



# Hubungan antara Regulasi Emosi dan Kontrol Diri dengan Perilaku Bullying pada Siswa Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Lamongan

Atik Kartika Sari<sup>\*1</sup>, Ujang Rohman<sup>2</sup>, Prayogo<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia  
E-mail: [atikkartikasari79@gmail.com](mailto:atikkartikasari79@gmail.com)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2023-09-17 Revised: 2023-10-23 Published: 2023-11-01	This study aimed to determine the relationship between emotion regulation and bullying behavior, the relationship between self-control and bullying behavior, and the contribution between emotion regulation and self-control with bullying behavior. This research used a correlational research design. The population of this study was 60 students of class X Vocational High School in Lamongan Regency. The sample in the study was taken using a purposive sampling technique. The results showed that there was a relationship between emotion regulation and bullying behavior tendencies with a significant value of $0.013 < 0.05$ . In addition, the results of the study also showed that there was a relationship between self-control and the tendency to bully behavior with a significant value of Sig. of $0.000 < 0.05$ . Lastly, there was a relationship between emotional regulation and self-control which affected bullying by 73%. This can be interpreted that there is a relationship between emotional regulation and self-control with the tendency of bullying behavior, the higher the emotional regulation and self-control, the lower the tendency of student bullying behavior and vice versa, the lower the emotional regulation and self-control of students, the higher the tendency of student bullying behavior.
<b>Keywords:</b> <i>Emotion Regulation;</i> <i>Self-Control;</i> <i>Bullying Behavior.</i>	

Artikel Info	Abstrak
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2023-09-17 Direvisi: 2023-10-23 Dipublikasi: 2023-11-01	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku bullying, hubungan kontrol diri dengan perilaku bullying, dan kontribusi antara regulasi emosi dan kontrol diri dengan perilaku bullying. Desain penelitian yang digunakan yaitu desain penelitian korelasional. Populasi penelitian ini yaitu siswa kelas X Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Lamongan sebanyak 60 siswa. Sampel dalam penelitian diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku bullying dengan nilai signifikan sebesar $0,013 < 0,05$ . Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku bullying dengan nilai signifikan Sig. sebesar $0,000 < 0,05$ . Terakhir, terdapat hubungan antara regulasi emosi dan kontrol diri berpengaruh terhadap bullying sebesar 73 %. Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku bullying, semakin tinggi regulasi emosi dan kontrol diri maka semakin rendah kecenderungan perilaku bullying siswa dan sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi dan kontrol diri siswa, semakin tinggi kecenderungan perilaku bullying siswa.
<b>Kata kunci:</b> <i>Regulasi Emosi;</i> <i>Kontrol Diri;</i> <i>Perilaku Bullying.</i>	

## I. PENDAHULUAN

Berbagai permasalahan siswa sekolah telah marak terjadi. Pada kenyataannya permasalahan yang paling banyak terjadi adalah tindakan kekerasan yang sengaja dilakukan oleh individu atau kelompok orang dengan tujuan merugikan korban yang paling rentan. Salah satu tindakan kekerasan dan penindasan yang sering terjadi di lingkungan pendidikan adalah bullying (Nur et al., 2022). Bullying adalah suatu tindakan manipulatif yang menunjukkan ketidakseimbangan antara korban dan perilaku, dan biasanya berupa kekerasan (Rahayu & Permana, 2019). Perilaku bullying ini juga merupakan aktivitas agresif dimana individu memiliki kebiasaan

mengekspresikan emosi yang berlebihan dan ketidakmampuan untuk mengendalikan diri.

Beberapa anak muda berjuang ketika menghadapi berbagai perubahan fisik dan psikologis. Perubahan tersebut menjadi penyebab anak menjadi pelaku bullying di usia muda. Pada masa sekolah, pelaku bullying memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan mengarah pada tindakan kekerasan (Wibowo et al., 2021). Apabila tidak ditangani dengan baik, di masa yang akan datang, pelaku bullying akan menimbulkan perilaku gangguan yang lebih serius. Di sisi lain, korban bullying juga akan mengalami beberapa gangguan seperti kepercayaan diri yang rendah,

kecemasan, dan merasa kurang bahagia (Wibowo et al., 2021).

