

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Pada Tinjauan Pustaka ini akan dibahas beberapa konsep yaitu mengenai 1) Konsep Remaja, 2) Konsep *Bullying*, 3) Konsep *Emotional Regulation*, 4) Kerangka Konsep, 5) Hipotesis Penelitian

2.1 Konsep Remaja

2.1.1 Definisi

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Individu pada masa remaja berharap dapat menemukan jati diri, mengembangkan potensi yang dimiliki, memperluas lingkungan sosial dan mempersiapkan diri untuk memasuki masa dewasa. Akan tetapi, harapan dari para remaja tidak dapat terwujud dengan mudah karena terdapat beberapa perubahan dalam hidup remaja, seperti emosi dan psikososial. Perubahan emosi yang terjadi pada masa remaja mempunyai pengaruh besar dalam kehidupan para remaja (Widyayanti, Arofah, & Awali, 2022)

Remaja merupakan masa perkembangan yang sangat penting, sekaligus menjadi periode transisi antara anak-anak menuju periode dewasa yang penuh dengan tanggungjawab dan kompleksitas hidup. Telah banyak diketahui terkait ciri-ciri khas remaja dalam hal fisik dan psikologis. Secara fisik, remaja mulai memperlihatkan perubahan postur, bentuk wajah hingga fungsi reproduksi. Adapun secara psikologis, remaja mulai memperlihatkan dinamika mental dalam hal pencarian jati diri, adaptasi, komunikasi hingga masalah ketertarikan lawan jenis (Tarmizi Thalib *et al.*, 2023).

2.1.2 Klasifikasi Remaja

Batasan usia remaja menurut Marmi dalam Basri *et al.*, (2022) yaitu:

1) Remaja awal (*early adolescence*)

Tahap remaja awal merupakan remaja yang berada diusia 11 hingga 13 tahun. Umumnya remaja ini berada pada sekolah menengah pertama (SMP). Pada remaja ini juga terjadi perubahan fisik yang cukup singkat dan remaja juga mulai ada ketertarikan dengan lawan jenis.

2) Remaja pertengahan (*middle adolescence*)

Tahap remaja pertengahan merupakan remaja yang berada diusia 14 hingga 16 tahun. Umumnya remaja ini berada pada sekolah menengah atas (SMA). Pada remaja ini perubahan fisik sudah mulai sempurna sehingga fisiknya sudah seperti orang dewasa.

3) Remaja akhir (*late adolescence*)

Tahap remaja akhir merupakan remaja yang berada diusia 17 sampai 20 tahun. Pada remaja akhir ini umumnya sudah bekerja atau berada pada pendidikan perguruan tinggi. Pada fase remaja akhir selain dari segi fisik pemikiran dan sikap juga sudah mulai matang.

2.1.3 Karakteristik Perkembangan Remaja

Karakteristik pertumbuhan dan perkembangan remaja bisa dilihat dari tiga dimensi menurut Basri *et al.*, (2022) yaitu:

1) Dimensi biologis

Menstruasi pertama pada remaja putri serta mimpi basah pada remaja putra

merupakan tanda seorang anak memasuki masa pubertas, secara biologis remaja mengalami perubahan yang sangat besar. Pubertas menjadikan seorang anak mempunyai kemampuan untuk dapat bereproduksi. Pada saat memasuki masa pubertas, anak perempuan bakal mengalami menstruasi sebagai tanda bahwa sistem reproduksinya sudah aktif. Sejalan dengan itu juga remaja akan mengalami perubahan fisik yaitu payudara mulai berkembang, panggul mulai membesar, timbul jerawat serta tumbuh rambut pada daerah kemaluan. Sedangkan pada anak laki-laki akan kelihatan perubahan pada suara, tumbuhnya kumis, jakun, alat kelamin menjadi lebih besar, otot-otot membesar.

2) Dimensi kognitif

Dalam periode ini, remaja memiliki pola pikir sendiri sehingga dapat berusaha menyelesaikan masalah-masalah yang kompleks dan abstrak. Kemampuan remaja dalam berpikir berkembang sedemikian rupa dimana mereka dengan mudah bisa membayangkan banyak pilihan pemecahan masalah beserta kemungkinan dampak atau hasilnya.

