

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU *BULLYING* PADA SISWA SMP NEGERI 1 SUKADANA

*Aliyah Rizky Syafitrie*¹

Email: aliyahrizkyy@gmail.com¹

Universitas Mercu Buana Yogyakarta¹

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku bullying pada siswa SMP Negeri 1 Sukadana. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying* di SMP Negeri 1 Sukadana. Subjek penelitian adalah 85 siswa SMP Negeri 1 Sukadana melalui teknik simple random sampling. Pengumpulan data menggunakan skala *Olweus Bully/Victim Questionnaire* (OBVQ) dan skala *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ). Data dianalisis menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku bullying pada siswa SMP Negeri 1 Sukadana dengan nilai korelasi $r = -0,263$ dan signifikansi $p = 0,015$ ($p < 0,05$). Artinya semakin tinggi regulasi emosi pada siswa, semakin rendah kemungkinan mereka melakukan perilaku bullying. Sebaliknya, regulasi emosi yang rendah secara signifikan berkaitan dengan peningkatan perilaku bullying. Nilai koefisiensi determinasi (*R squared*) sebesar 0,62% yang berarti bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi 6,2% terhadap perilaku *bullying* pada siswa SMP Negeri 1 Sukadana. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi emosi merupakan faktor yang berhubungan dengan perilaku *bullying* pada siswa SMP. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya kemampuan mengelola emosi sebagai upaya untuk menghindari perilaku negatif seperti *bullying*.

Kata Kunci: Perilaku *Bullying*, Regulasi Emosi, Siswa SMP

Abstract

*This study aims to determine the relationship between emotional regulation and bullying behavior in students of SMP Negeri 1 Sukadana. This study uses a quantitative approach. The hypothesis in this study is that there is a negative relationship between emotional regulation and bullying behavior in SMP Negeri 1 Sukadana. The subjects of this study were 85 students of SMP Negeri 1 Sukadana through a simple random sampling technique. Data collection used the Olweus Bully/Victim Questionnaire (OBVQ) scale and the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) scale. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation technique. The results of the study showed a significant negative relationship between emotional regulation and bullying behavior in students of SMP Negeri 1 Sukadana with a correlation value of $r = -0.263$ and a significance of $p = 0.015$ ($p < 0.05$). This means that the higher the emotional regulation in students, the lower the likelihood of them engaging in bullying behavior. Conversely, low emotional regulation is significantly related to increased bullying behavior. The coefficient of determination (*R squared*) value was 0.62%, meaning that emotional regulation contributed 6.2% to bullying behavior in students of SMP Negeri 1 Sukadana. This result indicates that emotional regulation is a factor related to bullying behavior in junior high school students. The benefits of this study are expected to increase students' awareness of the importance of emotional management skills as an effort to avoid negative behaviors such as bullying.*

Keywords: *Bullying Behavior, Emotion Regulation, Junior High School Students*

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan sebuah lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, atau pelatihan dalam rangka membantu para siswa agar mampu mengembangkan potensinya secara optimal, baik yang menyangkut aspek moral, spritual, intelektual, emosional, sosial, maupun fisik motoriknya (Rianto & Moad, 2024). Jenjang pendidikan terbagi menjadi SD, SMP dan SMA. Diantara semua jenjang pendidikan Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), berada dalam masa awal pubertas, dimana terjadi transisi dan perkembangan pada dirinya baik secara fisik, psikis, maupun secara sosial (Sarwono, 2011). Pada masa ini individu merasa tidak stabil keadaannya, lebih emosional, selain itu cenderung tidak yakin dengan identitas mereka, sehingga sering sekali membuat kesalahan dan ingin membuktikan kepada diri mereka bahwasanya mereka luar biasa, brilliant, dan sebagainya (Izzani & Linda, 2024). Perubahan tersebut seringkali memengaruhi cara siswa berperilaku dan berinteraksi, baik dengan teman sebaya, guru, maupun lingkungan sekolah secara umum (Rahman dkk., 2024). Siswa di SMP seringkali belum memiliki kemandirian emosional yang matang,

