

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah merupakan bagian dari pendidikan yang berperan sangat besar dalam mempersiapkan generasi muda yang tangguh dan mampu membangun diri sendiri serta bangsa dan negaranya. Sekolah sebagai tempat menuntut ilmu, tidak hanya mengajarkan berbagai ilmu pengetahuan saja kepada siswa, tetapi juga mendidik dan mengarahkan tingkah laku siswa dari yang kurang baik menjadi lebih baik, sehingga diharapkan nantinya siswa memiliki karakter yang baik dan tercapai tujuan pendidikan nasional, sebagaimana yang tertuang dalam UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1 yang menyatakan bahwa “pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara”.

Tujuan pendidikan nasional ini diperkuat dengan UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3 bahwa “pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, kemudian untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap,

kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokrasi serta bertanggung jawab”. Guna mencapai tujuan tersebut, diperlukan kondisi belajar yang kondusif dan jauh dari kekerasan.

Pada kenyataannya banyak kekerasan terjadi di lingkungan sekolah. Fenomena kekerasan menjadi satu mata rantai yang tidak terputus. Setiap generasi akan memperlakukan hal yang sama untuk merespon kondisi situasional yang menekan sehingga pola perilaku yang diwariskan ini menjadi budaya kekerasan. Penelitian dari Yayasan Sejiwa (2008), menunjukkan bahwa tidak ada satupun sekolah di Indonesia yang bebas dari tindakan kekerasan.

Mengutip berita pada harian Solo Pos, pada tanggal 8 Desember 2014, korban berinisial S, siswa kelas V SD 2 Sanden Bantul, dikeroyok oleh 13 orang temannya di sekolah. Peristiwa bermula saat 13 orang teman-temannya bermain ke rumah S. Saat itu teman-temannya meminta S memberi tahu *password* komputer berisi *game online* agar mereka dapat bermain, namun ditolak oleh S. Keesokan harinya, rekan S yang berinisial Y mengajak teman-temannya yang tidak dipinjami *game online* untuk mengeroyok S. S dipukul pagi itu, lalu dilanjutkan siang saat istirahat. Totalnya 13 pukulan dan mengalami lebam dibagian wajah dan mendapatkan perawatan di puskesmas terdekat (Sumber : Solo Pos, 17 Desember 2014, hal 3).

Berita lain yang diambil dari liputan6.com, diberitakan bahwa 9 siswi tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) di Yogyakarta, tega menganiaya temannya yang berinisial B, bahkan memasukkan botol minuman beralkohol ke dalam kemaluan B. Kasusnya bermula dari pelaku yang berinisial R dan temannya

tega menganiaya karena hanya masalah tato yang sama dengan milik B. R mengaku tersinggung saat B memiliki tato yang sama dengan milik R dan mengunggahnya di media sosial (Sumber Liputan 6 TV, 17 Februari 2015).

Menurut Andina (2014), pada awal bulan Mei tahun 2014 sudah dua korban kekerasan di sekolah dasar diberitakan di media massa. Pada tanggal 3 Mei 2014, seorang siswa SD berusia 11 tahun di SDN 09 Pagi-Makasar Jakarta dihajar kakak kelasnya karena menenggol gelas es milik sang senior. Dua hari setelah itu seorang siswi kelas 4 SD di Muara Enim meninggal dengan luka lebam di tubuhnya. Kekerasan di sekolah dasar bukan akhir-akhir ini saja terjadi. Pada 27 Maret 2014, seorang murid kelas 1 SD, Ahmad Syukur dikeroyok 3 temannya di Makasar. Ia meninggal di Rumah Sakit Ibnu Sina beberapa hari setelah itu. Berikut akan dipaparkan data Komisi Nasional Perlindungan Anak dari tahun 2010-2014.

