

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP PERILAKU  
*BULLYING* PADA SANTRI ASRAMA NAFAHATUL  
MUSHAHADAH PONDOK PESANTREN DARUSSALAM PUTRI  
SELATAN BLOKAGUNG KABUPATEN BANYUWANGI**

**SKRIPSI**



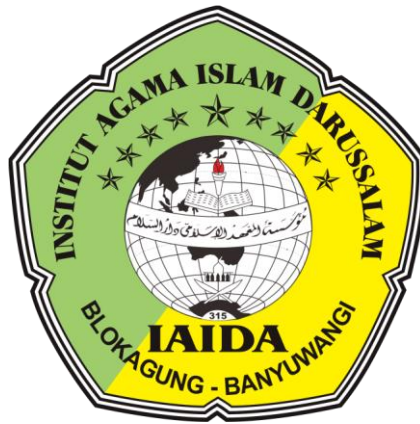
Oleh:

**AMIMATUS SABILAH**  
NIM: 17122110006

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM  
BLOKAGUNG BANYUWANGI  
JULI 2021**

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP PERILAKU  
*BULLYING* PADA SANTRI ASRAMA NAFAHATUL  
MUSHAHADAH PONDOK PESANTREN DARUSSALAM PUTRI  
SELATAN BLOKAGUNG KABUPATEN BANYUWANGI**

**SKRIPSI**



Oleh:

**AMIMATUS SABILAH**  
NIM: 17122110006

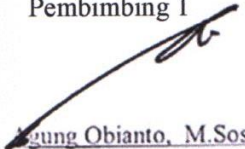
**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM  
BLOKAGUNG BANYUWANGI  
JULI 2021**

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku *Bullying* pada Santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi” yang ditulis oleh Amimatus Sabilah ini, telah disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian Skripsi.

Blokagung, 22 Juli 2021

Pembimbing 1



Agung Obianto, M.Sos.

NIPY: 3151113018701

## PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku *Bullying* pada Santri Asrama Nafahatul Mushahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi” yang ditulis oleh Amimatus Sabilah ini, telah dipertahankan di depan dewan penguji Skripsi Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi pada hari sabtu tanggal 24 Juli 2021 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

### DEWAN PENGUJI

1. Ketua Penguji : Agung Obianto, M.Sos.

3151113018701

2. Anggota :

a. Penguji I : Nur Hafifah, S.ag., M.Sos.

3151601037201

b. Penguji II : Moh. Imam Khaudli, S.Pd.I.,M.Si.

3150813038301

Blokagung, 12 Agustus 2021

Mengesahkan

Dekan



Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom.

NIPY: 3150128107201

## ABSTRAK

Amimatus Sabilah, 2021. Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku *Bullying* pada Santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Institut Agama Islam Darussalam Blokagung – Banyuwangi. Pembimbing Agung Obianto, S.Sos.I, M.Sos.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Perilaku *Bullying*.

Penelitian ini dilatar belakangi adanya permasalahan yang muncul pada santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan, Beragam tingkatan santri yang ada di dalam Pondok Pesantren mulai dari tempat tinggal yang berbeda-beda, usia, sosial keluarga yang bermacam-macam, serta banyaknya cara setiap individu santri dalam beradaptasi dengan lingkungan Pondok Pesantren. Tak terkecuali proses interaksi antar santri yang tidak selalu berjalan dengan lancar. Setiap santri pasti mengalami masalah-masalah yang terkadang menyakiti satu sama lain.

Sejiwa dalam kutipan bukunya mendiskripsikan bahwa *Bullying* merupakan sebuah situasi di mana terjadinya penyalagunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukakn oleh seseorang/kelompok. Seseorang yang kuat disini tidak hanya kuat dalam ukuran fisik, akan tetapi juga kuat secara mental. Regulasi emosi dimiliki oleh individu yang bisa berfikir secara matang dan obyektif, sehingga individu dapat mengendalikan emosinya dengan baik. Santri yang tinggal di pondok pesantren tidak sedikit santri yang belum bisa mengontrol emosi. Sehingga peran regulasi emosi sangat penting untuk menanggulangi terjadinya perilaku *Bullying*, hadirnya penelitian ini untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *Bullying* pada santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi.

Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah *Explanatory research*. Selain itu penelitian ini juga menggunakan pendekatan kualitatif untuk memperkuat hasil analisis data. Populasi dalam Penelitian ini adalah Santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi. Teknik pengumpulan data yang digunakan observasi, angket dan wawancara. Rumus yang digunakan penelitian ini jika data yang di hasilkan berdistribusi normal, maka digunakan regresi linier sederhana Namun jika data yang dihasilkan tidak berdistribusi normal, maka akan digunakan alat analisis Regresi Non Parametrik dengan menggunakan model regresi spline.

## ABSTRACT

Amimatus Sabilah, 2021. The Effect of Emotion Regulation on Bullying Behavior in Darussalam Putri Islamic Boarding School Students South Blokagung Banyuwangi. Islamic Guidance and Counseling Study Program, Darussalam Islamic Institute, Blokagung – Banyuwangi. Supreme Advisor Obianto, S.Sos.I, M.Sos.

Keywords: Emotion Regulation, Bullying Behavior.

This research is motivated by the problems that arise in the students of the Darussalam Putri Selatan Islamic Boarding School, the various levels of students in the Islamic Boarding School starting from different places of residence, ages, various social families, as well as the many ways each individual student in adapt to the Pondok Pesantren environment.

The process of interaction between students is no exception, which does not always run smoothly. Every student must experience problems that sometimes hurt each other. Sejiwa in his book quote describes that Bullying is a situation where there is an abuse of power/power by a person/group. Someone who is strong here is not only strong in physical size, but also strong mentally. Emotional regulation is owned by individuals who can think carefully and objectively, so that individuals can control their emotions well. There are not a few students who live in Islamic boarding schools who cannot control their emotions.

So that the role of emotional regulation is very important to overcome the occurrence of bullying behavior, the presence of this study is to determine and analyze the effect of emotional regulation on bullying behavior in students of the Darussalam Putri Selatan Islamic Boarding School Blokagung Banyuwangi Regency. This research uses quantitative method. The type of research used is Explanatory research. In addition, this study also uses a qualitative approach to strengthen the results of data analysis. The population in this study was the students of the South Darussalam Islamic boarding school, Blokagung Banyuwangi. Data collection techniques used observation, questionnaires and interviews. The formula used in this study if the data produced is normally distributed, then simple linear regression is used. However, if the resulting data is not normally distributed, the non-parametric regression analysis tool will be used using a spline regression model.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji pada Allah Swt, skripsi ini hanya bisa selesai semata karena rahmat, ridho dan kasihnya.

Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada nabi Muhammad SAW yang menjadi teladan bagi umatnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tulus dan ikhlas kepada:

1. Dr. H. Ahmad Munib Syafa'at, Lc., M.E.I. Selaku Rektor Institut Agama Islam Darussalam.
2. Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
3. Halimatus Sa'dyah, Selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam.
4. Agung Obianto, S.Sos.I, M.Sos. Selaku dosen pembimbing dalam kepenulisan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Tegalsari Banyuwangi.
6. Keluarga besarku ibu bapak dan kakak yang senantiasa selalu mendukung serta mensupport selama masa perkuliahan sampai dengan puncak tugas akhir ini kalian adalah kekuatan di setiap langkah mimpi-mimpi ku.

7. Sahabat BKI seperjuangan selama 8 semester ini yang tetap bertahan sampai batas akhir dan selalu solid dalam kondisi apapun.
8. Sahabat dan juga keluarga, Maya Nur Af'idah yang selalu mendukung dalam setiap jerih payah masa perkuliahan ku, jasmu akan selalu terkenang.
9. Dan semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung telah menyumbangkan tenaga dan pikirannya demi terselesaikannya penulisan skripsi ini.

Tiada balas jasa yang dapat diberikan oleh penulis kecuali do'a kepada allah yang maha pemurah lagi maha pengasih, semoga kebaikan mereka semua mendapat balasan dari-nya.

Tiada gading yang tak retak, tiada manusia yang sempurna. Demikian juga dengan skripsi ini, tentunya masih ada kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis berharap akan kritik dan saran yang konstruktif. Dan atas segala kehilafan dalam penulisan skripsi ini penulis mohon maaf sebagai insan yang do'if.

Akhirnya kepada allah azza wajallah, penulis kembalikan segala suatunya dengan harapan semoga skripsi ini tersusun dengan ridho-nya serta dapat memberikan manfaat. *Amin Ya Robbal 'Alamin.*

**AMIMATUS SABILAH**  
NIM:17122110006



## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB – LATIN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Ruang lingkup penelitian.....	10
F. Definisi operasional.....	12
G. Sistematik Penelitian.....	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	15
A. Penelitian Terdahulu.....	15
B. Kajian Teori.....	19
C. Kerangka Konseptual.....	43
D. Hipotesis.....	44
BAB III METODE PENELITIAN.....	45
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	45
B. Populasi dan Sampel.....	45
C. Teknik Pengumpulan Data.....	46
D. Instrumen Penelitian.....	47

E. Validitas dan Reliabilitas.....	50
F. Analisis Data.....	56
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	59
A. Deskripsi Data .....	59
B. Pengujian Hipotesis .....	70
BAB V PEMBAHASAN .....	77
BAB VI PENUTUP .....	80
A. Kesimpulan.....	80
B. Saran.....	80
DAFTAR RUJUKAN .....	82
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	
CEK PLAGIASI .....	
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	
RIWAYAT HIDUP.....	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Indikator Variabel .....	11
Table 2.1 Perbedaan Dan Persamaan Penelitian .....	18
Table 3.1 Skor Alternatif Jawaban.....	48
Table 3.2 Kisi-Kisi Angket Regulasi Emosi .....	49
Table 3.3 Kisi-Kisi Angket Bullying .....	49
Table 3.4 Uji Validitas Regulasi Emosi .....	51
Table 3.5 Uji Validitas Bullying .....	52
Table 3.6 Uji Realibilitas Regulasi Emosi .....	55
Table 3.7 Uji Realibilitas Bullying .....	55
Table 4.1 Jadwal Aktifitas Harian Santri .....	66
Table 4.2 Daftar Pengurus Asrama Nafahatul Musyahadah .....	67
Table 4.3 Daftar Nama Responden Santri Asrama Nafahatul Musyahadah .....	68
Table 4.4 Uji Normalitas .....	70
Table 4.5 Uji Linieritas .....	71
Table 3.6 Uji Anova .....	72
Table 4.7 Hasil Uji Koefisien Regresi .....	73
Table 4.8 Uji Korelasi .....	75
Table 4.9 Uji Koefisien Determinasi .....	76

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual .....	43
Gambar 1.2 Wawancara Bersama Bidang Keasramaan	
Gambar 1.3 Wawancara Bersama Kepala Asrama NF. Msyahadah	

## TRANSLITERASI ARAB – LATIN

Untuk kata yang sudah diserap atau sering digunakan dalam bahasa Indonesia, penulisannya disesuaikan dengan ejaan yang berlaku dalam bahasa Indonesia. Untuk kata yang belum diserap atau jarang digunakan dalam bahasa Indonesia, penulisannya sesuai dengan ketentuan sebagai berikut:

Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab
`	ا	Z	ز	q	ق
b	ب	s	س	k	ك
t	ت	sy	ش	l	ل
ts	ث	sh	ص	m	م
j	ج	d	ض	n	ن
h	ح	t	ط	h	ه
kh	خ	z	ظ	w	و
d	د	‘	ع	`	ء
z	ذ	g	غ	Y	ي
r	ر	f	ف	-	-

Catatan :

1. Kosonan yang bersyaddah ditulis dengan rangkap misalnya ; ربنا ditulis rabbana.
2. Vokal panjang (mad) ; Fathah (baris di atas) di tulis a, kasroh (baris dibawah) di tulis i, serta dammah (baris di depan) di tulis u. Misalnya ; القارعة ditulis al-qari'ah, المساكين ditulis al-masakin, المفلحون ditulis al-muflihun.

3. Kata sandang alif + lam (ال)

Bila di ikuti huruf qamariyah di tulis al, misalnya ; الكافرون ditulis al-kafirun. Sedangkan, bila di ikuti oleh huruf syamsiyah, huruf lam diganti dengan huruf yang mengikutinya, misalnya ; الرجال ditulis ar-rijal.

4. Ta' marbutah (ة)

Bila terletak diakhir kalimat, ditulis h, misalnya ; البقرة ditulis al-baqarah.

Bila ditengah kalimat ditulis t, misalnya ; زكاة المال ditulis zakat al-mal, atau

سورة النساء ditulis surat al-nisa'.

5. Penulisan kata dalam kalimat dilakukan menurut tulisannya, misalnya;

وهو خير اذقين ditulis wahu wakhairar-Raziqin.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan lingkungan yang mencakup materi dan stimuli diluar dan didalam diri individu, baik yang bersifat fisiologi, psikologi maupun sosio-kultural<sup>1</sup>. Pendidikan berguna untuk mewujudkan keinginan, kebutuhan dan kemampuan individu dalam berperan aktif dalam kehidupan, sehingga dapat tercapainya pola hidup pribadi produktif dan sosial yang baik. pesantren merupakan lembaga pendidikan tertua yang melekat dalam perjalanan jejak kehidupan indonesia sejak ratusan silam, Pondok pesantren merupakan salah satu budaya asli Indonesia, yang berkembang dan berproses seiring berjalannya Islam di Nusantara. Pondok pesantren merupakan pendidikan yang diselenggarakan oleh pesantren dan berada di lingkungan pesantren dengan mengembangkan kurikulum sesuai dengan kekhasan pesantren dengan berbasis kitab kuning atau dirasah islamiah dengan pola pendidikan muallimin<sup>2</sup>.

Pendidikan di dalam Pondok Pesantren, berbeda dengan sekolah-sekolah negeri pada umumnya, karena santri dituntut secara aktif dalam mengembangkan potensi dalam dirinya agar memiliki pengetahuan keagamaan yang tinggi, pengendalian diri yang kuat, dan memiliki akhalqul karimah. Karena Pondok

---

<sup>1</sup> Muhamad ali ramadhani (lingkungan pendidikan dalam implementasi pendidikan karakter), *jurnal pendidikan Universitas Garut*, (Vol;08;No.01;2014;28-37) (2014), <https://journal.uniga.ac.id/index.php/JP/article/view/69/7034>(diakses, 16:2021).

<sup>2</sup> DPRRI (Undang-undang tentang Pesantren) Bab 1 Pasal 1 No 2 ketentuan umum

Pesantren adalah satu-satunya lembaga pendidikan Islam yang mencetak kader-kader penerus umat yang tangguh dalam pengembangan Islam. Perkembangan zaman yang semakin hari semakin pesat, Pondok Pesantren telah mengalami penyesuaian-penyesuaian sesuai perubahan sosial yang ada di dalam masyarakat saat ini, tanpa meninggalkan adat dan ciri khas yang dimiliki Pondok Pesantren sebagai khasanah tradisi budaya bangsa, ditengah hiruk pikuk industrialisasi dan modernisasi<sup>3</sup>.

Nilai-nilai keagamaan yang di ajarkan di pesantren bertujuan membentuk kepribadian santri yang sesuai dengan standar moral yang berlaku di masyarakat. Namun yang terjadi kenyataannya bahwa penanaman nilai moral tidak selamanya dapat menekan perilaku kekerasan atau *bullying* di kalangan santri. Ini disebabkan adanya kegagalan pembentukan moral benar atau salah, maka tidaklah heran apabila diantara para santri masih banyak yang melakukan perilaku *Bullying* <sup>4</sup>. Beragam tingkatan santri yang ada didalam Pondok Pesantren mulai dari tempat tinggal yang berbeda-beda, usia, sosial keluarga yang bermacam-macam, serta banyaknya cara setiap individu santri dalam beradaptasi dengan lingkungan Pondok Pesantren.

Tidak memandang usia santri remaja dipondok pesantren putri selatan yang masih belum bisa bersikap seimbang atas perilaku terhadap lingkungan

---

<sup>3</sup> Ratna Wulan Sari , (Budaya Pesantren dalam Membentuk Prilaku Islami Santri di Pesantren Al azar lubuklinggau ) , *Nuansa Jurnal Studi islam* , (Vol.XII,No. 1, Juni, 2019)

<sup>4</sup> Hasanah Uswatun, (Hubungan Riligiuitas dan Regulasi Emosi Pada Perilaku Bullying Di Pesantren) *Universitas Medan Area*, (12 Agustus 2016) 6.  
<http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/7190>,(diakses 14:2021).



sosialnya, sehingga menimbulkan proses interaksi antar santri yang tidak selalu berjalan dengan lancar. Setiap santri pasti mengalami beberapa masalah yang terkadang menyakiti satu sama lain. berbeda jenis permasalahan yang timbul di beberapa asrama, contoh yang sering terjadi disekitar lingkungan asrama tersebut ialah ada beberapa santri yang berperilaku sedikit menyimpang atau disebut juga perilaku *Bullying Verbal*. Menurut mereka bersikap demikian tidak menimbulkan dampak apapun terhadap lingkungan. Mereka lebih memilih kesenangan yang mereka lakukan tanpa menyadari ada beberapa orang yang tersakiti atas perilaku mereka, seperti cenderung berkelompok atau berkuasa, serta mereka bangga dengan apa yang mereka miliki dan melakukan hal-hal yang tanpa sadar merugikan orang lain. Perilaku *Bullying Verbal* yang dilakukan terhadap remaja santri di lingkungan pondok pesantren mengakibatkan remaja santri tidak betah dan tidak fokus belajar. *Bullying Verbal* rentan terjadi kepada santri baru yang masih beradaptasi pada lingkungannya dan yang sering melakukan tindakan tersebut adalah mereka yang merasa sudah senioritas, berada di jajaran kepengurusan dan mereka yang merasa tua di pondok pesantren pernah melakukan perilaku yang tidak terpuji seperti mendorong, menunjuk, menggigit, melabrak, mencubit dan bertengkar, kerap terjadi di lingkungan pondok pesantren atau disebut dengan *Bullying* fisik, termasuk perkataan yang bersifat sindiran, cibiran, celaan, berkata kasar dan olok-mengolok.