sehingga sulit membangun interaksi sosial yang sehat dan cenderung melampiaskan emosi secara tidak tepat (Husna, 2011). Selain itu, siswa dalam kehidupan sehari-hari di sekolah tidak hanya dihadapkan pada tuntutan akademik, tetapi juga pada dinamika sosial seperti pertemanan, persaingan, dan tekanan kelompok sebaya. Ketika individu tidak mampu mengelola emosi dan menyikapi situasi sosial secara positif, berbagai bentuk perilaku menyimpang dapat muncul (Nasution, 2024). Menurut Papalia dan Eldman (2009) pada fase ini siswa mulai lebih memprioritaskan hubungan dengan teman sebaya dibandingkan keluarga. Hal ini ditunjukkan dengan kuatnya keinginan individu untuk diterima dalam kelompok, sehingga menjadi rentan terhadap pengaruh teman termasuk dalam melakukan perilaku menyimpang. Salmivalli (2010) apabila individu tersebut tidak mendapat peer acceptance atau merasa terancam status sosialnya dalam kelompok akan lebih cenderung melakukan agresi terhadap teman sebaya untuk mempertahankan atau meningkatkan posisi sosial. Sehingga mengambil risiko dengan melakukan kenakalan maupun kekerasan yang menjadi salah satu penyebab terjadinya perilaku *bullying* (Agustina, Nuraeni &

Khoerunisa, 2024). Perilaku Bullying menurut Olweus (1993) diartikan sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja oleh individu maupun kelompok secara berulang dalam kurun waktu tertentu terhadap seseorang yang tidak mampu membela diri, sehingga tindakan ini mencerminkan penyalahgunaan kekuasaan atau kekuatan secara sistematis. Perilaku *bullying* adalah tindakan atau perilaku yang dilakukan dengan sengaja dan berulang, baik oleh individu maupun kelompok, yang melibatkan agresi lisan, fisik, maupun psikologis, dengan tujuan menyebabkan kerugian baik secara fisik, sosial, maupun psikologis pada seseorang (Tight, 2023). Penelitian Longa dan Anggraini (2025) tingkat perilaku *bullying* pada 285 siswa ditemukan 225 siswa (78,94%) tingkat tinggi, 55 siswa (19,29%) tingkat sedang, dan sisanya 5 siswa (1,75%) tingkat rendah. Berdasarkan data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA), pada tahun 2022, sebanyak 19,6% anak usia sekolah di Indonesia pernah mengalami perundungan. Dari jumlah tersebut, 12,7% mengalami perundungan fisik, 30,7% mengalami perundungan verbal, dan 36,6% mengalami perundungan sosial. Perilaku *bullying* menjadi masalah yang kerap terjadi di setiap tahapan usia mulai dari usia awal anak-anak (Storey & Slaby, 2013) dan memuncak pada masa SMP (Dewi, 2023). Perilaku menyimpang atau pelanggaran yang terjadi pada kalangan pelajar atau siswa di kota-kota besar di Indonesia memang cenderung meningkat baik sisi kuantitas maupun kualitasnya (Sudarsono, dalam Ningrum 2021). Namun demikian, fenomena serupa ternyata juga mulai banyak ditemukan di wilayah kota kecil maupun kabupaten, termasuk di Kabupaten Kayong Utara, Kalimantan Barat. Kayong Utara terletak di Kalimantan Barat. Kabupaten Kayong Utara adalah 1 dari 16 usulan pemekaran kabupaten/kota yang disetujui oleh Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia pada tanggal 8 Desember 2006. Dan kabupaten ini merupakan hasil pemekaran dari Kabupaten Ketapang. Jumlah sebaran penduduk Kayong Utara pada akhir tahun 2024 sebanyak 127.350 jiwa. Sebaran siswa-siswi di Kabupaten Kayong Utara terdapat 28.558 jiwa. Sedangkan siswa/siswi SMP di Kayong Utara terdapat 5.136 jiwa, dengan 42 SMP yang tersebar di Kabupaten Kayong utara. Salah satu SMP di kabupaten itu yaitu SMP Negeri 1 Sukadana. SMP Negeri 1 Sukadana menjadi pusat untuk pilihan orang tua/wali murid dalam

