

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Bullying pada Siswa SMA/SMK di Kota Makassar

The Effect of Emotional Regulation on Bullying Behavior in High School/Vocational Students in Makassar

Meliyana*, Arie Gunawan H. Zubair, Andi Muhammad Aditya

Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

Email: evameliyana01@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *bullying* pada siswa SMA/ sederajat di Kota Makassar. Penelitian ini melibatkan 400 siswa di Kota Makassar. Pengumpulan data menggunakan dua skala yakni OBVQ yang mengacu pada aspek-aspek perilaku *bullying* oleh Goncalves pada tahun (2016) dan ERQ yang mengacu pada aspek-aspek regulasi emosi oleh Friniar (2022). Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Berdasarkan uji reliabilitas, skala OBVQ memperoleh hasil sebesar 0,688 dan skala ERQ memperoleh hasil sebesar 0,827 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua skala dinyatakan reliabel. Hasil analisis memberikan kesimpulan bahwa regulasi emosi mempengaruhi perilaku *bullying* pada siswa SMA/ Sederajat di Kota Makassar dengan nilai signifikan $0,001 < 0,05$ serta nilai kontribusi sebesar 0,028.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, *Bullying*, Siswa.

Abstract

This research aims to determine whether there is an influence of emotional regulation on bullying behavior in high school/ equivalent students in Makassar. This research involved 400 students in Makassar. Data collection used two scales, namely the OBVQ which refers to aspects of bullying behavior by Goncalves in (2016) and the ERQ which refers to aspects of emotional regulation by Friniar (2022). Data analysis was carried out using simple regression analysis techniques. Based on the reliability test, the OBVQ scale obtained a result of 0.688 and the ERQ scale obtained a result of 0.827, so it can be concluded that both scales are declared reliable. The results of the analysis provide the conclusion that emotional regulation influences bullying behavior in high school/ equivalent students in Makassar with a significant value of $0.001 < 0.05$ and a contribution value of 0.028.

Keyword: *Emotion Regulation, Bullying, Students.*

PENDAHULUAN

Santrock (2007) menjelaskan mengatakan bahwa masa remaja menunjukkan fase perkembangan dari anak-anak ke dewasa yang meliputi perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosi. Aspek biologis yang mengalami perubahan diantaranya perubahan fisik, perubahan hormon, dan pematangan alat reproduksi. Perubahan kognitif, seperti peningkatan pemikiran ideal dan logis. Kemudian perubahan sosio-emosional dimulai dari kemandirian, ingin menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman, dan konflik dengan orang tua dimulai. Daniel Offer (1988) mempelajari ciri remaja di beberapa negara, ia menemukan bahwa minimal 73% para remaja menunjukkan citra diri sehat. Hal ini menunjukkan bahwa remaja pada umumnya menikmati hidup, dapat mengendalikan diri, menghargai pekerjaan dan sekolah, memiliki perasaan positif terhadap keluarga, dan mampu mengatasi tekanan hidup (Santrock, 2012). Pada penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja seharusnya sudah mampu mengendalikan diri dan emosi, menghargai kerja dan sekolah serta mampu mengatasi tekanan hidup.

Namun, kenyataannya banyak remaja yang belum mampu dalam mengendalikan emosinya dengan baik dan cenderung menunjukkan perilaku negatif atau perilaku melanggar aturan-aturan yang ada di

masyarakat. Kasus yang paling sering terjadi di kalangan remaja adalah *bullying*. *Bullying* adalah kepribadian yang agresif dan sengaja ditampilkan pada seseorang atau sekelompok siswa dan dilakukan berulang kali untuk mengganggu siswa lain yang dianggap lebih lemah, biasanya tanpa provokasi (Panggabean et al, 2015). Persitiwa tersebut tidak sesuai dengan UU Perlindungan Anak sebagai landasan melawan *bullying* menyebutkan bahwa UU Perlindungan Anak No. 23 Pasal 54, Tahun 2002 menyatakan “Anak-anak di dalam dan di sekitar lingkungan sekolah harus dilindungi dari kekerasan yang dilakukan oleh guru, penyelenggara sekolah yang bertanggung jawab atau lembaga pendidikan lainnya”. Dari sini dapat disimpulkan bahwa siswa memiliki hak atas lingkungan pendidikan yang aman dan tanpa rasa takut (Sulisrudatin, 2015).

