

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
PERILAKU *BULLYING* PADA REMAJA SMK NAMIRA TECH
NUSANTARA MEDAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

Oleh :

Agustina

12.860.0185



UNIVERSITAS MEDAN AREA

TAHUN

2017

HALAMAN PERSETUJUAN

**JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI
DENGAN PERILAKU BULLYING DI SMK
NAMIRA TECH NUSANTARA MEDAN**

NAMA MAHASISWA : AGUSTINA

NPM : 12.860.0185

JURUSAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

**Tanggal Sidang Meja Hijau
19 Juni 2017**

**Menyetujui
Komisi Pembimbing**

Pembimbing I



(Rahmi Lubis S.Psi, M.Psi)

Pembimbing II



(Salamiah Sari Dewi S.Psi, M.Psi)

Mengetahui

Kepala Bagian



(Laili Alfita, S.Psi, M.M, M.Psi)

Dekan



(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M. Pd)

HALAMAN PENGESAHAN

**DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA
MEMPEROLEH GELAR SARJANA (SI) PSIKOLOGI**

**MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

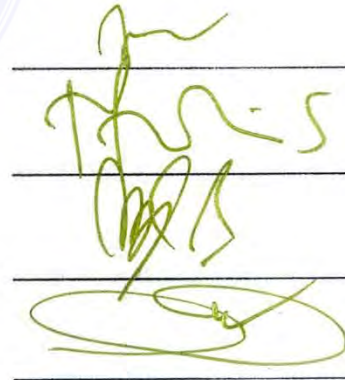
Pada Tanggal 19 Juni 2017

Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd.
Dekan

DEWAN PENGUJI

- 1. Dra. Irna Minauli, M.Si, Psikolog**
- 2. Rahma Fauzia, M.Psi, Psikolog**
- 3. Rahmi Lubis, M.Psi, Psikolog**
- 4. Salmiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi**

TANDA TANGAN



SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya saya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan hukum yang berlaku.



Medan, 19 Juni 2017

Peneliti



Agustina

NPM:12.860.0185

RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION REGULATION WITH BULLYING BEHAVIOR AT SMK NAMIRA TECH NUSANTARA MEDAN

Agustina
12.860.0185

ABSTRACT

This study aims to test empirically the relationship between emotional regulation with bullying behavior in adolescent SMK Namira Tech Nusantara Medan and find out how much contribution or contribution of emotional regulation with bullying behavior in adolescents. The population in this study sample of 50 students who were taken from the records of teachers BK (counseling guidance). Data analysis used in this research is statistic. Data collection in this study using questionnaire. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between emotional regulation with bullying behavior with the assumption that the more positive the emotional regulation, the higher the bullying behavior. The relationship between emotional regulation and bullying behavior on the students is tested using product moment correlation technique. There is a significant relationship between emotional regulation and bullying behavior on students. This result is proved by coefficient $r_{xy} = 0,516$, $p = 0,00$; $p < 0,050$. It means that the more positive the emotional regulation the lower the bullying behavior, the more negative the emotional regulation the higher the bullying behavior, then the hypothesis proposed in this study is accepted. The determinant coefficient (r^2) of the above relation is equal to $r^2 = 0.226$. This means that emotional regulation affects 22.6% of students' bullying behavior. This means that there is 77.4% of the influence of other factors on bullying behavior, where other factors such as school factors, family factors, and peer factors.

Keywords: Emotional Regulation, Bullying Behavior

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU BULLYING PADA SMK NAMIRA TECH NUSANTARA MEDAN

**Agustina
12.860.0185**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menguji secara empirik hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying* pada remaja SMK Namira Tech Nusantara Medan dan mengetahui seberapa besar kontribusi atau sumbangan regulasi emosi dengan perilaku *bullying* pada remaja. Populasi dalam penelitian ini sampel sebanyak 50 siswa yang di ambil dari catatan guru BK (bimbingan konseling). Analisis data yang dipakai dalam penelitian ini adalah statistik. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying* dengan asumsi semakin positif regulasi emosi maka semakin tinggi perilaku *bullying*. Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying* pada siswa diuji dengan menggunakan teknik korelasi *product moment*. Terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying* pada siswa. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien $r_{xy}=0,516$, $p=0,00$; $p<0,050$. Artinya semakin positif regulasi emosi maka semakin rendah perilaku *bullying*, sebaliknya semakin negatif regulasi emosi maka semakin tinggi perilaku *bullying*, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Adapun koefisien determinan (r^2) dari hubungan di atas adalah sebesar $r^2=0,226$. Ini artinya regulasi emosi memberi pengaruh sebesar 22,6% perilaku *bullying* pada siswa. Ini berarti masih terdapat sebesar 77,4% pengaruh dari faktor lain terhadap perilaku *bullying*, dimana faktor-faktor lain tersebut diantaranya faktor sekolah, faktor keluarga, dan faktor teman sebaya.

Kata Kunci : Regulasi Emosi, Perilaku *bullying*

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT atas berkah, rahmat dan karuniaMu yang telah memberikan pengetahuan, pengalaman, kekuatan, kesabaran, dan kesempatan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Dan peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan ini sebagai pihak, penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan baik. Penyusunan skripsi ini banyak menerima bantuan waktu, tenaga dan pikiran dari berbagai pihak. Sehubungan dengan itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini dan terimakasih atas segala kritikan, dan saran yang telah diberikan kepada peneliti agar penelitian ini lebih baik.
2. Ibu Rahmi Lubis S.Psi, M.Psi, sebagai dosen pembimbing I Skripsi, terima kasih karena selalu memberikan arahan, kritik dan saran dari awal sampai akhir penyusunan skripsi ini. Terima kasih banyak atas waktu dan pengetahuan yang diberikan kepada peneliti.
3. Ibu Salamiah Sari Dewi S.Psi, M.Psi terima kasih untuk selalu memberikan kritikan, saran dan arahan selama penyusunan skripsi ini, terima kasih banyak atas waktu dan pengetahuan yang telah diberikan kepada peneliti.

4. Ibu Dra. Irna Minauli, M.si, sebagai dosen ketua penguji skripsi, terima kasih untuk memberikan kritikan, saran dan arahan selama sidang meja hijau, terima kasih banyak atas waktu dan pengetahuan yang telah diberikan kepada peneliti.
5. Ibu Rahma Fauziah, S.Psi, M.Psi, sebagai sekretaris sidang meja hijau, terima kasih banyak untuk waktu dan kritik, saran yang ibu berikan kepada peneliti selama sidang meja hijau.
6. Untuk bapak/Ibu dosen-dosen, terima kasih atas ilmu pengetahuan yang telah diberikan kepada peneliti selama ini.
7. Untuk semua Staf-staf Fakultas psikologi yang telah membantu segala hal yang berbentuk administrasi peneliti selama pengerjaan skripsi terima kasih atas pengertannya.
8. Untuk bapak Bayu Perdana, S.Pd sebagai Kepala Namira Tech Nusantara Medan yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di SMK Namira Tech Nusantara Medan.
9. Terima kasih kepada Staf-staf SMK Namira Tech Nusantara Medanyang telah banyak membantu saya untuk melakukan penelitian
10. Untuk subjek peneliti siswa-siswa SMK Namira Tech Nusantara Medan terima kasih banyak telah membantu saya dalam pengisian angket skripsi, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Untu kedua orang tua saya ibunda tercinta Hamidah dan ayahanda tercinta alm, Syahril, dan ibu Sri Lestari dan bapak Onrizal, terima kasih atas

dukungan, kasih sayang, yang tidak dapat peneliti ungkapkan dengan kata-kata.

12. Untuk kakak dan adik tercinta, Sri Maya Hida wati dan Syahrul Kipli yang selama ini memberikan dukungan dan semangat selama penyelesaian skripsi ini.

13. Untuk Novita Anggaraini, Emiya Pepayosa, AyuRetnoWati, Rima Rahmayani Kotto, sahabat-sahabat tercinta yang cerewet dan ngangenin terima kasih banyak atas dukungannya selama mengerjakan skripsi ini.

14. Untuk teman-teman stambuk 2012 kelas malam terima kasih atas perhatiannya dan dukungannya.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak disebutkan peneliti atas perhatiannya semangat selama proses penyelesaian skripsi. Peneliti berupaya seoptimal mungkin dalam proses penyelesaian skripsi, meskipun demikian peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih. Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Medan, 9 April 2017

Peneliti

Agustina

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Remaja.....	11
1. Definisi Remaja.....	11

2. Batasan Usia Remaja.....	12
3. Ciri-Ciri Masa Remaja.....	14
4. Tugas Perkembangan Remaja.....	15
B. Regulasi Emosi.....	17
1. Definisi Regulasi Emosi.....	17
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	19
3. Aspek-Aspek Regulasi Emosi.....	21
C. Perilaku <i>Bullying</i>	23
1. Definisi Perilaku <i>Bullying</i>	23
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku <i>Bullying</i>	24
3. Aspek-Aspek Perilaku <i>Bullying</i>	27
4. Ciri-ciri Perilaku <i>Bullying</i>	28
5. Jenis Pelaku <i>Bullying</i>	29
6. Karakteristik Pelaku <i>Bullying</i>	31
7. Jenis Perilaku <i>Bullying</i>	32
D. Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku <i>Bullying</i>	33
E. Kerangka Konseptual.....	37
F. Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
A. Identifikasi Variabel.....	39
B. Definisi Operasional Variabel.....	39
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	40
D. Metode Pengumpulan Data.....	41

E. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur	44
F. Metode Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
1. Orientasi Kancah	47
2. Persiapan Penelitian	49
1. Persiapan Administrasi	49
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian	50
a. Skala Regulasi Emosi	50
b. Skala Perilaku <i>Bullying</i>	52
3. Pelaksanaan Penelitian	53
4. Analisis Data dan Hasil Penelitian	57
1. Uji Asumsi	57
a. Uji Normalitas Sebaran	57
b. Uji Linearitas Hubungan	58
2. Hasil Uji Korelasi Product Moment.....	59
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	60
a. Mean Hipotetik.....	60
b. Mean Empirik.....	61
c. Kriteria.....	61
E. Pembahasan	62
BAB V PENUTUP.....	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	68

DAFTAR TABEL

TABEL	Halaman
1. Distribusi Skala Regulasi Emosi Sebelum Uji Coba	51
2. Distribusi Skala Perilaku <i>Bullying</i> Sebelum Uji Coba.....	53
3. Distribusi Skala Regulasi Emosi Setelah Penelitian	55
4. Distribusi Skala Perilaku <i>Bullying</i> Setelah Penelitian.....	56
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	58
6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan.....	59
7. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi <i>Product Moment</i>	60
8. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik...	62



DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran A. Data Penelitian	71
2. Lampiran A-1 Data Penelitian Regulasi Emosi	72
3. Lampiran A-2 Data Penelitian Perilaku <i>Bullying</i>	75
4. Lampiran B. Uji Coba Skala	78
5. Lampiran B-1 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Regulasi Emosi	79
6. Lampiran B-2 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Perilaku <i>Bullying</i>	85
7. Lampiran C. Uji Asumsi	90
8. Lampiran C-1 Uji Normalitas Sebaran.....	91
9. Lampiran C-2 Uji Linieritas Hubungan	95
10. Lampiran D. Analisis Korelasi <i>Product Moment</i>	98
11. Lampiran E. Skala	100
12. Lampiran E-1 Skala Regulasi Emosi.....	101
13. Lampiran E-2 Skala Perilaku <i>Bullying</i>	105
14. Lampiran F. Surat Keterangan Bukti Penelitian	109

BAB I

PEMBAHASAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah periode kehidupan yang penuh dengan dinamika, dimana pada masa tersebut terjadi perkembangan dan perubahan yang sangat pesat. Periode ini merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada saat ini remaja mempunyai risiko tinggi terhadap gangguan tingkah laku, kenakalan dan terjadinya kekerasan baik sebagai korban maupun sebagai pelaku dari tindak kekerasan.

Istilah remaja atau *adolescence* berasal dari kata latin *adolescere*. Istilah *adolescence* mempunyai arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Pandangan ini diungkap oleh Piaget dengan mengatakan bahwa secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama (Hurlock, 1980).

Perkembangan remaja meliputi adanya pengaruh lingkungan terhadap remaja, pengaruh teman sebaya, sekolah, keluarga terhadap remaja. Akhir-akhir ini televisi dan surat kabar sering menayangkan dan menyajikan perihal fenomena kekerasan yang terjadi didalam dunia pendidikan, baik yang dilakukan guru terhadap siswanya maupun kekerasan yang dilakukan oleh siswa terhadap siswa yang lain. Hal tersebut sangat memperhatikan karena disekolah seharusnya nilai-nilai budi pekerti itu ditanamkan.

Dewasa ini, tindakan kekerasan dalam perkembangan remaja sering kali dikenal dengan istilah *bullying*. Di Indonesia, beberapa kasus perilaku *bullying* yang sering terjadi di dunia pendidikan seperti, mulai dari siswa-siswi yang setiap hari dirampas uang jajannya, selain itu juga seperti insiden yang terjadi di Institut Pemerintahan Dalam Negeri (IPDN). Dalam insiden tersebut, seorang junior tewas karena dianiaya oleh seniornya dalam rangka pemberian hukuman atau dalam istilah mereka sendiri, pembinaan atau koreksi atas kesalahan yang dilakukan oleh junior. Ini bukan yang pertama kalinya; menurut penelitian yang dilakukan oleh seorang dosen IPDN, terdapat lebih dari 30 kasus kematian tidak wajar yang dicurigai disebabkan oleh penganiayaan. Kasus-kasus ini terjadi dalam rentang waktu yang panjang, dan diduga telah menjadi tradisi di institut itu (Catshade, 2007).