Ada banyak faktor yang membuat anak menjadi pelaku bullying. Menurut Nugroho et al., (2020) faktor penyebab bullying diantaranya adalah faktor diri sendiri, faktor keluarga, faktor pengaruh media masa, faktor teman, dan faktor lingkungan sekitar. Perilaku bullying muncul dari interaksi faktor individu seperti sifat kepribadian dan sikap individu serta lingkungan sosial, misalnya teman yang berperan dalam pengembangan dan penguatan perilaku bullying dan latar belakang keluarga. Di Indonesia, sebuah studi tentang bullying yang dilakukan Utami (2019) mengungkapkan bahwa sebanyak 57,7% siswa pernah melakukan bullying, dan ditemukan pula hubungan antara kecemasan dan perilaku bullying pada siswa sekolah dasar. Lebih lanjut, kecemasan terjadi karena adanya respons yang membuat seseorang aman dari bahaya. Selain itu, hasil studi oleh Rahayu & Permana (2019) menyebutkan bahwa mayoritas pelaku bullying adalah siswa laki-laki, dan perilaku verbal bullying adalah jenis bullying yang paling sering ditemukan dibanding dengan bullying fisik. Kurangnya empati dari pelaku bullying serta minimnya pencegahan dari pihak sekolah menyebabkan perilaku bullying terjadi di lingkungan sekolah.

Penelitian Azmi et al., (2021) di salah satu sekolah dasar di Gresik menyebutkan bahwa siswa yang mengalami verbal bullying cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah dan lebih sering mencemaskan tentang masa depan. Mereka juga kurang bisa bersosialisasi serta tidak suka memiliki banyak teman. Di dalam lingkungan pesantren, bullying juga kerap terjadi. Nugroho et al., (2020) mengungkapkan bahwa terdapat tiga tema utama yang melatarbelakangi tindakan bullying di lingkungan pesantren, yakni adaptasi santri baru, menganggap perilaku bullying sebagai lelucon atau tradisi, dan hiburan di tengah padatnya aktivitas di pesantren.

Herawati & Deharnita (2019) yang melakukan penelitian di sebuah SMP pada tahun 2018 menyebutkan bahwa 70,9% responden pernah melakukan bullying fisik, 58,2% responden melakukan bullying verbal, dan 78,5% melakukan bullying mental. Sedangkan untuk penyebabnya berasal dari permasalahan keluarga, saling mengejek antar teman sebaya, dan kurangnya pengawasan dari sekolah (Herawati & Deharnita, 2019). Selanjutnya, Khaliza et al., (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara bullying dengan gejala depresi yang dialami oleh siswa SMP dan SMA.

Meskipun sudah banyak penelitian tentang perilaku bullying, namun penelitian menitikberatkan antara regulasi emosi dan pengendalian diri dalam perilaku bullying. Oleh karena itu, penelitian ini ingin mengetahui seberapa besar hubungan antara regulasi emosi dengan pengendalian diri dengan judul "Hubungan Regulasi Emosi dan Kontrol diri dengan Perilaku Bullying pada Siswa Kelas Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Lamongan".

## II. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasional. Penelitian korelasional ini bermaksud untuk mengetahui derajat hubungan antara tiga variabel yaitu regulasi emosi, kontrol diri dan perilaku bullying. Variabel regulasi dan kontrol diri termasuk ke dalam variabel bebas atau independen Variabel atau dependen variabel dan perilaku bullying termasuk ke dalam variabel terikat. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas X di dua Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Lamongan. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dan didapatkan 60 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket regulasi emosi, skala pengendalian diri, dan skala perilaku bullying. Data yang diperoleh dianalisis dengan melakukan uji bivariat dan uji regresi linier berganda.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Dalam deskripsi data ini akan dideskripsikan data hasil penelitian yang telah diolah dan dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian. Data dalam penelitian ini meliputi variabel Regulasi Emosi (X1) Kontrol Diri (X2) dan Kecenderungan Perilaku Bullying (Y).