3) Dimensi sosial

Masa remaja yaitu proses dimana seseorang mulai bertanya-tanya mengenai berbagai fenomena yang terjadi di lingkungan sekitarnya tentang bermacam kejadian yang berlangsung di lingkungan sekitarnya sebagai dasar bagi pembentukan kualitas diri mereka sendiri. Remaja akan mulai melahirkan penilaian tersendiri di dalam menghadapi masalah-masalah populer dimana berkenaan dengan lingkungan mereka, contohnya politik, kemanusiaan, perang, keadaan sosial dan sebagainya. Dalam kondisi

ini remaja tidak lagi menerima hasil pemikiran yang kaku, sederhana diberikan kepada mereka selama ini tanpa bantahan.

2.1.4 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Remaja

Menurut Afrita1 & Fadhillah (2023) Faktor – faktor yang mempengaruhi remaja diantara lain :

1) Faktor Keluarga

Suasana keluarga yang menimbulkan rasa tidak aman dan tidak menyenangkan serta hubungan keluarga yang kurang baik dapat menimbulkan bahaya bagi setiap usia terutama pada masa remaja. Apabila anak remaja dibesarkan dari keluarga yang tidak utuh (*broken home*) maka perkembangan anaknya bisa jadi mengarah kearah yang baik atau sebaliknya, Dalam situasi saat ini, anak-anak belajar untuk menghargai diri mereka sendiri dan orang lain, termasuk mengontrol tingkah laku mereka, karena adanya perubahan struktur, fungsi, dan sikap, maka orang tua tidak selalu dapat memenuhi kebutuhan anak.

2) Faktor Lingkungan Masyarakat

Masa remaja adalah masa dimana seseorang anak mulai mencari jati diri mereka. Jika mereka masuk ke lingkungan Masyarakat yang salah bisa jadi malah menyebabkan pengaruh yang buruk terhadap diri mereka maupun orang lain seperti kenakalan remaja yang sering terjadi sekarang ini. Kenakalan remaja merupakan salah satu masalah yang sering dihadapi oleh orang tua maupun guru dan masyarakat luas.

3) Faktor Lingkungan Sekolah

Sekolah sebagai lembaga pendidikan yang pertama dan utama, seluruh pihak

sekolah harus memanfaatkan seluruh potensi demi menanggulangi kenakalan remaja ini. Sinergi yang padu antara berbagai unsur di sekolah menjadi langkah *urgent* mengatasi kenakalan remaja terutama di sekolah. Guru sebagai aktor utama dalam proses pendidikan di sekolah sudah seharusnya bertindak intensif dalam membangun karakter remaja. Keteladanan seorang guru menjadi senjata ampuh dalam proses internalisasi dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Keteladanan guru tersebut tidak hanya ditunjukkan dalam hal intelektualitas semata, tapi juga dari segi moralitas, integritas, dan kualitas (Afrita¹ & Fadhilla Yusri², 2023).

4) Faktor Psikologis

Keadaan emosi remaja masih labil, ketika mereka bahagia mereka lupa diri karena tidak mampu menahan emosi yang meletup-letup, bahkan remaja mudah terjerumus kedalam tindakan yang tidak bermoral seperti tawuran, mengejek-ejek temannya dan sebagainya. Emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai diri mereka dari pada pikiran yang realistis. Meskipun meningkatnya kemampuan kognitif dan kesadaran dari remaja dapat mempersiapkan mereka untuk dapat mengatasi regulasi emosional secara efektif, banyak remaja tidak dapat mengelola emosinya secara efektif. Sebagai akibatnya, mereka rentan marah, kurang mampu mengendalikan emosi, yang selanjutnya dapat memicu munculnya berbagai masalah dengan emosi negatifnya (Wauran *et al.*, 2021).