menyekolahkan anak-anaknya. SMP Negeri 1 ini letaknya di Kecamatan Sukadana, yang menjadi pusat pelayanan administrasi masyarakat. Jumlah siswa/siswi SMP Negeri 1 Sukadana terdapat 545 siswa-siswi. Komisi Perlindungan Anak Daerah (KPAD) Kabupaten Kayong Utara mencatat lonjakan kasus kekerasan seksual terhadap anak dalam dua tahun terakhir. Hingga Mei 2025, sudah terdapat 9 laporan kasus yang masuk ke kanal pengaduan KPAD, menyusul 25 kasus serupa yang tercatat sepanjang tahun 2024. Selama periode tiga bulan pertama tahun 2025, berdasarkan wawancara melalui Guru BK, SMP Negeri 1 Sukadana mencatat sebanyak 12 kasus *bullying* yang dilaporkan secara langsung kepada pihak sekolah, baik melalui guru bimbingan konseling maupun laporan dari teman sebaya. Hasil wawancara terhadap 10 siswa SMP Negeri 1 Sukadana yang dilakukan pada 12 April 2025. Dari wawancara tersebut, diketahui bahwa 7 dari 10 siswa menunjukkan kecenderungan melakukan perilaku *bullying*, terutama dalam bentuk *bullying* lisan, seperti memanggil teman dengan julukan tertentu dan mengejek nama orang tua. *Bullying* fisik, 6 dari 10 siswa mengaku sering terlibat dalam tindakan seperti mendorong, memukul, dan

merusak barang milik teman, baik di dalam kelas maupun saat istirahat, yang bahkan memicu perkelahian. Sedangkan pada *bullying* non verbal/non fisik, 5 dari 10 siswa mengakui pernah mengucilkan teman, mengajak teman lain untuk ikut serta, serta melakukan gestur merendahkan seperti menunjukkan jari tengah atau tatapan mengancam. Data hasil wawancara tersebut menjelaskan bahwa tidak semua siswa melakukan perilaku *bullying*, secara lebih lanjut Nugroho, Handoyo, dan Handayani (2020), perilaku *bullying* dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satu faktornya yaitu Regulasi Emosi. Regulasi Emosi ini beraskan dari penjelasan tentang faktor individu, dimana kepribadian dan kemampuan regulasi emosi yang buruk, seperti temperamen dan impulsivitas akan meningkatkan risiko seseorang melakukan perilaku *bullying* (Gross, 2014; Cowie & Jennifer, 2008). Regulasi emosi sebagai faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* pada siswa sekolah menengah pertama (SMP). Hal ini didukung berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati et. al (2025) menunjukkan bahwa regulasi emosi mempengaruhi perilaku *bullying*. Selain itu, diperkuat oleh peneliti Hilaliyah, Darmawan, dan Suryati (2024) bahwa

terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying*. Menurut Gross dan John (2003) regulasi emosi dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk menyadari dan mengatur pikiran dan perilakunya dalam emosi yang berbeda, baik emosi yang positif maupun emosi yang negatif. Champi dkk., (2015) mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan individu untuk tetap positif ketika menghadapi tantangan, tenang ketika mengalami tekanan, dan mencegah diri dari kondisi terpuruk dalam perasaan negatif, seperti marah, rasa tidak nyaman dan sedih (Dwityaputri & Sakti, 2015). Rahmawati dkk., (2025) individu yang memiliki regulasi emosi yang positif lebih mampu menghadapi stres dan konflik dengan cara yang sehat, sehingga akan mengurangi kemungkinan untuk melakukan tindakan agresif seperti perilaku *bullying*. Kemampuan individu mengendalikan emosi dapat membantu individu menghindari perilaku negatif seperti perilaku *bullying*, terutama ketika menghadapi persoalan yang berasal dari dalam diri sendiri atau di lingkungan masyarakat (Mawardah & Adiyanti, 2014). Brackett, Rivers dan Salovey (2011) menyatakan bahwa individu dengan regulasi emosi yang baik tidak mudah terpancing konflik, sehingga mampu

menyelesaikan masalah secara konstruktif, dan lebih empatik terhadap perasaan orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan perilaku *bullying* pada siswa SMP Negeri 1 Sukadana. Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan ilmiah dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi perkembangan dan psikologi pendidikan. Dan meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya kemampuan mengelola emosi sebagai upaya untuk menghindari perilaku negatif seperti *bullying*. Sehingga siswa dapat belajar untuk memahami dan mengontrol emosi mereka secara lebih baik, sehingga mampu membangun hubungan sosial yang lebih sehat dengan teman sebaya.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan perilaku *bullying* pada siswa SMP Negeri 1 Sukadana. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Sugiyono (2017) menjelaskan skala Likert merupakan metode skala untuk mengukur