#### 1. Deskripsi Data Regulasi Emosi

Data instrumen regulasi emosi siswa yang terdiri dari 28 item dapat dilihat pada pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Persentase Regulasi Emosi (X1) Berdasarkan Kategori (n=60)

Kategori	Skor	F	%
Sangat Tinggi	>112	0	0
Tinggi	101- 111	24	40
Sedang	81 - 100	16	26,7
Rendah	61- 80	20	33,3
Sangat Rendah	< 60	0	0
<b>Jumlah</b>		60	100

Berdasarkan Tabel 1, dijelaskan bahwa sebagian besar regulasi emosi siswa berada pada kategori tinggi (T) yaitu 40 %, untuk kategori sedang (S) 26,7%, kategori sangat tinggi (ST) 0 %, kategori rendah (R) 33,3 %, dan untuk kategori sangat rendah (SR) 0, %. Berdasarkan penjabaran data di atas, regulasi emosi siswa secara keseluruhan dapat dikatakan baik yaitu berada pada kategori tinggi (T)

## 2. Deskripsi Data Kontrol Diri

Data instrumen kontrol diri siswa yang terdiri dari 30 item pernyataan dapat dilihat pada pada Tabel 2 berikut ini.

**Tabel 2.** Persentase Kontrol Diri (X2) Berdasarkan Kategori (n=60)

Kategori	Skor	F	%
Sangat Tinggi	≥ 98	30	50
Tinggi	80-97	16	26,7
Sedang	62-79	14	23,3
Rendah	44-61	0	0
Sangat Rendah	≤ 43	0	0
<b>Jumlah</b>		60	100

Berdasarkan Tabel 2 dijelaskan bahwa sebagian besar kontrol diri siswa berada pada kategori tinggi (T) yaitu 26,7 %, untuk kategori sedang (S) 23,3%, kategori sangat tinggi (ST) 50 %, kategori rendah (R) 0 %, dan untuk kategori sangat rendah (SR) 0 %. Berdasarkan penjabaran data di atas, kontrol diri siswa secara keseluruhan dapat dikatakan baik yaitu berada pada kategori sangat tinggi (ST).

## 3. Deskripsi Data Kecenderungan Perilaku Bullying

Data instrumen kecenderungan perilaku bullying yang terdiri dari 26 item pernyataan dapat dilihat pada pada Tabel 3.

**Tabel 3.** Persentase Kecenderungan Perilaku Bullying (Y) Berdasarkan Kategori (n=60)

Kategori	Skor	F	%
Sangat Tinggi	≥ 102	0	0
Tinggi	83-101	0	0
Sedang	64-82	1	1,6
Rendah	45-63	34	56,7
Sangat Rendah	≤ 44	25	41,7
<b>Jumlah</b>		60	100

Berdasarkan dari Tabel 3 dijelaskan, sebagian besar kecenderungan perilaku bullying siswa berada pada kategori rendah (R) 56,7 %, kategori sangat rendah (SR)

41,7 %, sedang (S) 1,6 %, tinggi (T) 0 % dan kategori sangat tinggi (ST) 0 %. Berdasarkan penjabaran data di atas, kecenderungan perilaku bullying siswa secara keseluruhan berada pada kategori Rendah (R).

## 4. Hubungan antara Regulasi Emosi (X1) dan Kontrol Diri (X2) dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Siswa (Y)

Hasil uji hipotesis dimaksudkan untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dan kontrol diri dan kecenderungan perilaku bullying siswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan control diri dengan kecenderungan perilaku bullying pada siswa. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi Product Moment. Pengolahan data untuk menguji Regulasi Emosi dan kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku bullying menunjukkan terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku bullying dengan nilai signifikan Sig. sebesar  $0,013 < 0,05$  menunjukkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku bullying diterima, berarti terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku bullying.

Bedasarkan hasil analisis korelasional menunjukkan terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku bullying dengan koefisien sebesar 0.000 signifikan nilai signifikan Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Hasil penelitian ini bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku bullying adalah kontrol diri yang rendah. Bedasarkan hasil analisis korelasional dengan menggunakan SPSS terdapat hubungan antara regulasi emosi dan kontrol diri berpengaruh terhadap bullying sebesar 73 %. Hal ini menunjukkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku bullying diterima

Sesuai dengan hasil penelitian ini, bahwa semakin positif regulasi emosi dan kontrol diri maka perilaku bullying

menurun. dan Sebaliknya, semakin negatif regulasi emosi dan kontrol diri maka perilaku bullying meningkat.

## B. Pembahasan

Pada bagian ini akan dibahas mengenai analisis temuan dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan regulasi emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku bullying siswa.