Berdasarkan data awal yang didapatkan peneliti dengan menggunakan metode wawancara yang telah dilakukan pada 10 responden remaja dengan kriteria bersekolah di kota Makassar menunjukkan bahwa 8 dari 10 responden pernah melakukan perilaku *bully* disekolahnya. Berdasarkan hasil wawancara contoh dari kepribadian agresif yang dilakukan oleh remaja tersebut seperti melempar korban menggunakan kertas, memanggil dengan julukan yang terkesan menghina dan melabrak korban. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Edwards (2006) Perilaku *bullying* sering terjadi di SMA karena remaja memiliki tingkat egosentrisme yang tinggi selama di SMA. Indonesia sebagai salah satu negara dengan pelajar paling banyak mengalami *bullying* dan menempati urutan ke lima dari 78 negara (PISA, 2018). Perilaku *bullying* yang terjadi di Indonesia pada tahun 2019 mengalami kenaikan, perkataan tersebut sesuai dengan penyampaian yang disampaikan oleh Komisioner KPAI Bidang Pendidikan Retno Lystiarti (KPAI.com) bahwa kasus pelanggaran yang terjadi pada periode Januari hingga April 2019 terjadi didominasi oleh *bullying*. Kasus *bullying* yang terjadi pada tahun 2019 berupa tekanan pada fisik, tekanan pada psikis dan juga tekanan seksual.

Fenomena *bullying* di sekolah menjadi perhatian utama para pendidik, orang tua, media dan peneliti yang peduli dengan keselamatan siswa di sekolah (Moon, 2008). Hal ini dikarenakan *bullying* merupakan perilaku agresif yang berkaitan dengan perilaku kriminal dan telah menjadi masalah umum di dunia pendidikan (Simbolon, 2012). Data dari studi Program for International Students Assessment (PISA) 2018 menunjukkan bahwa 41,1% siswa yang dilaporkan mengalami perundungan di Indonesia. Kemudian terdapat 22,7% siswa yang menjadi korban *bullying* pada negara anggota OECD hal tersebut menunjukkan jumlah fenomena *bully* di Indonesia secara signifikan diatas rata-rata negara tersebut. Perilaku *bullying* sangat erat kaitannya dengan emosi, hal tersebut di dukung oleh penelitian Rahmadhony (2020) mengatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat perilaku *bullying* sebelum dan sesudah diberikan pelatihan regulasi emosi. Dari penelitian ini dapat dikatakan bahwa seorang anak yang mudah cemas dan cemburu, kesulitan dalam belajar, tidak banyak bicara dan kesulitan menjalin hubungan dengan teman-temannya dapat mendorong anak melakukan tindakan *bullying* di sekolah. Penindasan dapat berbahaya bagi semua orang jika tidak dapat mengontrol cara menyalurkan emosi atau tidak dapat mengendalikan regulasi emosi.

Gross (2003) menyatakan bahwa regulasi emosi didefinisikan sebagai proses di mana individu berusaha memengaruhi emosi yang dirasakan, ketika mereka perlu merasakannya, dan cara seseorang mengekspresikannya. Mawardah & Adiyaanti (2014) menemukan bahwa kemampuan individu mengendalikan emosi dapat membantu individu menghindari perilaku negatif seperti *bullying*, terutama ketika menghadapi persoalan yang berasal dari dalam diri sendiri atau di lingkungan masyarakat. Adapun tujuan penelitian ini survey untuk menguji teori regulasi emosi. Teori regulasi emosi akan dikaitkan dengan teori *bullying* untuk melihat akibat dari regulasi emosi pada kepribadian *bullying*. Regulasi emosi adalah cara seseorang mengendalikan emosi negatif bisa menjadi orang yang mengendalikannya dengan lebih baik. *Bullying* merupakan kepribadian agresif di mana individu dengan sengaja dan berulang kali membuat orang tidak nyaman dan/atau terluka. Adapun lokasi penelitian yang hendak dilaksanakan yaitu di Kota Makassar dengan populasi penelitian seluruh siswa SMA/Sederajat di Kota Makassar. Adapun judul yang akan diangkat oleh peneliti adalah “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kecenderungan Perilaku *Bullying* Pada Remaja”.