*Bullying* merupakan sebuah situasi di mana terjadinya penyalagunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang/kelompok. Seseorang yang

kuat disini tidak hanya kuat dalam ukuran fisik, akan tetapi juga kuat secara mental. Dalam hal ini korban *bullying* tidak mampu mengelak atau membela dirinya dikarenakan lemah secara fisik atau mental<sup>5</sup>. mengemukakan bahwa peristiwa penindasan dilingkungan sosial merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh sekelompok atau orang yang berkuasa terhadap orang yang lemah dengan tujuan ingin menyakiti orang tersebut di lingkup pondok pesantren. Hal ini merupakan tindakan yang sangat tercela terutama bagi santri yang bernaungan pondok pesantren, sebagai santri kita tidak boleh saling mendzalimi antar sesama walaupun dia terlihat lemah boleh jadi orang yang kita cela lebih baik dari seseorang yang mencela Seperti halnya yang telah di jelaskan didalam Al-Qur'an surat Al-Hujurat ayat 11 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْنَ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللَّغَبِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ۝۱۱

*Artinya: “Hai orang-orang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan sekumpulan lainnya, boleh jadi yang di tertawakan lebih baik dari pada mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan yang lainnya, boleh jadi yang di rendahkan itu lebih baik. Dan jangan suka mencela dirimu sendiri dan jangan*

<sup>5</sup> Novia Maya Arista, (Studi Komparasi Perbandingan Dampak Media Sosial Terhadap Perilaku Bulliyng remaja) , *Jurnal Kesejahteraan keluarga dan Pendidikan* (Vol. 02 No. 02 ) (10,2015), 94. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jkpk/article/view/1583/1234>(diakses14:2021).

*memanggil dengan gelar yang mengandung ejekan, seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barang siapa yang tidak bertaubat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim” (Al-qur’an dan Terjemahnya, Tafsir Qur’an Kemenag Q.S 49:11)<sup>6</sup>.*

Allah menerangkan didalam Tafsir ini bahwa orang-orang mukmin merupakan saudara, ayat ini menjelaskan tuntutan agar persaudaraan itu tetap terjaga. Allah mengingatkan kaum mukmin supaya jangan ada suatu kaum mengolok-olokan kaum yang lain karena boleh jadi, mereka yang diolok-olokkan itu pada sisi Allah jauh lebih mulia dan terhormat dari mereka yang mengolok-olokkan. Allah melarang kaum mukminin mencela kaum mereka sendiri karena kaum mukminin semuanya harus dipandang satu tubuh yang diikat dengan kesatuan dan persatuan. Begitupun dengan kajian ilmu psikologi secara umum mempelajari gejala-gejala kejiwaan manusia yang berkaitan dengan pikiran, kehendak dan perasaan. Ungkapan Al-qur’an tentang emosi manusia digambarkan langsung bersama peristiwa yang sedang terjadi, serta terdapat kesan pada ayat-ayat tersebut adanya perbedaan yang tajam antara emosi positif dan emosi negatif. Misalnya seperti firman Allah SWT dalam surat Ar-rum ayat:36

---

<sup>6</sup> Kementrian Agama RI, (Al-Qur’an dan Terjemahnya tafsir Kemenag (Q.S 49:11)) *Risalah Muslim* [https://risalahmuslim.id/quran/al-hujurat/49-11/\(diakses15,4,2021\)](https://risalahmuslim.id/quran/al-hujurat/49-11/(diakses15,4,2021)).

هُمُ إِذَا أَيْدِيهِمْ قَدَمَتْ ۖ بِمَا سَبَّيْتَهُ تَصِيبُهُمْ وَإِنْ بِهَا فَرِحُوا رَحْمَةً النَّاسِ أَدْفَنَّا وَإِذَا  
يَقْنَطُونَ

*Artinya: Dan apabila Kami berikan sesuatu rahmat kepada manusia, niscaya mereka gembira dengan (rahmat) itu. Tetapi apabila mereka ditimpa sesuatu musibah (bahaya) disebabkan kesalahan yang telah dikerjakan oleh tangan mereka, seketika itu mereka berputus asa. Al-qur'an dan Terjemahnya, Tafsir Qur'an Kemenag (Q.S. ar-rum:36)<sup>7</sup>*

Ayat diatas dijelaskan bahwa perilaku kedua yang dapat mengantarkan manusia kepada kesyirikan adalah bila mereka diberi rahmat sedikit saja oleh Allah SWT, mereka lupa daratan. Akan tetapi, bila ditimpa kemalangan sedikit saja, mereka putus asa lalu ingkar. Oleh karena itu, manusia tidak boleh cepat terlena bila memperoleh kenikmatan dan tidak boleh cepat putus asa bila mendapat kesusahan<sup>8</sup>.

Emosi serta ekspresinya telah dimiliki manusia sejak dari awal kemudian diwariskan secara genetis dan terus berkembang akibat interaksi-interaksi yang dialami dalam hidupnya.<sup>9</sup> Setiap individu ataupun masyarakat memiliki aturan, kapan dan bagaimana seharusnya emosi itu ditampilkan dan kapan saat emosi itu tidak harus ditampilkan, ini adalah merupakan hal penting dalam kehidupan manusia, khususnya untuk mereduksi ketegangan

<sup>7</sup> Kementerian Agama RI, (Al-Qur'an dan Terjemahnya tafsir Kemenag (Q.S 30:36)

<sup>8</sup> Kementerian Agama RI, (Al-qur'an dan tafsir, (Jakarta:Lentera Abadi,2010), h.504.

<sup>9</sup> Alih B. purwakania hasan, *psikologi perkembangan islam*, (Jakarta: raja Grafindo Persada, 2008),hal.161

yang timbul akibat emosi yang memuncak.<sup>10</sup> Karena pengendalian atau pengaturan emosi (*emotional egulation*) sebenarnya telah dipelajari mulai dari bayi, ketika berinteraksi dengan ibunya, ibu menjadi model bagi bayi dalam mempelajari emosi, bayi meniru tanggapan emosional ibu terhadap berbagai situasi yang artinya regulasi emosi merupakan sebuah proses untuk mengelola emosi yang dapat mempengaruhi individu dalam hal mengekspresikan emosinya agar sesuai dengan keadaan lingkungannya<sup>11</sup>.

Regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang secara sadar maupun tidak sadar dalam mengelola emosi baik positif maupun negatif serta mampu mengekspresikannya dengan cara yang dapat diterima secara sosial. Regulasi emosi dianggap sebagai proses instrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab untuk memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi guna untuk mengarahkan dalam hal yang positif sesuai dengan lingkungan sekitarnya.

Regulasi emosi dimiliki oleh individu yang bisa berfikir secara matang dan obyektif, sehingga individu dapat mengendalikan emosinya dengan baik. Santri yang tinggal di pondok pesantren tidak sedikit santri yang belum bisa mengontrol emosinya atas tindakan tersebut, yang dapat meluapkan emosinya dalam bentuk kekerasan, sering terjadi dilingkup para santri terjadinya olok mengolok bahkan menyakiti dengan fisik dari individu atau kelompok, banyak tekanan hingga akhirnya memiliki perilaku-perilaku yang tak sesuai

---

<sup>10</sup> M.Darwis Hude, op.cit., h.256

<sup>11</sup> Aliyah B.purwakanian hasan, op.cit, h. 26

dengan norma-norma sosial dan sebagian usia mereka yang sudah mulai memasuki usia remaja, Masa ini merupakan segmen kehidupan paling penting dalam siklus perkembangan individu dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang sehat<sup>12</sup>. Sehingga, mereka juga harus faham terkait dengan pengelolaan emosi yang baik. Santri dengan tingkatan regulasi emosi yang tinggi dapat mencegah perilaku *Bullying* di kalangan santri. Salah satunya sebagai contoh santri pondok pesantren Darussalam putri selatan, perilaku *Bullying* kerap terjadi pada Asrama musyahadah baik fisik, verbal maupun psikis berbanding dengan asrama yang lainnya, sehingga asrama tersebut menjadi objek penelitian ini dengan Jumlah 66 santri memakai rumus Taro Yamahe dalam bukunya Marsono, menghasilkan 57 sampel yang digunakan. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka penelitian mengangkat sebuah judul **“Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku *Bullying* pada Santri Asrama Nafahatul Musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi”**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar belakang masalah diatas maka, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah Ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *Bullying* (Y) pada santri Asrama Nafahatul Musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi

---

<sup>12</sup> Khahim Zarkasih Putro, (Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja) Jurnal APLIKASIA, (Vol. 17, No. 1) (2017) hlm. 29. <http://ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/aplikasia/article/view/1362/1180>(diakses 14:2021)

### C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka tujuan Penelitian yang ingin dicapai adalah Untuk mengetahui dan menganalisis Pengaruh Regulasi emosi (X) terhadap perilaku *Bullying* (Y) pada Santri Asrama Nafahatul Musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi.

### D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan Membawa manfaat tersendiri secara teoritis maupun Secara praktis, adapun beberapa manfaat penelitian ini Sebagai Berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan Pemahaman serta bisa berkontribusi dalam mengembangkan keilmuan teori Regulasi Emosi dan Teori Perilaku *Bullying*.

#### 2. Manfaat Praktis

a. Santri Pondok Pesantren Darussalam Putri selatan Blokagung Banyuwangi

Hasil Penelitian ini di harapkan mampu memberikan pemahaman bagi santri putri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan tentang regulasi emosi yang harus diasah dan diaplikasikan terhadap dunia sosial serta dapat menjadi perbaikan dalam individu untuk berperilaku secara kemanusiaan.

- b. Pengurus keamanan dan ketertiban serta pengurus Pondok pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan sebuah pertimbangan permasalahan yang dialami santriwati dalam hal pemahaman Pengaruh regulasi emosi terhadap adanya perilaku *Bullying*. Kemudian hal tersebut dapat ditindak lanjuti untuk pemberian bimbingan kelompok maupun individu untuk mengurangi perilaku *Bullying* pada lingkup santri yang ada di Asrama Nafahatul Musyahadah pondok pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi.
- c. Penelitian Selanjutnya
- Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi dan sumbangan praktis untuk Penelitian lanjutan dalam mengembangkan teori terhadap masalah yang relevan khususnya mengenai ilmu psikologi umum dan psikologi sosial yang berhubungan dengan pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *Bullying*.

## **E. Ruang Lingkup Penelitian**

### **1. Variabel Penelitian**

Variabel adalah sesuatu yang berbentuk yang ditetapkan oleh peneliti dipelajari dengan seksama sehingga diperoleh informasi berupa data dan diolah dengan statistik variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.



Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen<sup>13</sup>.

- a. Variabel terikat (*Dependent Variabel*) Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah perilaku bullying (Y).
- b. Variabel bebas (*Independent Variabel*) Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi dan yang menjadi penyebab timbulnya variabel dependen Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah regulasi emosi (X).

Variabel independen yang digunakan adalah independen regulasi emosi (X) diukur dengan menggunakan 3 indikator yang sesuai dengan beberapa hal yang menandakan seseorang berperilaku regulasi emosi yaitu: ketenangan, kepekaan sosial, individu yang baik. Sedangkan dalam variabel dependen Prilaku Bullying (Y) diukur dengan menggunakan 4 indikator, yaitu: tujuan hidupnya adalah Mencaci teman, Saling ejek, dan main kekerasan.

## 2. Indikator Variabel

**Tabel 1.1 indikator variabel**

Variabel	Aspek	Indikator	Item
Regulasi emosi (X)	Strategies To Emotion Regulation (Strategies)	Mengatasi masalah dengan cara mengalihkan ke hal-hal positif	1, 2 , 3 , 13 , 14 , 15
		Mampu berfikir dan	

<sup>13</sup> Sugiyono *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta:2011)161.

	Engaging In Goal Directed Behaviors (Goals)	melakukan hal yang positif walaupun dalam keadaan buruk	4, 5, 6, 16, 17, 18
	Control Of Emotion Responses (Impuls)	Mampu mengontrol emosi dan menunjukkan respon emosi yang positif	7, 8, 9, 19, 20, 21
	Acceptance Of Emotion Responses (Acceptance)	Mampu menerima dan merasakan suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif	10, 11, 12, 22, 23, 24
Perilaku <i>Bullying</i> (Y)	Bullying fisik	1. Ditending 2. Dicubit 3. Ditampar 4. Dipukul 5. Merusak barang 6. Digigit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
	Bullying verbal	1. Dipanggil dengan nama buruk 2. Menyebarkan gosib 3. Diancam 4. menghina	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21
	Bullying psikis	1. Dikucilkan 2. Diabaikan 3. Dipermalukan	22, 23, 24, 25, 26, 27

## F. Definisi Operasional

Definisi operasional menurut Azwar adalah sebuah pengertian mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel yang dapat diamati. Definisi operasional ini dilakukan guna untuk menghindari kesalah pahaman dalam alur alat pengumpulan data.

### 1. Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang secara sadar maupun tidak sadar dalam mengelola emosi baik positif maupun negatif serta mampu

mengekspresikannya dengan cara yang dapat diterima secara sosial. Regulasi emosi dianggap sebagai proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi guna untuk mengarahkan dalam hal yang positif sesuai dengan lingkungan sekitarnya.

## **2. Perilaku *Bullying***

Perilaku *Bullying* merupakan perilaku menyimpang pada lingkungan sosial dibuktikan dengan sebuah situasi dimana terjadinya tindakan agresi atau pengucilan yang dilakukan dengan penuh kesadaran dan dilakukan secara berulang-ulang oleh individu atau kelompok kepada yang lebih lemah. Tindakan agresi ini dapat diartikan sebagai penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti seseorang sehingga merasa tertekan, trauma dan tidak berdaya.

## **G. Sistematika Penulisan**

Bab I : Pendahuluan yang isinya meliputi latar belakang masalah, batasan masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, ruang lingkup penelitian berupa variabel penelitian dan indikator variabel, definisi operasional dan sistematika penulisan.

Bab II : Kajian pustaka, yang isinya meliputi penelitian terdahulu, kajian teori, kerangka konseptual, dan hipotesis.

Bab III : Metode penelitian, yang isinya pendekatan dan jenis penelitian, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, instrument penelitian, validitas dan reliabilitas instrument, dan analisis data.

Bab IV : Hasil penelitian yang isinya paparan data atau deskripsi data, analisis dan pengujian hipotesis.

Bab V : pembahasan berisi hasil penelitian.

Bab VI : Penutup berisi kesimpulan dan saran

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Penelitian Terdahulu**

Penelitian Mengenai Pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku bullying pada Santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan telah dilakukan observasi oleh peneliti terdahulu yang berkaitan salah satu diantaranya adalah **“Efektivitas Pelatihan Regulasi Emosi untuk Menurunkan Perilaku Bullying pada Siswa SMP”** oleh Samurya Rahmadhony Jurnal Magister Psikologi UMA, Vol.12 (2), 12:2020. tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas pelatihan regulasi emosi untuk menurunkan perilaku *bullying* pada siswa SMP. Metode yang di gunakan penelitian adalah Kuantitatif dengan metode eksperimen. Tipe eksperimen yang dilakukan yakni pre-eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest design*. Variabel yang diteliti yakni perilaku bullying sebagai variabel dependen dan pelatihan regulasi emosi sebagai variabel independen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i SMP ABC kelas IX B Surabaya. Sampel penelitian yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*, yaitu sample yang ditentukan dengan pertimbangan tertentu, dalam hal ini berdasarkan guru BK yaitu siswa/i kelas IX B sebanyak 28 orang, yang diantaranya 15 orang laki-laki dan 13 orang perempuan. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pelatihan regulasi emosi efektif untuk menurunkan perilaku bullying pada siswa .