Tabel 1 : Kasus kekerasan yang diterima Komisi Nasional Perlindungan Anak

Laporan	2010	2011	2012	2013	2014
kekerasan	2.413	2.508	2.637	2.792	3.339*

Keterangan : * Dari Januari sampai Mei 2014

Hasil penelitian KPAI sebanyak 17% kekerasan terhadap anak terjadi di sekolah. Bahkan pada 2013, tercatat 181 kasus yang berujung tewasnya korban, 141 kasus korban menderita luka berat, dan 97 kasus korban luka ringan. Tindakan kekerasan di sekolah bisa dilakukan oleh guru, kepala sekolah, bahkan sesama peserta didik. Namun, *bullying* sesama peserta didik memiliki karakteristik berbeda dari kekerasan yang dilakukan oleh orang dewasa. Kekerasan yang dilakukan oleh orang dewasa terhadap anak biasanya dilakukan

oleh pelaku tunggal sedangkan *bullying* oleh sesama murid biasanya berlangsung secara berkelompok (Andina, 2014).

Hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti di SMP Swasta A kepada 203 siswa untuk mengetahui jumlah pelaku *bullying*, korban *bullying*, dan *bystander* yang terjadi di sekolah. Adapun hasilnya diketahui terdapat beberapa kategori peran tunggal maupun peran ganda sebagai pelaku-korban, pelaku-*bystander*, korban-*bystander*, dan pelaku-korban-*bystander*. Hasil perhitungan secara lengkap dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2 : Hasil Survey Awal di SMP Swasta A

No	Kategori	Jumlah siswa	Porsentase
1	Pelaku	23 siswa	11 %
2	Korban	24 siswa	12 %
3	<i>Bystander</i>	55 siswa	27 %
4	Pelaku- korban	6 siswa	3 %
5	Pelaku – <i>bystander</i>	25 siswa	12 %
6	Korban- <i>bystander</i>	24 siswa	12 %
7	Pelaku- korban- <i>bystander</i>	46 siswa	23 %
Jumlah		203 siswa	100 %

Hasil angket laporan PKPP yang dilakukan oleh Hapsari (2013) di SMP Swasta A untuk mengetahui penyebab siswa melakukan perilaku *bullying* diketahui sebanyak 43,75 % siswa kurang dapat mengendalikan emosi, sebanyak 37,5% siswa menjawab korbanlah yang memulai permasalahan terlebih dahulu dan sekitar 25% melakukan *bullying* karena korban tidak akan melawan, 18,75% melakukan *bullying* karena hanya ikut-ikutan teman saja. Sementara itu, sisanya melakukan *bullying* karena sebelumnya pernah diperlakukan sama oleh orang lain, ingin memberi peringatan, dan merasa jenuh sehingga ingin melakukan aktivitas yang menantang.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 31 Maret 2015 kepada guru bimbingan konseling (BK), diketahui permasalahan yang terjadi di sekolah adalah adanya tindak kekerasan yang dilakukan oleh siswa (*bullying*), membolos, merokok, pacaran, pelanggaran disiplin dan rendahnya motivasi belajar. Adapun permasalahan tindak kekerasan atau *bullying* masih terjadi walaupun siswa sudah mendapatkan peringatan. Faktor penyebab siswa melakukan tindak kekerasan adalah menganggap hal yang wajar dilakukan oleh anak seusia mereka, ingin menunjukkan kekuatan diri, iseng mengganggu teman yang menurutnya lemah, faktor lingkungan keluarga yang *broken home*, perlakuan atau pola asuh orang tua yang cenderung keras dan kurang dapat mengendalikan emosi. Berdasarkan hasil wawancara terhadap siswa, diketahui alasan yang paling banyak adalah karena menurut mereka perilaku korban yang memancing emosi sehingga pantas untuk diperlakukan dengan kasar.

Fenomena *bullying* telah lama menjadi bagian dari dinamika sekolah. Umumnya orang lebih mengenalnya dengan istilah penggencetan, pemalakan, pengucilan, intimidasi, dan lain-lain. Geldard (2012), mendefinisikan *bullying* sebagai sebuah tindakan atau perilaku agresif yang disengaja, yang dilakukan oleh sekelompok orang atau seseorang secara berulang-ulang dan dari waktu ke waktu terhadap seorang korban yang tidak dapat mempertahankan dirinya. Para ahli menyatakan bahwa *bullying* merupakan bentuk agresivitas antar siswa yang memiliki dampak paling negatif bagi korbannya. Terjadinya *bullying* biasanya merupakan proses dinamika kelompok dan di dalamnya ada pembagian peran, menurut Coloroso (2007), disebut dengan istilah tiga mata rantai penindasan.

