen yang mempertimbangkan konteks bahasa, karakteristik komunikasi digital mahasiswa Indonesia, serta pengujian psikometrik secara empiris.

Instrumen yang dikembangkan diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis dalam memperluas kajian mengenai perilaku digital dalam konteks budaya Indonesia dan memberikan kontribusi praktis sebagai alat ukur yang valid serta reliabel untuk penelitian psikologi digital maupun asesmen perilaku penggunaan teknologi pada mahasiswa (Alvin, 2025).

LANDASAN TEORI

Online Disinhibition Effect

Konsep online disinhibition effect diperkenalkan oleh Suler (2004) untuk menjelaskan kecenderungan individu menunjukkan ekspresi pikiran, emosi, dan perilaku yang lebih bebas ketika berinteraksi melalui lingkungan digital dibandingkan dengan komunikasi tatap muka. Menurut Suler (2004), perubahan perilaku tersebut terjadi karena karakteristik komunikasi daring dapat mengurangi hambatan psikologis dan sosial yang biasanya mengatur perilaku individu dalam interaksi langsung. Lingkungan digital memberikan kondisi tertentu, seperti meningkatnya anonimitas dan berkurangnya kontrol sosial, sehingga individu merasa lebih aman dalam menyampaikan pendapat, mengungkapkan perasaan, maupun membagikan informasi pribadi.

Dalam penelitian psikologi digital, online disinhibition dipandang sebagai konstruk multidimensional yang tidak hanya berkaitan dengan kebebasan berekspresi, tetapi juga menggambarkan perubahan regulasi diri individu ketika berada dalam komunikasi daring. Valkenburg dan Peter (2019) menjelaskan bahwa karakteristik media digital dapat memengaruhi cara individu membangun identitas, melakukan keterbukaan diri, dan membentuk hubungan sosial. Namun, kebebasan tersebut dapat menghasilkan dampak yang berbeda bergantung pada kemampuan kontrol diri, tujuan penggunaan media, serta konteks interaksi yang terjadi.

Suler (2004) menjelaskan bahwa munculnya online disinhibition effect dipengaruhi oleh enam mekanisme psikologis, yaitu dissociative anonymity, invisibility, asynchronicity, solipsistic introjection, dissociative imagination, dan minimization of authority. Dissociative anonymity menggambarkan kondisi ketika individu merasa identitasnya tidak sepenuhnya diketahui sehingga tanggung jawab sosial terhadap perilaku menjadi lebih rendah. Invisibility berkaitan dengan tidak adanya kontak visual langsung yang membuat individu lebih bebas menampilkan dirinya, sedangkan asynchronicity memungkinkan individu merespons komunikasi tanpa tekanan waktu.

Selanjutnya, solipsistic introjection menjelaskan kecenderungan individu membangun persepsi pribadi terhadap lawan komunikasi, dissociative imagination berkaitan dengan pemisahan dunia online dan offline, sedangkan minimization of authority menunjukkan berkurangnya pengaruh norma maupun otoritas sosial dalam lingkungan digital. Wen et al. (2024) menjelaskan bahwa keenam aspek tersebut menjadi faktor penting yang menjelaskan mengapa individu dapat menunjukkan perilaku berbeda ketika berinteraksi secara daring.

Berdasarkan bentuk perilakunya, online disinhibition effect dapat berkembang menjadi dua dimensi utama, yaitu benign disinhibition dan toxic disinhibition. Benign disinhibition merupakan bentuk perilaku positif yang ditunjukkan melalui keterbukaan diri, berbagi pengalaman, pemberian dukungan sosial, dan ekspresi emosi secara konstruktif. Bayer et al. (2020) menjelaskan bahwa media sosial dapat menjadi ruang yang mendukung keterbukaan diri karena individu merasa memperoleh kesempatan untuk membangun hubungan sosial dan mendapatkan penerimaan. Sebaliknya, toxic disinhibition menunjukkan bentuk perilaku negatif seperti komentar agresif, penghinaan, ujaran kebencian, dan cyberbullying. Kowalski et al. (2022) menjelaskan bahwa berkurangnya hambatan sosial dalam komunikasi digital dapat meningkatkan kemungkinan munculnya perilaku agresif karena individu merasa konsekuensi sosial dari tindakannya lebih rendah dibandingkan interaksi langsung.