sikap, pendapat, dan persepsi individu atau sekelompok orang terhadap fenomena sosial. Penelitian ini menggunakan skala Likert dengan pernyataan yang seluruhnya bersifat *favorable*. Hal ini didasarkan pada pertimbangan bahwa penggunaan pernyataan positif secara konsisten dapat meningkatkan pemahaman responden (Dillman dkk., 2014) dan mengurangi beban kognitif, khususnya pada subjek usia remaja awal seperti siswa SMP (Krosnick, 1999). Selain itu, fokus penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi aspek negatif dari perilaku *bullying* dan aspek positif dari regulasi emosi, sehingga pendekatan *favorable* dianggap relevan. Penelitian ini menggunakan 2 jenis skala yaitu Skala Perilaku *Bullying* dan Skala Regulasi Emosi. Skala perilaku *bullying* yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari (OBVQ) Olweus Bully/Victim Questionnaire berdasarkan teori Olweus (1993), dikembangkan oleh Goncalves, dkk (2016) dan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Putri (2023), kemudian diadopsi oleh peneliti. Skala regulasi emosi dalam penelitian ini menggunakan skala ERQ (Emotion Regulation Questionnaire) yang merupakan adaptasi dari Gross dan John (2002), skala ini diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh (Radde dkk., 2021).

Selanjutnya skala tersebut terlebih dahulu dikonsultasikan kepada dosen pembimbing setelah mendapatkan persetujuan dari dosen pembimbing peneliti menyusun format skala melalui google form berbentuk kuisioner. Uji coba skala perilaku *bullying* dilakukan secara online dengan menyebarkan tautan google formulir kepada responden yang memenuhi kriteria. Pada pelaksanaan uji coba peneliti menyebarkan skala uji coba melalui tautan dengan menyebarkan tautan skala uji coba melalui whatsapp. Uji coba skala perilaku *bullying* dilaksanakan pada tanggal 16-17 Mei 2025 dan melibatkan 75 siswa. Setelah melakukan uji coba perilaku *bullying*, peneliti melakukan uji reliabilitas dan daya beda aitem menggunakan program analisis data (SPSS). Tujuannya untuk memudahkan peneliti mengidentifikasi aitem-aitem yang valid dan layak digunakan serta item-item yang perlu dieliminasi dari penelitian. Selanjutnya setelah diperoleh aitem skala yang layak digunakan untuk penelitian, peneliti melakukan pengambilan data kepada responden yaitu siswa SMP Negeri 1 Sukadana. Kemudian peneliti menyebarkan angket berupa hard file. Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 23 - 26 Mei 2025 dan memperoleh responden

sebanyak 85 siswa. Setelah selesai melakukan penelitian, data diperoleh dianalisis menggunakan bantuan program analisis data (SPSS). Pada penelitian ini, analisis data menggunakan teknik korelasi Product Moment dari Pearson untuk menguji hubungan antara variabel kriterium (perilaku bullying) dengan variabel prediktor (regulasi emosi). Proses analisis dilakukan dengan bantuan program SPSS (Statistical Package for Social Science) versi 26 for macs. Analisis korelasi Product Moment ini digunakan untuk menguji hipotesis : Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku bullying pada siswa SMP.

HASIL

Penelitian ini melibatkan 85 responden, dengan komposisi jenis kelamin 41% laki-laki dan 59% perempuan. Berdasarkan kelas, sebanyak 37% merupakan siswa kelas 7, 34% kelas 8, dan 29% kelas 9. Pada skala perilaku bullying yang terdiri dari 19 aitem (skor 1–4), skor hipotetik minimum adalah 19 dan maksimum 76, dengan mean 47,5 dan standar deviasi 9,5. Skor empirik menunjukkan skor minimum 28 dan maksimum 85, dengan mean 47,59 dan standar deviasi 11,662. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa tidak ada subjek

dalam kategori tinggi, 36% dalam kategori sedang, dan 64% dalam kategori rendah.