Penelitian terbaru dilakukan oleh Rizky Arianty Psikoborneo, Vol.6 No.4, 2018:425-436 Jurnal Psikologi Fisip Unmul dengan judul **“Pengaruh Konformitas dan Regulasi Emosi Terhadap Perilaku *Cyberbullying* di SMK Negeri 15 Samarinda”** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh konformitas dan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *Cyberbullying* di SMK Negeri 15 Samarinda, Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif Teknik *sampling* yang digunakan adalah teknik *aksidental random sampling*, dimana pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah sampel dipilih secara acak tanpa menentukan asal angkatannya. Sampel penelitian ini adalah 120 siswa SMK Negeri 15 Samarinda yang masih aktif Tahap pertama yang dilakukan adalah uji validitas dan realibilitas dengan menggunakan rumus *product moment* dari Pearson. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk mengetahui kevalidan dan reliabilitas instrument penelitian. Tahap kedua adalah uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas data *One Sample Kolmogorov-Smirnov* Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah jenis instrumen yang digunakan terdistribusi normal atau tidak normal, kemudian uji linearitas, uji multikolinearitas, uji *heteroskedastisitas* dan tahap ketiga adalah uji hipotesis terdiri dari uji regresi berganda dan bertahap. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara konformitas teman sebaya dengan kecenderungan dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada remaja ( $r = 0.390, p = 0.000 < 0.01$ ). Ada hubungan negatif antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada remaja ( $r = -0.583, p = 0.000 < 0.01$ ).

Penelitian lain dilakukan oleh karya tulis ilmiah (Skripsi) Ridwan Wira Wicaksana Universitas Muhamadiyah Malang dengan judul **“Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Intensi *Cyberbullying* pada Remaja Pengguna Media Sosial”** Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh kecerdasan emosi terhadap intensi *Cyberbullying* pada remaja pengguna media social. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi, subjek dalam penelitian ini adalah remaja pengguna media sosial dengan usia 17 tahun sampai 21 tahun yang memiliki media sosial dan aktif menggunakannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja dikota malang. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, adapun jumlah sampel yang diambil adalah sebanyak 165 subyek. Variabel bebas pada penelitian ini adalah kecerdasan emosi, peneliti mengukur kecerdasan emosi menggunakan skala kecerdasan emosi yang dibuat oleh mafiroh (2006) dan disusun dengan skala likert dengan rentangan pilihan 1-4, jumlah item dalam skala kecerdasan emosi sebanyak 36 item dengan indeks validitas diantara 0.303-0.777 dan reliabilitas sebesar 0.954. sedangkan variabel terikat penelitian *cyberbullying* di ukur dengan menggunakan skala intensi dengan model skala likert sebanyak 19 item dengan indeks validitas diantara 0.364-0.693 dan reliabilitas sebesar 0.920. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa lebih banyak remaja yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi dan lebih sedikit yang memiliki intensi *cyberbullying* yang tinggi. Berdasarkan hal tersebut maka masih cukup banyak remaja yang memiliki empati

dan kemampuan yang mengontrol emosi yang baik dibandingkan mereka yang kurang memiliki empati dan kurang mampu mengontrol emosinya.

**Tabel 2.1 Perbedaan dan Persamaan Penelitian**

No	Nama	Persamaan	Perbedaan
1.	Samurya Rahmadhony Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA, Vol.12 (2), 12:2020.	2 variabel, metode kuantitatif, Efektivitas Pelatihan Siswa SMP Regulasi Emosi untuk Menurunkan Perilaku Bullying pada	Metode yang digunakan penelitian adalah Kuantitatif dengan metode eksperimen. Tipe eksperimen yang dilakukan yakni pre-eksperimen dengan desain <i>one group pretest-posttest design</i> . Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i SMP ABC kelas IX B Surabaya
2.	Rizky Arianty Psikoborneo, Vol.Jurnal psikologi fisip Unmul	2 variabel metode kuantitatif, Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Intensi <i>Cyberbullying</i> pada Remaja Pengguna Media Sosial	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif Teknik <i>sampling</i> yang digunakan adalah teknik <i>aksidental random sampling</i> . Sampel penelitian ini adalah 120 siswa SMK Negeri 15 Samarinda
3.	Ridwan Wira Wicaksana Universitas Muhamadiyah Malang karya tulis ilmiah (Skripsi)	2 variabel, metode penelitian kuantitatif Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Intensi <i>Cyberbullying</i> pada Remaja Pengguna Media Sosial	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja dikota malang

Sumber: Data Skunder diolah. (2021)



## B. Kajian Teori

### 1. Regulasi Emosi

Psikologi secara umum diartikan ilmu tingkah laku manusia atau ilmu yang mempelajari tentang gejala-gejala jiwa seperti Emosi menurut Abu Ahmadi dalam bukunya salah satu gejala jiwa yang dimiliki oleh semua orang, hanya corak dan tingkatannya tidak sama. Perasaan merupakan suatu keadaan kerohanian atau peristiwa kejiwaan yang kita alami dengan senang atau tidak senang dalam hubungan dengan peristiwa mengenal dan bersifat subjektif. Perasaan lebih erat hubungannya dengan pribadi seseorang dan berhubungan pula dengan gejala-gejala jiwa lain oleh sebab itu tanggapan perasaan seseorang terhadap sesuatu tidak sama dengan tanggapan perasaan orang lain .

Regulasi emosi menurut Thompson dalam tesis YM Shahadat<sup>14</sup> merupakan sebuah kemampuan untuk mengontrol status emosi dan perilaku sebagai cara mengekspresikan emosi supaya sesuai dengan lingkungan disekitarnya. Regulasi emosi dianggap sebagai proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi secara intensif guna mencapai tujuan. Sementara itu, Menurut Gross menjelaskan bahwa regulasi emosi merupakan strategi yang dilakukan secara sadar maupun tidak sadar untuk mempertahankan atau mengurangi satu atau lebih

---

<sup>14</sup> YM Syahadat, (Hubungan antara kualitas attachment dengan Regulasi emosi Pada Remaja) *Tesis Universitas islam negeri malang*, (7:2015)

aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan, atau meningkatkan emosi yang dirasakan baik positif maupun negative selain itu, seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik positif ataupun negatif<sup>15</sup>.

Goleman mengungkapkan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan dan memotivasi diri sendiri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati serta membina hubungan dengan orang lain<sup>16</sup>. Pembahasan mengenai kecerdasan emosi mencakup kemampuan seseorang untuk berempati serta membina hubungan baik dengan orang lain sedangkan regulasi emosi hanya berfokus pada pengaturan atau pengontrolan emosi supaya tidak melakukan hal yang tidak tepat. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa regulasi emosi merupakan sebuah proses untuk mengelola emosi yang dapat mempengaruhi individu dalam hal mengekspresikan emosinya agar sesuai dengan keadaan lingkungannya.

---

<sup>15</sup> Alhila Rubiani & Shirley Melita Sembiring, (Perbedaan Regulasi Emosi pada Remaja Ditinjau dari Faktor Usia di sekolah yayasan pendidikan islam swasta amir hamzah medan), *Jurnal Diversita*, (12:2018), hal.100, <http://osj.uma.ac.id/index.php/diversita> (diakses 17:2021).

<sup>16</sup> Ni Made Wahyu Indrariyani Artha & Supriyadi, (Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy dalam Pemecahan masalah Penyesuaian Diri Remaja awal, *jurnal Psikologi Udayana*, (Vol.1,No.1), (2013), hal.193.

### **a. Aspek-Aspek Regulasi Emosi**

Menurut James. J. Gross dalam skripsi deviani ada empat aspek yang digunakan untuk menentukan kemampuan regulasi emosi seseorang<sup>17</sup>:

#### 1) Strategies to emotion regulation (strategies)

Yakni keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.

#### 2) Engaging in goal directed behavior (goals)

Yakni kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.

#### 3) Control emotional responses (impulse)

Yakni kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.

---

<sup>17</sup> Deviani Risyana Skripsi (Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja) 2019:16-17

#### 4) Acceptance of emotional response (acceptance)

Yakni kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak terasa malu merasakan emosi tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang terdapat dalam regulasi emosional ialah strategi individu dalam mengatasi masalah, kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif, kemampuan individu untuk mengontrol emosi yang dirasakan dan respon emosi yang ditampilkan, dan kemampuan individu menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif.

Kemudian Gross & John dalam artikel AM diponegoro<sup>18</sup> mengungkapkan bahwa terdapat 2 bentuk strategi regulasi emosi yakni:

##### a. *Cognitive Reappraisal*

*Cognitive Reappraisal* merupakan bentuk perubahan kognitif yang melibatkan individu dalam hal mengubah cara berpikir mengenai situasi yang dapat berpotensi akan memunculkan emosi sehingga mampu mengubah pengaruh emosionalnya. Sebelum kecenderungan respon emosi diaktifkan secara penuh dan mengubah perilaku maka *Cognitive Reappraisal* terjadi lebih dulu.

---

<sup>18</sup> Ahmad Muhammad Diponegoro, Sutipyo Ru'ya, Lharasati Dewi, (Cognitive Reappraisal Muslim Indonesia di Belanda), *jurnal Proseding Seminar Nasional Magister Psikologi*, (8:2019).

b. *Expressive Supression*

merupakan bentuk modulasi respon yang melibatkan individu mengurangi perilaku yang ekspresif ketika individu sudah dalam keadaan emosional. Kedatangan *Expressive Supression* relatif lambat dalam proses pembangkitan emosi dan memodifikasi aspek perilaku dari kecenderungan respon emosi. *Expressive Supression* dapat efektif dalam mengurangi ekspresi perilaku oleh emosi negatif.

Menurut Gross dalam artikel IDL Syifa<sup>19</sup> juga menjelaskan berbagai proses terjadinya regulasi emosi, antara lain:

- 1) Pemilihan situasi (*situation selection*). Pemilihan situasi dapat dilakukan dengan mendekati atau menjauhi orang, tempat, atau objek-objek tertentu.
- 2) Modifikasi situasi (*situation modification*). Modifikasi situasi berhubungan dengan strategi pemecahan masalah. Penyebaran perhatian (*attentional deployment*). Penyebaran perhatian berhubungan dengan kebingungan, konsentrasi, dan atau perenungan.
- 3) Penyebaran perhatian (*Attentional Deployment*) merupakan upaya yang dilakukan seseorang guna mengarahkan perhatiannya secara fokus pada situasi tertentu untuk mempengaruhi emosi mereka.

---

<sup>19</sup> IDL Syifa 2014 kajian teori [http://etneses.uin-malang.ac.id\(diakses18:2021\)](http://etneses.uin-malang.ac.id(diakses18:2021)).

- 4) Perubahan kognitif (*cognitive change*). Perubahan kognitif menyangkut evaluasi dari modifikasi yang telah dibuat, termasuk pertahanan psikologis, dan menurunkan perbandingan sosial (misalnya dia lebih salah daripada saya). Pada umumnya perubahan kognitif merupakan transformasi kognisi untuk mengubah pengaruh emosional yang kuat dari suatu situasi.
- 5) Modifikasi respon (*response modification/modulation*). Modulasi respon mengacu pada mempengaruhi respon fisiologis, pengalaman, atau perilaku selangsung mungkin. Upaya untuk meregulasi aspek-aspek fisiologis dan pengalaman emosi adalah hal yang lazim dilakukan.

**b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi**

Menurut Salovey & Skuffer dalam artikel RN Rahma (2019)<sup>20</sup> terdapat beberapa hal yang mempengaruhi strategi regulasi emosi, diantaranya:

1) Usia

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa seiring berjalannya usia, semakin dewasa individu maka semakin adaptif strategi regulasi emosi.

2) Jenis kelamin

perbedaan jenis kelamin juga berhubungan dengan perbedaan strategi regulasi emosi yang digunakan. bahwa laki- laki dewasa

---

<sup>20</sup> RN Rahma 2019 Bab II tinjauan pustaka [https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/\(\(diakses.18:2021\)\)](https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/((diakses.18:2021))).

lebih banyak menyalahkan diri sendiri saat meregulasi emosinya, sedangkan perempuan dewasa menyalahkan orang lain.

### 3) Pola Asuh

Pola asuh orangtua dalam mengembangkan perasaan dan pikiran mengenai emosi kepada anaknya pada akhirnya akan mempengaruhi adaptif atau tidaknya strategi regulasi emosi yang digunakan oleh anak mereka.

### 4) Pengetahuan mengenai emosi

Pengetahuan mengenai emosi berkaitan dengan bagaimana orangtua memperkenalkan emosi-emosi tertentu kepada anaknya. Orangtua yang mengajarkan anaknya mengenai emosi yang ia rasakan dan memberikan label terhadap emosi yang dirasakan oleh orang lain, akan dapat membantu mereka untuk melakukan regulasi emosi secara lebih adaptif.

### 5) Perbedaan Individual

Adanya perbedaan individual dalam meregulasi emosi dipengaruhi oleh tujuan, frekuensi, dan kemampuan individu.

Thompson, dkk Gross dalam kutipan skripsi Riko Septyan Nor Saputra<sup>21</sup> menyatakan bahwa regulasi emosi dibagi menjadi dua yakni:

#### a. Faktor Intrinsik

---

<sup>21</sup> Riko Septyan Nor Saputra (Perbedaan Regulasi Emosi pada Remaja di SMPN 3 Semarang ditinjau dari keikutsertaan les music) *Skripsi Psikologi universitas semarang (8:2019)*, 24.

Faktor intrinsik yang mempengaruhi regulasi emosi seseorang diantaranya :

1) Temperamen anak

Temperamen merupakan karakteristik individu yang muncul sejak lahir dan relatif menetap pada individu. Perbedaan temperamen yang dimiliki individu menunjukkan perbedaan kemampuan dalam melakukan pengaturan respon emosional terhadap situasi tertentu.

2) Sistem saraf dan fisiologis yang mendukung dan berkaitan dengan proses pengaturan emosi.

Perbedaan kematangan sistem pendukung biologis sebagai landasan untuk meningkatkan kemampuan emosional dan regulasi perilaku, dimana hal tersebut telah diobservasi sepanjang masa anak-anak. Anak dengan usia lebih tua memiliki kemampuan emosional yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang lebih muda. Kematangan sistem saraf parasimpatik juga berperan terhadap regulasi emosi dalam keadaan gelisah, aktifitas motorik dan emosi.

b. Faktor Ekstrinsik

Sedangkan faktor-faktor ekstrinsik dari regulasi emosi meliputi bentuk pengasuhan dan sosialisasi respon-respon



emosi serta hubungan yang berkembang antara anak dan pengasuh sebagai konsekuensi dari interaksi yang penting.

1) Pengasuhan (*caregiving*)

Bentuk pengasuhan orangtua menjadi hal yang penting bagi proses perkembangan regulasi emosi. Interaksi dengan orang tua, dalam konteks emosi, mengajarkan anak bahwa penggunaan strategi tertentu dimungkinkan berguna untuk mengurangi rangsangan emosional dibandingkan dengan strategi lainnya. Pengasuhan orangtua yang mendukung akan membantu anak dalam mengembangkan kemampuan regulasi emosinya.

2) Hubungan kelekatan (*attachment*)

Proses kelekatan sering diasosiasikan dengan konteks emosional dan mempersiapkan fungsi regulasi emosi secara spesifik, sehingga terdapat kemungkinan bahwa hal tersebut sebagai kontribusi terhadap kemampuan regulasi emosi diri yang berkembang selama masa anak-anak. Hubungan kelekatan yang aman memberikan anak rasa aman dan nyaman untuk mengekspresikan perasaan positif dan negatif, berbeda dengan kelekatan yang tidak aman.

Berdasarkan beberapa faktor yang telah dijelaskan diatas, penelitian ini mengacu pada faktor yang menyatakan bahwa regulasi emosi dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik.

Regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang secara sadar maupun tidak sadar dalam mengelola emosi baik positif maupun negatif serta mampu mengekspresikannya dengan cara yang dapat diterima secara sosial. Regulasi emosi di dalam penelitian ini akan diungkap berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi dari James. J. Gross yakni *strategies to emotion regulation, Engaging in goal directed behavior, Control emotional responses, dan Acceptance of emotional response*. Sehingga menghasilkan sebuah indikator Mengatasi masalah dengan cara mengalihkan ke hal-hal positif, Mampu berfikir dan melakukan hal yang positif walaupun dalam keadaan buruk, Mampu mengontrol emosi dan menunjukkan respon emosi yang positif, Mampu menerima dan merasakan suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif

## **2. Bullying**

Psikologi sosial adalah bidang ilmu yang mencari pemahaman tetnang asal mula dan penyebab terjadinya pikiran serta perilaku individu dalam situasi-situasi sosial. Defenisi ini menekankan pada pentingnya pemahaman terhadap asal mula dan penyebab terjadinya

perilaku dan pikiran<sup>22</sup>. definisi psikologi sosial membedakan tiga wilayah studi psikologi sosial sebagai berikut:

- a. Studi tentang pengaruh sosial terhadap proses individu, misalnya studi tentang persepsi, motivasi, proses belajar, atribusi (sifat). Walaupun topik-topik ini bukan monopoli dari psikologi sosial, namun psikologi sosial tidak dapat menghindar dari studi tentang topik-topik ini.
- b. Studi tentang proses-proses individual bersama, seperti bahasa, sikap sosial dan sebagainya.
- c. Studi tentang interaksi kelompok, misalnya: kepemimpinan, komunikasi, hubungan kekuasaan, otoriter, konformitas (keselarasan), kerjasama, persaingan, peran dan sebagainya.