Bullying

Olweus (2008) mengungkapkan karakteristik *bullying* yaitu adanya perilaku negatif yang dilakukan secara berulang kali (baik secara fisik, verbal maupun psikologis) dilakukan dengan sengaja kepada korban dan akan menyakiti korban dalam waktu yang lama. *Bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan dengan sengaja dan yang melibatkan ketidak seimbangan kekuasaan atau

kekuatan (Olweus, 2001, Carter, 2006). Perilaku *bullying* dapat berupa memukul, menendang, mengancam, menggoda, memanggil nama yang jelek, atau mengirim catatan atau e-mail, dilakukan bukan hanya sekali tetapi berulang kali, dari waktu ke waktu dan terjadi setidaknya sekali seminggu selama satu bulan atau lebih. Salah satu hal penting dalam definisi *bullying* adalah adanya ketidakseimbangan kekuasaan antara korban dan pelaku.

Olweus dan Sohlberg (2003) membagi aspek-aspek *bullying* sebagai ialah: *verbal*, yaitu tindakan yang bertujuan untuk menyakiti seseorang dengan cara menertawakan dengan menjadikannya bahan lelucon, menyapa dengan nama julukan sehingga membuat orang tersebut tidak nyaman, sakit hati dan marah. *Physical*, yaitu tindakan melukai seseorang dengan cara kontak fisik langsung, penindasan fisik merupakan jenis *bully* yang paling tampak dan paling mudah diidentifikasi dibandingkan dengan bentuk *bully* lainnya (Coloroso, 2007). *Indirect*/tidak langsung merupakan jenis *bullying* yang paling berbahaya karena tidak tertangkap mata atau telinga jika tidak cukup teliti mendeteksinya. Perilaku *bully* ini terjadi di luar radar pemantauan. Adapun contoh jenis *bullying* ini antara lain memandang sinis, memandang penuh ancaman, mendiamkan/mengabaikan, mengucilkan, memandang yang merendahkan, memelototi, memanipulasi persahabatan hingga retak, dan mencibir (Sejiwa, 2008).

Regulasi Emosi

Gross (2014) mengatakan regulasi emosi merupakan suatu proses pembentukan emosi yang dimiliki individu, kapan individu memilikinya dan bagaimana individu mengalami serta mengekspresikan emosi tersebut. Regulasi emosi mengarah pada bagaimana emosi tersebut diatur, bukan bagaimana emosi mengatur suatu hal yang lain. Menurut Gross (2014) terdapat dua strategi dalam regulasi emosi yaitu *cognitive reappraisal* atau penilaian kembali adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh individu sebelum meluapkan atau mengekspresikan emosi dengan cara berpikir kembali. Pada strategi ini menunjukkan bahwa regulasi emosi berorientasi pada kognitif, dimana individu mengubah pola pikir terhadap suatu situasi untuk memunculkan respon. *expressive suppression* atau penekanan ekspresi diartikan sebagai respon yang ditunjukkan oleh individu dalam mengelola emosi dengan cara menekan ekspresi yang berlebihan dalam keadaan emosional. Strategi ini dapat menghambat munculnya emosi melalui ekspresi yang dimunculkan individu karena *expressive suppression* ini relatif lambat kemunculannya dalam proses membangkitkan emosi.

METODE PENELITIAN

Responden

Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 400 responden (N=400) yang merupakan siswa-siswi SMA/Sederajat di Kota Makassar yang berumur 15-18 tahun. Partisipan dikumpulkan melalui penyebaran skala *online* dan *offline*.

Instrumen penelitian

OBVQ (*The Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire*) merupakan *self report instrument* yang terdiri dari 23 item tentang *bully* (skala *bullying*) Kuesioner ini menunjukkan intensitas responden menjadi korban atau pelaku *bullying*. Instrumen pengambilan data yang digunakan ialah *Olweus Bully/Victim Questionnaire* (OBVQ) yang sudah dikonstruksi oleh Goncalves pada tahun (2016) yang memiliki nilai reliabilitas sebesar 0.87. Skala *Emotion Regulation Questionnaire* yang diadaptasi oleh Friniar (2022) dimana nama alat ukur tersebut adalah ERQ (*Emotional Regulation Questionnaire*) dari Gross & John (2003). ERQ terdapat 10 item dan dibagi menjadi dua aspek: *cognitive reappraisal* (item 1,3,5,7,8, dan item 10) kemudian *expressive suppression* (item 2,4,6,9).