Pertama, bullying terjadi karena ada pihak yang menindas. *Kedua*, ada pihak yang dianggap lemah dan menganggap dirinya sebagai pihak yang lemah. *Ketiga*, ada penonton yang diam atau mendukung. Atas kerjasama ketiga pihak itu biasanya praktek *bullying* sangat sukses dilakukan oleh anak yang merasa punya *power* atau kekuatan.

Astuti (2008), mengemukakan salah satu faktor yang mempengaruhi *bullying* adalah karakter pribadi sebagai pelaku *bullying* yaitu dendam dan iri hati. Perilaku *bullying* ini terjadi dikarenakan individu yang memiliki suatu dendam terhadap orang lain atau ingin melampiaskan emosi kepada pihak yang tidak memiliki kekuatan ataupun dukungan dari individu yang memiliki kekuasaan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hertinjung, Susilowati, dan Wardhani (2012), diketahui faktor kepribadian 16 PF (*Sixteen Personality Factor*) para pelaku *bullying* dominannya memiliki kepribadian yang suka menguasai dan mengendalikan pihak lain, mudah curiga, suka bermusuhan, dan kurang memiliki kepedulian terhadap pihak lain. Selain itu, pelaku *bullying* cenderung sulit untuk mengekspresikan dan merasakan kehangatan, mudah mengalami gejala emosi serta sulit untuk bersikap sesuai dengan aturan. Sedangkan faktor kepribadian 16 PF para korban *bullying* adalah toleransi terhadap frustrasi yang rendah, mudah emosional dan jengkel.

Murphy (2009), menyatakan karakteristik kepribadian korban dan pelaku *bullying* memiliki kekhasan. Kondisi terisolasi sosial semacam ini semakin membuka peluang mereka untuk menjadi target *bullying*. Sedangkan karakteristik pelaku *bullying* menurut *The National School Savety Center* (NSSC) USA (dalam

Smokowski & Kopasz, 2005), biasanya pelaku *bullying* secara berlebihan bersikap agresif, destruktif, dan menikmati dominasi mereka atas anak-anak lain. Mereka juga cenderung mudah tersinggung, meledak-ledak, dan memiliki toleransi yang rendah terhadap frustrasi. Mereka cenderung salah mempersepsikan perilaku anak lain sebagai perilaku bermusuhan, padahal sebenarnya sikap permusuhan itu tidak ditunjukkan anak lain tersebut. Lebih lanjut diungkapkan oleh Smokowski dan Kopasz (2005), kebanyakan pelaku *bullying* memiliki sikap yang mendukung kekerasan sebagai sarana untuk menyelesaikan permasalahan mereka atau sebagai sarana memperoleh apa yang mereka inginkan. Seringkali mereka memperoleh “*reward*” antara lain dengan perilaku negatif. Karakteristik korban *bullying* biasanya memiliki kecemasan, kegugupan, ataupun rasa tidak aman. Mereka juga cenderung merupakan anak yang pemalu dan pendiam. Korban *bullying* cenderung anak-anak yang memiliki harga diri yang rendah, dan karena sifat mereka yang pemalu, mereka cenderung hanya sedikit memiliki teman tersebut mereka justru memperoleh rokok, uang ataupun harga diri. Perilaku *bullying* tersebut juga mereka pergunakan untuk menguasai dan mereka kurang memiliki rasa empati terhadap korban.

Rigby (2008), menemukan bahwa anak-anak yang melakukan *bullying* secara berulang di sekolah cenderung (a) tidak stabil secara emosional, (b) tidak mampu menjalin hubungan akrab, (c) kurang kepedulian terhadap orang lain, (d) *moody* dan tidak konsisten, (e) mudah marah dan impulsif dan (f) tidak memiliki perasaan bersalah atau menyesal. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Priyatna (2010) bahwa pelaku *bullying* umumnya kurang memiliki rasa

empati terhadap teman, pelaku *bullying* sulit untuk mengontrol emosinya, sulit mengontrol perasaan marah dan frustrasi yang membuat mereka rentan terjerumus masuk ke dalam tindakan-tindakan agresi.