Pada skala regulasi emosi yang terdiri dari 9 aitem (skor 1–4), skor hipotetik minimum adalah 9 dan maksimum 36, dengan mean 22,5 dan standar deviasi 4,5. Skor empirik menunjukkan skor minimum 25 dan maksimum 44, dengan mean 34,95 dan standar deviasi 3,555. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa 45% subjek berada dalam kategori tinggi, 52% dalam kategori sedang, dan 3% dalam kategori rendah. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa kedua variabel, baik perilaku bullying ($p = 0,268$) maupun regulasi emosi ($p = 0,085$), berdistribusi normal ($p > 0,05$). Hasil uji linearitas menunjukkan hubungan yang linier antara regulasi emosi dan perilaku bullying dengan nilai $F = 7,216$ dan $p = 0,009$ ($p < 0,05$). Analisis korelasi Pearson Product Moment menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan perilaku bullying dengan nilai koefisien korelasi $r = -0,263$ dan $p = 0,015$ ($p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,062 mengindikasikan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 6,2% terhadap perilaku bullying, sementara

sisanya (93,8%) dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan perilaku bullying pada siswa SMP Negeri 1 Sukadana, dengan nilai korelasi (r_{xy}) = -0,263 dan signifikansi $p < 0,05$. Artinya, semakin tinggi kemampuan regulasi emosi siswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka melakukan bullying, dan sebaliknya. Temuan ini mendukung hipotesis yang diajukan serta selaras dengan penelitian sebelumnya (Sari, Rohman, & Prayogo, 2023; Oshinta & Agustin, 2023; Meliyana, Zubair, & Aditya, 2021). Regulasi emosi berperan penting dalam menurunkan perilaku agresif, termasuk bullying. Kemampuan individu untuk mengelola emosi secara adaptif memungkinkan mereka merespons tekanan atau konflik sosial tanpa melibatkan perilaku negatif. Pernyataan Mawardah & Adiyanti (2014) serta Hamid (2016) mendukung hal ini, bahwa regulasi emosi efektif memengaruhi arah perilaku individu dalam situasi yang penuh tekanan. Dari aspek regulasi emosi, siswa dalam penelitian ini menunjukkan kemampuan

yang baik pada dimensi cognitive reappraisal dan expressive suppression. Cognitive reappraisal membantu siswa menilai ulang situasi emosional dan menahan reaksi agresif. Sementara expressive suppression, ketika digunakan secara adaptif, memungkinkan siswa mengendalikan ekspresi emosional negatif di lingkungan sosial, sehingga mencegah konflik. Hal ini sejalan dengan pendapat Gross & John (2003) dan Moore dkk. (2018), yang menyatakan bahwa penggunaan strategi regulasi emosi yang tepat dapat mengurangi agresi dalam interaksi sosial. Data kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki regulasi emosi dalam kategori sedang hingga tinggi, dan sebagian besar siswa menunjukkan tingkat bullying yang rendah. Meskipun demikian, regulasi emosi hanya memberikan kontribusi sebesar 6,2% terhadap perilaku bullying, sehingga terdapat faktor lain yang turut memengaruhi, sebagaimana dijelaskan dalam model A Social-Ecological Framework oleh Espelage & Swearer (2003), bahwa perilaku bullying dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individu, teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekolah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi

berperan sebagai faktor protektif terhadap perilaku bullying. Siswa yang mampu mengelola emosinya dengan baik lebih cenderung menghindari tindakan agresif, baik secara verbal, fisik, maupun sosial. Oleh karena itu, pelatihan regulasi emosi di sekolah penting untuk menekan tingkat bullying di kalangan remaja.