*Bullying* adalah sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok. Namun, istilah tersebut masih belum familiar dan jarang digunakan masyarakat. Heinemann adalah orang yang pertama kali menulis tentang fenomena *bullying*. Heinemann menggunakan istilah “*mobbing*” yang mengacu pada kekerasan kelompok terhadap individu yang menyimpang yang terjadi secara tiba-tiba dan mereda tiba-tiba. Sama halnya dengan istilah “*mobbing*” di Inggris dan Jerman, istilah ini sebatas untuk tindakan yang dilakukan oleh kelompok terhadap seseorang. pada awalnya juga menggunakan istilah tersebut, namun

---

<sup>22</sup>(Psikologi Sosial Social Psychology Kuliah I: Pengantar), files.slide-PSY104-P, Universitas Pembangunan Jaya, <http://www.ocw.upj.ac.id>(diakses 18:2021).

kemudian definisinya diperluas meliputi serangan antara satu orang terhadap orang lain secara sistematis dari anak yang lebih kuat terhadap yang lemah.

Masalah *bullying* telah dikenal sejak lama, namun baru dijadikan sebagai objek penelitian yang sistematis oleh Dan Olweus pada awal tahun 1970an Olweus kemudian diakui sebagai pelopor dari penelitian tentang *bullying* yang terkemuka di dunia. Selama kurang lebih 40 tahun Dan Olweus telah terlibat dalam penelitian dan intervensi dalam persoalan *bullying* di kalangan anak-anak sekolah dan remaja. *bullying* merupakan tindakan agresif yang disengaja, dilakukan berulang-ulang dan dari waktu ke waktu, dan terdapat ketidakseimbangan kekuasaan atau kekuatan. *Bullying* merupakan tindakan negatif ketika seseorang dengan sengaja menimbulkan atau mencoba untuk melukai atau membuat pada pihak lain merasakan ketidaknyamanan. Tindakan negatif dapat dilakukan melalui kontak fisik, dengan kata-kata, atau dengan cara lain, seperti menunjukkan wajah meremehkan atau gerakan tidak senonoh, dan pengucilan disengaja dari kelompok.

Dari definisi Olweus tersebut setidaknya *bullying* mencakup tiga kriteria sebagai berikut:

1. *bullying* adalah perilaku agresi yang disengaja untuk melukai korban
2. *bullying* terjadi secara berulang-ulang

3. terdapat ketidak seimbangan kekuatan antara korban dan pelaku *bullying*, remaja yang menjadi korban mengalami kesulitan dalam membela dirinya dan tidak berdaya melawan siswa yang melecehkan.

Menurut Sullivan *bullying* adalah tindakan agresi atau manipulasi atau pengucilan yang dilakukan dengan penuh kesadaran dan berulang-ulang oleh individu atau kelompok kepada individu atau kelompok lain. Selanjutnya, menurut Coloroso *bullying* merupakan tindakan intimidasi yang dilakukan pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah. Tindakan penindasan ini dapat diartikan sebagai penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti seseorang atau kelompok sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tidak berdaya. Adanya unsur ketidakseimbangan kekuatan merupakan pembeda antara *bullying* dengan konflik lainnya. Pada konflik antara dua orang yang memiliki kekuatan sama, masing-masing memiliki kemampuan untuk menawarkan solusi dan berkompromi untuk menyelesaikan masalah. Pada kasus *bullying*, ketidakseimbangan kekuatan menghalangi pelaku dan korban untuk menyelesaikan konflik mereka sendiri sehingga diperlukan kehadiran pihak ketiga.

### a. Aspek-aspek *bullying*

Menurut Coloroso dalam kutipan jurnal Amin Nasir<sup>23</sup> membagi *bullying* menjadi tiga aspek, yaitu *bullying* verbal, fisik, dan sosial. Aspek-aspek perilaku *bullying* tersebut diuraikan secara rinci sebagai berikut:

#### 1) *Bullying* Verbal

Kata-kata adalah alat yang kuat dan dapat mematahkan semangat seorang yang menerimanya. *Bullying* verbal merupakan bentuk yang paling umum digunakan baik oleh anak perempuan maupun laki-laki. Dengan presentase mencapai 70 persen dari seluruh kasus *bullying*.

*Bullying* verbal mudah dilakukan dihadapan teman sebaya tanpa terdeteksi. Dapat terjadi saat situasi keramaian dikelas sehingga dianggap hanya dialog yang biasa dan tidak ada teman sebaya yang simpatik. Terjadi secara cepat dan tidak menyakitkan pelaku, namun dapat sangat melukai target. *Bullying* verbal bisa berupa pemberian julukan nama, celaan, fitnah, kritik kejam, penghinaan (baik yang bersifat pribadi maupun rasial), pernyataan-pernyataan berupa ajakan atau pelecehan seksual, perampasan uang saku atau barang-barang, telepon yang kasar, e-mail yang berisi intimidasi, surat kaleng yang berisi ancaman kekerasan, tuduhan-tuduhan yang tidak benar, desas-desus keji yang tidak benar, serta gossip. Dari ketiga bentuk *bullying*

---

<sup>23</sup> Amin Nasir, (Konseling Behaviorral:solusi alternative Mengatasi Bullying anak di sekolah), (vol.2,No.2), *konseling edukasi: Journal of guidance and counseling*, (12:2018), 70. <http://journal.uinkudus-seska.ac.id>(diakses 18:2021).

*bullying* verbal adalah satu jenis penindasan yang paling mudah untuk dilakukan, merupakan awal menuju dua bentuk *bullying* fisik dan sosial, serta merupakan langkah pertama menuju pada kekerasan yang lebih kejam dan merendahkan martabat.

## 2) *Bullying* Fisik

*Bullying* fisik merupakan bentuk *bullying* yang paling tampak dan dapat diidentifikasi dibandingkan kedua jenis *bullying* lain. Namun, meskipun mudah terdeteksi, kurang dari sepertiga kejadian *bullying* fisik yang dilaporkan oleh siswa. *Bullying* fisik meliputi memukul, mencekik, menyikut, meninju, menendang, menggigit, mencakar, serta meludahi korban, menekuk anggota tubuh korban hingga kesakitan, dan merusak serta menghancurkan pakaian maupun barang-barang milik korban. Semakin kuat dan semakin dewasa pelaku akan semakin berbahaya jenis *bullying* ini, bahkan walaupun tidak dimaksudkan untuk menciderai secara serius. Anak yang sering melakukan *bullying* fisik merupakan penindas yang paling bermasalah diantara penindas lainnya, dan cenderung terlibat dalam tindakan kriminal yang lebih serius.

## 3) *Bullying* Psikologis/Relasional

*Bullying* psikologis merupakan *bullying* yang paling sulit untuk di deteksi dari luar. Merupakan pelemahan harga diri korban yang dilakukan secara sistematis melalui tindakan pengabaian, pengucilan, atau penghindaran. Penghindaran merupakan tindakan *bullying* relasional yang paling kuat. Dapat dilakukan dengan cara menyebarkan

gosib agar tidak ada yang mau berteman dengan korban. *Bullying* relasional dapat digunakan untuk mengasingkan, menolak seseorang, atau sengaja merusak persahabatan. Dapat dilakukan melalui sikap yang agresif, lirik mata, helaan nafas, cibiran, tertawa mengejek, dan bahasa tubuh yang kasar.

Sedangkan menurut Sullivan dalam kutipan jurnal Ela Zain Zakiyah, Sahadi humedi, bentuk-bentuk *bullying* adalah sebagai berikut<sup>24</sup>:

a) *Bullying* fisik (*direct bullying*)

Termasuk didalamnya tindakan menggigit, menarik rambut, memukul, menendang, mengunci seseorang di ruangan, mencubit, meninju, mendorong, mencakar, meludahi, merusak barang korban atau bentuk lain dari penyerangan fisik.

b) *Bullying* psikologis (*indirect bullying*)

Merupakan serangan “dalam” yang ditujuka pada orang yang ditargetkan. Tujuannya adalah untuk merugikan individu yang diserang, akan tetapi karena tidak ada tanda fisik sering diasumsikan kurang berbahaya. *bullying* psikologis bisa merusak sama seperti *bullying* fisik. *Bullying* psikologis bisa berupa verbal dan non-verbal sebagai berikut:

1. *Bullying* verbal

---

<sup>24</sup> Ela Zain Zakiyah, Sahadi humedi, (Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying), *jurnal penelitian & PPM*, (Vol.4, No.2), (7:2017), 238.



termasuk perilaku kasar melalui telepon, memeras uang, menggunakan bahasa berbau seksual atau kasar, komentar yang kejam, *namecalling*, mengirim pesan desas-desus yang jahat (seringkali anonim), ejekan, menyebarkan rumor palsu yang berbahaya.

2. *Bullying* non-verbal bisa bersifat *direct* maupun *indirect*.

*Bullying* non-verbal yang *direct* adalah menunjukkan gestur yang kasar dan ekspresi wajah yang tidak menyenangkan.

*Bullying* non-verbal yang *indirect* adalah manipulasi hubungan seseorang dan merusak persahabatan dengan sengaja tidak mengajak berteman, mengabaikan dan mengisolasi seseorang, dan mengirim pesan jahal. Bisa disebut juga sebagai *relational bullying*.

**b. Faktor-Faktor Penyebab *Bullying***

Menurut Ariesto dalam jurnal Ela Zain Zakiyah, Sahadi humedi<sup>25</sup> menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan *bullying*, diantaranya yaitu:

- 1) Faktor Individu
  - a) Biologis

---

<sup>25</sup> Ela Zain Zakiyah, Sahadi humedi, (Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying), *jurnal penelitian & PPM*, (Vol.4, No.2), (7:2017), 237.

Beberapa ahli percaya bahwa agresi adalah dasar karakteristik manusia yang melekat, tetapi faktor biologis tertentu dapat meningkatkan tingkat agresi diluar norma yang dapat diterima. Misalnya, tingginya tingkat testosteron endogen mendorong perilaku agresif pada pria yang dirancang untuk membahayakan orang lain, tetapi juga dapat membentuk perilaku antisosial. Misalnya, kadar testosteron telah ditemukan pada beberapa anak prasekolah pelaku *bullying*. Selain itu, dari studi di University of Michigan diperoleh hasil bahwa otak manusia dapat mendeteksi dan merespon emosi yang dirasakan di wajah orang lain. Misalnya peserta dengan tingkat testosterone yang tinggi akan merasa menikmati atau dihargai oleh wajah kesal yang disebabkan oleh perlakuan buruk.

b) Tempramen

Temperamen anak adalah faktor yang signifikan terhadap *bullying*. Tempramen dapat didefinisikan sebagai campuran unsur-unsur atau kualitas yang membentuk kepribadian seorang individu. Watak secara permanen mempengaruhi cara seseorang bertindak, merasa, dan berpikir. Misalnya, seorang anak dengan temperamen "pemarah", yang aktif dan impulsive lebih cenderung menjadi agresif dibandingkan anak yang memiliki temperamen tenang.

2) Faktor sosial Manusia

makhluk sosial yang menjalin relasi dengan orang lain, maka dari itu kita dapat mempengaruhi orang lain dan dipengaruhi oleh

orang lain. Seseorang dapat memperoleh dampak positif maupun negatif mulai dari orang tua, teman-teman, media, maupun dari guru dan pihak lain tempat mereka berinteraksi.

1. Media memiliki dampak yang luar biasa pada anak-anak saat ini.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang melihat banyak kekerasan di televisi, video, video game, dan film menjadi lebih agresif dan kurang empati terhadap orang lain. Dalam penelitian tentang kekerasan di televisi, diperoleh hasil peningkatan dalam perilaku agresif individu setelah menonton televisi kekerasan sebesar 3 - 15% televisi populer dan bahkan talk show berita telah menyajikan konflik. Banyak acara-acara yang secara terus menerus menunjukkan ejekan, komentar kejam, dan penolakan. Jumlah kekerasan di televisi semakin meningkat, bahkan dalam film kartun. Anak-anak pada usia yang sangat muda melihat agresi dan kekerasan terhadap orang lain sebagai perilaku yang dapat diterima. Efek lainnya dari kekerasan di televisi adalah anak menjadi takut, khawatir, curiga, dan agresif. Selain itu, video game dan siaran olahraga yang sering ditayangkan oleh media juga menjadi contoh yang mengajarkan kekerasan pada anak. Beberapa bentuk kekerasan oleh raga tim diantaranya seperti *ice hockey*, sepak bola, dan rugby. Seringkali media memperlihatkan pemain yang melakukan kekerasan, kontroversial dan agresif.

2. Prasangka Salah satu penyebab yang paling nyata *bullying*

Prasangka adalah sikap kita kepada situasi tertentu atau ke arah sekelompok orang, sikap yang kita adopsi tanpa pertimbangan yang cukup fakta tentang situasi atau kelompok. Orang yang berprasangka membuat penilaian tentang orang lain pada keyakinan tidak berdasar. Perbedaan individu dalam penampilan, perilaku, atau bahasa dapat memicu terjadinya prasangka dan dapat menyebabkan *bullying*. Anak-anak berprasangka dapat memutuskan mereka tidak menyukai siswa kulit hitam, siswa yang kelebihan berat badan, siswa penyandang cacat, siswa yang kesulitan dalam berbahasa, kemudian akan menggoda, melecehkan, dan menolak mereka. Mereka telah membentuk sikap tanpa mengetahui fakta-fakta. anak-anak kulit hitam lebih cenderung disalahkan oleh rekan-rekan dan orang dewasa untuk kesalahan daripada anak-anak kulit putih di kelas yang sama.

c) Kecemburuan

Kecemburuan merupakan pendorong yang kuat untuk *bullying*, terutama di kalangan anak-anak perempuan. Teman perempuan lainnya bisa menjadi sangat cemburu dan mencoba untuk menyakiti anak perempuan yang populer. Anak-anak sering menyerang orang-orang yang dianggap lebih baik daripada rata-rata: terlalu menarik, terlalu kaya, terlalu populer, dan sebagainya. Terkadang guru tidak sengaja mendatangkan kecemburuan dengan memuji beberapa anak lebih dari yang lain. Anak-anak sangat sensitif terhadap tindakan pilih kasih ini akan menjadi cemburu.

d) Lingkungan Keluarga

Unsur-unsur dari lingkungan rumah dapat meningkatkan kemungkinan seorang anak menjadi korban *bullying* juga membully orang lain. Menurut Olweus, lingkungan rumah seperti ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Kurangnya kehangatan dan keterlibatan.
2. Kegagalan untuk menetapkan batas yang jelas untuk perilaku.
3. Aresif terhadap teman sebaya, saudara, dan orang dewasa.
4. Terlalu sedikit cinta dan perhatian, serta terlalu banyak kebebasan.
5. Penggunaan tenaga, terlalu tegas pada anak, metode membesarkan dengan hukuman fisik dan luapan emosi kekerasan. Apakah nantinya mereka ingin menjadi seperti orangtuanya atau tidak, orang tua berperan sebagai model pertama anak-anak mereka. Orang tua yang mengekspresikan kemarahan secara fisik mungkin akan menghasilkan anak-anak yang cenderung mengekspresikan kemarahan secara fisik.

e) Kelompok Pertemanan

Anak-anak mungkin ditolak bukan karena perilaku atau karakteristik yang mereka miliki, namun karena peer group membutuhkan target untuk ditolak. Penolakan tersebut membantu kelompok menentukan batas-batas penerimaan mereka dengan membawa kesatuan dalam kelompok. Dengan kata lain, individu-

individu yang ditargetkan menjadi kambing hitam berfungsi untuk kepentingan kepaduan kelompok. Ini adalah salah satu alasan siswa begitu bersemangat untuk bergabung di dalam kelompok bahkan ketika mereka tidak sama seperti orang yang ada di dalam. Kebutuhan mereka untuk merasa bersatu dengan rekan-rekan adalah motif yang kuat. Meskipun anggota sebagai individu mungkin tidak ingin menyakiti orang lain, mereka merasa bahwa mereka harus agar tetap dalam kelompok. Imbalan yang mereka dapatkan adalah keamanan, kekuasaan, dan penghargaan telah menjadi bagian kelompok.

f) Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat tempat tinggal seseorang juga sangat mempengaruhi. Anak-anak yang dikelilingi oleh orang-orang dengan moral yang baik akan kecil kemungkinannya untuk menjadi pelaku *bullying*.

g) Lingkungan Sekolah diantaranya:

1. Moral staf sekolah yang rendah.
2. Standar perilaku yang tidak jelas.
3. Metode disiplin yang tidak konsisten.
4. Pengawasan yang lemah (baik di taman bermain, ruang, toilet, kafetaria).
5. Anak-anak tidak diperlakukan sebagai individu yang dihargai.
6. Kurangnya dukungan untuk terhadap siswa baru.
7. Tidak bertoleransi terhadap perbedaan.

8. Guru menunjuk dan berteriak kepada siswanya.
9. Tidak ada prosedur yang jelas untuk pelaporan yang berhubungan dengan tindakan *bullying*.
10. *Bullying* diabaikan oleh pihak sekolah.
11. Pihak sekolah yang memperlakukan siswa di depan teman-teman.

Iklm sosial sekolah dan kualitas pengawasan yang disediakan di sekolah merupakan hal yang penting. Iklm sekolah yang kurang kehangatan dan penerimaan terhadap semua siswa lebih mungkin untuk memiliki masalah *bullying* dan masalah disiplin. *Bullying* sering terjadi di tempat yang rendah akan pengawasan dari orang dewasa. Kualitas pengawasan di sekolah sangat penting. Sekolah dengan tingkat pengawasan rendah memiliki pengalaman *bullying* lebih banyak. Tempat-tempat lain di luar belajar resmi juga memungkinkan terjadinya *bullying*. Misalnya, waktu yang dihabiskan di taman bermain, lorong-lorong, halte bus, kafetaria, dan kamar mandi. Siswa relatif bebas untuk berperilaku seperti yang mereka inginkan.