2.1.5 Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada saat atau sekitar satu periode tertentu dari kehidupan individu. Tugas-tugas perkembangan tersebut beberapa

diantaranya muncul sebagai akibat kematangan fisik, aspirasi budaya, aspirasi individu dan aspirasi norma agama (Latifah, Zwagery, Safithry, & Ngalimun, 2023). Munculnya tugas-tugas perkembangan, bersumber pada faktor-faktor berikut :

- 1) Kematangan fisik
 - (1) Belajar berjalan karena kematangan otot-otot kaki.
 - (2) Belajar bertingkah laku, bergaul dengan jenis kelamin yang berbeda pada masa remaja karena kematangan organ-organ seksual.
- 2) Tuntutan masyarakat secara kultural
 - (1) Belajar membaca
 - (2) Belajar menulis
 - (3) Belajar berhitung
 - (4) Belajar berorganisasi
- 3) Tuntutan dari dorongan dan cita-cita individu sendiri
 - (1) Memilih pekerjaan
 - (2) Memilih teman hidup
- 4) Tuntutan norma agama
 - (1) Taat beribadah kepada Allah
 - (2) Berbuat baik kepada sesama manusia

2.2 Konsep Bullying

2.2.1 Definisi

Bullying atau adalah suatu tindakan kekerasan yang berupa ancaman, ejekan, pelecehan dan kekerasan fisik yang dilakukan oleh satu anak atau beberapa anak yang

merasa dirinya lebih kuat terhadap anak lain. Menurut (Si & Maqfirah, 2022) bahwa *bullying* merupakan suatu bentuk kenakalan remaja yang disebabkan oleh keagresifitasan pelaku yang dilakukan secara berulang oleh kelompok ataupun individu yang berupa keagresifan fisik, psikis atau melalui kata-kata dalam suatu komunitas sehingga menimbulkan rasa ketidaknyamanan para korban.

Bullying adalah suatu situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh individu atau kelompok. Perilaku *bullying* dapat diartikan sebagai melukai baik fisik maupun mental yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang kepada orang lain secara berulang-ulang. Terjadi ketidak seimbangan kekuatan antar perilaku tersebut. Proses terjadinya *bullying* diawali dari sebuah peristiwa yang menyebabkan timbulnya emosi negatif, selanjutnya emosi tersebut membawa seseorang pada pilihan untuk mengatasi, melarikan diri atau menantang. Aspek inilah yang dianggap serius karena menjadi akar dari timbulnya perilaku agresif (Noviyanti Rachman *et al.*, 2023). Perilaku ini bisa berkembang dengan saling olok mengolok, bercanda. Tetapi lama kelamaan menjadi frontal bahkan sudah mulai rasis dan mengandung SARA. Akhirnya menimbulkan hal-hal yang tidak diinginkan dan tak terduga seperti penindasan, pengeroyokan, pemukulan dan hal-hal yang merusak psikis atau mental seseorang (Wa Ode Nova *et al.*, 2023).

Bullying adalah kekerasan fisik dan psikologis jangka panjang, yang dilakukan oleh satu individu atau kelompok, terhadap seseorang yang tidak mampu melindungi dirinya. Pada dasarnya *bullying* merupakan perilaku agresif dan merendahkan yang dilakukan oleh satu individu atau sekelompok individu terhadap yang lain, baik secara

fisik, verbal, maupun melalui media sosial (Permadi & Junaedi, 2024).

2.2.2 Jenis - jenis *Bullying*

Menurut (Sahbani & Yandi, 2023). Bahwa tindakan *bullying* dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu :

1) *Bullying* Fisik

Bullying merupakan *bullying* yang tampak dan dapat diidentifikasi diantara bentuk penindasan. Jenis penindasan secara fisik diantaranya adalah memukul, mencekik, menyikut, meninju, menggigit, memiting, meludahi serta mencakar anak yang ditindas sampai pada posisi yang paling menyakitkan.

2) *Bullying* Verbal

Kekerasan verbal adalah bentuk Tindakan yang paling sering digunakan, baik anak remaja perempuan maupun anak remaja laki-laki. Kekerasan verbal mudah dilakukan dan dapat dibisikkan dihadapan orang.

3) *Cyberbullying*

Jenis ini merupakan bentuk *bullying* terbaru yang semakin berkembang seiring dengan kemajuan teknologi, internet, dan media sosial. Intinya, korban terus-menerus menerima pesan-pesan negatif dari pelaku *bullying*, baik melalui pesan teks, pesan di internet, atau *platform* media sosial lainnya.

