

Hubungan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada siswa sekolah menengah atas

Mharchelya Mharchelya^{*}, Indah Sukmawati

Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang,

^{*}Corresponding author, e-mail: mharchelyaa@gmail.com

Abstract

Penelitian ini dilatarbelakangi banyaknya remaja yang memiliki kecenderungan menjadi korban maupun pelaku *cyberbullying* di lingkungan sekolah. Salah satu faktor diduga mempengaruhi perilaku *cyberbullying* yaitu kurang mampu meregulasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan regulasi emosi remaja, (2) mendeskripsikan kecenderungan perilaku *cyberbullying* remaja, (3) menguji signifikansi antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa di SMA Negeri 10 Padang. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif korelasional. Sampel penelitian berjumlah 290 orang siswa SMAN 10 Padang dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan model *Skala Likert*. Data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif dan *Pearson Product Moment* untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa: (1) regulasi emosi yang dimiliki siswa SMAN 10 Padang berada pada kategori sedang, (2) kecenderungan perilaku *cyberbullying* yang dimiliki siswa SMAN 10 Padang berada pada kategori tinggi, (3) terdapat hubungan negatif signifikan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa di SMAN 10 Padang dengan $r = -0,658$.

Keywords: Regulasi Emosi, Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying*



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2023 by author.

Introduction

Indonesia merupakan salah satu negara yang ikut serta memanfaatkan kemajuan teknologi dan informasi. Teknologi informasi seolah-olah telah menguasai manusia, dengan kata lain manusia bergantung pada teknologi. Tersedianya akses internet yang mudah merupakan sebuah kesempatan emas bagi individu termasuk remaja untuk dapat bersosialisasi secara luas dari berbagai penjuru dunia. Internet merupakan kebutuhan penting bagi anak-anak, remaja, dan orang dewasa bahkan internet dapat membuat kecanduan. Remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap sesuatu, dimana rasa ingin tahu merupakan ciri remaja yang terpuaskan dan diwujudkan melalui pengalamannya sendiri (Marneta & Sukmawati, 2021).

Para pengguna internet lebih di dominasi oleh kalangan muda, lebih kaya dan lebih aktif dalam mencari berbagi informasi (Ardi, Viola, & Sukmawati, 2018). Berdasarkan hasil survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2021 juga mengatakan bahwa masyarakat Indonesia setiap hari terhubung ke internet melalui *smartphone/handphone* sebesar 95,4% dengan rata-rata penduduk Indonesia menghabiskan waktu 8 jam lebih untuk menggunakan internet. Masyarakat mendapat informasi maupun bertukar informasi menjadi semakin mudah dengan menggunakan internet. Hal yang paling fenomenal berkaitan dengan internet saat ini adalah penggunaan media sosial yang sering digunakan oleh remaja dengan rentang umur 13-18 tahun sangat mudah terpengaruh jiwanya dengan kehadiran media sosial yang mana media sosial sudah menjadi bagian dari aktivitas remaja (Ardi et al., 2018)

Sebanyak 83% remaja memiliki ketergantungan dari penggunaan media sosial. Media sosial merupakan suatu hal yang paling menyenangkan bagi remaja, dengan begitu sebagian besar pengguna media sosial merupakan kalangan dari remaja pada usia sekolah, maka tak heran jika banyak orang yang mencoba mendaftarkan dan membuat situs akun media sosial (Vydia, Irliana, & Savitri, 2014). Semakin maraknya penggunaan internet saat ini maka penggunaan media sosial pun juga semakin meningkat berdasarkan data dari APJII (2021) sebanyak 51,5% menggunakan internet untuk media sosial.

Saat ini, tindak kekerasan di Indonesia semakin meningkat, dan sebagian besar dilakukan oleh remaja pada usia SMA. Kenakalan remaja ini diwujudkan dalam beberapa perilaku seperti perampokan, Salah satu sumber permasalahan yang ada di sekolah, yaitu adanya tindakan agresif ringan antar siswa seperti saling mengejek, memukul, mendorong, atau mengancam. Menurut (Karneli, 2019) perilaku agresif merupakan perilaku yang merusak atau melukai orang lain melalui fisik maupun verbal. Salah satu bentuk perilaku agresif remaja yaitu perilaku *bullying* (Yunika, Alizamar, & Sukmawati, 2013).