### c. Dampak *Bullying*

*Bullying* merupakan permasalahan yang dampaknya harus ditanggung oleh semua pihak. Baik itu korban, pelaku, maupun *bystander*.

#### 1) Dampak terhadap Pelaku

Bagi pelaku *bullying* gangguan sosial-psikologis yang sering muncul adalah depresi, kesepian, dan isolasi sosial

#### 2) Dampak terhadap Korban

Dalam meta-analisis yang dilakukan Cowie & Jennifer dalam kutipan artikel<sup>26</sup> menemukan hasil bahwa menjadi korban *bullying* sangat berkaitan dengan depresi, kesepian, dan *self-esteem* yang rendah. Korban *bullying*, khususnya korban yang kronis mengalami peningkatan pada masalah kesehatan, keuangan, dan sosial pada masa dewasa. Bahkan dampak terparah dari *bullying* dapat menyebabkan depresi yang berujung pada bunuh diri. Berdasarkan sebuah studi longitudinal di California yang mengambil sampel sebanyak 11 negara, menunjukkan hasil bahwa orang dewasa cenderung melakukan bunuh diri ketika mereka menjadi korban *bullying* di awal masa remaja.

3) Dampak sebagai pelaku maupun korban

Anak-anak yang terlibat dalam *bullying* baik menjadi korban maupun pelaku memiliki risiko lebih tinggi secara signifikan terhadap masalah psikosomatis dan psikososial daripada anak-anak yang tidak terlibat. bahwa yang berperan sebagai pelaku sekaligus korban maupun korban mengalami permasalahan internal seperti tingkat gejala depresi yang lebih tinggi, rendah diri, dan berperilaku menyakiti diri sendiri.

4) Dampak terhadap *bystander*

Bagi *bystander*, gangguan yang muncul adalah kecemasan dan penurunan kadar kortisol.

Menurut coloroso *bullying* adalah tindakan intimidasi yang dilakukan pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lemah, dilakukan

---

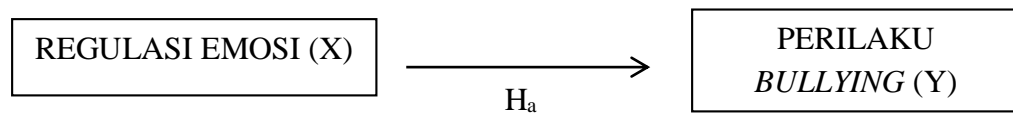
<sup>26</sup> ME Riana wirda, <https://abstrak.uns.ac.id> kajian pustaka (diakses,18:2021).



dengan sengaja dan bertujuan untuk melukai korbannya baik secara fisik maupun emosional. Adapun penelitian yang digunakan bentuk-bentuk *bullying* menurut coloroso diantaranya yaitu: *Bullying* fisik, *Bullying* verbal, *Bullying* psikis.

### C. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual merupakan gambaran dari kajian pustaka terhadap pengukuran pokok baik untuk variabel bebas (X) maupun untuk variabel terikat (Y) khususnya keterkaitan antara dua variabel, dalam penelitian ini terdapat satu variabel bebas yaitu regulasi emosi (X) yang diukur oleh masing-masing indikator untuk mendapatkan hasil analisis yang signifikan baik antara pengaruh keduanya ataupun dengan variabel terikat yaitu perilaku *Bullying* (Y) yang diukur dengan beberapa indikator, yaitu: *Physical bullying* (fisik), *verbal bullying* (verbal), dan *Exclusion bullying* (eksklusivitas), keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif,. Secara ringkas alur pemikiran konseptual yang mendasari penelitian ini di jelaskan pada gambar sebagai berikut:



**Gambar 2.1 Kerangka Konseptual**

Keterangan :

X : Regulasi Emosi

Y : Perilaku Bulliying

H<sub>a</sub> : Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap Perilaku Bullying (Y)

Sebagai Santri yang tinggal dilingkungan Pondok Pesantren mempunyai kewajiban dalam menuntut ilmu. Pondok Pesantren adalah lembaga yang berbasis Islam, maka santri akan mampu menghadapi masalahnya masing-masing sehingga perilaku Bulliying tidak dapat muncul. Regulasi Emosi dibentuk dengan aspek-aspeknya, Santri yang bisa Mengimplemantasikan Regulasi emosi terhadap dirinya pasti akan mampu menghindari perilaku *Bullying*, dengan demikian regulasi emosi sangat berpengaruh erat dengan adanya perilaku *Bullying*.

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah dalam penelitian, dimana rumusan masalah dalam penelitian tersebut telah dinyatakan dalam bentuk pertanyaan. Hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

Ha : Adanya Pengaruh Regulasi emosi (X) terhadap perilaku *Bullying* (Y) Santri asrama nafahatul musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi.

Ho : Tidak adanya pengaruh Regulasi emosi (X) terhadap perilaku *Bullying* (Y) Santri asrama nafahatul musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang dilakukan oleh para peneliti. Penelitian kuantitatif memiliki cara pandang positivisme, yaitu cara pandang yang menyatakan bahwa eksistensi kenyataan/realitas sosial dan realitas fisik adalah *independent* atau terpisah<sup>27</sup>. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah *Explanatory research* merupakan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya atau bagaimana suatu variabel mempengaruhi variabel lainnya<sup>28</sup>. Rumus yang digunakan penelitian ini regresi linier sederhana adalah metode statistik yang berfungsi untuk menguji sejauh mana hubungan sebab akibat antara variabel faktor penyebab (X) terhadap variabel akibatnya<sup>29</sup>. Namun jika data yang dihasilkan tidak berdistribusi normal, maka akan digunakan alat analisis Regresi Non Parametrik dengan menggunakan model regresi spline merupakan pendekatan metode regresi dimana bentuk kurva dari fungsi regresinya tidak diketahui<sup>30</sup>.

---

<sup>27</sup> Dr. Marsono, M.Si, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bojongsukur, Gunung Putri, Bogor:IN MEDIA,2016),2.

<sup>28</sup> L Febriani, (Umar 1999:36) (*Explanatory Research Repository stie PGRI*), repository.stiedewantara.ac.id.

<sup>29</sup> (Regresi Linier sederhana), (2020), <https://www.rumusstatistik.com>, (diakses,4:2021).

<sup>30</sup> Suparti, Alan Prahutama, (Media Statistika) [http://ejournal.undip.ac.id/index.php/media\\_statistika](http://ejournal.undip.ac.id/index.php/media_statistika), (diakses,4:2021).

## B. Populasi dan Sampel Penelitian

Adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh populasi yang mempunyai susunan bertingkat atau berlapis-lapis. Teknik ini digunakan bila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah metode random sampling atau secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu tersebut. Dengan rumus Taro Yamahe<sup>31</sup> sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{N \cdot d^2 + 1}$$

(Marsono, 2016:16)

Keterangan :

- n : Jumlah Sampel
- N : Jumlah Populasi
- $d^2$  : Presisi yang ditetapkan

Berdasarkan teknik teknik *proportionate stratified random sampling* diatas dengan strata proposional berupa tabel dengan tingkat kepercayaan 90%, pada tingkat kesalahan 5%, maka diperoleh sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{66}{66 \cdot (0,5^2 + 1)} = \frac{60}{0.165} = 56.57 = 57$$

<sup>31</sup> Marsono, *Metode Penelitian Kuantitatif langkah-Langkah Menyusun Skripsi, Tesis menggunakan teknik analisis jalur*, (Bojungkulur, Gunung Putri, Bogor:IN MEDIA,2016), 169.

$n = 57$  sampel

Jadi, dari populasi 66 santri diambil sampel 57 santri sesuai dengan hitungan rumus taro yamahe.

### C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

#### 1. Observasi

Observasi adalah suatu usaha sadar untuk mengumpulkan data yang dilakukan secara sistematis, dengan prosedur yang terstandar

#### 2. Metode Angket (*Kuesioner*)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden untuk djawabnya. Kuesioner yang digunakan sebagai instrumen penelitian, metode yang digunakan adalah dengan kuesioner tertutup.

Instrumen kuesioner harus diukur validitas dan reliabilitas datnya sehingga penelitian tersebut menghasilkan data yang valid dan reliabel. Instrumen yang valid berarti instrumen tersebut dapat dipergunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur, sedangkan instrumen yang reliabel adalah instrumen yang apabila digunakan beberapa mengukur objek yang sama akan menghasilkan data yang sama pula. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian ini dengan skala likert 5 poin. Jawaban responden berupa pilihan dari 5 alternatif yang ada, yaitu :

#### 1. SS : Sangat Setuju

2. S : Setuju
3. N : Netral
4. TS : Tidak Setuju
5. STS : Sangat Tidak Setuju

### 3. Metode Wawancara (*Interview*)

Merupakan teknik pengambilan data dimana peneliti langsung berdialog dengan responden untuk menggali informasi dari responden. Pada dasarnya terdapat dua jenis wawancara yaitu, wawancara terstruktur dan wawancara bebas tidak terstruktur.

## D. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan suatu alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitian agar pekerjaan menjadi lebih mudah baik dalam arti lebih cermat, lengkap sistematis sehingga lebih mudah untuk diolah. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial<sup>32</sup> mendapatkan data yang akurat. Jawaban responden berupa pilihan dari 5 alternatif yang ada, yaitu STS (Sangat Tidak Setuju) TS (Tidak Setuju), N (Netral), S (Setuju), SS (Sangat Setuju).

**Tabel 3.1 Skor Alternatif Jawaban**

Alternatif Jawaban	Skor Pernyataan	
	<i>Favorable (F)</i>	<i>Unfavorable (UF)</i>
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2

<sup>32</sup> Sugiyono (*metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*) alfabeta bandung, (2020) hal:146-147)

Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Kisi-kisi angket Regulasi emosi yang digunakan dalam penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 3.2 Kisi-Kisi Angket Regulasi Emosi**

Variabel	Aspek	Indikator	Item	
			F	UF
Regulasi emosi (X)	Strategies To Emotion Regulation (Strategies)	Mengatasi masalah dengan cara mengalihkan ke hal-hal positif	1, 2, 3	13, 14, 15
	Engaging In Goal Directed Behaviors (Goals)	Mampu berfikir dan melakukan hal yang positif walaupun dalam keadaan buruk	4, 5, 6	16, 17, 18
	Control Of Emotion Responses (Impuls)	Mampu mengontrol emosi dan menunjukkan respon emosi yang positif	7, 8, 9	19, 20, 21
	Acceptance Of Emotion Responses (Acceptence)	Mampu menerima dan merasakan suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif	10, 11, 12	22, 23, 24

Kisi-kisi angket Bullying yang digunakan dalam penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 3.3 Kisi-Kisi Angket Bullying**

Variabel	Aspek	Indikator	Item	
			F	UF
		1. Ditending	1, 2, 5	14, 3 4

Perilaku <i>Bullying</i> (Y)	Bullying fisik	2. Dicubit 3. Ditampar 4. Dipukul 5. Merusak barang 6. Digigit	7 9	6 8 10
	Bullying verbal	1. Dipanggil dengan nama buruk 2. Menyebarkan ghosib 3. Diancam 4. menghina	11, 13 15 16 18 20	12 14 17 19 21
	Bullying psikis	1. Dikucilkan 2. Diabaikan 3. Dipermalukan	22 24 26	23 25 27

#### E. Validitas dan Reliabilitas

Suharsimi Arikunto menyatakan bahwa sebuah tes dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang hendak diukur. Validitas ini ditentukan oleh hasil pengukuran atau skornya, bukan oleh tesnya itu sendiri. Dalam penelitian ini, validitas yang digunakan adalah validitas empiris kemampuan komunikasi efektif. Untuk menguji tingkat validitas empiris instrumen, peneliti mencobakan instrumen tersebut pada sasaran dalam penelitian. Validitas empiris dapat dilihat dengan mengkorelasikan antara skor butir dengan skor total<sup>33</sup>.

Dalam penelitian ini, data diperoleh melalui angket dengan skala interval. Berdasarkan perolehan data tersebut, maka jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data interval. uji validitas yang cocok untuk pengolahan data interval adalah dengan formula korelasi *product moment*. Maka dalam penelitian ini digunakan formula korelasi *product moment* dengan hitungan SPSS statistic

<sup>33</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu pendekatan Praktik*, (Jakarta:PT Rineka Cipta:2006)168.



23 sebagai berikut:

**Tabel 3.4**  
**Uji Validitas Regulasi Emosi**

No	Rhitung	Rtabel $\alpha = 0,5; n = 60$	Keputusan
1	0.494	0,254	Valid
2	0.273	0,254	Valid
3	0.288	0,254	Valid
4	0.400	0,254	Valid
5	0.299	0,254	Valid
6	0.331	0,254	Valid
7	0.570	0,254	Valid
8	0.290	0,254	Valid
9	0.334	0,254	Valid
10	0.466	0,254	Valid
11	0.389	0,254	Valid
12	0.469	0,254	Valid
13	0.449	0,254	Valid
14	0.476	0,254	Valid
15	0.337	0,254	Valid
16	0.547	0,254	Valid
17	0.370	0,254	Valid

18	0.521	0,254	Valid
19	0.318	0,254	Valid
20	0.421	0,254	Valid
21	0.498	0,254	Valid
22	0.388	0,254	Valid
23	0.277	0,254	Valid
24	0.278	0,254	Valid

Hasil uji validitas pada butir-butir pertanyaan skala kecerdasan emosional memiliki nilai  $r$  hitung  $>$  dari  $r$  tabel, sehingga seluruh butir pertanyaan pada skala kecerdasan emosional dinyatakan Valid.

**Tabel 3.5**

**Uji Validitas Perilaku Bullying**

No	Rhitung	Rtabel $\alpha = 0,5; n = 60$	Keputusan
1	0.494	0,254	Valid
2	0.273	0,254	Valid
3	0.288	0,254	Valid
4	0.400	0,254	Valid
5	0.299	0,254	Valid
6	0.331	0,254	Valid
7	0.570	0,254	Valid

8	0.290	0,254	Valid
9	0.334	0,254	Valid
10	0.466	0,254	Valid
11	0.389	0,254	Valid
12	0.297	0,254	Valid
13	0.265	0,254	Valid
14	0.270	0,254	Valid
15	0.395	0,254	Valid
16	0.469	0,254	Valid
17	0.449	0,254	Valid
18	0.476	0,254	Valid
19	0.337	0,254	Valid
20	0.547	0,254	Valid
21	0.370	0,254	Valid
22	0.521	0,254	Valid
23	0.318	0,254	Valid
24	0.421	0,254	Valid
25	0.498	0,254	Valid
26	0.388	0,254	Valid
27	0.277	0,254	Valid

Selanjutnya harga  $r$  hasil perhitungan dikonsultasikan dengan harga  $r$  dalam tabel  $r$  pada taraf signifikansi 5%. Jika  $r_{hitung}$  lebih besar atau sama

dengan  $r_{\text{tabel}}$  maka item tersebut dinyatakan valid, jika  $r_{\text{hitung}}$  lebih kecil daripada  $r_{\text{tabel}}$  maka item dinyatakan tidak valid. Alat ukur selain harus valid, juga harus memenuhi standar reliabilitas Suatu instrumen dikatakan reliabel jika dapat dipercaya. Suharsimi Arikunto menyatakan bahwa reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah cukup baik<sup>34</sup>.

Suatu hasil pengukuran dapat dikatakan reliabel jika alat pengukur tersebut dapat dipercaya, sehingga mendapatkan hasil yang tetap dan konsisten. mencari reliabilitas instrumen yang skornya merupakan rentang antar beberapa nilai atau yang berbentuk skala maka digunakan rumus Alpha Cronbach karena rumus ini digunakan untuk mencari reliabilitas instrument yang skornya bukan 0 dan 1, misalnya angket atau soal menggunakan bantuan komputer program SPSS versi *23.0 for windows*. dengan formula sebagai berikut:

$$r_{ac} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{V_t^2} \right]$$

(Arikunto, 1999: 193)

- Dimana:  $r_{ac}$  = Reliabilitas Instrumen  
 $k$  = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal  
 $\sum \sigma_b^2$  = jumlah varian butir/item  
 $V_t^2$  = varian total

---

<sup>34</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu pendekatan Praktik*, (Jakarta:PT Rineka Cipta:2006)196.

**Tabel 3.6 Uji Realibitas Regulasi Emosi****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.668	24

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa reliabilitas pada skala Regulasi Emosi sebesar 0,668. Karena reliabilitasnya antara  $0,60 < r_{11} \leq 0,80$  maka skala tersebut dinyatakan reliabilitas kategori tinggi

**Tabel 3.7 Uji Realibitas *Bullying*****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.771	27

Kriteria besarnya koefisien reliabilitas menurut arikunto, adalah sebagai berikut.