4) *Bullying* Mental atau Psikologis

Merupakan jenis *bullying* yang paling berbahaya karena tidak kasat mata ataupun telinga kita karena lebih mengarah pada mental korban. Berikut ini beberapa contoh yang termasuk dalam *bullying* jenis ini seperti memandang sinis, memandang penuh

ancaman, mendiamkan, meneror lewat pesan pendek, memandang yang merendahkan, melototi dan mencibir. Jenis *bullying* ini menimbulkan dampak negatif yang hampir sama dengan jenis *bullying* verbal. Dimana *bullying* jenis ini membuat para korbannya seperti serba salah atas segala tindakan dan tingkah lakunya ketikadilihat oleh pelaku, sehingga korban merasatakut ketika melakukan apa-apa karena merasa bahwa semua yang dilakukannya adalah perbuatan yang salah dimata orang lain (Sari & Yendi, 2019).

2.2.3 Faktor - Faktor yang Menyebabkan *Bullying*

Menurut Fatmawati *et al.*, (2024) ada beberapa bentuk dari faktor penyebab *bullying* yaitu sebagai berikut :

1) Faktor Internal :

(1) Faktor Emosi

Remaja melakukan tindakan *bullying* seringkali disebabkan karena temannya juga melakukan hal yang sama, sehingga dia membalasnya dengan hal yang sama bahkan lebih. Selain itu, emosi yang tidak terkontrol juga menyebabkan dia sering melakukan *bullying* terutama pada siswa yang lemah dan juga adanya kekuasaan (Isnaeni *et al.*, 2023).

(2) Faktor Usia

Usia juga mempengaruhi bagaimana seorang anak melakukan Tindakan *bullying*. Anak-anak dan remaja yang menjadi korban *bullying* mungkin lebih mudah mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, atau penurunan harga diri (Isnaeni *et al.*, 2023).

(3) Faktor Jenis kelamin

Faktor jenis kelamin merujuk pada perbedaan biologis dan sosial antara laki-laki dan perempuan yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan, mulai dari kesehatan, perilaku, hingga peluang sosial dan ekonomi (Isnaeni *et al.*, 2023).

2) Faktor Eksternal :

(1) Keluarga

Keluarga merupakan agen sosialisasi pertama dan utama bagi pertumbuhan dan perkembangan seorang anak, sehingga peran dan fungsi keluarga menjadi sangat penting dan bertanggung jawab terhadap tumbuh kembang anak. Dalam hal peran dan fungsi orangtua terhadap anak, sangat berhubungan dengan pola pengasuhan orangtua terhadap tumbuh kembang anaknya.

(2) Kelompok Teman Sebaya

Pengaruh teman sebaya merupakan pengaruh yang cukup dominan terhadap tindakan *bullying*, karena remaja akan menghabiskan waktunya bersama teman-teman sebayanya. Remaja identik dengan pencarian jati diri, mereka akan mendapatkan banyak masukan atau pengaruh dari teman-temannya yang nantinya akan membentuk pola perilaku mereka. Dalam proses pencarian jati diri, biasanya remaja lebih sering membuat suatu kelompok atau dinamakan genk bersama teman-temannya yang memiliki satu tujuan. Sebenarnya sah-sah saja jika para remaja membentuk sebuah genk jika itu tidak merugikan atau berdampak negatif bagi dirinya atau orang lain, yang akan jadi masalah adalah ketika mereka membentuk sebuah genk yang justru banyak dampak negatifnya dan sering membuat masalah.

(3) Faktor Media Massa

Sosial media sudah menjadi racun bagi kebanyakan remaja saat ini. Dampak positif dari penggunaan sosial media bagi pelaku *bullying* adalah untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman-temannya, mereka juga membuat grup kelas untuk mengetahui terkait info apa saja dari sekolahnya. Adapun dampak negatif sosial media adalah mereka akan menjadi individu yang apatis karena terlalu fokus pada *handphone* dan tidak peka terhadap lingkungannya.

2.2.4 Dampak *Bullying*

Menurut Setiani *et al.*, (2024) *Bullying* memiliki potensi serius untuk mempengaruhi kesehatan psikologis siswa dengan dampak termasuk trauma, kehilangan kepercayaan diri, gangguan kecemasan, penurunan prestasi dan depresi.