Teknik Analisis Data

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu regulasi emosi sebagai variabel terikat dan *bullying* sebagai variabel bebas. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Pada penelitian ini terdapat 400 responden dengan empat jenis demografi yaitu jenis kelamin, usia kelas, asal sekolah. Hasil analisis demografi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Deskriptif berdasarkan demografi

	Demografi	Frekuensi	Persen
Jenis Kelamin	Perempuan	198	49.5
	Laki-laki	202	50.5
Usia	15 Tahun	153	38.2
	16 Tahun	164	41
	17 Tahun	54	13.5
	18 Tahun	29	7.2
Kelas	Kelas 10	300	75
	Kelas 11	72	18
	Kelas 12	28	7
Asal Sekolah	SMA Wahdah Isamiyah	26	6.5
	SMAN 21 Makassar	31	7.8
	SMAN 5 Makassar	113	28.2
	SMK Kartika Makassar	36	9
	SMAN 1 Makassar	19	4.8
	SMAN 2 Makassar	54	13.5
	SMKN 5 Makassar	84	21
	SMK 4 Makassar	34	8.5
	Lainnya	3	0.8

Berikut adalah norma kategori skor pada alat ukur variabel regulasi emosi berdasarkan sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor Variabel Regulasi Emosi Berdasarkan Kategori

Kategorisasi	Frekuensi	Persen
Sangat Tinggi	22	6
Tinggi	95	24
Sedang	168	42
Rendah	101	25
Sangat Rendah	14	4

Berikut adalah norma kategori skor pada alat ukur variabel *bullying* berdasarkan sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Skor Variabel *bullying* Berdasarkan Kategori

Kategorisasi	Frekuensi	Persen
Sangat Tinggi	35	9
Tinggi	81	20
Sedang	146	37
Rendah	138	35
Sangat Rendah	0	0

Penelitian ini menemukan bahwa variabel regulasi emosi mempengaruhi *bully* pada siswa SMA/Sederajat di Kota Makassar. Hasil analisis data dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4. Pengaruh regulasi emosi terhadap *bullying*

Variabel	R Square	F	Sig.
regulasi emosi terhadap <i>bullying</i>	0.020	12.012	0,001

Penelitian yang dilakukan peneliti dapat dikatakan terdapat pengaruh pada variabel regulasi emosi terhadap *bullying* sebesar 2,8%. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai R square sebesar 0.028, Dengan kata lain, masih terdapat faktor lainnya yang mempengaruhi perilaku *bully* pada siswa SMA/ sederajat di Kota Makassar selain regulasi emosi yang tidak diikutsertakan dalam variabel penelitian ini. Selain itu, di peroleh nilai F sebesar 12.012 dengan nilai signifikansi F yakni 0.001, berdasarkan taraf

signifikansi 5% maka nilai tersebut lebih kecil dari 0.05 ($p=0.001$; $p<0.05$). Dapat dikatakan bahwa H_0 yang menyatakan bahwa Tidak ada pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *bullying* pada siswa SMA/Sederajat di Kota Makassar di tolak. Lalu H_1 yang menyatakan bahwa Terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *bully* pada siswa SMA/ sederajat di Kota Makassar, diterima.

Tabel 4. Koefisien Variabel regulasi emosi terhadap bullying

Variabel	Constant*	B**	t	Sig. t**
regulasi emosi terhadap <i>bullying</i>	-.278	-.166	-3.365	0.000

Berdasarkan tabel diatas, nilai koefisien regresi sebesar -166. Dari hasil analisis koefisien di temukan bahwa variabel independen berpengaruh secara negatif terhadap variabel dependen. Sehingga dapat dikatakan apabila semakin tinggi perilaku *Bullying* maka semakin rendah regulasi emosi seseorang.