$0,80 < r_{11} \leq 1,00$  reliabilitas sangat tinggi

$0,60 < r_{11} \leq 0,80$  reliabilitas tinggi

$0,40 < r_{11} \leq 0,60$  reliabilitas cukup

$0,20 < r_{11} \leq 0,40$  reliabilitas rendah

$0,00 < r_{11} \leq 0,20$  reliabilitas sangat rendah

Instrumen pada penelitian ini dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,70 atau lebih. Dengan demikian apabila  $r_{\text{alpha}}$  lebih kecil daripada 0,70 maka dinyatakan bahwa instrumen yang diujicobakan tidak reliabel<sup>35</sup>. Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa reliabilitas pada skala pengaruh *bullying* sebesar 0,771 Karena reliabilitasnya antara  $0,60 < r_{11} \leq 0,80$  maka skala tersebut dinyatakan reliabilitas kategori tinggi.

## F. Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan dalam analisis data antara lain: mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, menyajikan data, serta melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Teknik yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan untuk umum atau generalisasi. Untuk mendeskripsikan Pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku Bullying pada santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung maka perlu kategorisasi sesuai dengan data yang telah diperoleh<sup>36</sup>.

Teknik analisis data inferensial ada dua, yaitu statistik parametrik dan non parametrik. Statistik parametrik merupakan statistik yang mempertimbangkan

---

<sup>35</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu pendekatan Praktik*, (Jakarta:PT Rineka Cipta:2006)276.

<sup>36</sup> Sugiyono *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta:2014)147.

jenis sebaran, atau distribusi data, apakah data menyebar normal atau tidak. Sedangkan statistik non parametrik adalah statistik bebas sebaran<sup>37</sup>.

## 1. Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi, variabel *dependet* dan variabel *independent* atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak.

Model regresi yang baik adalah distribusi data normal atau mendekati normal. Pedoman yang digunakan untuk melihat normal tidaknya sebaran adalah jika signifikansi  $> 0,05$  maka data dikatakan normal, sedangkan jika signifikansi  $< 0,05$  maka data dikatakan tidak normal<sup>38</sup>.

### b. Uji Linieritas

Menurut sugiyono uji linieritas digunakan untuk melihat linieritas hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Data yang baik seharusnya terdapat hubungan linear antara variabel bebas dan variabel terikat<sup>39</sup>.

Dasar pengambilan keputusan adalah jika signifikansi  $> 0,05$  maka data dikatakan linear, sedangkan jika signifikansi  $< 0,05$  maka data dikatakan tidak linear.

## 2. Analisis Regresi Linier Sederhana

---

<sup>37</sup> A. Hamzah & L. Susanti, *Metode Penelitian*, 91.

<sup>38</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), hal 323.

<sup>39</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian*, hal 323.

Dalam penelitian ini menggunakan statistik parametrik dengan rumus Analisis Regresi Linear Sederhana, yang digunakan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen apakah positif atau negative, dan untuk memprediksi nilai dependen jika nilai variabel independen mengalami kenaikan atau penurunan.



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Deskripsi Data**

##### **1. Sejarah Singkat berdirinya Pondok Pesantren Darussalam**

Pondok Pesantren Darussalam didirikan pada tanggal 15 Januari 1951, tokoh-tokoh yang mendirikan diantaranya :

- a. KH. Mukhtar Syafa'at Abdul Ghofur (Almarhum)
- b. KH. M. Muyidin (Almarhum)
- c. KH. Mu'allim Syarqowi (Almarhum)

Pondok Pesantren Darussalam ini merupakan lembaga pendidikan pondok pesantren yang berada di daerah Banyuwangi Selatan provinsi Jawa Timur, tepatnya  $\pm$  12 Km dari kota Genteng dan Jajag serta  $\pm$  45 Km dari kota Banyuwangi. Keadaan lokasi daerah tanahnya subur dan disebelah barat dibatasi oleh sungai Kalibaru, sebelah selatan merupakan tanah persawahan, di sebelah timur daerah pedesaan dan di sebelah utara persawahan.

KH. Mukhtar Syafa'at Abdul Ghofur adalah sebagai tokoh utama pendiri Pondok Pesantren Darussalam, beliau berasal dari desa Ploso Klaten Kediri Jawa Timur. Jenjang pendidikannya setelah menyelesaikan pendidikan umum, beliau beliau meneruskan pendidikannya di Pondok Pesantren Tebuireng Jombang Jawa Timur, dan Pondok Pesantren Jalen Genteng Banyuwangi selama kurang lebih 23 tahun beliau belajar dikedua pondok pesantren tersebut.

Pada tahun 1949 beliau menikah dengan ibu Nyai Maryam putri dari bapak Karto Diwiryono yang berasal dari desa Margo Katon Sayegan Sleman Yogyakarta, tetapi pada saat itu sudah pindah di dusun Blokagung desa Karangdoro kecamatan Gambiran (sekarang berubah menjadi kecamatan Tegalsari) kabupaten Banyuwangi. Berselang 14 tahun kemudian, tepatnya pada tahun 1962, kyai Syafa'at melangsungkan pernikahan yang kedua dengan salah seorang putri kyai Tegalsari Gambiran, yang bernama Ny. Hj. Musyarofah.

Selama 6 bulan di daerah yang baru ditempati, maka berdatanglah para sahabatnya sewaktu mengaji kepada beliau, sehingga hal ini tidak diduga bahwa apa yang diperoleh di Pondok Pesantren sangatlah berguna.

Keadaan Masyarakat sekitar pesantren pada masa itu masih buta agama hal ini pernah mengancam pengembangannya. Menghadapi keadaan yang demikian beliau dengan sabar dan penuh kasih sayang beliau tetap mencurahkan kepadanya, beliau berdoa, "Ya Allah Ya Tuhan kami, berilah petunjuk kaum ini, karena sesungguhnya mereka belum tahu". Karena keadaan yang sangat mendesak, maka timbullah kemauan yang kuat untuk mendirikan tempat pendidikan yang permanen, sebagai tempat untuk mendidik para sahabat dan masyarakat sekitarnya yang belum mengenal agama sama sekali.

Pada tanggal 15 Januari 1951 didirikanlah suatu bangunan berupa Musholla kecil yang sangat sederhana, sedangkan bahannya dari bambu dan beratap ilalang, dengan ukuran 7x5 M<sup>2</sup>. Musholla ini diberi nama

DARUSSALAM dengan harapan semoga akhirnya menjadi tempat pendidikan masyarakat sampai akhir zaman.

Pembangunan ini dikerjakan sendiri dan dibantu oleh santrinya, selama pembangunan berjalan, Kyai Syafa'at selalu memberikan bimbingan dalam praktek pertukangan dan dorongan, bahwa setiap pembangunan apa saja supaya dikerjakan sendiri semampunya. Apabila sudah tidak mampu barulah menundang atau meminta bantuan kepada orang lain yang ahli, agar kita dapat belajar darinya untuk bekal nanti terjun di masyarakat, hingga akhirnya kita sudah terampil mengerjakan sendiri.

Pada awalnya musholla tersebut digunakan untuk mengaji dan untuk tidur para santri bersama Kyainya, namun dalam perkembangan selanjutnya, kemasyhuran dan kealimannya semakin jelas sehingga timbul keinginan masyarakat luas untuk ikut serta menitipkan putra putrinya untuk dididik di tempat ini. Sehingga Musholla Darussalam tidak muat untuk menampung santri, sehingga timbullah gagasan Kyai Syafa'at untuk mengumpulkan wali santri untuk diajak mendirikan bangunan yang baru, bergotong royong membangun tanpa ada tekanan dan paksaan.

Pelaksanaan pembangunan dipimpin oleh Kyai Syafa'at sendiri, sehingga dalam waktu yang relatif singkat, pembangunan itupun selesai dan dimanfa'tkan untuk menampung para santri yang berdatangan. Akhirnya hingga sekarang ini menjadi tempat yang ramai untuk belajar. Dan santri yang datang dari seluruh penjuru tanah air Indonesia dari Sabang sampai Merauke.

Adapun pesantren secara resmi berbadan hukum dan berbentuk Yayasan pada tahun 1978 yaitu dengan nama YAYASAN PONDOK PESANTREN DARUSSALAM dengan akte notaris Soesanto Adi purnomo, SH. Nomor 31 tahun 1978.

perjalanan panjang beliau yaitu Alm. KH. Mukhtar Syafa'at Abdul Ghofur memimpin pondok pesantren Darussalam, beliau adalah orang yang arif dan bijaksana, serta dikagumi oleh masyarakat dan diikuti semua fatwanya, sehingga dalam hal ini menambah keharuman nama beliau yang mulia dikalangan masyarakat. Akhirnya tepat pada hari Jum'at malam Sabtu tanggal 17 Rojab 1411 H/ 02 Februari 1991 jam 02.00 malam, beliau berpulang ke Rahmatullah dalam usia 72 tahun. Dan setiap tanggal 17 Rojab dilaksanakan acara Haul untuk mengenang jasa-jasa beliau. Kemudian untuk perkembangan pesantren selanjutnya diteruskan oleh putra pertama beliau yaitu KH. Ahmad Hisyam Syafa'at dan dibantu oleh adik-adiknya.

## **2. Keadaan Pondok Pesantren Putri Selatan**

Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan bernaung dibawah yayasan Pondok Pesantren Darussalam, dimana pondok pesantren Darussalam berada di daerah Banyuwangi Selatan provinsi Jawa Timur, tepatnya  $\pm$  12 Km dari kota Genteng dan Jajag serta  $\pm$  45 Km dari kota Banyuwangi. Keadaan lokasi Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan berada dibagian paling selatan yayasan pondok pesantren Darussalam.

Adapun keadaan fisik bangunan Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan meliputi:

- a. 1 Mushollah Putri (induk), 2 musholla putri (cabang)
- b. 1 Aula
- c. 2 kantor
- d. Tempat pengiriman
- e. 4 Asrama induk 2 asrama cabang
- f. 1 koperasi 3 kantin
- g. 7 kamar mandi, 12 WC, dan 1 blumbang
- h. Dan lain-lain

### 3. Identitas Pondok Pesantren

Nama Pondok : Pondok Pesantren Darussalam

Alamat :

Dusun : Blokagung

Desa : Karangdoro

Kecamatan : Tegalsari

Kabupaten : Banyuwangi

Propinsi : Jawa Timur

Telepon : (0333)845972, 846100 : Fax. 845972/847124

Ponpes mulai berdiri : 15 Januari 1951

Nama Pendiri : KH. Mukhtar Syafa'at Abdul Ghofur

SK Menteri : Menteri Hukum dan HAM RI

Nomor : AHU-4237. AH.01.04 tahun 2010

Nomor Statistik : 5100.3510.0074

Nomor Piagam Terdaftar : Kd.15.30/3/PP.00.7/2140/2013

Nama Yayasan : DARUSSALAM

Alamat Yayasan : PP. Darussalam Blokagung Karangdoro  
Tegalsari Banyuwangi 6848

Ketua Yayasan : KH. Ahmad Hisyam Syafa'at, S.Sos.I, M.H

Jumlah Santri : 6000 santri yang menetap

Alumni : Ribuan alumni yang tersebar dari Sabang  
sampai Merauke yang menjadi tokoh masyarakat dan mendirikan sekolahan

Website : [www.blokagung.net](http://www.blokagung.net)

Email : [ponpes.darussalam@yahoo.com](mailto:ponpes.darussalam@yahoo.com)

#### **4. Struktur Organisasi**

Susunan pengurus yayasan Pondok Pesantren Darussalam Blokagung

Karangdoro Tegalsari Banyuwangi terdiri dari :

##### **a. Personalia Pengurus Yayasan (Eksekutif)**

Pengasuh/ Ketua Yayasan : KH. A. Hisyam Syafa'at, S.Sos.I, MH

Ketua Umum : KH. Drs. M. Hasyim Syafa'at

Sekretaris : KH. A. Munib Syafa'at, Lc, M.EI

Wakil Sekertaris : Qomarudin, M.Pd

Kabid Kepesantrenan : KH. Aly Asyiqin

Wakil Kabid : Agus Supriyadi

Staf / Sekertaris : H. M. Bahrul Ulum Mubarak

Kabid Pendidikan & Pengajaran: KH. Dr. Abdul Khaliq Syafa'at, Lc, M.EI

Wakil Kabid : Drs. Anas Saeroji, M.Pd.I

Staf / Sekertaris : Zainul Mun'imi, M.EI

Kabid Keuangan : KH. A. Munib Syafa'at, Lc, M.EI

Wakil Kabid : Moh. Yasin, S.Pd.I

Staf/ Sekertaris : Andi Kriswanto, S.Pd

Kabid Keamanan & Ketertiban : KH. Jabir Muda, M.Pd.I

Wakil Kabid : Agus H. Indi Najmu Tsaqib

Kabid Pembangunan : KH. Afif Jauhari Syafa'at

Wakil Kabid : Agus Azidni Ilma

Kabid Pengembangan Pesantren: KH. A. Mubasyir Syafa'at, S.Pd.I

Wakil Kabid : Agus H. Fakhry Aly Hasyim

Staf/ Sekertaris : Agus M. Ishaq, S.Pd

Kabid Media & Publikasi : KH. Abdul Malik Syafa'at, S.Sos.I, MH

Wakil Kabid : Agus H. Adib Faizy Hisyam, S.Sos.I

Staf/ Sekertaris : Agus Adib Ahmada, M.Pd

## 5. Pengurus Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan

### a. Jadwal Aktifitas Santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan

**Tabel 4.1 Jadwal Aktifias Harian Santri**

<b>WAKTU WIB</b>	<b>JENIS KEGIATAN</b>	<b>PELAKSANA</b>
04.00	Bangun tidur	semua Santri
04.00 - 05.00	Adzan Shubuh & Sholat Jama'ah	
05.00-06.00	Qiro'ati, Amtsilati, Santri Tahfidz dan Piket (Shift Pagi)	
06.00-selesai	Pengajian Ihya' Ulumiddin	Santri Tingkat Wushto - Ulya
06.00-07.00	Mandi, Sholat Dhuha, Sarapan, Berangkat Sekolah	semua Santri dan santri sekolah pagi
07.00-07.15	Pembacaan Asma'ul Husna	santri sekolah pagi
07.15-09.45	Kegiatan Sekolah Pagi (Jam 1 sampai 4)	
09.00-10.00	Pengajian Bandongan	santri yang tidak sekolah pagi
09.45-10.00	Istirahat Sekolah	santri yang sekolah pagi
10.00-12.30	Kegiatan Sekolah Pagi (Jam 5 sampai 8)	
12.30-13.00	Jama'ah Sholat Dhuhur	semua santri
13.00-13.30	Persiapan Takror dan Pengajian Bandongan	



13.30-14.30	Takror dan Pengajian Bandongan	
14.30-15.00	Santri Istirahat	
15.00-15.30	Santri Bangun dan Jama'ah Sholat Ashar	
15.30-16.30	Sorogan Kitab, Pengajian Ihya Ulumuddin, piket (Shift Sore)	
16.30-17.00	Makan dan persiapan Sholat Maghrib	
17.15-18.00	Sholat Jama'ah Maghrib	
18.00-19.15	Pengajian Kitab Tafsir Jalalain, Kegiatan Asrama dan Amsilati	
19.30-20.00	Jama'ah Sholat Isya'	
20.00-20.30	Persiapan Sekolah Madrasah + Masuk jam Ke 1	siswi MADINA
20.30-21.00	Kegiatan Sekolah Madrasah Diniyyah Jam ke 1	
21.00-21.45	Kegiatan Sekolah Madrasah Diniyyah Jam ke 2	
21.45	Pulang Sekolah Madrasah Diniyyah	
21.45-22.00	Ihfadz	Peserta ihfadz kelas 4 Ula & Wushto
22.00-22.30	Sholat Malam	Semua santri

*Sumber Data :Pengurus PP. Darussalam Putri Selatan 2021*

## 6. Daftar Pengurus Asrama Mushadah PP. Darussalam Putri Selatan

**Tabel 4.2 Daftar Pengurus Asrama Nafahatul Musyahadah**

NO	NAMA	ASRAMA	KAMAR	JABATAN
1	Lisa Ni'matun Khoirin Nisa'	Nafahatul Musyahadah	P. 4	Kepala asrama
2	Retno dyah firmani	Nafahatul Musyahadah	P. 2	Wakil asrama
3	Arina fa'iqotul	Nafahatul Musyahadah	P.1	Sekretaris asrama
4	Shofia urbah	Nafahatul Musyahadah	P.3	Bendahara asrama

*Sumber Data : Pengurus Nafahatul Mushadah Darussalam Putri Selatan*

## 7. Data Responden

**Tabel 4.3**

### **Daftar Nama Responden Santri Asrama Nafahatul Musyahadah (kode P)**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>UMUR</b>	<b>KODE KAMAR</b>
1	ADINDA TOMI SAPUTRI	18	P.01
2	AHADDINISA FITRIYANI	18	P.04
3	AINUN MAHYA SALSABILA	19	P.03
4	AJENG HURUN EIN YESIRINA	20	P.03
5	ALINDA MAS PUTRI	15	P.01
6	ALMADINA NURIL LAILY	17	P.02
7	ALTA AMALIA KHAFIDZAH	17	P.01
8	AMANDA DWI NINGTIA	21	P.02
9	ANIDA PUTRI	15	P.01
10	ANIS SATUS SA`DIYAH	21	P.04
11	ARFI NAILIL AMANI	18	P.03
12	ARYUNIFA KHUSNA RAHMANANDANI	17	P.02
13	AULIA ANGGUN WIBOWO	19	P.04
14	AULIA NOVITA PUTRI	17	P.01
15	AULIA YUNITA NAFISAH	20	P.03
16	AURA ANAS STASYA	20	P.01
17	AVIANA SILVI HIDAYAH	16	P.03
18	ANIDA PUTRI	16	P.01
19	KHIQMA AILMI ASTUTI	15	P.03
20	KHAULA KHANANA	16	P.03