1) Trauma

Trauma akibat *bullying* dapat berlangsung dalam jangka waktu yang lama, mencakup perasaan tidak aman, kurangnya kepercayaan terhadap orang lain, dan perasaan tidak berdaya. Individu yang menjadi korban mungkin mengalami ingatan traumatis atau *flashback* terkait pengalaman intimidasi, yang berpotensi memicu tingkat kecemasan dan stres yang tinggi.

2) Kehilangan Percaya Diri

Bullying yang terjadi secara terus menerus dapat mengakibatkan menurunnya kepercayaan diri pada korban. Korban *bullying* dapat merasa malu dan tidak nyaman berinteraksi dengan orang lain. Mereka merasa minder dengan orang yang menindasnya dan merasa tidak layak untuk mencoba aktivitas tertentu. Hilangnya rasa

percaya diri ini dapat mempengaruhi aspek lain dalam kehidupannya seperti mereka ragu mencoba hal baru atau takut bertemu teman baru.

3) Mengalami Gangguan Kecemasan

Gangguan kecemasan, atau perasaan takut yang muncul pada waktu-waktu tertentu dan melebihi batas wajar. Banyak korban yang sering dilecehkan oleh temannya merasa takut dan khawatir saat korban berkumpul dengan orang lain.

4) Penurunan Prestasi Siswa

Bullying dapat mengakibatkan penurunan prestasi siswa melalui berbagai mekanisme. Para korban *bullying* cenderung mengalami tingkat stres yang mengganggu konsentrasi dan fokus mereka dalam proses belajar, berdampak pada performa kognitif dan daya ingat. Selain itu, *bullying* juga dapat menghancurkan motivasi siswa untuk belajar, menyebabkan kehilangan minat terhadap pendidikan secara keseluruhan.

5) Depresi

Pengalaman *bullying* secara berkelanjutan dapat merusak kesejahteraan emosional siswa, menciptakan rasa tidak aman dan stres yang berkontribusi pada gejala depresi. Selain itu, *bullying* sering kali menyebabkan perasaan isolasi sosial, membuat siswa korban merasa terasing atau kesulitan menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Keadaan sosial yang kurang mendukung ini dapat menjadi faktor risiko dalam perkembangan depresi.

2.3 Konsep *Emotional Regulation*

2.3.1 Definisi

Emosi merupakan rangkaian situasi, perhatian, penilaian dan respon seseorang terhadap situasi tertentu. Emosi ini berujung pada sebuah reaksi seseorang ketika berada dalam rangkaian tersebut. Adapun regulasi emosi adalah tindakan seseorang dalam mengelola emosi yang dimilikinya (Thalib *et al.*, 2023). Emosi dapat berupa respon positif maupun negatif. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan, meningkatkan atau menurunkan emosinya.

Regulasi emosi sangat penting bagi semua orang, terkhusus dalam hal ini bagi remaja. Dalam akademik, regulasi emosi dapat meningkatkan resiliensi akademik siswa (Sembiring & Tarigan, 2022). Hal ini dapat membuat siswa mampu mempertahankan pencapaian mereka dalam proses pembelajaran meskipun seringkali hambatan juga ditemui. Dengan hasil kesabaran juga mudah dihadirkan selama belajar jika siswa mempunyai regulasi yang baik (Wulandari & Khusumadewi, 2021). Tidak hanya akademik, dalam kehidupan sehari-hari, remaja yang mempunyai regulasi emosi yang baik dapat terhindar dari adiksi penggunaan media sosial yang tidak efektif (Supriadi & Hatta, 2021). Hal tersebut juga berpengaruh terhadap menurunnya perilaku cyberbullying pada remaja awal (Widyayanti *et al.*, 2022). Selain itu, regulasi emosi juga dapat menstabilkan rasa *insecure attachment* dan perilaku agresif mereka (Baiduri *et al.*, 2023) Itulah mengapa regulasi emosi sangat bermanfaat bagi remaja.