Maraknya penggunaan media sosial tidak terlepas dari penyalahgunaan internet itu sendiri yang mengakibatkan adanya berbagai kenakalan remaja seperti kekerasan, penindasan dan kenakalan yang dilatabelakangi oleh beberapa faktor. Faktor penyebab terjadinya perilaku *bullying* yaitu: (a) adanya senioritas (Lestari & Firman, 2021), (b) perbedaan ekonomi (Maemunah & Karneli, 2021), dan (c) *cyberbullying* (Setiawan & Alizamar, 2019).

Hal ini dikarenakan adanya penyalahgunaan media sosial. Salah satu penyalahgunaan media sosial berupa tindakan agresif berupa penyerangan hingga penindasan (*bullying*) baik secara langsung maupun di dunia maya.(Salmi, Hariko, & Afdal, 2018). Penindasan di dunia maya ini sering disebut dengan *cyberbullying* (Marneta & Sukmawati, 2021). Salah satu faktor mempengaruhi perilaku *cyberbullying* yaitu kurang mampu dalam mengontrol diri terutama mengatur emosi (Saputri & Ilyas, 2020).

Remaja adalah sebagai masa perkembangan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang mencakup perubahan fisik, psikologis dan emosional. Salah satu tugas perkembangan remaja yaitu mencapai kemandirian emosional dan perubahan emosi. Emosi yang dimiliki oleh remaja mudah berubah, bergejolak serta tak menentu sejalan dengan usianya. Untuk itu perlu adanya regulasi emosi agar dapat menyesuaikan diri dan mengendalikan emosi yang muncul (Zonya & Sano, 2019).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Prihambodo, Anwar, & Andriany, 2020) yang dilaksanakan kepada remaja laki-laki maupun remaja perempuan berusia 12-15 tahun yang memiliki dan menggunakan *smartphone* dan media sosial. Hasil penelitian ini diketahui adanya pengaruh antara regulasi diri terhadap perilaku *cyberbullying* pada remaja. Semakin tinggi tingkat regulasi diri maka tingkat perilaku *cyberbullying* akan semakin rendah dan berlaku sebaliknya.

Penjelasan ini juga diperkuat dengan hasil wawancara dengan salah satu guru BK yang ada di SMA Negeri 10 Padang dengan mengatakan:

"Akhir-akhir ini marak terjadinya kasus cyberbullying di sekolah, ada beberapa kasus yang belum lama ini terjadi yang ditangani oleh salah satu guru BK, bahwasanya siswa tersebut tidak mau masuk kelas karena mendapatkan tindakan perundungan dari teman-teman kelasnya. Mulanya si "D" sering kali salah masuk pada jadwal sekolah yang telah ditetapkan yaitu ganjil-genap. Suatu ketika D datang ke sekolah di hari senin yang mana hari itu bukanlah hari D datang ke sekolah untuk belajar secara luring namun, D datang pada hari tersebut. Kejadian ini sudah terulang sebanyak 3 kali dalam waktu 3 minggu sehingga D mendapat perlakuan yang kurang menyenangkan oleh teman-temannya. Perlakuan yang diterima oleh D seperti diejek (harassment) dengan perkataan "bodoh" melalui whatsapp grup kelas, kemudian D juga dikeluarkan (exclusion/ostracism) dari grup whatsapp kelas sehingga pada suatu ketika D tidak ingin masuk kelas karena takut dan tidak nyaman berada di kelas tersebut sehingga lebih memilih untuk duduk di kantin saat pelajaran berlangsung".