PENUTUP

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan perilaku bullying pada siswa SMP Negeri 1 Sukadana. Semakin baik regulasi emosi siswa, semakin rendah kecenderungan mereka melakukan *bullying*, dan sebaliknya. Mayoritas siswa berada pada kategori regulasi emosi sedang dan perilaku bullying rendah. Meskipun kontribusi regulasi emosi terhadap bullying hanya sebesar 6,2%, hal ini tetap menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi berperan penting dalam mencegah perilaku agresif. Disarankan agar siswa terus meningkatkan regulasi emosi, sementara guru dan sekolah dapat menyediakan program bimbingan untuk penguatan keterampilan emosional. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan faktor lain seperti empati, dukungan sosial, atau pola asuh,

serta memperluas subjek penelitian agar hasil lebih representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R., Nuraeni, S., & Khoerunisa, R. (2024). *Bullying dalam konteks sosial remaja*. Bandung: Pustaka Edu.
- Ahyar. (2021). *Analisis data kuantitatif untuk penelitian sosial*. Mataram : Sanabil.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas* (8 ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103.
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2008). *New perspectives on bullying*. McGraw-Hill Education.
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2003). *Research on School Bullying and Victimization: What Have We Learned and Where Do We Go From Here? School Psychology Review*, 32(3), 365–383.
- Gonçalves, F. G., Peixoto, B. N., Rodrigues, G. A., Filipeto, M., & Guimarães, L. S. (2016). Construct validity and reliability of Olweus bully/victim questionnaire–Brazilian version. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 29(1), 1–8.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in

- Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362.
- Moad, M., & Rianto, H. (2024). Pencegahan tindak perundungan (bullying) siswa SMPN se - Kecamatan Singkawang Utara. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 8(1), 160–170.
- Hamid, A. N. (2016). Makna Kompetensi Emosi Bagi Manager Dalam Pengambilan Keputusan. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, VI (2), 130-140.
- Husna, L. (2011). Regulasi emosi dan dinamika remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3(1), 55–63.
- Izzani, A., & Linda, R. (2024). Perkembangan psikososial remaja SMP. *Jurnal Ilmu Psikologi Remaja*, 12(2), 111–120.
- KPAI. (2020). *Laporan tahunan KPAI 2020*. Jakarta: Komisi Perlindungan Anak Indonesia.
- Longa, A., & Anggraini, R. (2025). Tingkat bullying di kalangan pelajar SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Anak*, 7(1), 32–41.
- Mawardah, N., & Adiyaanti, E. (2014). Regulasi emosi dan perilaku agresif. *Jurnal Psikologi Sosial*, 10(2), 55–66.
- Nasution, R., & Butar-Butar, R. (2024). Tantangan perkembangan remaja dan pengaruh lingkungan sekolah. *Jurnal Psikologi Anak dan Remaja*, 9(1), 23–31.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.
- Olweus. (1994). Annotation, bullying at school: basic facts and effects of a school-based intervention program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35(7), 1171–1190.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2009). *Human development (11th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Pasha A. L., Kartadinata, S., & Anwar, R. N. (2022). Motivasi pelaku bullying: Studi kasus pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 8(1), 12–20.
- Priyatno, D. (2024). *Teknik dasar untuk analisis data menggunakan spss*. Penerbit Andi.
- Puspitasari, N. (2015). Model penyelesaian konflik siswa di sekolah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 5(3), 87–99.
- Radde, A., Nurrahmah, S., Nurhikmah, H., & Saudi, A. (2021). Adaptasi skala Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) dalam konteks Indonesia. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 10(2), 150–158.
- Rahman, A., Wulandari, M., & Fikri, H. (2024). *Interaksi sosial dan dinamika remaja di sekolah*. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 14(1), 1–10.
- Rianto, A., & Moad, B. (2024). Sistem pendidikan dan pengembangan potensi siswa. *Jurnal Pendidikan Nasional*, 19(1), 22–35.
- Rogers, E. M. (2003). *Diffusion of innovations (5th ed.)*. New York: Free Press.
- Salmivalli, C. (2010). *Bullying and the peer group: A review*. *Aggression and Violent Behavior*, 15(2), 112–120.

- Santrock, J. W. (2011). *Adolescence (13th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi remaja (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Simbolon, N. (2012). Perilaku bullying dan dampaknya pada peserta didik. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 3(2), 21–28.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tight, M. (2023). *Student behavior in education: Global perspectives*. London: Routledge.
- Wiyani, N. A. (2013). *Psikologi perkembangan anak*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yuliastri, D., Fauzi, I., & Setiawan, B. (2022). Dampak psikologis bullying terhadap anak. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Anak*, 5(3), 90–102.
- Yusuf, S. (2010). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zulfiyaturrizqiyah, H. (2012). Kasus bullying di sekolah: Studi deskriptif. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 44–53.