2.3.2 Aspek – Aspek *Emotional Regulation*

Menurut Deni & Ifdil (2016) individu yang memiliki regulasi emosi yang tinggi

akan terlibat tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat. Sedangkan individu yang rendah emosi regulasi akan mempertegas rasa ketidakmampuan dalam menghadapi situasi. Menurut Lauster (Gufron & Risnawita, 2016; Fitri *et al.*, 2018) diantaranya adalah:

1) Keyakinan kemampuan emosi

Merupakan sikap positif seseorang tentang emosi yang dimana individu mampu secara sungguh-sungguh mampu melakukan akan apa yang dilakukannya. Remaja yang memiliki kemampuan emosi akan mampu melakukan suatu tindakan sesuai dengan kemampuannya tanpa khawatir pandangan orang lain.

2) Optimis

Sikap positif ini dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang dirinya dan kemampuannya. Sikap ini mem orang yang optimis adalah orang yang berpengharapan membantu remaja dalam mengatasi rasa takut, menghadapi situasi, dan memikirkan masa depan. Berbanding terbalik dengan pesimis. Remaja yang pesimis enggan dan penuh dengan keraguan menyebabkan kegagalan itu sendiri padahal kemampuannya mumpuni.

3) Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu dengan kebenaran semestinya, bukan kebenaran secara pribadi atau dirinya sendiri. Individu yang memiliki aspek ini mampu menentukan perkiraan yang tepat terhadap dirinya sendiri, lingkungannya, dan bahaya yang dihadapinya. Sehingga ia mampu menghadapi realita yang ada.

4) Bertanggung jawab

Bertanggung jawab merupakan kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. Hal ini perlu dimiliki oleh remaja dalam masa perkembangannya sehingga anak mengerti apa yang dilakukannya, menjadi peka terhadap diri dan lingkungannya, mampu mengambil keputusan dalam situasi apapun.

5) Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan kenyataan. Individu mampu merencanakan keinginannya dan masa depannya berdasarkan realita yang mampu dicapainya. Remaja yang memiliki aspek ini mampu membuat tujuan hidup yang dapat dilakukannya, merencanakan masa depan, dan memiliki keyakinan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

2.3.3 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Emotional Regulation*

Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi berdasarkan Salovey & Sluyter dalam Yudiyaputra (2023) antara lain sebagai berikut:

1) Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin juga mempengaruhi strategi regulasi emosi yang digunakan seseorang. Laki-laki cenderung menyalahkan diri sendiri saat meregulasi emosi, sedangkan Wanita lebih sering menyalahkan orang lain.

2) Usia

Semakin seseorang bertambah usia, semakin dewasa dia dan semakin baik strategi regulasi emosi yang digunakannya.

3) Pola Asuh Orang tua

Cara orang tua mempengaruhi anak mereka dalam mensosialisasikan perasaan dan pikiran mengenai emosi juga berpengaruh terhadap strategi regulasi emosi yang digunakan anak tersebut.