Melihat fakta yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang belum menyadari mengenai sesuatu yang sedang dialaminya dan belum memahami tentang *cyberbullying*. sehingga siswa tidak menyadari bahwa dirinya menjadi korban maupun pelaku *cyberbullying*. Hal ini perlu adanya pengawasan serta pendampingan yang dilakukan oleh guru sekolah maupun orang tua agar perilaku *cyberbullying* ini dapat dihentikan. Menurut Illahi et al., (2018) peran dari guru BK/konselor sangat dibutuhkan dalam mengentaskan dan mencegah siswa untuk tidak melakukan tindakan yang berlawanan dengan nilai dan norma dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling. Pelaksanaan layanan bimbingan di sekolah merupakan salah bentuk upaya yang bisa dilakukan agar tindakan agresif berupa perilaku *cyberbullying* ini dapat dicegah. Oleh karena itu, proses konseling dipandang sebagai proses pendidikan yang bertumpu pada usaha dalam membantu dan dibantu untuk mengatasi permasalahan yang ada (Karneli, 2019).

Hal ini penting sekali peran dari guru bimbingan dan konseling dapat memberikan layanan terkait regulasi emosi sehingga siswa mampu memahami dan menetapkan agar terhindar dari perilaku *cyberbullying*. Apabila siswa memiliki regulasi emosi yang baik, maka siswa tersebut juga dapat menghindari dirinya dari perilaku *cyberbullying* yang dapat merugikan dirinya dan orang sekitarnya

Konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli melalui wawancara kepada individu yang mengalami suatu masalah untuk mengentaskan permasalahan yang dihadapinya.

Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan ke sekolah dapat membantu siswa dalam memahami dirinya dan dapat memutuskan sikap apa yang akan diambilnya sehingga dapat mempertanggung jawabkan keputusan yang telah diambilnya (Firman, 2009). Ada beberapa layanan yang dapat diberikan oleh guru BK untuk kasus agresivitas, salah satunya adalah bimbingan kelompok (Latupasjana & Firman, 2020; Nirwana, 2014; Yunika et al., 2013).

Method

Metode penelian yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional yang bertujuan untuk mendeskripsikan dan mengetahui hubungan antara variabel penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportionate stratified random sampling* dimana dari 1046 populasi di dapatkan sebanyak 290 siswa yang menjadi sampel pada penelitian ini. Adapun teknik analisis menggunakan *Product Moment* dengan bantuan komputer *SPSS dor windows versi 20.0*.

Results and Discussion

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut terdapat hasil penelitian regulasi emosi siswa dikumpulkan melalui skala regulasi emosi yang terdiri dari 31 item pernyataan yang diberikan kepada 290 responden. Dari analisis data tersebut didapatkan *mean* 96, *mode* 90, *median* 98, skor tertinggi yaitu 145, skor terendah 40, dan standar deviasi 24. Adapaun data yang diperoleh mengenai hasil regulasi emosi siswa SMAN 10 Padang dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Regulasi Emosi (n=290)

Interval Skor	f	%	Kategori
≥131	26	8.97	Sangat Tinggi
106-130	86	29.66	Tinggi
81-105	95	32.76	Sedang
56-80	67	23.10	Rendah
≤55	16	5.52	Sangat Rendah
Jumlah	290	100	

Berdasarkan Tabel 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi yang dimiliki oleh siswa SMAN 10 Padang secara umum berada dalam kategori sedang dengan frekuensi 95 siswa dengan jumlah 32,76, kategori tinggi dengan frekuensi 86 siswa dengan jumlah 29,66%, kategori rendah dengan frekuensi 67 siswa dengan jumlah 23,10%. Ini berarti bahwa lebih dari setengah siswa yang menjadi subjek penelitian di SMAN 10 Padang memiliki regulasi emosi yang cukup baik.

Jika dilihat dari masing-masing aspek regulasi emosi, dari hasil penelitian ini menemukan bahwa keseluruhan pada setiap aspek berada pada kategori sedang hingga tinggi, aspek *strategies* dengan frekuensi 95 siswa (32,76%) pada kategori sedang, aspek *goals* dengan frekuensi 105 siswa (36,21%) pada kategori sedang, aspek *impulse* dengan frekuensi 103 siswa (35,52%) pada kategori sedang, dan aspek *acceptance* dengan frekuensi 91 siswa (30,69%) pada kategeori tinggi.