Secara umum, kekerasan dapat diartikan sebagai suatu tindakan yang tidak menyenangkan atau merugikan orang lain, baik secara fisik maupun psikis. Kekerasan tidak hanya berbentuk eksploitasi fisik semata, tetapi justru kekerasan fisiklah yang perlu diwaspadai karena akan menimbulkan efek traumatis yang cukup lama bagi si korban (Catshade, 2007).

Fenomena kekerasan disekolah yang dilakukan oleh teman sebaya di Indonesia semakin lama semakin banyak bermunculan, Menurut *National Association of School Psychologist* (Coloroso, 2007) sekitar satu dari tujuh anak sekolah adalah penindas atau target penindas. Sebagaimana yang sering terjadi di SMK Namira Tech Nusantara, terdapat siswa-siswa di sekolah yang dipanggil ke Bimbingan Konseling (BK), karena terkait dengan tindakan kekerasan yang

dilakukan kepada teman-temannya seperti terlibat saling pukul dan saling mengejek satu sama lain.

Hilda, dkk (dalam Anesty, 2009) menjelaskan *bullying* tidak hanya berdampak terhadap korban, tapi juga terhadap pelaku, individu yang menyaksikan dan iklim sosial yang pada akhirnya akan berdampak terhadap reputasi suatu komunitas. Terdapat banyak bukti tentang efek-efek negatif jangka panjang dari tindak *bullying* pada para korban dan pelakunya. Pelibatan dalam *bullying* sekolah secara empiris teridentifikasi sebagai sebuah faktor yang berkontribusi pada penolakan teman sebaya, perilaku menyimpang, kenalakan remaja, kriminalitas, gangguan psikologis, kekerasan lebih lanjut di sekolah, depresi, dan ideasi bunuh diri. Efek-efek ini telah ditemukan berlanjut pada masa dewasa baik untuk pelaku maupun korbannya Marsh (dalam Sanders 2003). Dampak bagi korban dapat digambarkan dari Hasil studi yang dilakukan *National Youth Violence Prevention Resource Center Sanders* (dalam Anesty, 2009) menunjukkan bahwa *bullying* dapat membuat remaja merasa cemas dan ketakutan, mempengaruhi konsentrasi belajar di sekolah dan menuntun mereka untuk menghindari sekolah. Bila *bullying* berlanjut dalam jangka waktu yang lama, dapat mempengaruhi *self-esteem* siswa, meningkatkan isolasi sosial, memunculkan perilaku menarik diri, menjadikan remaja rentan terhadap stress dan depresi, serta rasa tidak aman. Dalam kasus yang lebih ekstrim, *bullying* dapat mengakibatkan remaja berbuat nekat, bahkan bisa membunuh atau melakukan bunuh diri (*committed suicide*).

Coloroso (dalam Rosmawar 2011) mengemukakan bahayanya jika *bullying* menimpa korban secara berulang-ulang. Konsekuensi *bullying* bagi para korban, yaitu korban akan merasa depresi dan marah, marah terhadap dirinya sendiri, terhadap pelaku *bullying*, terhadap orang-orang di sekitarnya dan terhadap orang dewasa yang tidak dapat atau tidak mau menolongnya. Hal tersebut kemudian mulai mempengaruhi prestasi akademiknya. Berhubungan tidak mampu lagi muncul dengan cara-cara yang konstruktif untuk mengontrol hidupnya, mungkin akan mundur lebih jauh lagi ke dalam pengasingan.

Menurut teori Sanders (dalam Anesty, 2009) *National Youth Violence Prevention* mengemukakan dampak pelaku *bullying* pada umumnya, para pelaku ini memiliki rasa percaya diri yang tinggi dengan harga diri yang tinggi pula, cenderung bersifat agresif dengan perilaku yang pro terhadap kekerasan, tipikal orang berwatak keras, mudah marah dan impulsif, toleransi yang rendah terhadap frustrasi. Para pelaku *bullying* ini memiliki kebutuhan kuat untuk mendominasi orang lain dan kurang berempati terhadap targetnya. Apa yang diungkapkan tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Coloroso (dalam Kartika 2006) mengungkapkan bahwa siswa akan terperangkap dalam peran pelaku *bullying*, tidak dapat mengembangkan hubungan yang sehat, kurang cakap untuk memandang dari perspektif lain, tidak memiliki empati, serta menganggap bahwa dirinya kuat dan disukai sehingga dapat mempengaruhi pola hubungan sosialnya di masa yang akan datang.

Perilaku *bullying* dapat berdampak terhadap fisik maupun psikis pada korban, Dampak fisik seperti sakit kepala, sakit dada, cedera pada tubuh bahkan dapat sampai

menimbulkan kematian. Sedangkan dampak psikis seperti rendah diri, sulit berkonsentrasi sehingga berpengaruh pada penurunan nilai akademik, trauma, sulit bersosialisasi, hingga depresi.

Pada kenyataannya, praktik *bullying* dapat dilakukan oleh siapa saja, baik teman sekelas, kakak kelas ke adik kelas, bahkan seorang guru kepada muridnya. Terlepas dari alasan yang melatarbelakangi tindakan tersebut dilakukan, tetap saja praktik *bullying* tidak dibenarkan, terlebih lagi apabila terjadi dilingkungan sekolah (Catshade, 2007).

Tradisi *bullying* telah menjadi tradisi yang membudaya dan menjadi kebiasaan dilingkungan sekolah yang sulit dihentikan karena ada tradisi senioritas terhadap junior. Data yang dimiliki Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tercatat, 780.000 kekerasan terhadap anak terjadi di sekolah. Yang lebih memprihatinkan *bullying* nyaris terjadi di banyak sekolah selama bertahun-tahun (Ubaydillah, 2008).

Sejiwa (2008) menyebutkan penelitian tentang *bullying* telah dilakukan baik didalam maupun di luar negeri. Penelitian-penelitian tersebut mengungkapkan bahwa *bullying* memiliki dampak-dampak negatif sebagai berikut: gangguan psikologis (seperti cemas dan kesepian), konsep diri korban menjadi negatif karena korban merasa tidak diterima oleh teman-temannya, Menjadi penganiaya ketika dewasa, agresif dan kadang-kadang melakukan tindakan kriminal, korban *bullying* merasa stres, depresi, benci terhadap pelaku, dendam, ingin keluar sekolah, merana, malu, tertekan, terancam, bahkan ada yang menyayat tangannya, menggunakan obat-obatan

atau alkohol, membenci lingkungan sosial, korban akan merasa rendah diri dan tidak berharga, gangguan emosional bahkan dapat menjurus pada gangguan kepribadian, dan keinginan bunuh diri.

Maraknya tayangan-tayangan kekerasan yang terjadi dalam dunia pendidikan, khususnya yang dilakukan oleh guru terhadap siswanya ataupun oleh siswa terhadap temannya, seharusnya mampu menggugah atau membuka hati para pendidik dan para orang tua, bahwa tidak tertutup kemungkinan praktik *bullying* tersebut terjadi dilingkungan sekolah masing-masing dan bahkan anak-anak telah menjadi pelakunya.

Menurut Riana Masher psikologi UMM (dalam Rosmawar) pada Seminar Nasional Tindak Kekerasan (*Bullying*) Di Sekolah yang diselenggarakan Program Studi Pendidikan Fisika, Universitas Muhammadiyah Purworejo, ada dua faktor penyebab *bullying*, yakni kepribadian dan situasional. Faktor kepribadian terjadi karena pengaruh pola asuh orang tua terhadap anak, tayangan sinetron juga membentuk skema kognitif pada anak mengakibatkan mereka cenderung menjadi pelaku *bullying*. (*Bullying* di sekolah [http://www. Thejakartapost.com](http://www.Thejakartapost.com), 6 desember 2010).

Masalah yang dikeluhkan orang tua terhadap remaja seakan - akan tidak pernah berakhir. Tahap pertumbuhan dan perkembangan telah menjadi perubahan terhadap diri remaja. Perubahan perilaku tidak akan menjadi masalah bagi orang tua apabila remaja tidak menunjukkan penyimpangan. Akan tetapi, apabila remaja telah menunjukkan tanda yang mengarahkan ke hal negatif akan membuat cemas sebagian orang tua (Ramadhan, 2009).

Remaja tumbuh dan berkembang dibawah asuhan orang tua. Melalui orang tua, remaja beradaptasi dengan lingkungan dan mengenal dunia sekitarnya serta pola pergaulan hidup yang berlaku di lingkungannya. Ini disebabkan oleh orang tua merupakan dasar pertama bagi pembentukan pribadi remaja (Besembuni, 2008).

Mengingat kasus yang sedang berkembang di SMK Namira Tech Nusantara, siswa sering terlibat aksi pukul satu sama yang lain pada saat istirahat belajar, aksi mengejek satu sama lain baik secara langsung maupun via pesan singkat dan bahkan mengintimidasi anak yang terlihat lemah, jadi anak-anak siswa di SMK Namira Tech Nusantara kemungkinan besar melakukan *bullying* dan menjadi korban *bullying* sesuai dengan data yang di peroleh dari guru BK (bimbingan konseling).

Perilaku *bullying* sangat erat kaitannya dengan emosi. Seorang anak yang merasa cemas, cemburu, putus asa, atau terasing akan mengalami kesulitan belajar, banyak diam, dan sulit untuk membangun hubungan antar teman yang lain sehingga dapat mendorong anak untuk melakukan tindakan *bullying* di sekolah. *Bullying* dapat merugikan bagi semua manusia apabila cara penyaluran emosi atau regulasi emosi seseorang tidak dapat dikendalikan lagi .

Gross (2007) menyatakan bahwa *regulasi* emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih suatu aspek respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang mempunyai *regulasi* emosi dapat mempertahankan dan meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik secara positif maupun negatif.

Aspek penting dalam regulasi emosi ialah kapasitas untuk memulihkan kembali keseimbangan emosi meskipun pada awalnya seseorang dapat kehilangan kontrol atas emosi yang dirasakannya. Selain itu, seseorang hanya dalam waktu yang singkat dapat merasakan emosi yang berlebihan dan dengan singkat dapat menetralkan kembali pikiran, tingkah laku, respon fisiologis, dan dapat menghindarkan efek negatif akibat emosi yang berlebihan Sukhodolsky dkk (dalam Gratz, 2004).

Selanjutnya dalam penelitian ini, *regulasi* yang dimaksud adalah gambaran mengenai penyaluran emosi yang berhubungan secara langsung dengan perilaku *bullying* yang timbul dari anak. Serta yang dimaksud dengan perilaku *bullying* adalah bentuk perilaku yang berupa pemaksaan atau usaha yang menyakiti secara fisik maupun psikologis terhadap seseorang atau kelompok orang yang lebih lemah oleh seseorang atau sekelompok orang yang memiliki peran yang lebih kuat.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik mengetahui lebih lanjut tentang fenomena tindakan *bullying* yang marak terjadi pada remaja dengan mengadakan penelitian berjudul “hubungan antararegulasi emosi dengan perilaku *bullying* di SMK Namira Tech Nusantara Medan”.

B. Identifikasi Masalah

Banyak hal yang mempengaruhi perilaku *bullying* pada remaja, diantaranya adalah lingkungan keluarga, sekolah, emosi yang labil, media massa, kondisi ekonomi remaja tersebut dan lain lain.

Fenomena yang diduga dominan hubungannya dengan perilaku *bullying* pada remaja adalah faktor regulasi emosi yang rendah. Emosi berperan penting dalam melakukan *bullying* apabila seseorang tidak dapat mengendalikan emosinya atau meregulasi emosi maka perilaku *bullying* mudah terjadi. Oleh karena itu, peneliti ini akan mengkaji hubungan antara *regulasi* emosi dengan perilaku *bullying* pada remaja.

C. Batasan Masalah

Selanjutnya dalam penelitian ini, regulasi emosi adalah gambaran mengenai penyaluran emosi yang berhubungan secara langsung dengan perilaku *bullying* yang timbul dari anak. Serta yang dimaksud dengan perilaku *bullying* adalah bentuk bentuk perilaku yang berupa pemaksaan atau usaha yang menyakiti secara fisik maupun psikologis terhadap seseorang atau kelompok orang yang lebih lemah oleh seseorang atau sekelompok orang yang memiliki peran yang lebih kuat.

Dalam hal ini, peneliti membatasi masalah regulasi emosi dengan perilaku *bullying* di SMK Namira Tech Nusantaraberusia 17-18 tahun 2016-2017.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah di atas maka rumusan masalah adalah :

apakah ada hubungan regulasi Emosi dengan perilaku *bullying* di SMKNamira Tech Nusantara?

E. Tujuan Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian ialah untuk membuktikan hubungan regulasi emosi dengan perilaku *bullying* pada remaja. SMK Namira Tech Nusantara.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dapat ditinjau secara teoritis dan praktis diantaranya:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini ialah untuk memperkaya dan menambah pengetahuan yang berhubungan dengan ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada pihak keluarga, lingkungan, sekolah dalam membantu mengatur emosi negatif menjadi emosi positif, sehingga membuat rendahnya perilaku *bullying* pada siswa dan dapat menjadi introspeksi bagi remaja dalam meningkatkan regulasi emosi sehingga kecenderungan perilaku *bullying* menjadi rendah.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. REMAJA

1. Pengertian Remaja

Istilah remaja atau *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence* (dari bahasa inggris) yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock 1980).