### 1. Regulasi Emosi Siswa Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Lamongan

Dari hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku bullying. Hal ini dibuktikan dengan adanya hubungan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku bullying yang memiliki nilai Sig.  $0,013 < 0,05$ . Ketika variabel regulasi emosi lebih positif, hal ini menyebabkan variabel perilaku bullying menurun. Sebaliknya, ketika variabel regulasi emosi kurang positif, hal ini menyebabkan peningkatan variabel perilaku bullying. Penelitian terdahulu yang sejalan dengan hasil penelitian ini adalah penelitian Mawardah dan Adiyati (2014) tentang topik penelitian SMP Negeri "X". Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku bullying dengan koefisien korelasi =  $-0,737$   $p < 0,01$ . Dalam penelitian ini, proporsi pengaturan emosi adalah 48,3%. Penelitian serupa lainnya adalah penelitian Puspitar (2015) tentang hubungan regulasi emosi dengan perilaku bullying pada anak muda. Penelitian juga menemukan adanya hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku bullying dengan koefisien korelasi sebesar  $-0,401$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Dalam penelitian ini, regulasi emosi memiliki tingkat keefektifan sebesar 16%.

Studi lain oleh Safaria (2019), dalam penelitian berjudul *Extraversion, secure attachment and bullying behavioral* menunjukkan bahwa sifat kepribadian extraversion dan secure attachment juga mempengaruhi perilaku bullying. Berdasarkan hasil analisis statistik diperoleh skor ( $r$ ) sebesar  $0,345$  ( $p = 0,000$ ) untuk variabel extraversion dengan perilaku bullying dan skor ( $r$ ) sebesar  $0,419$  ( $p = 0,000$ ) dengan perilaku secure attachment. Hal ini

menunjukkan bahwa hubungan itu ada sesuai dengan hasil penelitian ini, bahwa semakin positif regulasi emosi maka perilaku bullying menurun. Sebaliknya, semakin negatif regulasi emosi maka perilaku bullying meningkat. Hasil dari penelitian tersebut sesuai dengan hipotesis penelitian ini sehingga hipotesis diterima.

### 2. Kontrol Diri Siswa Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Lamongan

Berdasarkan penelitian rata-rata siswa memiliki pengendalian diri yang tinggi, dibuktikan dengan 46 dari 60 siswa berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Contoh pernyataan yang menunjukkan tingkat pengendalian diri siswa yang tinggi adalah "Saya mengatur kegiatan sehari-hari agar tidak mengganggu waktu belajar". Biasanya, siswa memilih pernyataan yang sangat tepat dan sesuai. Siswa dengan kontrol diri yang tinggi juga dapat mengontrol, mengarahkan dan mengatur perilakunya melalui disiplin. Siswa mengetahui bagaimana mengubah stimulus menjadi bentuk yang lebih positif.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengendalian diri yaitu faktor internal seperti usia dan faktor eksternal seperti lingkungan keluarga. Dapat dipahami bahwa pengendalian diri siswa termasuk dalam kategori tinggi karena usia, dan semakin tua seseorang maka pengendalian diri semakin meningkat. Selain itu, lingkungan keluarga terutama orang tua sangat menentukan pengendalian diri siswa. Jika orang tua menerapkan disiplin pada anaknya, dan melakukannya sejak dini, dan orang tua tetap konsisten dengan segala konsekuensi yang akan diterima anaknya jika menyimpang dari apa yang diterapkan, maka anak akan menginternalisasikan sikap konsisten itu dan kemudian itu juga akan melakukan lakunya untuk pengendalian diri.

### 3. Perilaku Bullying Siswa Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Lamongan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa siswa pelaku bullying di Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Lamongan secara umum termasuk dalam kategori rendah. Kuesioner yang dibagikan kepada siswa menunjukkan bahwa

ungkapan "Ketika saya marah kepada seseorang, saya meludahinya" umumnya dipilih oleh siswa tidak seperti sebelumnya. Ini berarti bahwa sekelompok kecil siswa terlibat dalam intimidasi dan mengolok-olok teman.