21	NURIN KHURIYATUN NISA	19	P.01
22	YUNI SRI LESTARI	16	P.04
23	JAMI'ATUL MASRUROH	14	P.02
24	PUTRI NUR DIANINGSIH	13	P.01
25	INDANA ZULFA HUSNA	13	P.03
26	AJENG HURUN EIN YESIRINA	15	P.01
27	FINA APRILIA	15	P.01
28	RATNA AYU LESTARI	13	P.02
29	MARIA USFATUS	18	P.02
30	AZKA 'AFIFATUL MILATI	18	P.02
31	CHELSEA NAILA AL BELDA	19	P.02
32	CHERILYA AISYA AZZAHRA	20	P.01
33	DONNA WULAN AGUSTINE	15	P.03
34	DWI FAIQOTUL IZZAH	17	P.01
35	ELOK FAIQOTUL JANNAH	17	P.04
36	ELSA AULIA NISA	21	P.03
37	EVI WULANDARI	15	P.03
38	FINA APRILIA	21	P.01
39	AZKA 'AFIFATUL MILATI	18	P.02
40	CHELSEA NAILA AL BELDA	17	P.01
41	CHERILYA AISYA AZZAHRA	19	P.02
42	DONNA WULAN AGUSTINE	17	P.01
43	DWI FAIQOTUL IZZAH	20	P.04
44	ELOK FAIQOTUL JANNAH	20	P.03
45	ELSA AULIA NISA	16	P.02
46	FITRIA DWI DAMAYANTI	16	P.04

47	FUJI ANA MARISKA	15	P.01
48	GHALBI FARHAH	16	P.03
49	GITA NUR HAYATI	19	P.01
50	HANIK ROSIDAH	16	P.03
51	HANUM NADIPATUL ULA	14	P.01
52	IDA QIRO`ATAN NISA	13	P.03
53	ILMA AINUN NAZILA	13	P.03
54	INDANA FITROTUL MAULIDYAH	15	P.01
55	FITRIA DWI DAMAYANTI	15	P.04
56	FUJI ANA MARISKA	13	P.02
57	GHALBI FARHAH	17	P.01

## B. Analisis dan Pengujian Hipotesis

### 1. Hasil Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Untuk menguji apakah sampel penelitian merupakan jenis distribusi normal dapat digunakan teknik One Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Data dikatakan normal apabila  $p > 0,05$ <sup>40</sup>.

**Tabel 4.4 Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		57
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000

<sup>40</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), hal 241.

	Std. Deviation	9.49414032
Most Extreme Differences	Absolute	.108
	Positive	.061
	Negative	-.108
Test Statistic		.108
Asymp. Sig. (2-tailed)		.093 <sup>c</sup>

Pada tabel hasil hitung uji normalitas *one sample kolmogorov-smirnov* dapat diketahui, bahwa nilai sig. 0,093. Hal ini menunjukkan, nilai *Asymp. sig. (2-tailed)* > 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil uji normalitas dari sampel penelitian berdistribusi normal.

**Tabel 4.5 Uji linieritas**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
bullying * regulasi emosi	Between Groups	(Combined)	4209.367	26	161.899	1.781	.064
		Linearity	1888.233	1	1888.233	20.775	.000
		Deviation from Linearity	2321.134	25	92.845	1.022	.473
		Within Groups	2726.633	30	90.888		
Total			6936.000	56			

Berdasarkan table 4.2 di atas diperoleh nilai *deviation from linearity* sig. adalah sebesar 0,473 maka lebih besar > dari 0,05. Sehingga

dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel regulasi emosi (X) dengan variabel *Bullying*(Y).

## 2. Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis menunjukkan diterima atau tidaknya hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *bullying* santri putri asrama nafahatul musyahadah pondok pesantren Darussalam putri selatan .

Analisis linear sederhana atau dalam bahasa inggris disebut dengan nama simple linear regression digunakan untuk mengukur besarnya pengaruh satu variabel bebas atau variabel predictor atau independent (X) terhadap variabel tergantung atau variabel dependen atau variabel terikat (Y).

Berikut penjelasannya:

**Tabel 4.6 Uji ANOVA**

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1888.233	1	1888.233	20.574	.000 <sup>b</sup>
	Residual	5047.767	55	91.778		
	Total	6936.000	56			

a. Dependent Variable: Bullying

b. Predictors: (Constant), Regulasi Emosi

Tabel ANOVA dalam uji regresi linier sederhana digunakan untuk menunjukkan angka probabilitas atau signifikansi, untuk uji kelayakan model regresi dengan ketentuan angka probabilitas yang baik untuk digunakan sebagai model regresi adalah harus lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan tabel ANOVA di atas dapat diperoleh hasil nilai  $F = 20.574$ , derajat kebebasan ( $df$ ) = 1, pada nilai  $sig. = 0,000 < 0,05$  yang berarti model regresi ini layak untuk memprediksikan pengaruh antara kedua variabel dan model regresi linier sederhana

**Tabel 4.7 Hasil uji koefisien regresi**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	20.311	12.124		1.675	.100
Regulasi Emosi	.727	.160	.522	4.536	.000

a. Dependent Variable: Bullying

Uji hipotesis atau uji pengaruh berfungsi untuk mengetahui apakah koefisien regresi tersebut signifikan atau tidak.

Ha: Pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku bullying pada santri Asrama nafahatul mushahadah Pondok Pesantren Darussalam putri selatan Blokagung Tegalsari Banyuwangi.

Ho: tidak berpengaruh regulasi emosi terhadap perilaku bullying pada santri Asrama nafahatul mushahadah Pondok Pesantren Darussalam putri selatan Blokagung Tegalsari Banyuwangi.

Sementara itu, untuk memastikan apakah koefisien regresi tersebut signifikan atau tidak (dalam arti variabel X berpengaruh terhadap variabel Y) kita dapat melakukan uji hipotesis ini dengan cara membandingkan nilai signifikansi (*Sig.*) dengan probabilitas 0,05 atau dengan cara lain yakni membandingkan nilai t hitung dengan t tabel.

Adapun yang menjadi dasar pengambilan keputusan dalam analisis regresi dengan melihat nilai signifikansi (*Sig.*) hasil output SPSS adalah:

a. Uji hipotesis membandingkan nilai t hitung dengan t tabel

Pengujian hipotesis ini sering disebut dengan uji t, dimana dasar pengambilan keputusan dalam uji t adalah:

- 1) Jika nilai t hitung lebih besar  $>$  dari t tabel maka ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *bullying* (Y).
- 2) Sebaliknya, jika nilai t hitung lebih kecil  $<$  dari t maka tidak ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *bullying* (Y).
- 3) Berdasarkan tabel 4.4 di atas diketahui nilai t hitung sebesar 4.536 lebih besar dari  $>$  1,691 sehingga dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak dan Ha diterima, yang berarti “ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *bullying* (Y).”.



b. Uji hipotesis membandingkan nilai Sig. dengan 0,05

Adapun yang menjadi dasar pengambilan keputusan dalam analisis regresi dengan melihat nilai signifikansi (*Sig.*) hasil output SPSS adalah:

- 4) Jika nilai signifikansinya (*Sig.*) lebih kecil  $<$  dari probabilitas 0,05 mengandung arti ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *bullying* (Y).
- 5) Sebaliknya, jika nilai signifikansinya (*Sig.*) lebih besar  $>$  dari probabilitas 0,05 mengandung arti tidak ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *bullying* (Y).
- 6) Berdasarkan tabel 3.6 di atas diketahui nilai signifikansi (*Sig.*) sebesar 0,000, yang artinya 0,000 lebih kecil dari  $<$  probabilitas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti “ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *bullying* (Y).”.

**Tabel 4.8 Uji Korelasi**

**Correlations**

		Bullying	Regulasi Emosi
Pearson Correlation	Bullying	1.000	.522
	Regulasi Emosi	.522	1.000
Sig. (1-tailed)	Bullying	.	.000
	Regulasi Emosi	.000	.
N	Bullying	57	57
	Regulasi Emosi	57	57

Pada table 3.7 uji korelasi Product Moment Pearson digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan/korelasi antar variabel. Pada tabel tersebut diperoleh nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan/korelasi yang signifikan antara variabel regulasi emosi dan perilaku bullying.

**Tabel 4.9 Uji Koefisien Determinasi**

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.522 <sup>a</sup>	.272	.259	9.580

a. Predictors: (Constant), Regulasi Emosi

b. Dependent Variable: Bullying

Dari tabel 3.8 di atas dapat diketahui bahwa nilai *R Square/R<sup>2</sup>* = 0,272. Ini berarti bahwa sumbangan efektif yang diberikan pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku bullying sebesar 27,2%, sedangkan sisanya yaitu 73,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Faktor-faktor tersebut dapat berupa faktor internal (yang berasal dari dalam diri individu) atau faktor eksternal (faktor yang berasal dari luar individu).

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Bermula dari Latar belakang masalah dalam bab ini dilakukan pembahasan lebih lanjut mengenai hasil analisis penelitian Apakah Ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *Bullying* (Y) pada santri Asrama Nafahatul Musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi. Dan tujuan dari penelitian ini yakni untuk mengetahui apakah ada pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku bullying pada santri asrama nafahatul musyahadah pondok pesanten Darussalam putri selatan blokagung banyuwangi. jumlah Keseluruhan santri yang menempati asrama musyahadah adalah 66 santri yang terdiri dari 4 kamar dengan kode P.01, P.02, P.03, P.04, menggunakan teknik *simple random sampling* dari jumlah populasi 66 santri dengan menggunakan rumus taro yamahe yakni pengambilan 57 sampel di asrama musyahadah. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dokumentasi dan sebar angket.

Dari hasil penyebaran angket kepada warga asrama nafahatul musyahadah diperoleh data dan kemudian dilakukan uji validitas, reliabilitas, normalitas dan uji regresi linier sederhana. Menurut hasil uji validitas yang telah dilakukan oleh peneliti hasil dari  $R_{hitung}$  dari setiap item pernyataan kedua variabel menunjukkan lebih besar dari pada  $R_{tabel}$  maka setiap item pernyataan tersebut dikatakan valid. Begitu pula dengan hasil uji reliabilitas

dalam penelitian Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa reliabilitas pada skala Regulasi Emosi dan *bullying* Karena reliabilitasnya antara  $0,60 < r_{11} \leq 0,80$  maka skala tersebut dinyatakan reliabilitas kategori tinggi. Kemudian peneliti menguji apakah data normal atau tidak, dari hasil yang didapatkan dengan menggunakan bantuan SPSS *for windows* 0.23 Pada tabel hasil hitung uji normalitas *one sample kolmogorov-smirnov* dapat diketahui, bahwa nilai sig. 0,093. Hal ini menunjukkan, nilai *Asymp. sig. (2-tailed)*  $> 0,05$  sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil uji normalitas dari sampel penelitian berdistribusi normal.

Setelah data diketahui valid, reliable serta normal, maka peneliti melakukan uji analisis regresi linier sederhana menggunakan SPSS *for windows* 0.32 untuk mengetahui besarnya pengaruh Tabel ANOVA dalam uji regresi linier sederhana digunakan untuk menunjukkan angka probabilitas atau signifikansi, untuk uji kelayakan model regresi dengan ketentuan angka probabilitas yang baik untuk digunakan sebagai model regresi adalah harus lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan tabel ANOVA di atas dapat diperoleh hasil nilai  $F = 20.574$ , derajat kebebasan ( $df$ ) = 1, pada nilai *sig.* =  $0,000 < 0,05$  yang berarti model regresi ini layak untuk memprediksikan pengaruh antara kedua variabel dan model regresi linier sederhana

Berdasarkan tabel 3.6 di atas diketahui nilai signifikansi (*Sig.*) sebesar 0,000, yang artinya 0,000 lebih kecil dari  $<$  probabilitas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti “ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *bullying* (Y). Pada tabel 3.7 uji korelasi

Product Moment Pearson digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan/korelasi antar variabel. Pada tabel tersebut diperoleh nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan/korelasi yang signifikan antara variabel regulasi emosi dan perilaku bullying.

Berdasarkan kriteria korelasi oleh Colton, nilai korelasi antara 0,5-0,75 memiliki makna korelasi kuat. Pada tabel 3.7 data penelitian didapatkan nilai korelasi  $r = 0,522$  yang memiliki makna bahwa kedua variabel memiliki hubungan linier positif kuat, artinya semakin tinggi tingkat regulasi emosi santri, maka akan semakin meningkat pula tingkat perilaku *bullying* santri. Hal ini sesuai dengan hasil instrumen skala Regulasi emosi dan Skala *Bullying* penelitian yang telah dilakukan oleh teguh nugroho eko cahyono (2019) dan deviani risyana (2019).

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari penelitian yang berjudul pengaruh regulasi emosi (X) terhadap Perilaku *Bullying* (Y) pada santri asrama nafahatul musyahadah pondok pesantren Darussalam putri selatan blokagung banyuwangi, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian yang menunjukkan nilai koefisien regresi (t) sebesar 4.536 lebih besar dari  $> 1,691$  sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti ada Pengaruh Regulasi Emosi (X) terhadap perilaku *bullying* (Y).
2. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi emosi maka akan semakin rendah kecenderungan perilaku *Bullying* santri putri asrama nafahatul musyahadah pondok pesantren darussalam blokagung banyuwangi, demikian pula sebaliknya, bahwa semakin rendah regulasi emosi maka akan semakin tinggi perilaku *Bullying* pada santri.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah disajikan, peneliti menyampaikan saran kepada pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini. Adapun saran yang disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Teruntuk Santri Pondok Pesantren Darussalam Putri selatan Blokagung Banyuwangi terkhusus santri asrama nafahatul musyahadah Hasil Penelitian ini di harapkan mampu memberikan pemahaman bagi santri

putri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan tentang regulasi emosi yang harus diasah dan diaplikasikan terhadap dunia sosial serta dapat menjadi perbaikan dalam individu untuk berperilaku secara kemanusiaan.

2. Pengurus keamanan dan ketertiban serta pengurus Pondok pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan sebuah pertimbangan permasalahan yang dialami santriwati dalam hal pemahaman Pengaruh regulasi emosi terhadap adanya perilaku *Bullying*. Kemudian hal tersebut dapat ditindak lanjuti untuk pemberian bimbingan kelompok maupun individu untuk mengurangi perilaku *Bullying* pada lingkup santri yang ada di pondok pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi.

3. Penelitian Selanjutnya

Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi dan sumbangan praktis untuk Penelitian lanjutan dalam mengembangkan teori terhadap masalah yang relevan khususnya mengenai ilmu psikologi umum dan psikologi sosial yang berhubungan dengan pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *Bullying*.