Kasus-kasus *bullying* yang berlangsung secara terus menerus dan berkelanjutan memiliki efek yang sangat negatif. Menurut Levianti (2008), *bullying* tidak hanya berdampak negatif bagi korban, namun juga bagi pelakunya. Siswa pelaku *bullying* berpotensi menjadi pelaku kriminal sejak dini ataupun di kemudian hari. Hasil penelitian Andina (2014), menemukan bahwa efek *bullying* tidak selalu langsung terlihat setelah pengalaman terjadi. Namun, efek ini dapat terakumulasi beberapa tahun mendatang dengan menunjukkan gejala memburuknya kesehatan mental anak. Pelaku dan korban *bullying* sama-sama akan mendapatkan dampak negatif dari tindakan *bullying*. Para pelaku *bullying* akan menumbuhkan sikap anti sosial, perasaan arogan dan merasa kuat. Akhirnya pelaku menjadi pribadi yang tidak mengenal rasa tenggang rasa dan belas asih. Padahal, kedua hal tersebut sangat dibutuhkan dalam interaksi berkelompok.

Upaya dalam mengatasi dan mencegah munculnya masalah *bullying* memerlukan kebijakan yang bersifat menyeluruh. Oleh karena itu, diperlukan keterlibatan seluruh komponen sekolah mulai dari guru, siswa, kepala sekolah sampai orangtua murid yang bertujuan adalah untuk dapat menyadarkan seluruh komponen sekolah tentang bahaya dari *bullying*. Kebijakan tersebut dapat berupa program anti *bullying* di sekolah, antara lain dengan cara menggiatkan pengawasan, kampanye atau penyuluhan anti *bullying*, *brainstroming* dan diskusi, kegiatan menggunakan lembar kerja, membaca buku cerita yang berhubungan

dengan *bullying*, *story telling*, kolase, poster mengenai pencegahan *bullying*, bermain drama, berbagi cerita dengan orang tua dirumah, menulis puisi, menyanyikan lagu anti *bullying* dengan lirik yang sudah dirubah dari lagu populer, bermain teater boneka, dan melakukan pelatihan atau workshop bertemakan *stop bullying* (Ehan, 2005).

Mengingat pentingnya upaya menanggulangi perilaku *bullying* di kalangan siswa, maka perlu adanya solusi yang efektif untuk menanggulangnya. Sehingga peneliti mengambil salah satu solusi dengan cara memberikan pelatihan regulasi emosi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2015), menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *bullying*. Semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah kecenderungan perilaku *bullying*, sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan perilaku *bullying*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Feriyal (2014), menunjukkan ada hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku *bullying*. Variabel regulasi emosi memiliki hubungan dengan perilaku *bullying*. Semakin tinggi regulasi emosi, maka semakin rendah perilaku *bullying*. Sebaliknya, semakin rendah tendensi regulasi emosi, maka semakin tinggi pula perilaku *bullying* yang dimiliki.

Pelatihan regulasi emosi dirancang sebagai bentuk tindakan preventif dan tindakan kuratif. Menurut Greenberg (2002) dan Lazarus (1991), regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi dengan tepat dalam rangka mencapai keseimbangan emosional. Gross dan Thompson (2006), menyatakan emosi dapat membantu

kehidupan individu namun juga dapat melukai apabila terjadi pada waktu dan intensitas yang tidak tepat. Respon emosional yang tidak tepat akan membawa dampak pada kondisi patologis, kesulitan dalam relasi sosial bahkan dapat menyebabkan timbulnya penyakit fisik. Kalat dan Shiota (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi dapat berperan sebagai strategi koping dalam menghadapi tekanan psikologis.