Regulasi emosi yang dimiliki siswa SMAN 10 Padang ini terjadi karena rata-rata siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler maupun sebagai pengurus OSIS yang ada di sekolah maupun kegiatan lainnya di luar sekolah sehingga siswa tersebut dapat menyalurkan emosinya terhadap hal-hal yang bersifat positif.

Pendapat ini didukung berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Zonya & Sano, 2019) kemampuan individu dalam mengekspresikan emosi positif dengan cara mengikuti berbagai kegiatan positif seperti kegiatan sosial guna meningkatkan kebahagiaan, kesehatan, psikologis serta fisik seseorang baik di ekspresikan melalui lisan maupun tulisan. Seseorang yang mampu mengontrol emosi negatif yang ada dalam dirinya akan dapat melanjutkan kehidupan secara optimal, dapat berinteraksi baik dengan lingkungan sekitarnya serta dapat mengontrol perasaan yang berlebihan yang timbul dari dirinya.

Selain itu hasil penelitian kecenderungan perilaku cyberbullying siswa dikumpulkan melalui skala kecenderungan perilaku cyberbullying yang terdiri dari 35 item pernyataan yang diberikan kepada 290 responden. Dari analisis data tersebut didapatkan *mean* 11, *mode* 89, *median* 116, skor tertinggi yaitu 162, skor terendah 44, dan standar deviasi 31. Adapaun data yang diperoleh mengenai hasil kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa SMAN 10 Padang dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecenderungan Perilaku Cyberbullying Siswa di SMAN 10 Padang secara keseluruhan (n=290)

Interval Skor	f	%	Kategori
≥147	43	14.83	Sangat Tinggi
119-146	98	33.79	Tinggi
91-118	50	17.24	Sedang
63-90	76	26.21	Rendah
≤62	23	7.93	Sangat Rendah
Jumlah	290	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan perilaku *cyberbullying* yang dimiliki oleh siswa SMAN 10 Padang secara umum berada dalam kategori tinggi dengan frekuensi 98 siswa dengan jumlah 33,79%, kategori sedang dengan frekuensi 50 siswa dengan jumlah 17,24%, kategori sangat tinggi dengan frekuensi 43 siswa dengan jumlah 14,83%. Ini berarti bahwa lebih dari setengah siswa yang menjadi subjek penelitian di SMAN 10 Padang memiliki kecenderungan perilaku *cyberbullying* yang tinggi.

Tingginya kecenderungan perilaku *cyberbullying* yang dimiliki siswa SMAN 10 Padang ini memiliki kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu intensitas penggunaan media sosial, pernah menjadi korban bully, kurangnya kemampuan mengontrol emosi, memiliki rasa iri terhadap seseorang serta adanya kesenjangan kekuasaan.

Selanjutnya, untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa di SMAN 10 Padang, dilakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik analisa data *Product Moment Correlation*. Adapun hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* remaja. Berikut hasil perhitungan koefisien korelasi yang dapat dilihat pada tabel 3 yaitu.

Tabel 3. Korelasi Regulasi Emosi (X) dengan Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying* Remaja (Y)

Variabel		Correlations	
		Regulasi Emosi	Kecenderungan Perilaku <i>Cyberbullying</i>
Regulasi Emosi	Pearson Correlation	1	-.658**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	290	290
Kecenderungan Perilaku <i>Cyberbullying</i>	Pearson Correlation	-.658**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	290	290

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan Tabel 3 hasil pengolahan data menggunakan *SPSS for windows versi 20*, dapat dikemukakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa di SMAN 10 Padang dengan koefisien korelasi $-0,658$ dengan nilai signifikan Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 dan nilai *Pearson Correlation* sebesar 1. Hubungan negatif signifikan ini dapat diartikan, semakin rendah regulasi emosi siswa maka kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa semakin tinggi. Sebaliknya, semakin tinggi regulasi emosi siswa maka kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa semakin rendah. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan adanya hubungan (korelasi) antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* remaja di SMAN 10 Padang diterima.