Piaget (dalam Hurlock, 1980) mengatakan bahwa masa remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa. Usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Sekurang-kurangnya dalam masalah hak, integrasi dalam masyarakat, mempunyai banyak aspek afektif, kurang lebih dalam hubungan dengan masa puber, termasuk didalamnya juga perubahan intelektual yang mencolok, transformasi yang khas dari cara berfikir remaja memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial yang dewasa.

Kartono (2014) mengatakan bahwa remaja juga sebagai masa penghubung atau masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada periode remaja terjadi perubahan-perubahan besar dan esensial mengenai fungsi-fungsi rohaniah dan jasmaniah. Yang sangat menonjol dalam periode ini adalah kesadaran

yang mendalam mengenai diri sendiri dimana remaja mulai meyakini kemampuannya, potensi dan cita-citanya sendiri. Dengan kesadaran tersebut remaja berusaha menemukan jalan hidupnya dan mulai mencari nilai-nilai tertentu, seperti kebaikan, keluhuran, kebijaksanaan, dan keindahan.

Menurut Erickson (dalam Hurlock, 1980) masa remaja adalah masa terjadinya krisis identitas atau pencarian identitas diri. Gagasan Erickson ini dikuatkan oleh James Marcia yang menemukan bahwa ada empat status identitas diri pada remaja yaitu *identity diffusion/ confusion, moratorium, foreclosure*, dan *identity achieved*. Karakteristik remaja yang sedang berproses untuk mencari identitas diri ini juga sering menimbulkan masalah pada diri remaja. Papalia dan Olds (2001) menyatakan bahwa masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai adanya aspek fisik psikis, dan psikososial secara kronologis usia remaja berkisar antara usia 12 sampai 21 tahun.

2. Batasan Usia Remaja

Banyak batasan usia remaja yang diungkapkan oleh para ahli. Diantaranya adalah Monks, dkk (2001) yaitu masa remaja awal, masa remaja pertengahan, dan masa remaja akhir. Batasan remaja yang diungkapkan oleh Monks, dkk (2001) tidak

jauh berbeda dengan pendapat Kartono (2001) yang membagi masa remaja menjadi masa pra pubertas, masa pubertas, dan masa adolesensi. Monks, dkk (2001) membagi fase-fase masa remaja menjadi tiga tahap, yaitu :

1. Remaja Awal (12 tahun – 15 tahun)

Pada rentang usia ini, remaja mengalami pertumbuhan jasmani yang sangat pesat dan perkembangan intelektual yang sangat intensif, sehingga minat anak pada dunia luar sangat besar dan pada saat itu remaja tidak mau dianggap kanak-kanak lagi namun belum bisa meninggalkan pola kekanak-kanakannya. Selain itu pada masa remaja ini belum tahu apa yang diinginkannya, remaja sering merasa sunyi, ragu-ragu, tidak stabil, tidak puas, dan merasa kecewa.

2. Remaja Pertengahan (15 tahun – 18 tahun)

Pada rentang usia ini, kepribadian remaja masih bersifat kekanak-kanakan, namun pada usia remaja sudah timbul unsur baru, yaitu kesadaran akan kepribadian dan kehidupan badaniah sendiri. Remaja mulai menemukan nilai-nilai tertentu dan mulai melakukan perenungan terhadap pemikiran filosofis dan etis. Maka, dari perasaan yang penuh keraguan pada usia remaja awal maka pada rentang usia ini mulai timbul kemantapan pada diri sendiri yang lebih berbobot. Rasa percaya diri pada remaja menimbulkan kesanggupan pada dirinya untuk melakukan penilaian terhadap tingkah laku yang telah dilakukannya. Selain itu pada masa ini remaja mulai menemukan diri sendiri atau jati dirinya.

3. Remaja Akhir (18 tahun- 21 tahun)

Pada rentang usia ini, remaja sudah merasa mantap dan stabil. Remaja sudah mengenal dirinya dan ingin hidup dengan pola hidup yang digariskan sendiri, dengan itikat baik dan keberanian. Remaja mulai memahami arah kehidupannya, dan menyadari tujuan hidupnya. Remaja sudah mempunyai pendirian tertentu berdasarkan satu pola yang jelas yang baru ditemukannya.

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan batasan usia remaja adalah remaja awal 12-15 tahun, remaja pertengahan 15-18 tahun, dan remaja akhir 18-21 tahun.

3. Ciri-Ciri Masa Remaja

Masa remaja mempunyai ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelumnya, Ciri-ciri remaja menurut Hurlock (1980), antara lain :

1. Masa remaja sebagai periode yang penting yaitu perubahan-perubahan yang dialami masa remaja akan memberikan dampak langsung pada individu yang bersangkutan dan akan mempengaruhi perkembangan selanjutnya.
2. Masa remaja sebagai periode pelatihan. Disini berarti perkembangan dari masa kanak-kanak dan belum dapat dianggap sebagai orang dewasa. Status remaja tidak jelas, keadaan ini memberi waktu padanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya.

3. Masa remaja sebagai periode perubahan, yaitu perubahan pada emosi, perubahan tubuh, minat dan peran (menjadi dewasa yang mandiri), perubahan pada nilai-nilai yang dianut, serta keinginan akan kebebasan.
4. Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa peranannya dalam masyarakat.
5. Masa remaja sebagai masa yang menimbulkan ketakutan. Dikatakan demikian karena sulit diatur, cenderung berperilaku yang kurang baik. Hal ini yang membuat banyak orang tua menjadi takut.
6. Masa remaja adalah masa yang tidak realistis. Remaja cenderung memandang kehidupan dari kaca berwarna merah jambu, melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang diinginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam cita-cita.
7. Masa remaja sebagai masa dewasa. Remaja mengalami kebingungan atau kesulitan dalam usaha meninggalkan kebiasaan pada usia sebelumnya dan dalam memberikan kesan bahwa mereka hampir atau sudah dewasa, yaitu dengan merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perilaku seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri masa remaja adalah masa remaja sebagai periode yang penting, masa remaja sebagai periode pelatihan, masa remaja sebagai periode perubahan, masa remaja sebagai masa mencari

identitas, masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, masa remaja sebagai masa yang tidak realistik dan masa remaja sebagai ambang masa dewasa.

4. Tugas Perkembangan Remaja

Pada remaja terdapat tugas-tugas perkembangan yang sebaiknya dipenuhi. Menurut Hurlock (1980) semua tugas perkembangan pada masa remaja dipusatkan pada penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan remaja yaitu :

1. Mencapai peran sosial pria dan wanita
2. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria dan wanita
3. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
4. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya
5. Mempersiapkan karir ekonomi untuk masa yang akan datang
6. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
7. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku dan mengembangkan ideologi

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa masa remaja merupakan masa penghubung antara masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada masa remaja terdapat berbagai perubahan, diantaranya terjadi perubahan intelektual dan cara berfikir remaja, terjadinya perubahan fisik yang sangat cepat,

terjadinya perubahan sosial, dimana remaja mulai berintegrasi dengan masyarakat luas serta pada masa remaja mulai meyakini kemampuannya, potensi serta cita-cita diri. Selanjutnya pada masa remaja terdapat tugas-tugas perkembangan yang sebaiknya dipenuhi sehingga pada akhirnya remaja bisa dengan mantap melangkah ke tahapan perkembangan selanjutnya.

B. Regulasi Emosi

I. Definisi Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi, mengolah dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional. Regulasi emosi mempengaruhi individu dalam menghadapi masalah. Jika individu dapat bertahan maka kecil kemungkinan mengalami stress. Sebaliknya bila individu tidak bertahan maka akan mengalami stress dalam jangka waktu yang berkepanjangan Thompson (dalam Wahyuni, 2012).

Regulasi emosi mempunyai cakupan luas pada berbagai aspek biologis, sosial, tingkah laku sebagaimana proses kognitif yang disadari dan tidak disadari. Secara fisiologis, emosi itu sendiri diregulasikan oleh nadi-nadi, sehingga dapat mempercepat pernapasan (memperpendek pernapasan), memperbanyak keringat atau hal lainnya yang berhubungan dengan rangsangan emosi. Regulasi emosi tersebut dirasakan dan bagaimana mengekspresikan dan mengetahui emosi tersebut Fridja (dalam Salamah, 2008).

Regulasi emosi mempunyai cakupan luas pada berbagai aspek biologis, sosial, tingkah laku sebagaimana proses kognitif yang disadari dan tidak disadari. Secara fisiologis, emosi itu sendiri diregulasikan oleh nadi-nadi, sehingga dapat mempercepat pernapasan (atau memperpendek pernapasan), memperbanyak keringat atau hal lainnya yang berhubungan dengan rangsangan emosi.

Secara sosial, emosi diregulasikan dengan cara mencari akses ke hubungan interpersonal dan sumber dukungan yang bersifat nyata. Sedangkan secara tingkah laku, emosi diregulasikan melalui berbagai macam respon tingkah laku. Berteriak, menjerit, menangis atau menarik diri adalah contoh dari tingkah laku yang tampak untuk mengatur emosi yang bangkit sebagai respon terhadap rangsangan yang diberikan. Terakhir, emosi juga berguna untuk mengatur proses kognitif yang tidak disadari, seperti proses *selective attention*, *memory distortion*, penolakan, atau proyeksi, atau oleh proses kognitif yang disadari, seperti menyalahkan diri sendiri ataupun menyalahkan orang lain Garnefski, dkk (Dalam Kartika, 2004).

Kebanyakan regulasi ini didorong oleh reaksi sosial, diakui atau tidak diakui, atau tindakan norma sosial melalui rasa sopan dan perasaan malu dan bersalah yang ada dalam kelompok sosial Frijda (Dalam Kartika 2004). Menurut Garnefski, dkk (Dalam Kartika 2004). Regulasi emosi secara kognisi berhubungan dengan kehidupan manusia, dan membantu individu mengelola, mengatur emosi atau perasaan, dan mengendalikan emosi agar tidak berlebihan.

Gross (Dalam Kartika 2004) berpendapat bahwa regulasi emosi mempengaruhi proses mental (ingatan, pengambilan keputusan), tingkah laku yang

nyata (tingkah laku menolong, penggunaan obat-obatan), regulasi emosi juga merupakan dasar untuk pembentukan kepribadian dan memunculkan sumber penting dari perbedaan-perbedaan individual. Gross juga menyatakan bahwa regulasi emosi menonjol secara jelas dalam kesehatan fisik dan fisiologis Gross.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada diri manusia, dan cara individu mengolah emosi yang mereka miliki sebagai kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertingkah laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi ialah:

1. Hubungan Antara Orangtua dan Anak

Hubungan antara remaja dengan orangtua sangat penting pada masa perkembangan remaja. Remaja menginginkan pengertian yang bersifat simpatik, dan orangtua yang dapat merasakan anak-anaknya memiliki sesuatu yang berharga untuk dibicarakan Rice (Dalam Kartika 2004). Menurut Rice, *affect* yang berhubungan dengan emosi atau perasaan yang ada di antara anggota keluarga bisa bersifat positif ataupun negatif. *Affect* yang positif antara anggota keluarga menunjuk pada hubungan yang digolongkan pada emosi seperti kehangatan, kasih sayang, cinta, dan sensitivitas Felson,dkk (Dalam Kartika 2004).

Dalam hal ini anggota menunjukkan bahwa masing-masing dari mereka mau mendengarkan perasaan dan mengerti kebutuhan satu sama lain. Sedangkan *affect*

yang negatif digolongkan pada emosi yang “dingins”, penolakan, dan permusuhan. Sikap yang terjadi antara anggota keluarga adalah mereka saling tidak menyukai bahkan tidak mencintai Rice (Dalam Kartika 2004).

Dengan adanya kebutuhan *affect* tersebut maka Banerju (Dalam Kartika 2004) mengemukakan bahwa orangtua memiliki pengaruh dalam kehidupan emosi anak-anaknya. Orang tua yang bersosialisasi dengan anaknya (terutama dengan anak perempuannya) dengan cara yang merekarasa sesuai dengan lingkungan sosialnya, akan membuat anak-anaknya memiliki emosi yang lebih bergejolak terhadap teman-temannya Banerju, (Dalam Kartika 2004). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa orangtua yang menganjurkan anak-anaknya untuk mengekspresikan emosi dengan cara yang benar akan memiliki anak-anak yang bersifat empatik dan perasaan yang lebih emosional Salovey dkk (Dalam Kartika 2004).

2. Umur dan Jenis Kelamin

Selain itu juga ada umur dan jenis kelamin. Seorang gadis yang berumur 7-17 tahun lebih dapat melupakan tentang emosi yang menyakitkan dari pada anak laki-laki yang juga seumur dengannya Salovey dkk (Dalam Kartika 2004) menyimpulkan bahwa anak perempuan lebih banyak mencari dukungan dan perlindungan dari orang lain untuk meregulasi emosi negatif mereka sedangkan anak laki-laki menggunakan latihan fisik untuk meregulasi emosi negatif mereka.