Pembahasan

Hasil deskriptif diatas dapat dikatakan bahwa regulasi emosi tergolong pada kategori sedang. Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh Saputra (2017) menjelaskan kemampuan regulasi emosi siswa pada kelompok sedang hal ini perlu ditingkatkan lagi karena dengan kapasitas regulasi emosi yang lebih tinggi, siswa dapat menangani emosi jauh lebih baik dan mengurangi perasaan negatif termasuk perilaku *bullying*. Berdasarkan hasil deskriptif yang menyatakan bahwa tingkat kategori skor regulasi emosi sedang juga di dukung oleh penelitian Hasmarlin (2019) yang menjelaskan bahwa kemampuan meregulasi emosi seorang remaja cukup baik yaitu kemampuan menerima emosi sehingga menunjukkan emosi dengan tepat.

Penelitian yang dilakukan peneliti terdapat 101 partisipan berada ditingkat skor yang rendah, hal ini menunjukkan bahwa responden memiliki gambarann yang kurang baik terhadap kemampuan meregulasi emosi. Persaingan antar saudara atau sibling rivalry dapat dikatakan salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi. Hubungan saudara adalah sarana belajar berinteraksi dan membentuk hubungan dengan orang lain untuk anak. Hubungan antar saudara yang penuh konflik atau sibling rivalry berdampak negatif terhadap perkembangan kepribadian dan perilaku anak. Saudara berperan sebagai panutan bagi anak dalam belajar berinteraksi, mengembangkan regulasi emosi dan keterampilan sosial. Hal tersebut di sampaikan pada penelitian yang dilakukan oleh Kurnia (2016).

Sejalan dengan hasil analisis yang telah dilakuakn pada ketiga komponen perilaku *bullying* di dapatkan bahwa terdapat 153 siswa dengan perilaku *bullying* verbal, hal ini menunjukkan bahwa *bullying* verbal pada siswa SMA/ sederajat di Kota Makassar berada pada tingkat rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Kurnia (2018) faktor penyebab perilaku *bully* verbal yang paling menonjol yaitu karena faktor keluarga, karena didikan yang keras, dan keluarga yang tidak harmonis disusul faktor ekonom, karena selalu kekurangan uang jajan sehingga memalak temannya.

Hasil analisis yang telah dilakukan pada komponen perilaku *bullying* didapatkan 175 siswa dengan perilaku *bullying* fisik berada pada skor rendah. Hal ini menunjukkan bahwa *bullying* fisik pada siswa SMA/ sederajat di Kota Makassar berada pada tingkat rendah. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2019) mengungkapkan bahwa siswa mayoritas termasuk pada kategori *bullying* tingkat rendah sebanyak 76 siswa. Beberpada bentuk *bullying* fisik yang terdata dari hasil observasi dan wawancara dengan 10 partisipan antara lain berkelahi, mendorong badan, memukul, mencubit, melempar barang, mengejar, meletakkan sampah diatas kepala teman, moles, menjambak dan menyembunyikan barang.

Hasil analisis yang telah dilakukan pada komponen perilaku *bullying* didapatkan 146 siswa dengan perilaku *bullying* fisik berada pada skor sedang. Hal tersebut menunjukkan komponen *bullying* inderect lebih tinggi dibandingkan komponen lain dalam perilaku *bully* pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti. hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Tumon (2014) menyatakan bahwa perilaku yang paling sering terjadi ialah menyindir dan melabrak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nansel et at. (2001) yang mengatakan bahwa *bullying* yang dilakukan secara tidak langsung adalah perilaku yang paling sering dilakukan apabila dibandingkan dengan bentuk lainnya.

Hasil analisis yang telah dilakukan pada komponen regulasi emosi didapatkan 132 siswa dengan strategi kognitif reappraisal berada pada skor sedang. Hal tersebut menunjukkan komponen *cognitif reappraisal* pada siswa SMA/ sederajat di Kota Makassar sudah terbilang baik dan masih perlu

ditingkatkan. Hal tersebut sejalan dengan Larsen, dkk (2012) serta Gross & John (2003) yang menemukan bahwa seseorang yang menggunakan cognitive reappraisal menunjukkan gejala depresi yang lebih rendah, lebih puas dan optimis, dan memiliki harga diri yang lebih tinggi, tingkat penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, penerimaan diri, rasa otonomi, serta hubungan interpersonal yang lebih baik (John & Gross, 2004). Oleh karena itu, penerapan strategi *cognitive reappraisal* dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis secara umum (Kelley, Glazer, Pornpattananangkul & Nusslock, 2019).