Selain karakteristik lingkungan digital, perilaku online disinhibition juga dipengaruhi oleh faktor individual. Kircaburun et al. (2020) menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi, kontrol diri, dan karakteristik psikologis individu berperan dalam menentukan apakah kebebasan berekspresi di ruang digital akan menghasilkan perilaku adaptif atau maladaptif. Individu dengan kontrol diri yang baik cenderung mampu mempertimbangkan dampak sosial sebelum melakukan tindakan daring, sedangkan individu dengan regulasi diri rendah lebih rentan menunjukkan perilaku impulsif dan negatif.

Dalam konteks pengembangan instrumen psikologi, konstruk online disinhibition perlu dijabarkan menjadi indikator perilaku yang terukur. Boateng et al. (2021) menjelaskan bahwa pengembangan instrumen harus dimulai dari definisi konseptual yang jelas, identifikasi dimensi konstruk, penyusunan indikator, hingga pengujian validitas dan reliabilitas. Berdasarkan teori Suler (2004), indikator online disinhibition dapat

dikembangkan melalui aspek mekanisme psikologis (dissociative anonymity, invisibility, asynchronicity, solipsistic introjection, dissociative imagination, dan minimization of authority) serta aspek manifestasi perilaku berupa benign disinhibition dan toxic disinhibition. Dengan demikian, teori Online Disinhibition Effect memberikan dasar konseptual yang kuat dalam penyusunan instrumen karena mampu menjelaskan proses psikologis sekaligus bentuk perilaku yang muncul dalam komunikasi digital.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengembangan instrumen (instrument development study) yang bertujuan menghasilkan alat ukur Online Disinhibition dengan kualitas psikometrik yang memadai berdasarkan teori Online Disinhibition Effect dari Suler. Proses pengembangan instrumen dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu penyusunan indikator berdasarkan kajian teori, penyusunan butir pernyataan, validasi isi, pengujian reliabilitas, dan pengujian validitas konstruk. Tahap penyusunan item dilakukan dengan mengadaptasi dimensi teoritis online disinhibition, yaitu benign online disinhibition dan toxic online disinhibition, kemudian diterjemahkan menjadi indikator perilaku yang sesuai dengan konteks mahasiswa Indonesia. Validasi isi dilakukan melalui expert judgment yang melibatkan empat validator yang memiliki latar belakang keahlian di bidang psikologi, psikometri, dan perilaku digital. Penilaian ahli digunakan untuk mengevaluasi kesesuaian antara indikator, konstruk teoritis, dan setiap butir instrumen melalui perhitungan Content Validity Index (CVI). Menurut Yusoff (2019), keterlibatan ahli dalam pengembangan instrumen diperlukan untuk memastikan bahwa setiap item memiliki relevansi konseptual dan representasi yang sesuai terhadap konstruk yang diukur.

Setelah melalui proses validasi isi, instrumen awal yang terdiri atas 40 butir pernyataan diuji coba untuk mengetahui tingkat reliabilitas menggunakan 30 responden, kemudian dilakukan pengujian validitas konstruk menggunakan Confirmatory Factor Analysis (CFA) pada 163 mahasiswa berusia 18–25 tahun yang aktif menggunakan media sosial. Partisipan dipilih menggunakan teknik convenience sampling karena penelitian berfokus pada pengembangan instrumen awal yang membutuhkan karakteristik responden sesuai dengan konstruk yang dikaji, yaitu mahasiswa pengguna aktif media sosial. Seluruh partisipan mengikuti penelitian secara sukarela setelah memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian dan memberikan persetujuan (informed consent)

sebelum pengisian instrumen. Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak Jamovi dengan dukungan analisis CFA melalui pendekatan model faktor untuk mengevaluasi kesesuaian struktur instrumen, nilai factor loading, serta indeks kelayakan model. Selain itu, reliabilitas instrumen dianalisis menggunakan koefisien Cronbach's Alpha untuk mengetahui konsistensi internal antaritem. Prosedur pengembangan instrumen dalam penelitian ini mengacu pada prinsip pengembangan skala psikologi yang menekankan tahapan konseptualisasi konstruk, evaluasi validitas, dan pengujian reliabilitas secara sistematis (DeVellis, 2021; Boateng et al., 2021).