3. Hubungan Interpersonal

Salovey dkk (Dalam Kartika 2004) juga mengemukakan bahwa hubungan interpersonal dan individual juga mempengaruhi regulasi emosi. Keduanya

berhubungan dan saling mempengaruhi sehingga emosi meningkat bila individu yang ingin mencapai suatu tujuan berinteraksi dengan lingkungan dan individu lainnya. Biasanya emosi positif meningkat bila individu mencapai tujuannya dan emosi negatif meningkat bila individu kesulitan dalam mencapai tujuannya.

Faktor-faktor lainnya menurut Salovey dan Sluyter (Dalam Kartika 2004) adalah permainan yang mereka mainkan, program televisi yang mereka tonton, dan teman bermain mereka dapat mempengaruhi perkembangan regulasi mereka.

Faktor-faktor yang memengaruhi regulasi emosi, menurut pendekatan kognisi sosial, pengalaman emosi dipengaruhi oleh lingkungan sosial serta sejauh mana individu memberikan penilaian atau pemaknaan terhadap stimulus yang diserapnya agar mampu melakukan penyesuaian diri dan meraih *well-being* Tamir & Mauss, (Dalam Mufti 2014).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan faktor-faktor regulasi emosi adalah hubungan antara orang tua dan anak, umur dan jenis kelamin, hubungan interpersonal.

3. Aspek-Aspek Regulasi Emosi

Gross (dalam Anggreyni 2014) menjelaskan aspek- aspek regulasi emosi sebagai berikut:

- a. *Strategies to emotion regulation (strategies)* ialah keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negative dan dapat

dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.

- b. *Engaging in goal directed behavior (goals)* ialah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negative yang dirasakannya sehingga dapat tetap berfikir dan melakukan sesuatu dengan baik.
- c. *Control emotional responses (impulse)* ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang di tampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.
- d. *Acceptance of emotional response (acceptance)* ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negative dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.

Thompson (dalam Koustiuk 2002), membagi aspek-aspek regulasi emosi yang terdiri dari tiga macam

- a. Kemampuan memonitor emosi (*emotions monitoring*) yaitu kemampuan individu untuk menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi didalam dirinya, perasaannya, pikirannya dan latarbelakang dari tindakannya.
- b. Kemampuan mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*) yaitu kemampuan individu untuk mengelola dan menyeimbangkan emosi-emosi yang dialaminya. Kemampuan untuk mengelola emosi khususnya emosi negatif

seperti kemarahan, kesedihan, kecewa, dendam dan benci akan membuat individu tidak terbawa dan terpengaruh secara mendalam yang dapat mengakibatkan individu tidak dapat berfikir secara rasional.

- c. Kemampuan memodifikasi emosi (*emotions modification*) yaitu kemampuan individu untuk merubah emosi sedemikian rupa sehinggampu memotivasi diri terutama ketika individu berada dalam putus asa, cemas dan marah. Kemampuan ini membuat individu mampu bertahan dalam masalah yang sedang dihadapinya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan aspek-aspek regulasi emosi adalah *Strategies to emotion regulation (strategies)*, *Enganging in goal directed behavior (goals)*, *Control emotional responses (impulse)*, *Acceptance of emotional response (acceptance)*. Sedangkan menurut Thomson (1994) aspek-aspek regulasi emosi adalah kemampuan memonitor emosi, kemampuan mengevaluasi emosi, kemampuan memodifikasi emosi.

C. Perilaku *Bullying*

1. Pengertian Perilaku *Bullying*

Priyatna (2010) mengemukakan perilaku *bullying* merupakan problem yang nampaknya harus ditanggung oleh semua pihak. Baik itu sipelaku, korban, ataupun yang menyaksikan tindakan tersebut. *Bullying* merupakan tindakan yang disengaja oleh pelaku kepada korban-korbannya bukan merupakan suatu kelalaian. Memang betul-betul disengaja. Tindakan ini terjadi secara berulang-ulang. *Bullying* tidak

dilakukan hanya sekali saja, didasari perbedaan power yang mencolok. Jadi, perkelahian diantara anak yang lebih kurang seimbang dari segi fisik maupun usia-bukan merupakan kasus *bullying*. Dalam *bullying* si pelaku benar-benar di atas angin dari korbanya.

Sejiwa (2008) *bullying* adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok. Pihak yang kuat di sini tidak hanya kuat dalam fisik, tetapi bisa juga kuat secara mental. Dalam hal ini sang korban *bullying* tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya karna lemah secara fisik dan mental.

Wiyani (2013) menyimpulkan bahwa *bullying* adalah perilaku agresif dan negative seseorang atau sekelompok orang secara berulang kali yang menyalahgunakan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan menyakiti targetnya (korban) secara mental atau secara fisik.

Sullivan dkk (dalam Catshade, 2007) memberikan definisi yang menambahkan aspek jumlah orang dan ketidak seimbangan kekuatan, perilaku *bullying* adalah bentuk kekuatan yang dilakukan oleh sekelompok orang terhadap orang lain atau kelompok lain dalam kurun waktu tertentu, agresi ini bersumber pada adanya ketidakseimbangan antara pelaku korban.

Terjadi *bullying* disekolah menurut Rauskina dan kawan-kawan (dalam Catshade, 2007) merupakan proses dinamika kelompok dan didalamnya ada pembagian peran.

Berdasarkan beberapa teori diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku *bullying* adalah sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut secara sengaja dan terjadi secara berulang-ulang.

2. Faktor-faktor yang menyebabkan perilaku *bullying*

Tidak ada faktor tunggal penyebab munculnya perilaku *bullying*, menurut Limber (dalam Purwasih, 2009) ada banyak hal yang menyebabkan remaja menjadi pelaku *bullying*, faktor-faktor penyebabnya ialah:

- a. Faktor keluarga, anak yang melihat orang tuanya atau saudaranya melakukan *bullying* sering akan mengembangkan perilaku *bullying* juga. Ketika anak menerima pesan negatif berupa hukuman fisik dirumah, mereka akan mengembangkan konsep diri dan harapan yang negative pula, yang kemudian dengan pengalaman tersebut mereka cenderung akan lebih dulu menyerang orang lain sebelum mereka diserang. Pola asuh yang terlalu permisif juga mempengaruhi anak untuk melakukan *bullying* karena anak bebas melakukan tindakan apapun yang dia mau, hal ini juga kurangnya pengawasan dari orang tua.
- b. Faktor sekolah, karena pihak sekolah sering mengabaikan keadaan *bullying* ini, anak-anak sebagai pelaku *bullying* akan mendapat penguatan

terhadap perilaku mereka untuk melakukan intimidasi anak-anak yang lain. *Bullying* berkembang pesat dalam lingkungan sekolah yang sering memberikan masukan yang negatif pada siswanya, misalnya berupa hukuman yang tidak membangun sehingga tidak mengembangkan rasa menghargai dan menghormati antar anggota sekolah.

- c. Faktor teman sebaya, remaja ketika berintegrasi didalam sekolah dan dengan teman sekitar rumah kadang kala terdorong untuk melakukan *bullying*. Kadangkala beberapa remaja melakukan *bullying* kepada remaja lainnya dalam usaha untuk membuktikan bahwa mereka bisa masuk dalam kelompok tertentu, meskipun mereka sendiri merasa tidak nyaman dengan perilaku tersebut.
- d. Media dan teknologi, peran-peran dalam media juga bisa mempengaruhi cara remaja dalam memandang perilaku *bullying*.

Coloroso (dalam Hasan 2013) menambahkan salah satu faktor yang mempengaruhi *bullying* yaitu pola asuh orangtua, sehingga pada dasarnya pola asuh orangtua sangatlah dominan dalam membentuk karakter anak.

Dari teori diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan perilaku *bullying* adalah adanya faktor dari keluarga, sekolah, kelompok sebaya, media dan teknologi, dan pola asuh orangtua.

Menurut Novianti (dalam Umasugi 2013), perilaku *bullying* disebabkan oleh beberapa faktor yaitu:

- a. Faktor keluarga, pelaku *bullying* bisa jadi menerima perlakuan *bullying* padadirinya, yang mungkin dilakukan oleh seseorang di dalam keluarga. Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang agresif dan berlaku kasar akan meniru kebiasaan tersebut dalam kesehariannya. Kekerasan fisik dan verbal yang dilakukan orangtua kepada anak akan menjadi contoh perilaku.
- b. Faktor kepribadian, salah satu faktor penyebab anak melakukan *bullying* adalah tempramen. Tempramen adalah karakteristik atau kebiasaan yang terbentuk dari respon emosional. Hal ini mengarah pada perkembangan tingkah laku personalitas dan sosial anak. Seseorang yang aktif dan impulsif lebih mungkin untuk berlaku *bullying* dibandingkan orang yang pasif atau pemalu.
- c. Faktor sekolah, tingkat pengawasan di sekolah menentukan seberapa banyak dan seringnya terjadi peristiwa *bullying*. Sebagaimana rendahnya tingkat pengawasan di rumah, rendahnya pengawasan di sekolah berkaitan erat dengan berkembangnya perilaku *bullying* di kalangan siswa. Pentingnya pengawasan dilakukan terutama di tempat bermain dan lapangan, karena biasanya di kedua tempat tersebut perilaku *bullying* kerap dilakukan. Penanganan yang tepat dari guru atau pengawas terhadap peristiwa *bullying* adalah hal yang penting karena perilaku *bullying* yang

tidak ditangani dengan baik akan menyebabkan kemungkinan perilaku itu terulang.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* adalah faktor internal yaitu persepsi dan kepribadian (dalam kepribadian terdapat regulasi emosi dan religius) dan faktor eksternal yaitu perbedaan kelas, tradisi senioritas, sekolah dan keluarga.

3. Aspek-aspek *bullying*

Menurut Sejiwa (2008) aspek-aspek perilaku *bullying* meliputi :

a. *Bullying* fisik

Bullying ini adalah jenis *bullying* yang kasat mata. Siapa saja dapat melihatnya karena terjadi sentuhan fisik antara pelaku *bullying* dan korban. Contoh-contoh *bullying* fisik antara lain: menampar, menimbuk, menginjak kaki, menjegal, meludahi, memalak, melempar dengan barang, menghukum dengan berlari keliling lapangan, menghukum dengan cara *push-up*, dan menolak (Sejiwa 2008).

b. *Bullying* non fisik atau verbal

Sejiwa (2008) mengungkapkan bahwa *bullying* verbal merupakan jenis *bullying* yang juga terdeteksi karena tertangkap indra pendengar. Contoh-contoh *bullying* verbal antara lain: memaki, menghina, menjuluki, meneriaki, mempermaluukan didepan umum, menuduh, menyoraki, menebar gossip, memfitnah, dan menolak. Hal senada juga diungkap oleh Wolke dkk (Woods

dan Wolke, 2004) bahwa *bullying* non fisik atau verbal meliputi memanggil dengan nama panggilan yang jelek, menghina dan mengancam.

c. *Bullying* mental/psikologis

Bullying ini merupakan jenis *bullying* yang sangat berbahaya karena tidak tertangkap mata atau telinga jika tidak cukup awas mendeteksinya. Praktek *bullying* ini terjadi secara diam-diam dan diluar radar pemantauan adapun contoh-contoh *bullying* mental/psikologis antara lain: memandang sinis, memandang penuh ancaman, mendiamkan, mengucilkan, meneror lewat pesan pendek telepon genggam atau email, memandang yang merendahkan, melototi, dan mencibir, Sejiwa (2008). Hal serupa juga diungkapkan oleh Maliki dkk (2009) bahwa *bullying* psikologis meliputi menyebarkan gossip dan mengucilkan.

4. Ciri-ciri pelaku *bullying*

Olwes (dalam Rudi, 2010) mengemukakan ciri-ciri yang terkait dengan pelaku *bullying*, mereka umumnya memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Suka mendominasi anak lain .
- b. Suka memanfaatkan anak lain untuk mendapatkan apa yang ia inginkan
- c. Hanya peduli kepada keinginan dan kesenangannya sendiri dan tidak mau peduli dengan perasaan anak lain.
- d. Cenderung melukai anak lain ketika orang tua atau dewasa lainnya tidak ada di sekitar mereka.

- e. Memandang saudara –saudara atau rekan-rekan yang lebih lemah sebagai sasaran.
- f. Tidak mau bertanggung jawab atas tindakannya.
- g. Tidak memiliki pandangan terhadap masa depan atau masa bodoh terhadap akibat dari perbuatannya.
- h. Haus perhatian

Dari teori-teori diatas dapat disimpulkan ciri-ciri dari pelaku *bullying* adalah suka mendominasi anak lain, memanfaatkan anak lain, hanya peduli kepada keinginan, dan kesenangan sendiri, cenderung melukai anak lain ketika orangtua atau dewasa lain tidak ada disekitar mereka, memandang rekan-rekan yang lebih lemah sebagai sasaran, tidak mau bertanggung jawab atas tindakannya, tidak memiliki pandangan terhadap masa depan atau masa bodoh terhadap akibat dari perbuatannya dan haus akan perhatian.

5. Jenis pelaku *bullying*

Pelaku *bullying* dibagi atas dua jenis : pertama adalah pelaku utama, yaitu pihak yang merasa lebih berkuasa dan berinisiatif melakukan tindak kekerasan baik secara fisik maupun psikologis terhadap korban, dan kedua adalah pelaku pengikut, yaitu pihak yang ikut melakukan *bullying* berdasarkan solidaritas kelompok atau setia kawan, konformitas, tuntutan kelompok, atau untuk mendapatkan penerimaan atau pengakuan kelompok. Diluar pihak pelaku dan korban sebenarnya ada kelompok saksi, dan saksi ini biasanya hanya bisa diam saja membiarkan kejadian berlangsung,

tidak melakukan apapun untuk menolong, bahkan sering kali mendukung perilaku *bullying*. Saksi sering kali tidak mau ikut campur disebabkan karena takut menjadi korban berikutnya, merasa korban pantas di *bully*, tidak mau menambah masalah atau tidak mau tahu.