Menurut Yunika & Alizamar (2013), bullying adalah bentuk kekerasan atau perilaku agresif yang ditunjukkan atau dilakukan seseorang terhadap orang lain. Bullying biasanya dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang merasa "kuat" atas seseorang atau sekelompok orang yang merasa "lemah", artinya para pelaku bullying ini memanfaatkan ketidakseimbangan kekuatan yang harus diderita korbannya secara terus-menerus. Oleh karena itu, bullying merupakan kondisi penyalahgunaan atau penyalahgunaan kekuasaan oleh individu atau kelompok. Penyalahgunaan kekuasaan atau otoritas tidak hanya dilakukan secara fisik oleh yang kuat, tetapi juga secara mental. Hal ini mungkin disebabkan oleh berbagai faktor, seperti keluarga yang otoriter, kurangnya kasih sayang keluarga atau kurangnya pengendalian diri oleh siswa.

#### 4. Hubungan Regulasi Emosi dan Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku Bullying

Berdasarkan dari hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengendalian diri dengan kecenderungan perilaku bully dengan koefisien sebesar 0,000 yang sesuai dengan nilai signifikan Sig. (2-tailed) 0,000 dengan 60 siswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Taufik (2014) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi bullying adalah kurangnya pengendalian diri.

Selain itu, pengendalian diri juga didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengatur diri sendiri, yaitu mengatur, mengarahkan, mengatur dan mengarahkan perilaku yang mengarah pada hasil yang lebih positif bagi individu. Dapat dikatakan bahwa manusia memiliki kepribadian yang baik, yaitu manusia yang dapat mengontrol dan mengatur dirinya sendiri. Pengaturan emosi dan pengendalian diri sangat penting bagi setiap individu, khususnya remaja. Ketika remaja tidak mengetahui bagaimana mengatur emosi dan pengendalian diri dengan baik, maka dikhawatirkan remaja

akan mengalami krisis identitas yang cenderung dialami oleh remaja. berperilaku negatif. Salah satunya adalah bullying (Widiarti, 2010). Ketika pengendalian diri tinggi, individu dapat mengendalikan dirinya dan membawa perubahan dan perkembangan dalam kehidupan sosial dan pribadinya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat regulasi emosi dan pengendalian diri berpengaruh terhadap perilaku bullying siswa kelas X SMK di Kabupaten Lamongan. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi pengendalian diri siswa maka semakin rendah tingkat bullyingnya. Sebaliknya, semakin lemah pengendalian diri siswa maka semakin tinggi tingkat bullying di kalangan siswa.

## IV. SIMPULAN DAN SARAN

### A. Simpulan

Merujuk pada rumusan masalah, tujuan penelitian, temuan penelitian, dan pembahasan tentang hubungan regulasi emosi dan kontrol diri dengan perilaku bullying pada siswa, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi dan kontrol diri berhubungan dengan perilaku bullying pada siswa Kelas X di SMK Negeri 1 Lamongan dan SMK Negeri Sambeng memiliki hubungan yang signifikan dan negatif, artinya perilaku bullying siswa menurun ketika regulasi emosi dan kontrol diri siswa meningkat, sebaliknya ketika regulasi emosi dan kontrol diri menurun, bullying siswa semakin meningkat.

### B. Saran

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk membuat modul atau program untuk mengurangi bullying siswa. Hasil penelitian juga ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada guru, konselor dan pihak lain yang terlibat dalam pendidikan formal dan informal tentang perilaku bullying untuk memberikan masukan yang dapat digunakan sebagai bahan persiapan dan penyampaian layanan pendidikan, termasuk siswa pengembangan diri, agar proses pembelajaran terlaksana dengan baik di dalam maupun di luar kelas, dan tujuan yang diharapkan tercapai dengan baik.