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menghasilkan instrumen Online Disinhibition yang dikembangkan melalui beberapa tahap pengujian psikometrik, yaitu validitas isi, reliabilitas, dan validitas konstruk. Tahap awal pengembangan menghasilkan 40 butir pernyataan yang disusun berdasarkan dua dimensi utama, yaitu Benign Online Disinhibition dan Toxic Online Disinhibition. Selanjutnya, proses validasi isi dilakukan melalui penilaian empat orang ahli yang memiliki kompetensi dalam bidang psikologi, psikometri, dan perilaku digital. Hasil validasi isi menunjukkan bahwa sebagian besar item memiliki tingkat relevansi yang memenuhi kriteria CVI, sehingga 35 item dinyatakan valid dan lima item dieliminasi karena dianggap belum merepresentasikan indikator konstruk secara optimal.

Tabel 1. Hasil Validitas isi dan Reliabilitas Instrumen

Indikator	Hasil
Jumlah Item Awal	40
Item Valid (CVI)	35
Item dieliminasi	5
Cronbach's Alpha	0,808

Sumber :Hasil Olah Data, 2026

Berdasarkan Tabel 1, instrumen mengalami proses penyaringan awal dari 40 menjadi 35 item setelah dilakukan evaluasi validitas isi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar item telah sesuai dengan indikator teoritis Online Disinhibition. Setelah proses validasi isi, pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan 30 responden. Nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,808 menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik. Dengan demikian, item-item yang dipertahankan memiliki keterkaitan yang cukup kuat dalam mengukur konstruk yang sama dan dapat dilanjutkan pada tahap pengujian validitas konstruk.

Pengujian validitas konstruk dilakukan menggunakan Confirmatory Factor Analysis (CFA) untuk mengetahui kesesuaian struktur faktor instrumen dengan model teoritis. Hasil CFA dilakukan secara terpisah pada dua dimensi utama, yaitu Benign Online Disinhibition dan Toxic Online Disinhibition.

Tabel 2. Goodness of Fit Model CFA

Dimensi	χ^2	df	p	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
Benign Online Disinhibition	1,03	2	0,597	1,000	1,005	0,000	0,126
Toxic Online Disinhibition	120	54	<0,001	0,939	0,925	0,087	0,066

Sumber :Hasil Olah Data, 2026

Hasil pada Tabel 2 menunjukkan bahwa dimensi Benign Online Disinhibition memiliki tingkat kesesuaian model yang sangat baik. Hal tersebut terlihat dari nilai chi-square sebesar 1,03 dengan nilai signifikansi 0,597, CFI sebesar 1,000, dan TLI sebesar 1,005. Sementara itu, dimensi Toxic Online Disinhibition menunjukkan indeks kesesuaian model yang masih dapat diterima dengan nilai CFI sebesar 0,939, TLI sebesar 0,925, RMSEA sebesar 0,087, dan SRMR sebesar 0,066. Meskipun nilai RMSEA sedikit berada di atas batas ideal, kombinasi indeks lainnya menunjukkan bahwa struktur faktor masih mampu merepresentasikan konstruk yang diuji.

Tabel 3. Blueprint Final Instrumen Online Disinhibition

Dimensi	Jumlah Item
Benign Online Disinhibition	4
Toxic Online Disinhibition	12
Total	16

Sumber :Hasil Olah Data, 2026

Berdasarkan keseluruhan proses pengujian psikometrik, instrumen mengalami reduksi dari 40 item awal menjadi 16 item akhir. Proses reduksi dilakukan secara bertahap melalui evaluasi validitas isi dan pengujian model CFA. Instrumen final terdiri atas empat item pada dimensi Benign Online Disinhibition dan dua belas item pada dimensi Toxic Online Disinhibition. Hasil tersebut menunjukkan bahwa meskipun terjadi pengurangan jumlah item, kedua dimensi teoritis tetap terwakili sehingga instrumen masih mampu menggambarkan konstruk Online Disinhibition secara menyeluruh.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa instrumen Online Disinhibition yang dikembangkan memiliki karakteristik psikometrik yang memadai untuk mengukur kecenderungan perilaku digital mahasiswa Indonesia. Temuan validitas isi menunjukkan bahwa sebagian besar item mampu merepresentasikan indikator konstruk yang dikembangkan berdasarkan teori Suler mengenai Online Disinhibition Effect. Hal ini