Olweus (dalam Purwasih, 2009) mengatakan bahwa ada tiga tipe dari pelaku *bullying* yaitu:

a. aggressive bully

merupakan tipe umum yang ditemukan secara umum agresi dimulai pada teman sebaya dan umumnya mereka adalah individu yang suka berkelahi dan tidak penakut.

b. passive bully

passive bully lebih jarang ditemukan dari pada *aggressive bully*. Mereka jarang memancing anak lain atau mengambil inisiatif dalam insiden *bullying*, tetapi bergabung dalam *bullying* setelah *aggressive bully* menghasut pada sebuah situasi dalam usaha untuk mencapai persetujuan dari *passive bully*.

c. bully victim

bully victim adalah korban dari *bullying* yang berusaha untuk melakukan *bullying* pada anak lain untuk mengurangi frustrasi yang mereka rasakan akibat dari perilaku *bullying* yang mereka terima dari anak lain.

Dari teori diatasmaka dapat disimpulkan jenis pelaku *bullying* dibagi menjadi dua jenis, yaitu pelaku utama dan pelaku pengikut, dan untuk tipe pelaku *bullying* terbagi kedalam tiga tipe, yaitu *aggressive bully*, *passive bully*, dan *bully victim*.

6. Karakteristik pelaku *bullying*

Tidak ada kriteria khusus yang memastikan bahwa seseorang akan melakukan perilaku *bullying*, namun Olweus (dalam Rudi, 2010) mengemukakan bahwa mereka yang memiliki sikap positif terhadap kekerasan memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk melakukan *bullying*. Karakteristik lain yang umumnya dimiliki pelaku *bullying* adalah tingkah laku yang cenderung impulsif, memiliki keinginan untuk mendominasi orang lain, kurang atau tidak berempati kepada korban yang cenderung memandang positif diri sendiri.

Menurut Sulhin (2007) karakteristik pelaku *bullying* antara lain :

- 1) Hidup berkelompok dan menguasai kehidupan sosial siswa disekolah.
- 2) Merupakan tokoh populer disekolah
- 3) Gerak-geriknya sering kali ditandai dengan sengaja menabrak, berkata kasar, menyepelkan atau melecehkan siswa.

Dari beberapa teori diatas dapat disimpulkan yang termasuk kedalam karakteristik pelaku *bullying* adalah tingkah laku yang cenderung impulsif, memiliki keinginan untuk mendominasi orang lain, kurang atau tidak berempati kepada korban, cenderung memandang positif diri sendiri, hidup berkelompok dan menguasai kehidupan sosial disekolah, merupakan tokoh populer disekolah, gerak-geriknya

sering kali dapat ditandai dengan sengaja menabrak, berkata kasar, dan melecehkan siswa.

7. Jenis-jenis perilaku *bullying*

Riauskina (dalam Catshade, 2007) mengatakan bahwa ada lima yang termasuk kedalam jenis-jenis *bullying*:

a. School bullying

School bullying didefinisikan sebagai pelaku agresif yang dilakukan disekolah secara berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa lain yang lebih lemah.

b. Military bullying

Military bullying didefinisikan menggunakan kekuatan fisik atau penyalahgunaan kekuasaan disebuah akademi militer untuk menggerakkan korban lainnya dan memberikan hukuman yang tidak wajar (*ministry of defence (MOD)*).

c. Workplace bullying

Bullying ditempat kerja berhubungan dengan perilaku dan peraktek negative secara berulang yang ditujukan kepada satu atau beberapa pegawai sehingga berakibat ketidakberdayaan dan penderitaan psikologis terhadap korban yang mempengaruhi perilaku kerja.

d. *Cyberbullying*

Cyberbullying adalah bentuk *bullying* yang menggunakan alat-alat bantu, *medium internet* dan teknologi *digital*, misalnya *ponsel*, *sms*, *mms*, *email*, *instant messenger*, *website*, *situs jejaring social*, *blog*, dan *online forum*.

e. *Political bullying*

Political bullying rasa cinta tanah air yang tinggi ketika suatu Negara berusaha untuk menjatuhkan Negara lain, perilaku *bullying* ini muncul.

Dalam teori diatas dapat disimpulkan yang termasuk kedalam jenis-jenis *bullying* adalah: *school bullying*, *military bullying*, *workplace bullying*, *cyberbullying*, dan *political bullying*.

D. Hubungan Regulasi Emosi dengan perilaku Bullying

Regulasi emosi ialah suatu tindakan yang dilakukan individu untuk mempengaruhi pembentukan kepribadian dan menjadi sumber penting bagi perbedaan individu. Misalnya, seseorang tetap tenang walaupun dalam situasi tertekan, sedangkan individu lainnya siap „meledak“ seperti gunung berapi.

Menurut pandangan Evolusioner, regulasi emosi sangat diperlukan karena beberapa bagian dari otak manusia menginginkan individu tersebut untuk melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan bagian lainnya menilai bahwa rangsangan emosional ini tidak sesuai dengan situasi saat itu, sehingga membuat individu tersebut melakukan sesuatu yang lain atau tidak melakukan sesuatu pun (dalam Kartika 2004). Regulasi emosi juga dapat diartikan sebagai seluruh proses ekstrinsik dan intrinsik

yang bertanggungjawab untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi untuk mencapai tujuan tertentu Thompson dkk (dalam Kartika 2004).

Secara sosial, emosi diregulasikan dengan cara mencari akses ke hubungan interpersonal dan sumber dukungan yang bersifat nyata. Sedangkan secara tingkah laku, emosi diregulasikan melalui berbagai macam respon tingkah laku. Berteriak, menjerit, menangis atau menarik diri adalah contoh dari tingkah laku yang tampak untuk mengatur emosi yang bangkit sebagai respon terhadap rangsangan yang diberikan. Terakhir, emosi juga berguna untuk mengatur proses kognitif yang tidak disadari, seperti proses *selective attention*, *memory distortion*, penolakan, atau proyeksi, atau oleh proses kognitif yang disadari, seperti menyalahkan diri sendiri ataupun menyalahkan orang lain Garnefski dkk (dalam Kartika 2004).

Kebanyakan regulasi ini didorong oleh reaksi sosial, diakui atau tidak diakui, atau tindakan norma sosial melalui rasa sopan dan perasaan malu dan bersalah yang ada dalam kelompok sosial Frijda, (dalam Kartika 2004). Menurut Garnefski dkk (dalam Kartika 2004), regulasi emosi secara kognisi berhubungan dengan kehidupan manusia, dan membantu individu mengelola, mengatur emosi atau perasaan, dan mengendalikan emosi agar tidak berlebihan.

Dari beberapa pengertian di atas dapat dipahami bahwa regulasi emosi merupakan suatu tindakan yang membantu individu untuk mengolah emosinya, mengatur emosi dan perasaan atau mengendalikan emosi ketika seseorang di *bullying*. Bila individu dapat mengendalikan emosinya maka regulasi yang didapatkannya regulasi emosi positif tetapi jika seseorang tersebut tidak dapat

mengendalikan atau meregulasi emosinya maka regulasi emosi yang didapatnya regulasi negatif.

Menurut Cowie dkk (dalam Umasugi 2013) salah satu hubungan antara regulasi emosi ialah faktor penyebab terjadinya perilaku bullying seperti karakteristik IndividuSeorang anak yang memiliki temperamen tinggi cenderung akan menjadi anak yang lebih agresif. Remaja yang bingung dalam menempatkan dirinya di masyarakat karena masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasamengalami berbagai macam perkembangan mencapai kematangan fisik,mental, sosial dan emosional sehingga sering membuat remaja mengungkapkan emosi negatifnya dengan cara yang tidak tepat, misalnya dengan melakukan perilaku agresif.

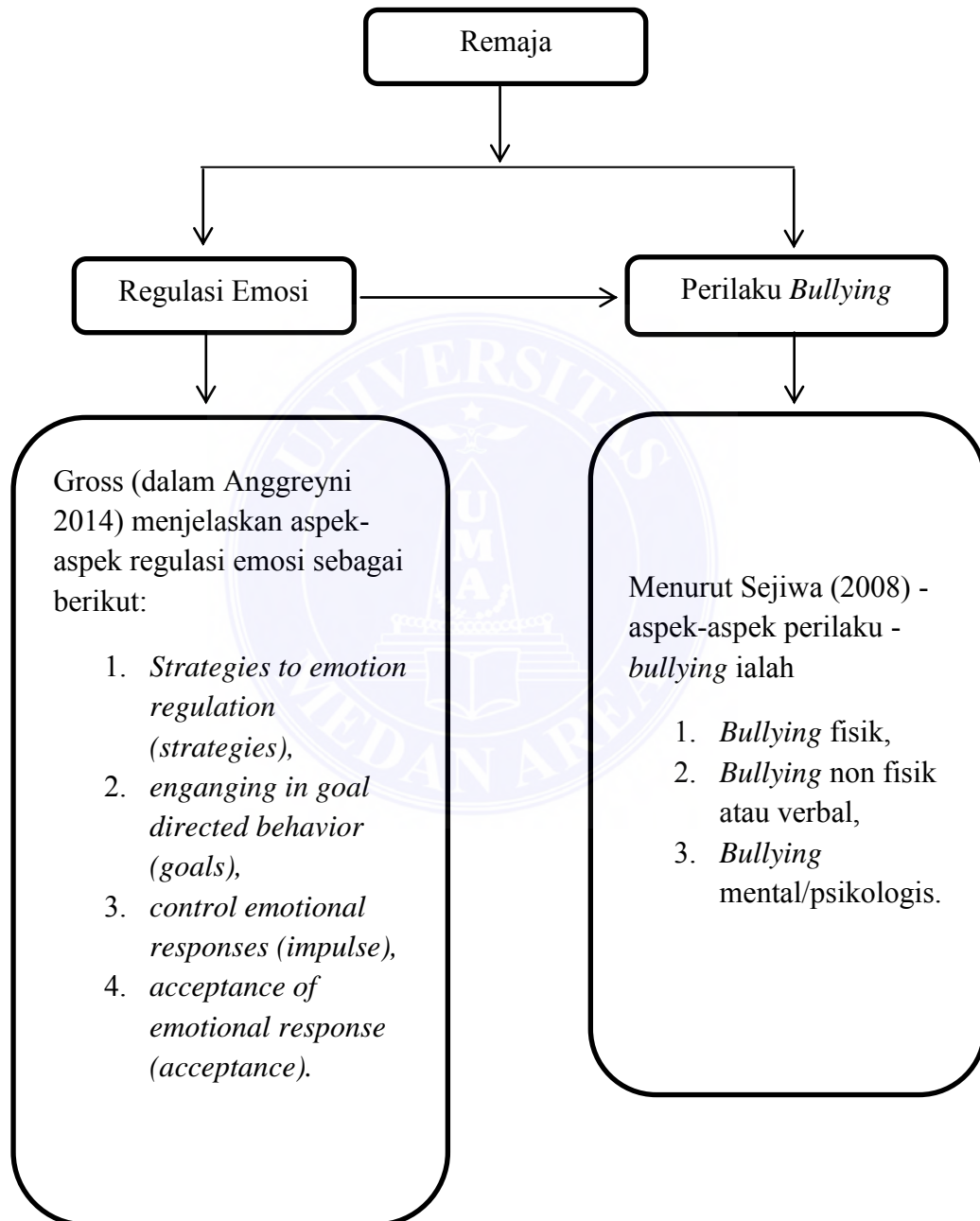
Sependapat dengan Cowie dkk (dalam Umasugi 2013) berpendapat bahwa salah satu hubungan regulasi emosi dengan perilaku *bullying* adalah faktor penyebab perilaku *bullying* yaitu faktor kepribadian temperamen. Temperamen adalah karakteristik atau kebiasaan yang terbentuk dari respon emosional. Temperamen bukan saja cara mendekati dan berinteraksi terhadap dunia luar. Tetapi juga cara mereka meregulasi fungsi mental, emosional, dan perilaku mereka. Kebahagiaan seseorang dalam hidup ini bukan karena tidak adanya bentuk-bentuk emosi dalam dirinya, melainkan kebiasaannya memahami dan menguasai emosi.

Papalia (2007) mengatakan bahwa *bullying* merupakan tindakan agresif yang dilakukan dengan tenang tanpa beban, disengaja dan berulang untuk menyerang

target/korban, yang secara khusus adalah seseorang yang lemah, mudah diejek dan tidak bisa membela diri. *Bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja terjadi berulang-ulang untuk menyerang seorang target atau korban yang lemah, mudah dihina dan tidak bisa membela diri sendiri (Sejiwa, 2008). Remaja yang tertindas umumnya tidak mempunyai keberanian untuk melawan temannya yang lebih kuat sehingga mereka lebih banyak diam ketika dijahili, diejek, atau ketika mendapat kekerasan dari temannya (Coloroso, 2007).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa remaja yang memiliki karakteristik seperti yang disebutkan di atas adalah remaja yang memiliki regulasi emosi yang negatif, karena regulasi emosi yang negatif mempengaruhi tingkah laku yang agresif yang dilakukan secara berulang-ulang, dan perilaku *bullying* adalah tindakan yang agresif yang dilakukan secara berulang-ulang.