Hasil analisis yang telah dilakukan pada komponen regulasi emosi didapatkan 157 siswa dengan strategi *expressive suppression* berada pada skor sedang. Hal tersebut menunjukkan komponen *expressive suppression* pada siswa SMA/ sederajat di Kota Makassar masih banyak peserta yang menggunakan strategi *expressive suppression*. John & Gross (2003) menyebutkan bahwa seseorang yang melakukan penghambatan ekspresi emosi merasakan penurunan emosi positif serta meningkatkan emosi negatif dengan hadirnya perasaan tidak menjadi diri sendiri.

Sementara itu, penelitian yang dilakukan peneliti terdapat 95 partisipan berada pada tingkat kategori skor tinggi. Hasil penelitian ini diketahui terdapat perbandingan regulasi emosi pada remaja laki-laki dan remaja perempuan, dimana remaja laki-laki yang berada pada tingkat skor tinggi sebanyak 55 responden sedangkan remaja perempuan sebanyak 40 responden yang menunjukkan bahwa remajapria memiliki regulasi emosi yang lebih baik daripada remaja wanita. Hal tersebut didukung oleh penelitian Gross dan John (2003) bahwa perbedaan jenis kelamin mempengaruhi regulasi emosi.

Hasil analisis deskriptif menjelaskan tingkat *bullying* pada siswa/i SMA/ Sederajat di Kota Makassar cukup beragam dengan rata-rata berada ditingkat skor sedang dengan jumlah skor 146 partisipan (37%), kemudian 35 partisipan berada pada kategori skor sangat tinggi (9%), kemudian 81 partisipan pada tingkat skor tinggi (20%), dan 138 partisipan pada tingkat kategori skor rendah.

Penelitian yang dilakukan peneliti di tinjau dari deskriptif dapat dikatakan bahwa perilaku *bullying* tergolong kategori sedang. Persentase *bullying* yang paling tinggi ditemukan 2 siswa dengan persentase 3%, dari persentase tingkat perilaku sedang yaitu terdapat 65 siswa dengan persentase 85%, persentase tingkat perilaku *bullying* yang terendah yaitu 9 siswa dengan persentase 12%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat skor perilaku *bully* yang sedang. penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kristiana (2009) yang menyatakan bahwa perilaku *bullying* yang tergolong sedang dapat dikatakan bahwa perilaku tersebut masih kerap terjadi di sekolah baik secara fisik maupun nonfisik. perilaku *bullying* yang tergolong sedang dapat dikatakan bahwa remaja khususnya SMA masih melakukan Tindakan *bully*, dan hal tersebut dapat merugikan orang lain.

Utami (2019) yang menyatakan bahwa dalam perkembangan karakter anak keluarga memegang peran yang sangat penting, khususnya dalam pengasuhan. Terdapat dua pola asuh yang jika berlebihan akan memunculkan bibit *bully* bagi siswa, pertama, pola asuh otoriter yang memberikan perilaku kasar pada anak, kedua pola asuh permisif yang terlalu membebaskan anak untuk melakukan segala hal sehingga tidak ada larangan bagi anak.

Faktor lain terindikasi mempengaruhi perilaku *bully* ialah teman sebaya, Menurut Ariesto (2009), ketika anak berinteraksi di sekitar sekolah dan di sekitar rumah, mereka terkadang ingin melakukan perilaku *bullying*. Untuk menunjukkan bahwa dirinya termasuk dalam kelompok tertentu, beberapa anak menunjukkan perilaku *bully*, meskipun mereka sendiri tidak nyaman melakukannya. Faktor lain terindikasi mempengaruhi perilaku *bully* ialah faktor media sosial, sejalan dengan hal tersebut penelitian Yunita (2019) menjelaskan media sosial merupakan salah satu faktor timbulnya perilaku *bully* pada remaja karena media sosial merupakan media online yang setiap anak dapat dengan mudah berpartisipasi menjadi pengguna media sosial, berbagi dan membuat konten, blog, forum dan dunia maya lainnya. Perilaku tersebut menjadi kebiasaan yang mengarah pada ketidakseimbangan kekuatan sosial dan fisik.