## DAFTAR RUJUKAN

- Alkindi, M. I., Dwi Pradipta, G., & Zhannisa, U. H. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Numbered Head Together (NHT) dan Teaching Games for Understanding (TGfU) Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas XI di SMA N 2 slawi. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Menengah*, 1(1), 8-14. <https://doi.org/10.53869/jpdm.v1i1.135>
- Astuti, A. T. (2020). Peningkatan Kompetensi Passing Bawah Bola Voli Melalui Teaching Games for Understanding (TGfU). *Jurnal Inovasi Pembelajaran Karakter*, 5(2), 1-9.
- Azmi, I. U., Nafi'ah, N., Thamrin, M., & Akhwani, A. (2021). Studi Komparasi Kepercayaan Diri (Self Confidence) Siswa yang Mengalami Verbal Bullying dan Yang Tidak Mengalami Verbal Bullying di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3551-3558. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1389>
- Chan, F., & Indrayeni, Y. (2018). Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Tgfu Pada Siswi Kelas VIII Smp Negeri 11 Muaro Jambi. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(2), 186. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v2i2.9590>
- Herawati, N., & Deharnita, D. (2019). Gambaran Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku Bullying pada Anak. *NERS: Jurnal Keperawatan*, 15(1), 60-66.
- Karisman, V. A. (2020). Implementasi Model Pembelajaran Terhadap Peningkatan Keterampilan Bermain Bola Voli. *Physical Activity Journal*, 2(1), 80. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.2.1.3096>
- Khaliza, C. N., Besral, B., Ariawan, I., & EL-Matury, H. J. (2021). Efek Bullying, Kekerasan Fisik, dan Kekerasan Seksual terhadap Gejala Depresi pada Pelajar SMP dan SMA di Indonesia: Analisis Data Global School-Based Student Health Survey Indonesia 2015. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 98-106. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i2.53149>
- Kurniawan, D. E., & Pranowo, T. A. (2018). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying di Sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 2(1). <https://doi.org/10.30598/jbkt.v2i1.235>
- Mawardah & Adiyanti (2014). Regulasi Emosi dan Kelompok TemanSebaya Pelaku Bullying. *Jurnalpsikologi*, 41(1), 60-73.
- Mulya, G., & Lengkana, A. S. (2020). Pengaruh Kepercayaan Diri, Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 12(2), 83. <https://doi.org/10.26858/cjeko.v12i2.13781>
- Nugroho, S., Handoyo, S., & Hendriani, W. (2020). Identifikasi Faktor Penyebab Perilaku Bullying di Pesantren: Sebuah Studi Kasus. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 17(2), 1-14. [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2020.vol17\(2\).5212](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2020.vol17(2).5212)
- Nur, M., Yasriuddin, Y., & Azijah, N. (2022). Identifikasi Perilaku Bullying Di Sekolah (Sebuah Upaya Preventif). *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(3), 685. <https://doi.org/10.35931/am.v6i3.1054>
- Pambudi, Y. T., Widorotama, A., Fahri, A. S., & Farkhan, M. M. (2022). Korelasi Efikasi Diri dan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Mahasiswa Pendidikan Jasmani. *Jurnal Porkes*, 5(1), 158-167. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5350>
- Puspitasari, I. F. (2015). Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Perilaku Bullying pada Remaja [Thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <https://eprints.ums.ac.id/36752/1/02.%20ONASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- Qohhar, W., & Pazriansyah, D. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teaching Games for Understanding (TGfU) Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Teknik Dasar Sepakbola. *Physical Activity Journal*, 1(1), 27.

- <https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.1998>
- Rahayu, B. A., & Permana, I. (2019). Bullying di Sekolah: Kurangnya Empati Pelaku Bullying dan Pencegahan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 237. <https://doi.org/10.26714/jki.7.3.2019.237-246>
- Safaria, T., & Rizal, I. (2019). Extraversion, Secure Attachment dan Perilaku Cyberbullying. *Jurnal Psikologi Sosial*, 17(2), 96-103. <https://doi.org/10.7454/jps.2019.13>
- Sumarno, S., Imawati, V., & Ristiawan, B. (2022). Learning Innovation through Teaching Game for Understanding (TGfU) Model to Prepare Physical Education Learning Strategy Skills. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(2), 170-184. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i2.54692>
- Taufik. (2014). Mencegah dan Mengatasi Tingkah Laku Bullying Melalui Layanan Bimbingan kelompok. In *Proceeding Guidance and Counseling International Seminar and Workshop*. Utami, T. W. (2019). Hubungan Kecemasan dan Perilaku Bullying Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 1-6.
- Wibowo, H., Fijriani, F., & Krisnanda, V. D. (2021). Fenomena perilaku bullying di sekolah. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(2), 157-166. <https://doi.org/10.30998/ocim.v1i2.5888>
- Widiarti, I. (2010). Hubungan antara Kontrol diri dengan kecanduan Game Online pada Remaja di Malang [Thesis, Universitas Negeri Malang].
- Yunika, R., Alizamar, A., & Sukmawati, I. (2013). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Perilaku Bullying di SMA Negeri Se Kota Padang. *Konselor*, 2(3). <https://doi.org/10.24036/02013232163-0-00>