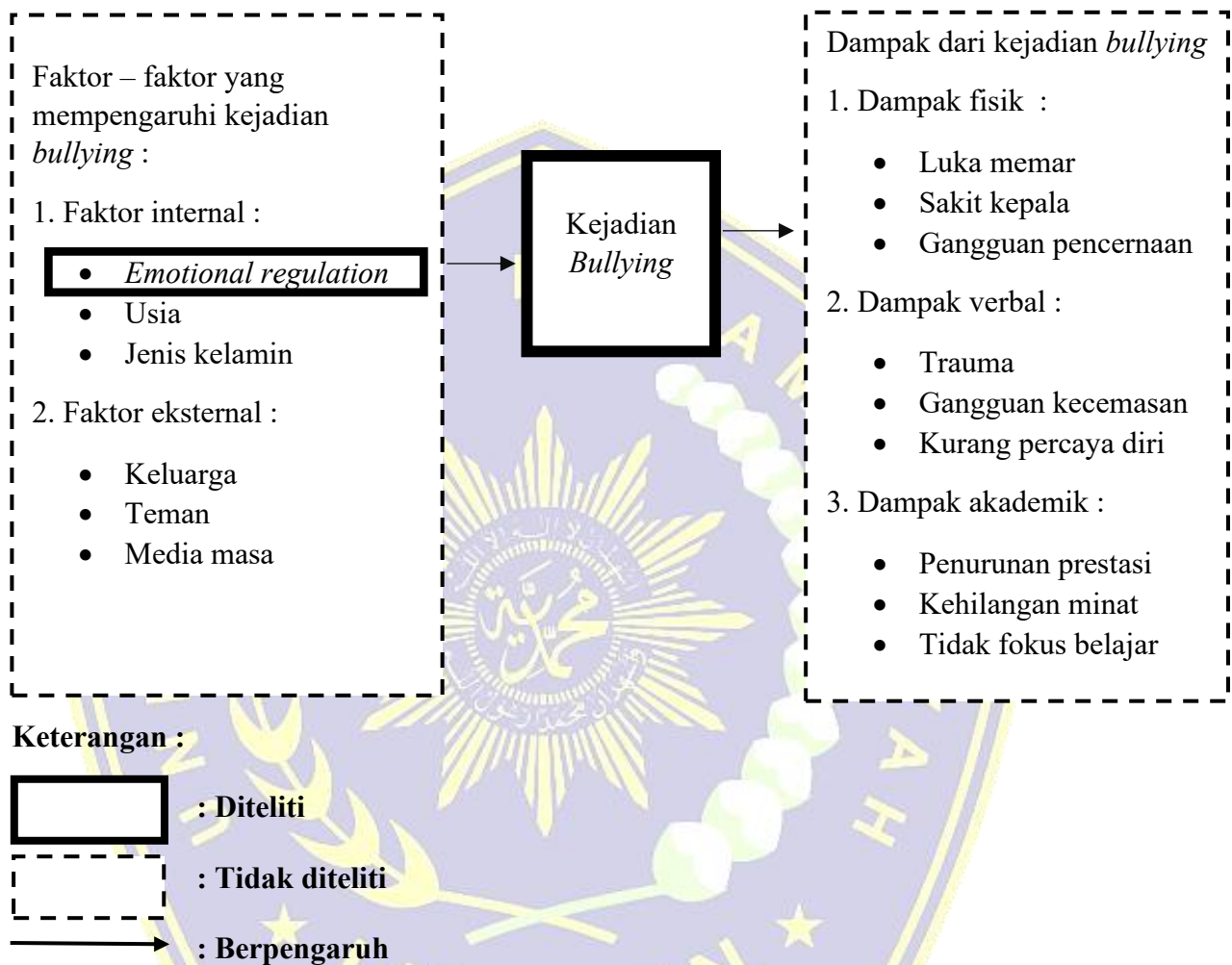
4) Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal individu juga memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi. Emosi meningkat ketika individu berinteraksi dengan lingkungan dan orang lain dalam upaya mencapai tujuan. Emosi positif cenderung meningkat ketika individu mencapai tujuan, sementara emosi negatif cenderung meningkat ketika individu mengalami kesulitan dalam mencapai tujuan.



2.4 Kerangka Konsep

Kerangka Konsep pada penelitian ini adalah :



Gambar 2. 1 Kerangka Konsep Hubungan Emotional Regulation Dengan Kejadian Bullying

Dari gambar di atas dapat dijelaskan bahwa faktor - faktor yang mempengaruhi kejadian *bullying*, yaitu : 1) Faktor Internal 2) Faktor Eksternal.

Kejadian *bullying* menyebabkan beberapa dampak, yaitu : 1) Dampak fisik 2) Dampak verbal 3) Dampak akademik. Dalam penelitian ini faktor yang mempengaruhi

kejadian *bullying* adalah faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal terdiri dari faktor *emotional regulation*, faktor usia dan faktor jenis kelamin. Faktor eksternal terdiri dari faktor keluarga, faktor teman dan faktor media masa. Kejadian *bullying* menyebabkan beberapa dampak, yaitu dampak fisik, dampak verbal dan dampak akademik. Dampak fisik terdiri dari luka memar, sakit kepala dan gangguan kecemasan. Dampak verbal terdiri dari trauma, kurang percaya diri dan gangguan kecemasan. Dampak akademik terdiri dari penurunan prestasi, kehilangan minat dan tidak fokus belajar. Dalam penelitian ini peneliti menganalisis hubungan *emotional regulation* dengan kejadian *bullying*.

2.5 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah :

- H0 : Tidak ada Hubungan *Emotional Regulation* dengan Kejadian Bullying pada Remaja
- H1 : Ada Hubungan *Emotional Regulation* dengan Kejadian Bullying pada Remaja