Perilaku *bully* masih kerap terjadi dilingkungan sekolah, dan hal tersebut bisa membuat oranglain atau korban merasa tersakiti atau bahkan menarik diri dari lingkungan social, sejalan dengan penelitian Nasution menyatakan pengaruh *bullying* yang terjadi dapat mengganggu perkembangan anak, mulai dari kecerdasan emosi yang dialami dan juga mempengaruhi kesehatan mental anak, anak tidak hanya terganggu emosinya akan tetapi kontak sosial dengan orang lain juga menurun.

Penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan hasil uji hipotesis terdapat pengaruh regulasi emosi pada perilaku *bullying* dengan arah pengaruh yang negatif. Hal tersebut menunjukkan bahwa

ketika individu memiliki regulasi emosi tinggi maka kecenderungan perilaku *bullying*nya rendah, begitu juga sebaliknya. Sejalan dengan penelitian Novadri (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel regulasi emosi dan variabel *bullying* pada siswa kelas XII di SMA Negeri 2 Makassar, yang menunjukkan semakin tinggi perilaku *bullying* pada siswa, maka semakin rendah regulasi emosinya, begitu pula sebaliknya.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa terdapat kontribusi variabel regulasi emosi dengan perilaku *bullying* sebesar 2,8% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak turut dalam penelitian ini. Sesuai dengan penelitian Umasugi (2013) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan, ia mengungkapkan siswa dengan regulasi emosi yang rendah tidak dapat mengelola pikiran dan perilakunya ketika muncul emosi yang baru dirasakan. Siswa dengan regulasi emosi yang baik tetap berpikir jernih ketika mengalami emosi negatif, sehingga perilaku yang dihasilkan berdasarkan logika dan kesadarannya. Perilaku *bully* dapat muncul akibat emosi negatif yang tidak dapat diregulasi dengan baik.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah diperoleh peneliti mengenai pengaruh regulasi emosi terhadap *bully* siswa SMA/Sederajat di Kota Makassar diketahui bahwa regulasi emosi mampu mempengaruhi *bully* secara negatif, artinya bahwa semakin tinggi kemampuan regulasi emosi maka akan semakin kurang perilaku *bully*. Pengaruh regulasi emosi terhadap *bully* siswa SMA/Sederajat di Kota Makassar memiliki nilai kontribusi sebesar 2.8%.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariesto. (2009). *Pelaksanaan Program Antibullying Teacher Empowerment*.
- Coloroso, B. (2007). *The Bullied, and The Bystander*. New York: Harper Collins
- Gross, J. J. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Process: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal Of Personality and social Psychology*, 85(2): 348-362.
- Gross, J. J. (2014). *Handbook of Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations*. Guilford Publications.
- Kurnia, D., & Ani, A. N. (2018). Inikasi Bullying Fisik Pada Siswa SD dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Akhlak Menurut Tuntunan Agama. *Jurnal Mimbar Sekolah Dasar*, 5(2): 97-115.
- Mawardah, M. (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying. *Jurnal Psikologi*, 41(1): 60-73.
- Olweus, D. (1997). Bully / Victim Problems in School : Facts and Intervention. *European Journal of Psychology of Education*, XII(4): 495-510.
- Olweus, D. (2005). *Bullying at School: What We Know and what Can Do*. . Australia: Blackwell Publishing.
- Santrock, J. W. (2007) *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W 2012. *A Tropical Approach To Life Span Development*. Sixth edition. New York: McGraw Hill
- Saputra, S. (2017). Hubungan Regulasi Emosi dengan Hasil Belajar Siswa. *KONSELOR*. 6 (3).
- Simbolon, M. (2012). Perilaku bullying pada mahasiswa berasrama. *Jurnal Psikologi*. 39(2), 233-243.
- Sulisrudatin, N. (2015). Kasus Bullying dalam Kalangan Pelajar (Suatu Tinjauan Kriminologi). *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara*. 5(2): 57-70.
- Tumon, M.BA. (2014). Studi Deskriptif Perilaku *Bullying* Pada Remaja. *Jurnal ilmiah mahasiswa Universitas Surabaya*. 3(1).
- Yayasan Semai Jiwa Amini [SEJIWA]. (2008). *Mengatasi kekerasan dari sekolah dan lingkungan anak*. Jakarta: Grasindo.