Berdasarkan hasil penelitian, ada beberapa item yang perlu diperhatikan oleh guru BK/Konselor yang berkaitan dengan regulasi emosi dan kecenderungan perilaku *cyberbullying* remaja. Rendahnya regulasi yang dimiliki siswa dapat menimbulkan dampak yang berbahaya bagi siswa, salah satunya yaitu perilaku *cyberbullying*.

Menurut (Wahyu, Taufik, & Ilyas, 2012) layanan yang dapat diberikan kepada siswa terkait meningkatkan regulasi emosi dan kecenderungan perilaku *cyberbullying* adalah: (1). Layanan Informasi informasi dibutuhkan dalam semua aspek kehidupan. Layanan informasi dalam bimbingan dan konseling merupakan layanan yang membantu siswa untuk menerima serta memahami berbagai informasi pada bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir. Melalui layanan informasi Guru Bimbingan dan Konseling dapat memberikan berbagai informasi mengenai cara meningkatkan regulasi emosi dan mencegah perilaku

cyberbullying, (2). Layanan Bimbingan Kelompok, di dalam kehidupan sehari-hari siswa selalu berada dalam suatu kelompok seperti keluarga, kelompok di kelas, kelompok belajar, kelompok organisasi, maupun kelompok bangsa. Layanan bimbingan kelompok dalam bimbingan dan konseling merupakan layanan yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir serta melakukan kegiatan tertentu melalui dinamika kelompok, (3). Layanan Konseling Kelompok, konseling kelompok bermaksud membahas masalah pribadi yang dibahas secara berkelompok guna mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi. Layanan konseling kelompok dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh siswa dalam menghadapi permasalahan yang ada dalam diri baik di sekolah maupun diluar sekolah (Arnelis, Marjohan, & Syahniar, 2016), (4). Konseling Individual, konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tidak dapat diatasinya dengan seseorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien memecahkan kesulitannya, layanan ini dimaksudkan untuk meminimalisir kecenderungan-kecenderungan perilaku bullying yang ditampilkan oleh siswa (Yonita & Karneli, 2019). Demi mewujudkan penyelenggaraan berbagai jenis layanan bimbingan maka diperlukan kerjasama dari semua pihak agar tercapainya tujuan yang direncanakan serta dapat membentuk pribadi siswa yang efektif dan efisien.

Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya dapat diambil simpulan sebagai berikut: (1) regulasi emosi yang dimiliki siswa SMAN 10 Padang berada pada kategori sedang, (2) kecenderungan perilaku cyberbullying yang dimiliki siswa SMAN 10 Padang berada pada kategori tinggi, (3) terdapat hubungan yang negative signifikan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *cyberbullying* remaja di SMAN 10 Padang. Beberapa saran yang dapat direkomendasikan sebagai tindak lanjut dari penelitian ini. Beberapa saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut: (1) Bagi Guru BK atau Konselor. Perkembangan peserta didik tidak terlepas dari pengaruh lingkungan baik fisik, psikis maupun sosial, hal ini dikarenakan perubahan yang terjadi dalam lingkungan mampu memengaruhi gaya hidup siswa. Perubahan yang terjadi dalam kehidupan peserta didik sangat susah untuk diprediksi, oleh karena itu upaya dan bantuan dari guru BK/Konselor dalam memberikan layanan yang tepat sangat dibutuhkan. Bagi guru BK atau Konselor di SMAN 10 Padang diharapkan mampu melaksanakan kegiatan dalam berbagai macam layanan BK yang bertujuan untuk meningkatkan regulasi emosi siswa serta meminimalisir kecenderungan perilaku *cyberbullying* siswa, (2) Peneliti Selanjutnya. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperkaya penelitian ini dengan mengambil variabel yang berbeda agar dapat membandingkan temuan dari penelitian ini sekaligus memperdalam, memperjelas, dan memberikan temuan terbaru yang berkaitan dengan variabel regulasi emosi dan kecenderungan perilaku *cyberbullying*.