Pentingnya kemampuan remaja dalam meregulasi emosi menurut Silk, Steinberg, dan Moris (2003) karena 1) proses transisi pada masa remaja meliputi fisik, psikis, dan sosial menimbulkan banyak pengalaman akan dorongan emosi, 2) penelitian menemukan bahwa pengalaman emosi remaja lebih intens dibandingkan individu yang lebih muda maupun lebih tua, 3) periode remaja merupakan periode proses pematangan pada sistem hormonal, neural, dan kognitif yang mendasari regulasi emosi, dan 4) pada masa remaja ada kecenderungan meningkatnya gangguan afektif dan perilaku.

Berdasarkan uraian tersebut dapat dilihat pentingnya regulasi emosi pada remaja, artinya kemampuan regulasi emosi diharapkan dapat membantu remaja dalam mengendalikan emosinya, sehingga peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian tentang pelatihan regulasi emosi untuk meningkatkan sikap anti *bullying* pada siswa SMP Swasta A.

B. Rumusan Masalah

Fenomena *bullying* telah lama menjadi bagian dari dinamika sekolah dan menjadi satu mata rantai yang tidak terputus sehingga pola perilaku yang diwariskan ini menjadi budaya kekerasan. Umumnya orang lebih mengenalnya

dengan istilah penggencetan, pemalakan, pengucilan, intimidasi, dan lain-lain. Salah satu faktor yang mempengaruhi *bullying* adalah karakter pribadi sebagai pelaku *bullying*. Pelaku *bullying* umumnya kurang memiliki rasa empati terhadap teman, pelaku *bullying* sulit untuk mengontrol emosinya, sulit mengontrol perasaan marah dan frustrasi yang membuat mereka rentan terjerumus masuk ke dalam tindakan-tindakan agresi. Pelaku *bullying* yang sulit dalam mengontrol emosi dapat ditingkatkan apabila memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi. Kemampuan regulasi emosi yang tinggi dapat membantu pelaku *bullying* untuk mengatasi dan meningkatkan sikap anti *bullying*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti apakah pelatihan regulasi emosi efektif untuk meningkatkan sikap anti *bullying* pada siswa SMP Swasta A.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektifitas pelatihan regulasi emosi dalam meningkatkan sikap anti *bullying* pada siswa SMP Swasta A

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis maupun praktis untuk mengembangkan khasanah keilmuan dalam disiplin ilmu psikologi.

1. Manfaat teoritis yang disumbangkan dari penelitian ini adalah dapat memberikan informasi dan data-data empiris bagi kepentingan akademis yaitu psikologi pendidikan. Terutama mengenai pengaruh pelatihan regulasi emosi untuk meningkatkan sikap anti *bullying* pada siswa SMP.

2. Manfaat praktis yang disumbangkan dalam penelitian :

- a) Bagi sekolah, pelatihan regulasi emosi dapat dijadikan salah satu alternatif penanganan untuk mencegah tindak kekerasan/*bullying* di sekolah.
- b) Bagi siswa, pelatihan regulasi emosi dapat dijadikan alternatif untuk mengelola, mengendalikan, dan memodifikasi emosi negatif yang bersifat destruktif menjadi emosi positif yang bersifat konstruktif sehingga siswa tidak melakukan aksi kekerasan di sekolah.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai *bullying* dan regulasi emosi sudah banyak dilakukan.

Adapun beberapa penelitian terdahulu dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3 : Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Jenis Penelitian	Subjek	Variabel	Tujuan	Hasil
1	Puspisari (2015)	Korelasi	Siswa kelas XI SMA Assalam	Regulasi emosi dan kecenderungan perilaku <i>bullying</i>	Untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan kecenderungan perilaku <i>bullying</i> pada remaja	Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi emosi dan kecenderungan perilaku <i>bullying</i>
2	Aesijah (2014)	Eksperimen	Remaja Panti Asuhan Yatim Piatu Daarul Hadlonah Kendal	Pelatihan regulasi emosi dan kebahagiaan	Untuk mengetahui pengaruh pelatihan regulasi emosi terhadap kebahagiaan remaja panti asuhan yatim piatu	Pelatihan regulasi emosi memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap kebahagiaan remaja panti asuhan yatim piatu
3	Feriyal (2014)	Korelasi	STM Yudya Karya Magelang kelas XI jurusan otomotif	Perilaku <i>Bullying</i> Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Self Esteem	Untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku <i>bullying</i>	Terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku <i>bullying</i> . Variabel regulasi emosi memiliki hubungan dengan perilaku <i>bullying</i> . Semakin tinggi regulasi emosi, maka semakin rendah perilaku