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian-uraian di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian yang akan diuji sebagai berikut :

Ada hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying*, dengan asumsi semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah tingkat perilaku *bullying*, atau sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi tingkat perilaku *bullying*.



BAB III

METODE PENELITIAN

Pembahasan pada bagian metode penelitian ini akan diuraikan mengenai: (A), identifikasi variabel penelitian, (B), Definisi operasional variabel penelitian, (C). Populasi, sampel dan teknik pengambilan sampel, (D). Metode pengumpulan data, (E). Validitas dan reliabilitas alat ukur, (F). Metode analisis data.

A. Identifikasi variabel penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Variabel bebas : Regulasi emosi
2. Variabel terikat: Perilaku *bullying*

B. Definisi operasional variabel penelitian

1. Regulasi emosi

Regulasi emosi kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi, mengolah dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional. Regulasi emosi mempengaruhi individu dalam menghadapi masalah. Jika individu dapat bertahan maka kecil kemungkinan mengalami stress. Sebaliknya bila individu tidak bertahan maka akan mengalami stress dalam jangka waktu yang berkepanjangan Thompson (dalam Wahyuni, 2012).

Regulasi emosi diungkap melalui skala regulasi emosi menggunakan aspek-aspek *Strategies to emotion regulation (strategies), Engaging in goal directed*

behavior (goals), Control emotional responses (impulse), Acceptance of emotional response (acceptance).

Data diperoleh dari jumlah skor pada skala dengan asumsi semakin tinggi skor pada skala maka semakin tinggi regulasi emosi, sebaliknya semakin rendah skor pada skala maka semakin rendah regulasi emosi tersebut.

2. Perilaku *bullying*

Perilaku *bullying* sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok. Pihak yang kuat di sini tidak hanya kuat dalam fisik, tetapi bisa juga kuat secara mental. Dalam hal ini sang korban *bullying* tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya karna lemah secara fisik dan mental SEJIWA (2008).

Perilaku *bullying* dapat diungkap melalui skala perilaku *bullying* menggunakan aspek-aspek perilaku *bullying* diantaranya *bullying* fisik, *bullying* non fisik, *bullying* mental/psikologis.

Data diperoleh dari jumlah skor pada skala dengan asumsi semakin tinggi skor pada skala maka semakin tinggi perilaku *bullying* sebaliknya semakin rendah skor pada skala perilaku maka semakin rendah perilaku *bullying*.

C. Populasi, Sampel dan teknik pengambilan sampel

a. Populasi

Populasi adalah seluruh objek dari suatu penelitian. Populasi merupakan semua individu untuk siapa kenyataan yang diperoleh dari sampel penelitian itu

hendak digeneralisasikan (Hadi, 1996). Populasi dalam penelitian ini adalah murid-murid SMK Namira Tech Nusantara kelas XI dan XII berjumlah 195 orang.

b. Sampel

Sampel adalah seluruh responden yang mewakili seluruh populasi yang ada. Menyadari luasnya keseluruhan populasi dan keterbatasan yang dimiliki peneliti maka subjek penelitian yang dipilih adalah sebagian dari keseluruhan populasi yang dinamakan sampel. Sampel merupakan suatu prosedur pengambilan data di mana hanya sebagian populasi saja yang diambil dan dipergunakan untuk menentukan sifat serta ciri yang dikehendaki dari suatu populasi (Syofian, 2013).

Adapun ciri-ciri sampel yang digunakan adalah :

- a. Murid SMK Namira Tech Nusantara Medan
- b. Berusia 17-18 Tahun
- c. Kelas XI dan XII
- d. Pernah melakukan tindakan *bullying*

Populasi yaitu sebanyak 50 orang di ambil dari catatan guru BK.

D. Metode pengumpulan data

Pengumpulan data merupakan salah satu unsur yang penting dalam penelitian. Hal ini dilakukan untuk memperoleh bahan-bahan relevan dalam mendapatkan hasil pengukuran yang memuaskan dalam penelitian.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah: metode skala ukur. Skala ukur ini adalah suatu daftar yang berisi sejumlah pernyataan yang diberikan kepada subjek agar dapat mengungkapkan kondisi-kondisi yang ingin diketahui.

1. Skala Regulasi emosi

Regulasi emosi merupakan suatu tindakan yang membantu individu untuk mengolah emosinya, mengatur emosi dan perasaan atau mengendalikan emosi ketika seseorang di *bullying*. Bila individu dapat mengendalikan emosinya maka regulasi yang didapatkannya regulasi emosi positif tetapi jika seseorang tersebut tidak dapat mengendalikan atau meregulasi emosinya maka regulasi emosi yang didapatnya regulasi negatif. Aspek-aspek regulasi emosi *Strategies to emotion regulation (strategies)*, *Engaging in goal directed behavior (goals)*, *Control emotional responses (impulse)*, *Acceptance of emotional response (acceptance)*.

Skala ini disusun berdasarkan metode skala likert. Nilai skala setiap pernyataan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourable*) atau yang tidak mendukung (*unfavourable*). Skala penelitian ini berbentuk tipe pilihan dan tipe butir diberi empat pilihan jawaban. Pada skala regulasi emosi, untuk butir *favourable* jawaban “SS (sangat sesuai)” diberi nilai 4, jawaban “S (sesuai)” diberi nilai 3, jawaban ”TS (tidak sesuai)” diberi nilai 2, dan jawaban “STS (sangat tidak sesuai)” diberi nilai 1. Untuk butir *unfavourable* jawaban “STS (sangat tidak sesuai)” diberi nilai 4, jawaban ”TS (tidak sesuai)” diberi nilai 3, jawaban “S (sesuai)” diberi nilai 2, dan jawaban “ SS (sangat sesuai)” diberi nilai 1.

Adapun bentuk jawaban yang dipakai dalam penyusunan skala ini karena untuk menghindari kemungkinan jawaban ditengah-tengah. Dalam penelitian skala ini subjek diminta untuk memiliki salah satu keempat alternatif jawaban yang bersedia yang sesuai dengan keadaan dan perasaan subjek.

2. Skala Perilaku *Bullying*

Skala ini menggunakan skala likert. Perilaku *bullying* dapat diungkap melalui skala perilaku *bullying* menggunakan aspek-aspek perilaku *bullying* diantaranya *bullying* fisik, *bullying* non fisik, *bullying* mental/psikologis.

Skala ini disusun berdasarkan metode skala likert. Nilai skala setiap pernyataan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourable*) atau yang tidak mendukung (*unfavourable*). Skala penelitian ini berbentuk tipe pilihan dan tipe butir diberi empat pilihan jawaban. Pada skala regulasi emosi, untuk butir *favourable* jawaban “SS (sangat sesuai)” diberi nilai 4, jawaban “S (sesuai)” diberi nilai 3, jawaban ”TS (tidak sesuai)” diberi nilai 2, dan jawaban “STS (sangat tidak sesuai)” diberi nilai 1. Untuk butir *unfavourable* jawaban “STS (sangat tidak sesuai)” diberi nilai 4, jawaban ”TS (tidak sesuai)” diberi nilai 3, jawaban “S (sesuai)” diberi nilai 2, dan jawaban “ SS (sangat sesuai)” diberi nilai 1.

Adapun bentuk jawaban yang dipakai dalam penyusunan skala ini karena untuk menghindari kemungkinan jawaban ditengah-tengah. Dalam penelitian skala ini subjek diminta untuk memiliki salah satu keempat alternatif jawaban yang bersedia yang sesuai dengan keadaan dan perasaan subjek.

E. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur

Menurut Arikunto (2006) data dalam penelitian ini dapat mempunyai kedudukan yang paling tinggi, karena merupakan penggambaran variabel yang diteliti dan berfungsi sebagai alat pembuktian hipotesis. Oleh karena itu benar tidaknya data, tergantung dari baik tidaknya instrumen pengumpulan data. Instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reliabel

1) Uji Validitas Alat Ukur

Arikunto (2006), menyatakan bahwa suatu instrumen pengukur dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrument menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud. Untuk menganalisis data dalam penelitian ini, maka digunakan korelasi *Product Moment* yang dikemukakan oleh Pearson, sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel bebas X (Regulasi emosi) dengan variabel tergantung Y (Perilaku *bullying*)
 $\sum X$: Nilai hasil perkalian variabel bebas X (Regulasi emosi)

dengan variabel tergantung Y (perilaku *bullying*)

$\sum X$: Jumlah skor variabel X
 $\sum Y$: Jumlah skor variabel Y
 $\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor X
 $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor Y
N : Jumlah subjek.

Indeks validitas yang diperoleh dengan teknik korelasi *Product Moment* masih perlu dikorelasikan lagi untuk menghindari kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total. Hal ini menyebabkan koefisien korelasi menjadi lebih besar (Hadi, 1996).

2) Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto (2006) instrumen yang baik tidak bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataannya, maka beberapa kali pun diambil, tetap akan sama. Reliabilitas menunjukkan pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya dapat dipercaya sehingga dapat diandalkan.

Pada penelitian ini reliabilitas alat ukur menggunakan teknis alpha cronbach's.

F. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang dapat digunakan untuk persiapan hipotesis dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment*. Cara perhitungannya dibantu dengan menggunakan program SPSS for Windows Versi 2,0. Alasannya digunakan teknik korelasi product moment ini adalah dikarenakan penelitian ini memiliki tujuan

untuk melihat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying* SMK Namira Tech Nusantara Medan, adapun rumusnya sebagai berikut

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel bebas X (Regulasi emosi) dengan variabel tergantung Y (Perilaku *bullying*)
 $\sum XY$: Nilai hasil perkalian variabel bebas X (Regulasi emosi) dengan variabel tergantung Y (perilaku *bullying*)
 $\sum X$: Jumlah skor variabel X
 $\sum Y$: Jumlah skor variabel Y
 $\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor X
 $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor Y
N : Jumlah subjek.

Sebelum data dianalisis dengan teknik korelasi maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi ;

- 1) Uji Normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian setiap masing-masing variabel telah menyebar secara normal. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan bantuan SPSS for Windows Versi 2,0.
- 2) Uji Linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari regulasi emosi memiliki hubungan linear dengan perilaku *bullying* pada siswa-siswi SMK Namira Tech Nusantara. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan analisis varians (ANAVA) dengan bantuan SPSS for Windows Versi 2,0.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, D. 2010. Hubungan Persepsi Tentang Bullying dengan Itensi Melakukan Bullying Siswa SMA Negeri 82 Jakarta. *Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/4497/1/DINA%20AMALIA-FPS.PDF> (Di akses tanggal 12 Juli 2015)
- Arikunto. S, 2006. *Metodologi Penelitian*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- Catshade, 2007. "bullying" dalam dunia pendidikan <http://www.sejiwa.org/bullying>. 20 November 2015
- Della. K, 2016. Perbedaan Gaya Penyelesaian Konflik Pada Remaja Di Tinjau Dari Jenis Kelamin. Skripsi (Tidak di terbitkan) Fakultas Psikologi UMA.
- Dore, Sheila. 2000. *Bullying*. British: Telegraph Colour Library
- Hadi, S. 1996. Statistik Jilid III. Yogyakarta: Sigma Alpha. <https://mail.google.com/mail/u/0/#inbox/1506406e6d08337e?projector=1> (Di akses tanggal 11 oktober2015 pukul 13.20 WIB)
- Hurlock, E. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Kartika. Y. 2004. Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja. *Jurnal Psikologi* vol.2 no. 2: 164-166 <http://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Psi/article/download/24/24>(Di akses tanggal 11 Oktober 2015 pukul 12.45)
- Machfoedz, Ircham. 2009. *Metodologi Penelitan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Mufti, G. 2014. Perbedaan Regulasi Emosi Antara Olahragawan *Body Contact* Dan Olahragawan *Body contact*. *Naskah Publikasi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*: <http://eprints.ums.ac.id/31924/9/NASPUB.pdf> (Di akses tanggal 11 Oktober 2015 pukul 11.15)
- Musbikin. I, 2012. *Mengatasi Anak Mogok Sekolah + Malas Belajar* . Jakarta. Laksana.
- Prityana, Andri. 2010. *Let's end bullying, Memahami, Mencegah dan Mengatasi bullying*. Jakarta : Gramedia