References

- Ardi, Z., Viola, K., & Sukmawati, I. (2018). An Analysis of Internet Abuses Impact on Children's Moral Development. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 44-50. <https://doi.org/10.29210/02018192>
- Arnelis, A., Marjohan, M., & Syahniar, S. (2016). Usaha Kaum Mudo Minangkabau dalam Pembaharuan Pendidikan Islam dan Implikasinya terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 5(3), 194. <https://doi.org/10.24036/02016536505-0-00>
- Firman. (2009). Tanggung Jawab Profesi Guru dalam Era Teknologi Informasi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, IX(1), 48-57.
- Illahi, U., Neviyarni, N., Said, A., & Ardi, Z. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresif remaja dan implikasinya dalam bimbingan dan konseling. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 3(2), 68. <https://doi.org/10.29210/3003244000>
- Karneli, Y. (2019). Upaya Guru Bk/Konselor Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa Dengan Menggunakan Konseling Kreatif Dalam Bingkai Modifikasi Kognitif Perilaku. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 18(2), 32. <https://doi.org/10.24036/fip.100.v18i2.430.000-000>
- Latupasjana, Z., & Firman, F. (2020). *Guidelines for implementing group counseling using a gestalt counseling approach to reduce student aggressivity*. 5(2), 22-27.
- Lestari, K. E., & Firman, F. (2021). The effectiveness of group guidance services using the Gestalt Counseling Approach with projection techniques in preventing bullying among students. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 3(1), 9-15. <https://doi.org/10.24036/005446ijaccs>
- Maemunah, S., & Karneli, Y. (2021). Teknik Role Playing dalam Mengurangi bullying di SMP Muhammadiyah 3 Jakarta. *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 1.

-
- <https://doi.org/10.32832/pro-gcj.v2i1.4729>
- Marneta, A. L., & Sukmawati, I. (2021). The Tendency of Cyberbullying Behavior in Terms of Gender of Students. *Consilium*, 1(1), 1–8.
- Nirwana, H. (2014). *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Menyiapkan Mental Siswa Menghadapi Ujian Nasional*. 3(2).
- Prihambodo, C. Z., Anwar, Z., & Andriany, D. (2020). PERAN REGULASI DIRI TERHADAP PERILAKU CYBERBULLYING. *Psycho Holistic*, 2(1), 108–117.
- Salmi, S., Hariko, R., & Afdal, A. (2018). Hubungan kontrol diri dengan perilaku bullying siswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 88. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i2.2693>
- Saputri, D., & Ilyas, A. (2020). The Relationship of Self Regulation with Academic Procrastination of Students. *Jurnal Neo Konseling*, 2(2), XX–XX. <https://doi.org/10.24036/00271kons2020>
- Setiawan, A., & Alizamar, A. (2019). Relationship Between Self Control And Bullying Behavior Trends In Students Of SMP N 15 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 1(4), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00182kons2019>
- Vydia, V., Irliana, N., & Savitri, A. D. (2014). Pengaruh Sosial Media Terhadap Komunikasi Interpersonal dan Cyberbullying Pada Remaja. *Jurnal Transformatika*, 12(1), 14. <https://doi.org/10.26623/transformatika.v12i1.86>
- Wahyu, S., Taufik, T., & Ilyas, A. (2012). Konsep Diri dan Masalah yang Dialami Orang Terinfeksi HIV/Aids. *Konselor*, 1(2), 1–12. <https://doi.org/10.24036/0201212695-0-00>
- Yonita, E. N., & Karneli, Y. (2019). The effectiveness of the cognitive behavior modification approach with group settings to reduce bullying behavior. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00136kons2019>
- 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), 21–25. <https://doi.org/10.24036/02013232163-0-00>
- Zonya, O. L., & Sano, A. (2019). Differences in The Emotional Regulation of Male and Female Students. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), XX–XX. <https://doi.org/10.24036/00128kons2019>
-