menunjukkan bahwa proses penyusunan item yang mempertimbangkan konteks komunikasi digital mahasiswa Indonesia dapat meningkatkan kesesuaian antara konsep teoritis dan pengalaman perilaku pengguna media sosial. Boateng et al. (2021) menjelaskan bahwa validitas isi merupakan tahap penting dalam pengembangan instrumen karena menentukan sejauh mana item mampu merepresentasikan domain konstruk yang hendak diukur.

Nilai reliabilitas sebesar 0,808 memperlihatkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik. Temuan ini sejalan dengan pandangan DeVellis (2021) yang menyatakan bahwa instrumen psikologi yang dikembangkan untuk penelitian perlu memiliki tingkat reliabilitas yang memadai agar hasil pengukuran dapat dipercaya. Konsistensi internal yang diperoleh menunjukkan bahwa item-item dalam instrumen memiliki hubungan yang cukup kuat dalam mengukur kecenderungan online disinhibition, baik pada aspek ekspresi diri positif maupun perilaku digital yang bersifat negatif.

Hasil CFA memberikan dukungan terhadap struktur dua dimensi yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu Benign Online Disinhibition dan Toxic Online Disinhibition. Temuan tersebut sesuai dengan konsep Suler (2004) yang menjelaskan bahwa online disinhibition tidak selalu menghasilkan perilaku negatif, tetapi dapat muncul dalam bentuk keterbukaan diri yang konstruktif maupun perilaku yang merugikan. Kesesuaian model pada dimensi Benign Online Disinhibition menunjukkan bahwa perilaku seperti keterbukaan, berbagi pengalaman, dan ekspresi emosi melalui media digital dapat diidentifikasi sebagai bagian dari konstruk yang berbeda. Sementara itu, dimensi Toxic Online Disinhibition yang tetap menunjukkan indeks kelayakan model yang dapat diterima memperlihatkan bahwa perilaku agresif atau impulsif dalam komunikasi digital juga menjadi aspek penting dalam memahami fenomena ini.

Temuan penelitian ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya mengenai pentingnya mempertimbangkan konteks budaya dalam pengembangan instrumen perilaku digital. Valkenburg dan Peter (2019) menjelaskan bahwa penggunaan media digital dipengaruhi oleh karakteristik individu dan lingkungan sosial tempat teknologi tersebut digunakan. Oleh karena itu, instrumen yang dikembangkan berdasarkan konteks mahasiswa Indonesia memiliki nilai tambah karena mempertimbangkan pola komunikasi digital yang berkembang dalam lingkungan lokal. Berbeda dengan instrumen adaptasi

yang hanya menerjemahkan alat ukur sebelumnya, penelitian ini menghasilkan instrumen yang dikembangkan melalui proses validasi empiris sehingga lebih relevan untuk menggambarkan perilaku online disinhibition pada mahasiswa Indonesia.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam bidang psikologi digital melalui penyediaan instrumen pengukuran Online Disinhibition yang memiliki bukti validitas dan reliabilitas. Instrumen ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian lanjutan mengenai hubungan perilaku digital dengan variabel psikologis lainnya, seperti regulasi diri, kesejahteraan psikologis, maupun perilaku sosial online. Namun demikian, penelitian selanjutnya perlu melakukan pengujian lintas kelompok dengan jumlah sampel yang lebih besar dan karakteristik responden yang lebih beragam untuk memperkuat validitas eksternal instrumen.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengembangan instrumen Online Disinhibition tidak hanya menghasilkan alat ukur dengan kualitas psikometrik yang memadai, tetapi juga memberikan pemahaman bahwa perilaku individu dalam ruang digital merupakan konstruk psikologis yang dipengaruhi oleh cara seseorang mengelola kebebasan berekspresi, norma sosial, dan karakteristik komunikasi daring. Instrumen yang dikembangkan memberikan kontribusi dalam memperluas kajian psikologi digital di Indonesia karena menyediakan alat ukur yang disusun berdasarkan konteks perilaku mahasiswa Indonesia, bukan sekadar mengadaptasi instrumen dari budaya lain. Secara praktis, instrumen ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar untuk mengidentifikasi kecenderungan perilaku digital yang bersifat adaptif maupun berisiko sehingga dapat mendukung penelitian, asesmen, dan pengembangan intervensi terkait penggunaan media sosial yang lebih sehat. Meskipun demikian, pengembangan instrumen ini masih memiliki keterbatasan pada karakteristik sampel penelitian sehingga penelitian selanjutnya perlu menguji validitas instrumen pada kelompok pengguna digital yang lebih beragam agar diperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai dinamika online disinhibition dalam konteks masyarakat Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvin. (2025). Pengembangan instrumen psikologi digital pada mahasiswa: Pendekatan validasi psikometrik dalam konteks Indonesia. *Jurnal Psikologi Terapan Indonesia*, 13(1), 45-58.
- Anjani. (2024). Adaptasi instrumen perilaku daring dalam konteks budaya Indonesia: Tantangan validitas konstruk psikologi digital. *Jurnal Psikologi Sosial*, 22(2), 101-114.