						<i>bullying</i> . Sebaliknya, semakin rendah tendensi regulasi emosi, maka semakin tinggi pula perilaku <i>bullying</i> yang dimiliki.
4.	Syahadat (2013)	Eksperimen	Siswa sekolah dasar kelas V yang berusia 10 tahun	Regulasi emosi dan perilaku agresif	Untuk mengetahui pengaruh dari pelatihan regulasi emosi terhadap perilaku agresif pada anak masa sekolah dasar	Pelatihan regulasi emosi dapat menurunkan perilaku agresif fisik serta agresif verbal pada anak.
5	Umasugi (2013)	Korelasi	Siswa SMA Negeri 5 Yogyakarta kelas XI sejumlah 84 orang	Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan Kecenderungan <i>Bullying</i> ".	Untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas dengan kecenderungan <i>bullying</i>	Terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku <i>bullying</i> . Semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah kecenderungan perilaku <i>bullying</i> , sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan perilaku <i>bullying</i>
6	Nuzuliah (2012)	Eksperimen	Siswa SMP Muh 5 Surakarta	Pelatihan <i>respect education</i> dan sikap anti <i>bullying</i>	Untuk mendapatkan bukti empiris tentang efektivitas <i>respect education</i> terhadap peningkatan sikap anti- <i>bullying</i> pada siswa	Terdapat peningkatan sikap anti <i>bullying</i> yang signifikan pada siswa SMP antara sebelum dan sesudah kegiatan <i>respect education</i>
7	Musslifah (2012)	Eksperimen	Mahasiswa Psikologi UMS tingkat akhir	Pelatihan regulasi emosi dan kecenderungan prokrastinasi akademik	Untuk mengetahui pengaruh pelatihan regulasi emosi terhadap kecenderungan prokrastinasi akademik	Pelatihan regulasi emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan dan menyelesaikan skripsi.

Pada penelitian yang telah disebutkan pada tabel 3, mengemukakan bahwa regulasi emosi memiliki korelasi dengan kecenderungan perilaku *bullying*. Akan tetapi berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan jenis penelitian korelasional yaitu mengkaji hubungan antara regulasi emosi dan *bullying*, sedangkan ini berjenis eksperimen untuk menguji efektivitas pelatihan regulasi emosi dalam meningkatkan sikap anti *bullying*. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahadat (2013), Musslifah (2012), Aesijah (2014) yang menggunakan subjek penelitian siswa SD, Mahasiswa dan anak yatim piatu di panti asuhan, penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan kelompok subjek siswa SMP yang memiliki sikap anti *bullying* rendah. Selain itu pelatihan yang dilakukan oleh Musslifah dan Aesijah dilakukan selama 1 hari sedangkan peneliti sesi pelatihan regulasi emosi efektif dilakukan selama 2 hari sebanyak 5 sesi yang terdiri dari pembukaan, memonitor emosi, mengevaluasi emosi, memodifikasi emosi, relaksasi dan penutupan. Pada penelitian ini subjek penelitian juga akan diajarkan bagaimana bersikap asertif dan empati terhadap orang lain.

Penelitian ini memiliki nilai kebaruan dalam hal subjek remaja yang memiliki sikap anti *bullying* rendah dan menambahkan materi dalam intervensi yaitu bagaimana bersikap asertif dan empati terhadap orang lain. Oleh karena itu, sejauh yang peneliti ketahui, penelitian mengenai meningkatkan sikap anti *bullying* melalui pelatihan regulasi emosi belum pernah dilakukan sebelumnya.