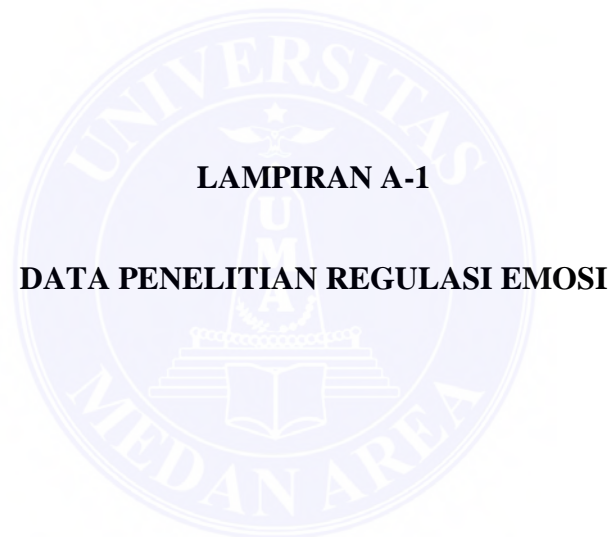
- Purwasi, Eni. 2009. Dampak Perilaku Bullying Terhadap Kondisi Psikologis Siswa-siswi Di SMA YPIS Maju Binjai. *Skripsi* (tidak diterbitkan) Fakultas Psikologi UMA.
- Rola. F. 2006. Konsep Diri Remaja Anak Panti Asuhan. Makalah Kedokteran USU: 11-17 <http://library.usu.ac.id/download/fk/06010308.pdf> (Di akses tanggal 10 Oktober 2015 pukul 10.15 WIB)
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif* : Prosedur Penelitian. Bandung: Alfabeta,CV.
- Umasugi, S. C. 2013. Hubungan antara Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying* pada Remaja. *Jurnal Fakultas Psikologi Ahmad Dahlan*.<http://www.jogiapress.com/index.php/EMPATHY/article/download/1565/903> (Di akses tanggal 10 Juli 2015)
- Usman, I. 2014. Perilaku Bullying Di Tinjau Dari Kelompok Teman Sebaya Dan Iklim Sekolah Pada Siswa SMA Gorontalo. *Skripsi* Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo: http://repository.ung.ac.id/get/simlit_res/1/245/Perilaku-Bullying-Ditinjau-Dari-Peran-Kelompok-Teman-Sebaya-dan-Iklim-Sekolah-Pada-Siswa-SMA-di-Kota-Gorontalo.pdf(Di akses tanggal 12 Oktober 2015 pukul 11.30)
- Basembumi, I. 2008, Gaya Pola Asuh Orang tua. www.google.com/pola_asuh.pdf. 10 November 2016
- Rudi, T. 2010, Informasi Perihal *Bullying*.<http://alkitab.sabda.org/8> (di akses 8 Desember 2010)
- Ubaydillah. 2008. <http://www.apa.org/bullying> (di akses 2 November)
- Sulhin, I. 2007. *Bullying* Antara Permainan dan Relasi Kuasa www.bullying.org (di akses 9 November 2016)
- Ramadhan, T. 2009. Pola Asuh Orang tua Dalam Mengarahkan Perilaku Anak. www.google.com/polaasuh.pdf (di akses pada 10 November 2016)

Rosmawar. 2011. Hubungan Antara Persepsi Pola Asuh Permisif Orang tua dengan Perilaku *Bullying* Remaja Di MTSs AL-Ulum Medan. Skripsi (tidak diterbitkan) Fakultas Psikologi UMA.

Sejiwa.2008. *Bullying* Mengatasi Kekerasan Di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak. Jakarta: PT Grasindo.





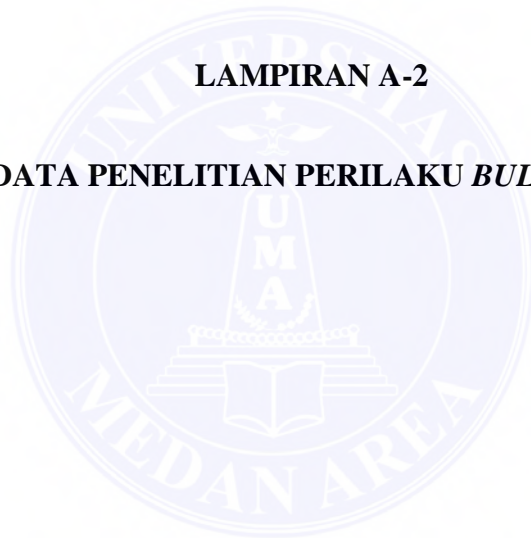






LAMPIRAN A-2

DATA PENELITIAN PERILAKU *BULLYING*







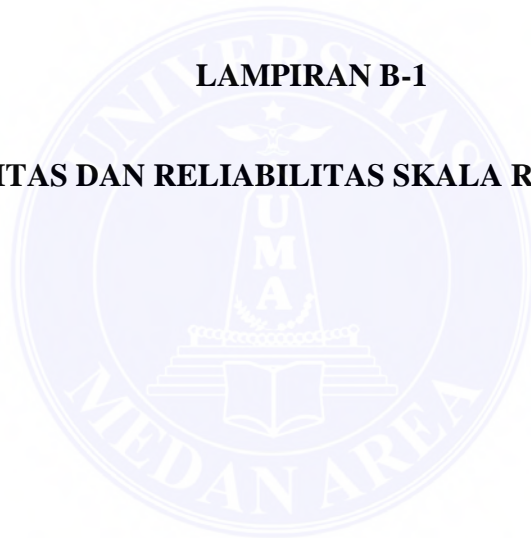
LAMPIRAN B.

UJI COBA SKALA



LAMPIRAN B-1

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA REGULASI EMOSI



Reliability

Scale: Regulasi Emosi

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.806	44

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
q1	2.54	.813	50
q2	2.30	.707	50
q3	2.40	.857	50
q4	2.40	.606	50
q5	2.02	.869	50
q6	1.92	1.007	50
q7	2.40	.808	50
q8	2.28	.730	50
q9	2.42	.758	50
q10	2.40	.728	50

q ¹ ₁	2.34	.593	50
q ¹ ₂	2.20	.990	50
q ¹ ₃	2.44	.861	50
q ¹ ₄	2.38	.567	50
q ¹ ₅	2.54	.762	50
q ¹ ₆	2.16	1.037	50
q ¹ ₇	2.14	.700	50
q ¹ ₈	2.10	.678	50
q ¹ ₉	2.42	.950	50
q ² ₀	2.32	.587	50
q ² ₁	2.28	.607	50
q ² ₂	2.38	.567	50
q ² ₃	2.24	.894	50
q ² ₄	2.42	.575	50
q ² ₅	2.26	.965	50
q ² ₆	2.22	.910	50

q2 7	2.24	.938	50
q2 8	2.44	.907	50
q2 9	2.34	.982	50
q3 0	2.44	.907	50
q3 1	2.38	.945	50
q3 2	2.20	.782	50

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
q33	2.30	.953	50
q34	2.54	.994	50
q35	2.50	.953	50
q36	2.32	.844	50
q37	2.22	.616	50
q38	2.38	.697	50
q39	1.94	.793	50
q40	2.24	.771	50
q41	2.36	.722	50
q42	2.22	.545	50
q43	2.46	.952	50
q44	2.18	.596	50

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
q1	99.08	126.442	.473	.796
q2	99.32	129.651	.348	.800
q3	99.22	123.930	.581	.792
q4	99.22	133.726	.118	.806
q5	99.60	126.735	.422	.797

q6	99.70	128.051	.293	.801
q7	99.22	128.012	.387	.798
q8	99.34	128.923	.380	.799
q9	99.20	133.469	.097	.807
q10	99.22	129.114	.369	.799
q11	99.28	130.777	.341	.801
q12	99.42	127.596	.321	.800
q13	99.18	127.089	.408	.798
q14	99.24	133.982	.110	.806
q15	99.08	131.096	.234	.803
q16	99.46	125.560	.392	.798
q17	99.48	126.296	.570	.794
q18	99.52	132.867	.155	.805
q19	99.20	131.102	.172	.806
q20	99.30	136.133	-.053	.810
q21	99.34	129.168	.450	.798
q22	99.24	131.941	.267	.803
q23	99.38	123.220	.591	.791
q24	99.20	134.367	.079	.807
q25	99.36	129.174	.257	.803
q26	99.40	125.510	.462	.795
q27	99.38	124.893	.476	.795
q28	99.18	127.661	.355	.799
q29	99.28	136.777	-.087	.815
q30	99.18	141.375	-.299	.821
q31	99.24	128.839	.280	.802

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
q32	99.42	127.310	.443	.797
q33	99.32	125.691	.428	.796
q34	99.08	139.422	-.198	.819
q35	99.12	134.638	.009	.812
q36	99.30	127.071	.419	.797
q37	99.40	132.694	.189	.804
q38	99.24	133.900	.085	.807
q39	99.68	131.855	.179	.805
q40	99.38	131.057	.232	.803
q41	99.26	130.237	.303	.801
q42	99.40	134.531	.073	.807
q43	99.16	124.749	.475	.795
q44	99.44	133.721	.122	.806

Scale Statistics

	Variance	Std. Deviation	N of Items
60.62	135.751	11.651	44





LAMPIRAN B-2.

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA PERILAKU *BULLYING*

ReliabilityScale: *Bullying***Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.660	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
q1	2.76	.894	50
q2	2.76	.771	50
q3	2.76	.822	50
q4	2.46	.885	50
q5	2.84	.842	50
q6	2.82	.873	50
q7	2.72	.904	50
q8	2.26	.965	50
q9	2.56	.907	50
q10	1.90	.931	50
q11	2.66	.895	50
q12	2.64	.964	50
q13	2.66	.848	50
q14	2.50	.814	50
q15	3.02	.892	50
q16	2.64	.898	50
q17	2.56	.993	50
q18	2.42	1.012	50
q19	2.80	.948	50
q20	2.36	.942	50
q21	2.58	1.052	50
q22	2.56	.760	50
q23	2.24	.938	50
q24	2.58	.971	50
q25	2.48	1.092	50
q26	2.52	1.035	50
q27	2.32	.913	50
q28	2.66	.872	50

q29	2.20	.926	50
q30	2.38	.967	50
q31	2.44	.972	50
q32	2.48	.909	50

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
q33	2.54	.973	50
q34	2.16	.912	50
q35	2.44	1.033	50
q36	2.22	.910	50
q37	2.22	.996	50
q38	2.36	.898	50
q39	2.28	.970	50
q40	2.24	.916	50

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
q1	97.24	89.043	.409	.638
q2	97.24	89.329	.467	.637
q3	97.24	88.921	.460	.636
q4	97.54	91.968	.235	.651
q5	97.16	93.607	.149	.656
q6	97.18	91.538	.265	.649
q7	97.28	91.961	.228	.651
q8	97.74	106.156	-.521	.702
q9	97.44	93.313	.148	.656
q10	98.10	98.214	-.127	.675
q11	97.34	90.025	.348	.643

q12	97.36	89.092	.369	.640
q13	97.34	88.556	.468	.635
q14	97.50	93.153	.186	.654
q15	96.98	92.347	.210	.652
q16	97.36	85.949	.599	.625
q17	97.44	87.272	.457	.633
q18	97.58	89.147	.343	.641
q19	97.20	93.143	.147	.657
q20	97.64	98.807	-.158	.678
q21	97.42	87.555	.410	.635
q22	97.44	98.129	-.131	.672
q23	97.76	88.227	.433	.636
q24	97.42	91.922	.208	.652
q25	97.52	100.826	-.241	.688
q26	97.48	90.500	.262	.648
q27	97.68	86.998	.523	.630
q28	97.34	91.658	.259	.649
q29	97.80	100.367	-.242	.683
q30	97.62	100.159	-.225	.683
q31	97.56	87.517	.455	.633

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
q32	97.52	90.949	.286	.647
q33	97.46	92.213	.191	.653

q34	97.84	97.362	-.081	.672
q35	97.56	97.435	-.087	.675
q36	97.78	88.951	.405	.638
q37	97.78	91.522	.222	.651
q38	97.64	92.031	.226	.651
q39	97.72	98.247	-.128	.676
q40	97.76	96.268	-.021	.668

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
100.00	96.735	9.835	40





LAMPIRAN C.

UJI ASUMSI



LAMPIRAN C-1

UJI NORMALITAS SEBARAN

NPar Tests**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
BULLYING	113.52	9.835	50
REGULASI_EMOSI	60.62	11.651	50

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		BULLYING	REGULASI_EMOSI
N		50	50
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	113.52	101.62
	Std. Deviation	9.835	11.651
	Absolute	.089	.109
Most Extreme Differences	Positive	.089	.109
	Negative	-.071	-.098
Kolmogorov-Smirnov Z		.630	.770
Asymp. Sig. (2-tailed)		.822	.593

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Explore**Case Processing Summary**

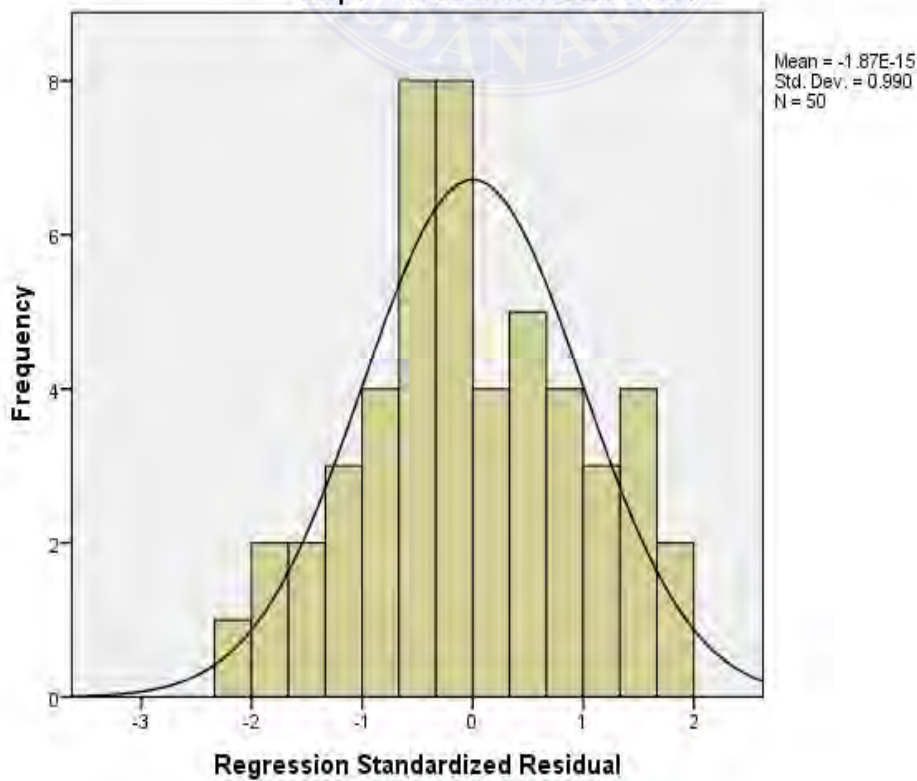
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
BULLYING	50	100.0%	0	0.0%	50	100.0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
BULLYIN G	Mean	113.52	1.391	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	97.20	
		Upper Bound	102.80	
	5% Trimmed Mean	99.78		
	Median	99.00		
	Variance	96.735		
	Std. Deviation	9.835		
	Minimum	84		
	Maximum	120		
	Range	36		
	Interquartile Range	15		
	Skewness	.381	.337	
	Kurtosis	-.816	.662	