- Arnett, J. J. (2019). *Concepts of emerging adulthood: Fourteen years of theoretical and empirical research*. Oxford University Press.
- Bayer, J. B., Triêu, P., & Ellison, N. B. (2020). Social media elements, ecologies, and effects. *Annual Review of Psychology*, 71, 471-497.
- Boateng, G. O., Mbroh, H., & Frimpong, A. (2021). Scale development and validation in behavioral research: Principles and applications. *Frontiers in Psychology*, 12, 650.
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quinonez, H. R., & Young, S. L. (2018). Best practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research. *Frontiers in Public Health*, 6, 149.
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quinonez, H. R., & Young, S. L. (2021). Best practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research: A review. *Frontiers in Psychology*, 12, 650.
- Brailovskaia, J., Schillack, H., & Margraf, J. (2021). Cyberpsychology and social media: Psychological mechanisms and behavioral outcomes. *Current Opinion in Psychology*, 36, 78-83.
- DeVellis, R. F. (2021). *Scale development: Theory and applications* (5th ed.). Sage Publications.
- Firmansyah, & Ningsih. (2026). Online disinhibition pada pengguna media sosial: Kajian psikologi komunikasi digital. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 15(1), 1-14.
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2022). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)*. Sage Publications.
- Kircaburun, K., Griffiths, M. D., & Billieux, J. (2020). Psychosocial factors mediating the relationship between social media use and online behaviors. *Computers in Human Behavior*, 109, 106350.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2022). Bullying in the digital age: A review of cyberbullying research. *Psychological Bulletin*, 148(5), 323-352.
- Kurniawan, A., Pratiwi, D., & Lestari, R. (2023). Digital behavior and psychological measurement among Indonesian university students. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 9(2), 120-132.
- Montag, C., Lachmann, B., Herrlich, M., & Zweig, K. (2021). Addictive features of social media and online behavior: Psychological perspectives. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1-15.
- Putri, A., & Hidayat, R. (2022). Media sosial, identitas diri, dan perkembangan psikologis mahasiswa pada era digital. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(1), 77-91.
- Rachman. (2026). Intensitas penggunaan media sosial dan perilaku online disinhibition pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi dan Teknologi Informasi*, 8(1), 25-38.
- Sousa, V. D., & Rojjanasrirat, W. (2021). Translation, adaptation and validation of instruments in cross-cultural research. *Journal of Nursing Measurement*, 29(2), 193-206.
- Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321-326.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2019). The differential susceptibility to media effects model. *Journal of Communication*, 69(4), 377-399.
- Wen, J., Geng, R., & Ye, Y. (2024). Online disinhibition and digital communication behavior: Psychological mechanisms in social media interaction. *Computers in Human Behavior*, 150, 107962.
- Wright, M. F., Wachs, S., & Gámez-Guadix, M. (2021). Cyberbullying and online disinhibition among young adults: Psychological mechanisms and social consequences. *Computers in Human Behavior*, 120, 106751.
- Yusoff, M. S. B. (2019). ABC of content validation and content validity index calculation. *Education in Medicine Journal*, 11(2), 49-54.