Histogram

Dependent Variable: BULLYING







Means**Case Processing Summary**

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
BULLYING * REGULASI_EMOSI	50	100.0%	0	0.0%	50	100.0%

Report

BULLYING

REGULASI_EMOSI	Mean	N	Std. Deviation
73	97.00	1	.
80	106.00	1	.
87	106.33	3	3.512
88	116.00	1	.
89	109.50	2	7.778
90	113.00	1	.
91	119.00	1	.
92	113.00	3	10.440
93	94.00	1	.
94	97.00	1	.
95	88.00	1	.
96	108.00	1	.
97	103.00	4	11.225
98	105.50	2	9.192
99	95.33	3	10.017
101	90.00	1	.
102	93.00	1	.
106	101.00	1	.
107	99.00	2	1.414
108	102.50	4	9.256
109	88.00	1	.
110	92.33	3	9.713
111	91.00	1	.
113	92.00	1	.
115	88.50	2	.707
117	93.00	1	.
118	89.00	1	.
119	100.00	1	.
120	95.50	2	4.950
121	97.00	1	.
122	89.00	1	.
Total	100.00	50	9.835

ANOVA Table

			Sum of Squares	df
BULLYING * REGULASI_EMOSI	Between Groups	(Combined)	3301.000	30
		Linearity	1260.838	1
		Deviation from Linearity	2040.162	29
	Within Groups	1439.000	19	
	Total	4740.000	49	

ANOVA Table

			Mean Square	F
BULLYING * REGULASI_EMOSI	Between Groups	(Combined)	110.033	1.453
		Linearity	1260.838	16.648
		Deviation from Linearity	70.350	.929
	Within Groups	75.737		
	Total			

ANOVA Table

			Sig.
BULLYING * REGULASI_EMOSI	Between Groups	(Combined)	.199
		Linearity	.001
		Deviation from Linearity	.581
	Within Groups		
	Total		

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
BULLYING * REGULASI_EMOSI	-.516	.266	.835	.696



LAMPIRAN D

ANALISIS UJI KORELASI *PRODUCT MOMENT*

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
BULLYING	113.52	9.835	50
REGULASI_EM OSI	60.62	11.651	50

Correlations

		BULLYI NG	REGULASI_ EMOSI
Pearson Correlation	BULLYING	1.000	-.516
	REGULASI_EM OSI	-.516	1.000
Sig. (1-tailed)	BULLYING	.	.000
	REGULASI_EM OSI	.000	.
N	BULLYING	50	50
	REGULASI_EM OSI	50	50



LAMPIRAN E. SKALA



LAMPIRAN E-1

SKALA REGULASI EMOSI

I. Data Identitas Diri

Isilah data – data berikut dengan sebenarnya pada tempat yang tersedia

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Kelas :

II. Petunjuk Pengisian Angket

Di bawah ini ada pernyataan yang menggambarkan keadaan anda. Baca dan pahami setiap pernyataan, kemudian nyatakanlah tanggapan anda terhadap pernyataan tersebut dengan cara memilih dan kemudian berilah tanda (√) pada salah satu pilihan yang anda anggap sesuai dengan diri anda pada jawaban yang tersedia.

Pilihan:

SS : Jika Pernyataan sangat sesuai dengan perasaan, pikiran, dan keadaan anda

S : Jika Pernyataan sesuai dengan perasaan, pikiran, dan keadaan anda

TS : Jika pernyataan tidak sesuai dengan perasaan, pikiran, dan keadaan anda

STS : Jika pernyataan sangat tidak sesuai dengan perasaan, pikiran, dan keadaan anda

Apabila anda keliru dan sudah terlanjur memberi tanda (√) maka lingkari pilihan yang keliru tersebut, kemudian berilah tanda (√) yang baru pada kolom jawaban yang anda pilih.

Selamat mengerjakan dan terima kasih atas partisipasinya

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya suka memamerkan benda yang saya punya		√		

Selamat bekerja ☺

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Ketika berbuat salah saya mengintropeksi diri dan mencoba berubah				
2.	Setiap mengalami masalah dengan teman, saya dapat mengatasinya dengan mudah.				
3.	ketika saya dimarahi orang tua, saya bisa mencoba menjelaskannya				
4.	saya mampu menyembunyikan perasaan sedih saya yang sebenarnya.				
5.	saat merasa jengkel dengan orang terdekat saya bisa menenangkan diri				
6.	jika saya mengecewakan orang lain saya menyalahkan diri saya selama sehari-hari				
7.	saya memusuhi teman saya ketika ada masalah dengannya				
8.	saya merasa stress dan terpuruk saat mendapatkan masalah dengan orangtua				
9.	saya merasa orang paling tidak beruntung ketika saya sedih				
10.	waktu saya sangat emosi saya akan membanting benda yang ada di dekat saya				
11.	saat merasa kecewa saya memilih diam				
12.	saat saya disuruh maju didepan kelas, saya bisa menahan gugup saya				
13.	saat merasa sedih, saya tetap menjalankan tugas sehari-hari.				
14.	saat harapan saya tidak sesuai dengan kenyataan saya bisa menerimanya dengan ikhlas				

15.	Saat selisih pendapat dengan teman, saya bisa menerima pendapat yang dia berikan				
16.	saat merasa kecewa saya tidak bisa tidur dengan nyenyak				
17.	saya menjadi gugup dan salah tingkah saat maju didepan kelas				
18.	saya berlarut-larut dalam kesedihan saya dan malas mengejar tugas sehari-hari				
19.	saya akan dendam dan memaki siapa saja yang menghancurkan harapan saya				
20.	bila saya kesal dengan teman saya mengeluarkan kata-kata kotor				
21.	saya bisa menahan diri jika diejek teman				
22.	saat keinginan saya dilarang orangtua, saya bisa menerimanya				
23.	bila tersinggung dengan perkataan teman, saya bisa memakluminya				
24.	saat teman mengkhianati, saya mencoba tetap tenang didepan umum				
25.	Saya dapat menahan emosi saya jika ada yang menyinggung perasaan saya				
26.	Saya belum bisa tenang jika belum membalas ejekan teman				
27.	Saya akan ngambek jika keinginan saya tidak dituruti				
28.	Saya tidak bisa memaafkan yang telah menyinggung perasaan saya				
29.	Saya akan marah ketika teman mengkhianati saya				
30.	Saya akan memaki orang yang menyinggung				

	perasaan saya				
31.	saya dapat tenang menghadapi orang yang membuat saya marah				
32.	Saat saya mempunyai masalah dengan orang terdekat saya menyelesaikannya dengan berbicara baik-baik				
33.	Saya menahan rasa benci saya saat bertemu dengan orang yang saya benci				
34.	Saya bisa menerima jika orangtua lebih membela saudara saya				
35.	Saya tetap merasa tenang meskipun dalam keadaan tertekan				
36.	Saya akan memukul orang yang membuat saya marah				
37.	saya ingin mengajak berkelahi jika ada yang ingin mencari masalah dengan saya				
38.	Saya memperlihatkan rasa benci saya kepada orang yang tidak saya senangi				
39.	Saya akan berdiam diri sehari-hari jika tidak dibela dikeluarga				
40.	Saya sulit mengontrol emosi dalam keadaan tertekan				
41.	Saya tetap mengalah dengansaudara atau teman meskipun dia yang salah				
42.	Saya tetap menunjukkan senyum walaupun saya sedang banyak masalah				
43.	Saya akan memusuhi teman/saudara jika dia berbuat salah				
44.	Saya memperlihatkan rasa sedih saya secara jelas saat saya mempunyai banyak masalah				



LAMPIRAN E-2

SKALA PERILAKU *BULLYING*

I. Data Identitas Diri

Isilah data – data berikut dengan sebenarnya pada tempat yang tersedia

Nama :

Jenis kelamin :

Kelas :

Umur :

II. Petunjuk Pengisian Angket

Di bawah ini ada pernyataan yang menggambarkan keadaan anda. Baca dan pahami setiap pernyataan, kemudian nyatakanlah tanggapan anda terhadap pernyataan tersebut dengan cara memilih dan kemudian berilah tanda (√) pada salah satu pilihan yang anda anggap sesuai dengan diri anda pada jawaban yang tersedia.

Pilihan:

SS : Jika Pernyataan sangat sesuai dengan perasaan, pikiran, dan keadaan anda

S : Jika Pernyataan sesuai dengan perasaan, pikiran, dan keadaan anda

TS : Jika pernyataan tidak sesuai dengan perasaan, pikiran, dan keadaan anda

STS : Jika pernyataan sangat tidak sesuai dengan perasaan, pikiran, dan keadaan anda

Apabila anda keliru dan sudah terlanjur memberi tanda (√) maka lingkari pilihan yang keliru tersebut, kemudian berilah tanda (√) yang baru pada kolom jawaban yang anda pilih.

Selamat mengerjakan dan terima kasih atas partisipasinya.

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya suka memamerkan benda yang saya punya		√		

Selamat bekerja 😊

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Ketika di dalam kelas saya melempari teman-teman dengan barang				
2.	Saya menyakiti teman-teman dengan barang seperti "pulpen, penggaris, penghapus papan tulis atau benda-benda lainnya				
3.	Saya menyuruh adik kelas <i>push-up</i> pada saat MOS berlangsung				
4.	Saya menginjak kaki teman saya dengan sengaja dan berulang-ulang				
5.	Saya menendang kaki teman sekelas ketika praktik olahraga				
6.	Ketika di dalam kelas saya mengumpulkan kertas-kertas dan mengajak teman-teman lain				
7.	Saya menyayangi teman-teman dengan tidak mengganggunya				
8.	Saya memberi nasihat baik kepada adik kelas ketika melakukan kesalahan pada saat MOS				
9.	Saya merangkul teman-teman saya untuk berbuat baik				
10.	Saya berperilaku baik ketika praktik olahraga				
11.	Saya menarik baju/pakaian teman saya dengan tidak wajar/senonoh				
12.	Saya menjegal kaki teman saya ketika ia sedang berjalan				

13.	Saya memukul teman-teman saya dengan sengaja				
14.	Saya mengatakan hal-hal buruk tentang tubuh teman saya seperti "kibo, hidung pesek, boning, hidung besar, kuping caplang"				
15.	Saya memanggil teman-teman saya dengan nama orang tua mereka				
16.	Saya membantu teman saya merapikan pakaian yang tidak rapi ketika di pakai teman				
17.	Ketika teman saya terjatuh saat berjalan saya membatunnya				
18.	Saya menyayangi teman-teman saya				
19.	Saya menyarankan kepada teman saya untuk tidak menjuluki teman				
20.	Saya selalu memanggil nama teman sekelas saya dengan panggilan nama mereka				
21.	Saya menceritakan/menggosipkan teman-teman yang tidak sesuai dengan kenyataan				
22.	Saya memfitnah teman-teman mengambil barang teman sebangkunya				
23.	Saya mengejek teman-teman yang mendapatkan nilai ujian yang jelek				
24.	Saya menyorakin teman-teman yang kalah dalam pertandingan olahraga futsal				
25.	Saya meneror teman-teman dengan mengirimkan berita-berita dan menyakitkan melalui email				
26.	Saya menceritakan kebaikan teman-teman saya sesuai kenyataannya				
27.	Saya berkata apa adanya kepada teman saya tentang apa yang terjadi				

28.	Saya memotivasi teman-teman yang mendapat nilai ujian yang jelek				
29.	Saya memberi semangat kepada teman yang kalah dalam pertandingan olahraga futsal				
30.	Saya mengirimkan berita yang baik, benar, dan tidak menyinggung perasaan teman-teman saya melalui email				
31.	Saya mengirim sms ke teman yang isinya menancam				
32.	Saya mengajak teman-teman untuk menjauhi teman yang tidak member tahu kunci jawaban soal				
33.	Saya mengajak teman-teman lain untuk menjauhi teman yang badannya bau				
34.	Saya melototi teman yang tidak mau mengerjakan PR saya				
35.	saya mempermalukan teman saya di depan umum				
36.	Saya mengirim pesan/ sms kepada teman yang isinya bagus dan menyenangkan teman				
37.	Saya mengajak teman-teman lain untuk bergabung dan belajar untuk mengetahui jawaban soal				
38.	Saya selalu mengajak teman yang badanya bau untuk ikut bergabung dengan teman lain				
39.	Saya selalu mengerjakan sendiri PR yang di berikan guru				
40.	Saya membanggakan dan memuji teman saya di depan umum sehingga mereka bahagia				