## DAFTAR RUJUKAN

- Muhamad ali ramadhani (lingkungan pendidikan dalam implementasi pendidikan karakter), *jurnal pendidikan Universitas Garut*, (Vol;08;No.01;2014;28-37) (2014),  
<https://journal.uniga.ac.id/index.php/JP/article/view/69/7034>(diakses, 16:2021).
- DPRRI (Undang-undang tentang Pesantren) Bab 1 Pasal 1 No 2 ketentuan umum
- Ratna Wulan Sari , (Budaya Pesantren dalam Membentuk Prilaku Islami Santri di Pesantren Al azar lubuklinggau ) , *Nuansa Jurnal Studi islam* , (Vol.XII,No. 1, Juni, 2019)
- Hasanah Uswatun, (Hubungan Riligiuitas dan Regulasi Emosi Pada Perilaku Bullying Pesantren) *Universitas Medan Area*, (12 Agustus 2016) 6.  
<http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/7190>(diakses 14:2021).
- Novia Maya Arista, (Studi Komparasi Perbandingan Dampak Media Sosial Terhadap Perilaku Bulliyng remaja) , *Jurnal Kesejahteraan keluarga dan Pendidikan* (Vol. 02 No. 02 ) (10,2015), 94.  
<http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jkkp/article/view/1583/1234>(diakses14:202).
- Kementrian Agama RI, (Al-Qur'an dan Terjemahnya tafsir Kemenag (Q.S 49:11))  
*Risalah Muslim* <https://risalahmuslim.id/quran/al-hujurat/49-11/>(diakses15,4,2021).
- Wildan Hidayat, Aunillah Reza Pratama, (Fenomena Bulliyng dalam Perspektif Hadist) *Riwayah Jurnal Studi Hadist* (Vol 04.No.02) (2008), 295.
- Khahim Zarkasih Putro, (Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja) *Jurnal APLIKASIA*, (Vol. 17, No. 1) (2017) hlm. 29.  
<http://ejournal.uinsuka.ac.id/pusat/aplikasia/article/view/1362/1180>(diakses 14:2021)
- Abu Ahmadi, *Psikologi umum*, (Jakarta, Rineka Cipta, 2009), hal. 101.
- YM Syahadat, (Hubungan antara kualitas attachment dengan Regulasi emosi Pada Remaja) *Tesis Universitas islam negeri malang*, (7:2015)
- Alhila Rubiani & Shirley Melita Sembiring, (Perbedaan Regulasi Emosi pada Remaja Ditinjau dari Faktor Usia di sekolah yayasan pendidikan islam



- swasta amir hamzah medan), *Jurnal Diversita*, (12:2018), hal.100, <http://osj.uma.ac.id/index.php/diversita> (diakses 17:2021).
- Ni Made Wahyu Indrariyani Artha & Supriyadi, (Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy dalam Pemecahan masalah Penyesuaian Diri Remaja awal, *jurnal Psikologi Udayana*, (Vol.1,No.1), (2013), hal.193.
- RN Rahma 2019 Bab II tinjauan pustaka <https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/>(diakses.18:2021).
- Ahmad Muhammad Diponegoro, Sutipyo Ru'ya, Lharasati Dewi, (Cognitive Reappraisal Muslim Indonesia di Belanda), *jurnal Proseding Seminar Nasional Magister Psikologi*, (8:2019).
- IDL Syifa 2014 kajian teori <http://etneses.uin-malang.ac.id>,(diakses18:2021).
- RN Rahma 2019 Bab II tinjauan pustaka. <https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/>(diakses.18:2021).
- Riko Septyan Nor Saputra (Perbedaan Regulasi Emosi pada Remaja di SMPN 3 Semarang ditinjau dari keikutsertaan les music) *Skripsi Psikologi universitas semarang* (8:2019), 24.
- (Psikologi Sosial Social Psychology Kuliah I: Pengantar), files.slide-PSY104-P, *Universitas Pembangunan Jaya*, <http://www.ocw.upj.ac.id>(diakses18:2021).
- Amin Nasir, (Konseling Behaviorral:solusi alternative Mengatasi Bullying anak di sekolah), (vol.2,No.2), *konseling edukasi: Journal of guidance and counseling*, (12:2018), 70. <http://journal.uinkudus-seska.ac.id>(diakses 18:2021).
- Ela Zain Zakiyah, Sahadi humedi, (Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying), *jurnal penelitian & PPM*, (Vol.4, No.2), (7:2017), 238.
- Ela Zain Zakiyah, Sahadi humedi, (Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying), *jurnal penelitian & PPM*, (Vol.4, No.2), (7:2017), 237.
- ME Riana wirda, <https://abstrak.uns.ac.id> kajian pustaka (diakses,18:2021).
- Dr. Marsono, M.Si, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bojongkulur, Gunung Putri, Bogor:IN MEDIA,2016),2.
- L Febriani, (Umar 1999:36) (*Explanatory Research Repository stie PGRI*), [repository.stiedewantara.ac.id](http://repository.stiedewantara.ac.id).

(Regresi Linier sederhana), (2020), <https://www.rumusstatistik.com>, (diakses,4:2021).

Suparti, Alan Prahutama, (Media

Statistika)[http://ejournal.undip.ac.id/index.php/media\\_statistika](http://ejournal.undip.ac.id/index.php/media_statistika),

(diakses,4:2021).

Marsono, *Metode Penelitian Kuantitatif langkah-Langkah Menyusun Skripsi, Tesis menggunakan teknik analisis jalur*, (Bojongkulur, Gunung Putri, Bogor:IN MEDIA,2016). 68.

Marsono, *Metode Penelitian Kuantitatif langkah-Langkah Menyusun Skripsi, Tesis menggunakan teknik analisis jalur*, (Bojongkulur, Gunung Putri, Bogor:IN MEDIA,2016), 169.

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu pendekatan Praktik*, (Jakarta:PT Rineka Cipta:2006)168.

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu pendekatan Praktik*, (Jakarta:PT Rineka Cipta:2006)196.

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu pendekatan Praktik*, (Jakarta:PT Rineka Cipta:2006)276.

Sugiyono *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta:2014)147.

Sugiyono *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta:2011)161

## PERNYATAAN KEASLIHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Amimatus Sabilah

NIM : 17122110006

Program : Bimbingan dan Konseling Islam

Institusi : Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Banyuwangi, 20 Juli 2021

Saya yang menyatakan,



Amimatus Sabilah  
17122110006

# Lampiran 1 Hasil Cek Plagiarism

7/25/2021

laporan orisinalitas 25.7.2021 9-44-49 - amimatus sabilah\_17122110006\_bki fiks.docx.html

## Detektor Plagiarisme v. 1872 - Laporan Orisinalitas 7/25/2021 9:44:46 AM

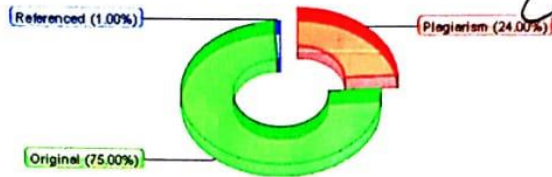
Dokumen yang dianalisis: amimatus sabilah\_17122110006\_bki fiks.docx Dilisensikan ke: Aster Putra

Prasetel Perbandingan: Menulis kembali Bahasa yang terdeteksi:

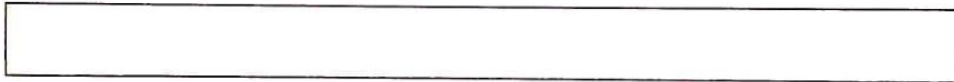
Jenis cek: Pemeriksaan Internet

Analisis tubuh dokumen terperinci:

Bagan relasi:



Grafik distribusi:



Sumber utama plagiarisme: 42

21%	2285	1. <a href="http://etheses.uin-malang.ac.id/9046/1/13410056.pdf">http://etheses.uin-malang.ac.id/9046/1/13410056.pdf</a>
7%	718	2. <a href="http://repository.uin-malang.ac.id/2161/7/2161.pdf">http://repository.uin-malang.ac.id/2161/7/2161.pdf</a>
6%	724	3. <a href="http://ejournal.iainda.ac.id/index.php/darussalam/article/download/24/22/">http://ejournal.iainda.ac.id/index.php/darussalam/article/download/24/22/</a>

Rincian sumber daya yang diproses: 88 - Baik / 22 - Gagal

Catatan penting:

Wikipedia:

Buku Google:

Layanan pengarang untuk orang lain:

Anti-kecurangan:

[tidak terdeteksi]

[tidak terdeteksi]

[tidak terdeteksi]

[tidak terdeteksi]

Referensi Aktif (Url yang Diekstrak dari Dokumen):

Tidak ada URL yang terdeteksi

Url yang Dikecualikan:

Tidak ada URL yang terdeteksi

URL yang disertakan:

Tidak ada URL yang terdeteksi

Lampiran 2 Surat keterangan Penelitian



**INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM**  
**IAIDA**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**  
**TERAKREDITASI**  
**BLOKAGUNG - BANYUWANGI**

Alamat: P.O. Box. Darussalam Blokagung 42117 Karangdoro Tegayon Banyuwangi Jawa Timur - 66411 No. Telp. 083238445331, Website: www.iaida.ac.id, E-mail: iaidablokagung@ gmail.com

Nomor: 31.5/ 76.10 /IAIDA/FDKI/C 3/ VII/2021

Lamp. : -

Hal : **PENGANTAR PENELITIAN**

*Kepada Yang Terhormat:*

**Pimpinan/Kepala PT. Darussalam Putri Selatan**

Ji –  
tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yang bertanda tangan di bawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Darussalam (IAIDA) Blokagung Banyuwangi, memohonkan izin penelitian atas mahasiswa kami:

Nama : AMTMATUS SABILAH  
NIM/NIMKO : 17122110006 / 2017.4.071.0432.1.000093  
Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Islam  
Alamat : TEMUASRI - SEMPU - BANYUWANGI  
HP : -  
Dosen Pembimbing : Agung Obianto, S.Sos.I, M.Sos.

Untuk dapat diterima melaksanakan penelitian di lembaga/instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka penyelesaian program skripsi.

Adapun judul penelitiannya adalah:

***"Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Bullying Pada Santri Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Kabupaten Banyuwangi"***

Atas perkenan dan kerja samanya yang baik diucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



Blokagung, 10 Juli 2021

Dekan

**Agus Bahagi, S.Ag., M.I.Kom**

NIPY. 3150128107201



مؤسسة البحوث والدراسات الإسلامية  
PONDOK PESANTREN  
"DARUSSALAM"

MENTERI HUKUM DAN HAM RI NO : AHU- 4237.AH.01.04. Tahun 2010  
website : www.blokagung.net e-mail : ponpos.darussalam@yahoo.com

UNIT PENDIDIKAN : PESANTREN PUTRA PUTRI, TAHFIDZ, MADRASAH DINIYAH, PESANTREN KANAK-KANAK, TPQ, PAUD, TK, SD, MTs, SMP, SMA, SMK, MA DAN IAINA

Alamat : Blokagung 021V, Karangdoro Teglisari Banyuwangi Jawa Timur 68485 Telp. (0333) 845972, Fax. (0333) 847124 HP. 0852 8895 1951, 0856 0086 1951

Nomor : 31.1/788/PPDPS/VII/2021

Perihal : Balasan

Kepada Yth.

**Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam**

**Institut Agama Islam Darussalam Blokagung**

Di Tempat,

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan di bawah ini kepala PP. Darussalam Putri Selatan menyatakan bahwa :

Nama : Amimatus Sabilah  
Alamat : Krajan, Temuasri Sempu Banyuwangi  
TTL : Banyuwangi, 24 November 1998  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Bidang Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
NIM : 17122110006

Telah melaksanakan penelitian pada PP. Darussalam Putri Selatan untuk penyusunan skripsi dengan judul " Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku *Bullying* pada Santri Asrama Nafahatul Musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi".

Demikian surat ini kami buat. Semoga dapat digunakan dengan semestinya dan membawa keberkahan bersama.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Blokagung, 21 Juli 2021

Kepala Pesantren  
  
ELY FADILAH

## Lampiran 3 Alat Ukur Penelitian

### KUESONER PENELITIAN

#### ”Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Perilaku Bullying pada Santri Asrama Nafahatul Musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi”

##### A. Pengantar Kuesioner

Kepada saudari responden yang terhormat, dalam rangka menyelesaikan penulisan skripsi. Saya selaku mahasiswi Institut Agama Islam Darussalam melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Bullying pada Santri asrama nafahatul musyahadah Pondok Pesantren Darussalam Putri Selatan Blokagung Banyuwangi”. Maka dengan hormat, saya memohon kesediaan saudari untuk mengisi kuesioner dibawah ini. Atas perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

##### B. Identitas Responden :

1. Nama : .....
2. Jenis Kelamin : .....
3. Usia : ..... tahun

##### C. Petunjuk Pengisian Angket:

1. Setiap pernyataan di mohon memilih jawaban yang sesuai dengan apa yang anda rasakan dengan memberikan tanda ceklis (√) pada salah satu kolom **SS**, **S**, **N**, **TS**, atau **STS**.
2. Bertanyalah jika ada soal yang tidak dimengerti.

##### Keterangan:

SS= Sangat Setuju (skor 5)

S = Setuju (skor 4)

N= Netral (Skor 3)

TS= Tidak Setuju (skor 2)

STS = Sangat Tidak Setuju (skor 1)

Berilah tanda ceklis (√) pada salah satu kolom SS, S, TS, atau STS

**KUISIONER VARIABEL (X) REGULASI EMOSI**

NO	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya memilih diam ketika saya sedang marah					
2.	Saya melakukan pekerjaan lain untuk menghilangkan kekesalan saya					
3.	Saya mencari kesibukan saat saya sedang sedih					
4.	Saya tetap bisa tenang menghadapi apapun, meskipun dalam keadaan marah.					
5.	Saya berusaha menghibur diri saat sedang sedih.					
6.	Saya selalu berusaha tenang agar tidak terpancing emosi					
7.	Selalu ada hikmah yang saya ambil ketika saya sedang merasa kecewa					
8.	Saya mengendalikan emosi dengan mengubah cara berfikir saya					
9.	Ketika sedang marah saya berusaha untuk berbicara dengan suara dengan nada suara rendah					
10.	Saya memikirkan terlebih dahulu apa yang ingin saya katakan					
11	Saya pergi kesuatu tempat untuk menenangkan diri saya					
12	Saat stress saya berusaha tetap tenang					
13	Ketika saya marah, apapun bisa saya lakukan tanpa memikirkan akibatnya.					
14	Saya sulit mengatasi suatu masalah sehingga tidak terselesaikan dengan baik.					
15	Saya sulit menenangkan diri saya kembali ketika saya					



	emosi.					
16	Sulit bagi saya untuk mengatasi kemarahan yang saya rasakan.					
17	Saya sulit menyembunyikan kemarahan saya terhadap orang lain.					
18	Saya selalu terpengaruh emosi ketika saya sudah berusaha untuk tenang.					
19	Saya sulit berfikir jernih saat emosi sedang menggebu-gebu.					
20	Saya mudah terpengaruh emosi.					
21.	Saya selalu berbicara kasar dengan orang lain ketika sedang marah.					
22.	Ketika saya marah, saya sulit bersikap biasa saja didepan orang lain.					
23.	Saya sulit merubah rasa kesal ketika ingin bersikap baik					
24.	Ketika kecewa dengan orang lain, saya melampiaskan dengan cara melemparkan barang-barang yang ada di sekitar saya					

**KUISIONER VARIABEL (Y) PERILAKU *BULLYING***

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya pernah dicubit teman saya karena tidak menyukai saya				
2.	Saya pernah ditampar oleh teman dipondok				
3.	Semua teman saya dipondok berkepribadian baik				
4.	Saya lebih suka bersabar jika saya mendapat perlakuan bully				
5.	Saya pernah dipukul oleh teman pondok saya				
6.	Teman dipondok sangat baik terhadap saya				
7.	Saya merusak barang teman saya jika jika saya dibully				
8.	Saya lebih menahan ego saya jika saya mendapat perlakuan tidak baik				
9.	Saya pernah digigit adik kelas saya karena saya di bully				
10.	Sebagian besar adik kelas saya adalah anak yang baik				
11.	Saya pernah dipanggil dengan sebutan nama yang buruk				
12.	Saya lebih suka dipanggil dengan nma panggilan saya				
13.	Saya mengolok-olok teman saya jika saya benci dengannya				
14.	Saya lebih suka berteman daripada memusuhi				
15.	Saya pernah difitnah menyebarkan isu buruk				
16.	Saya pernah diancam teman saya jika tidak menuruti perkataannya				
17.	Saya jarang sekali mendapat ancaman dari teman saya				
18.	Saya berkata kasar jika sedang di bully				
19.	Saya lebih suka berbuat baik daripada berkata kasar				
20.	Saya pernah dikritik kejam oleh teman dipodok				
21.	Ketika presentasi dikritik kejam adalah hal yang wajar				
22.	Saya pernah dikucilkan oleh teman di pondok				
23.	Saya lebih suka berteman dari pada dikucilkan				
24.	Saya pernah diabaikan ketika saya berbicara dengan teman saya				
25.	Saya lebih suka mengabaikan daripada mendengarkan teman saya				
26.	Saya pernah dipermalukan saat presentasi dikelas				
27.	Saya jarang mendapat perlakuan dipermalukan saat presentasi				

**Lampiran 5 Deskripsi Data Penelitian**

Respon den	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X. 6	X. 7	X. 8	X. 9	X.1 0	X.11	X.1 2	X.13	X.1 4	X.1 5	X.1 6	X.17	X.1 8	X.1 9	X.2 0	X.21	X.2 2	X.2 3	X.2 4
ADIND A TOMI SAPUT RI	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3	1	5	3	3	2	2	4	3	2	2	2
AHAD DINIS A FITRIY ANI	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	1	1	1	5	1	4	4	4	3	3	3	3	4
AINUN MAHY A SALSA BILA	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	1	1	5	1	4	1	1	2	3	2	3	4	4
AJENG HURU N EIN YESIRI NA	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	1	3	2	2	3	3	2
ALIND A MAS PUTRI	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	2	5	2	3	2	3	4	2	2

ALMA DINA NURIL LAILY	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	3	3	5	3	3	3	3	2	2	3	2	3							
ALTA AMALI A KHAFI DZAH	3	4	4	2	3	4	4	4	2	3	3	3	4	2	1	4	3	2	3	4	2	4	4	2							
AMAN DA DWI NINGT IA	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	2	5	5	2	2	5	3	5	2	2	2	2	2							
ANIDA PUTRI	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	3	3							
ANIS SATU SA'DI YAH	3	2	2	2	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	5	2	1	2	2	2	2	2	2	3							
ARFI NAILI L AMAN I	3	3	4	2	4	4	3	4	3	2	2	4	4	3	1	4	5	4	5	4	3	4	2	4							
ARYUNIFA KHUSNA RAHMANANDANI							3	3	2	3	3	3	3	5	3	3	4	3	3	2	1	4	2	1	3	4	2	2	3	3	
AULIA ANGGUN WIBOWO							3	3	3	2	3	3	3	5	3	4	4	4	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1

AULIA NOVITA PUTRI	3	4	3	3	3	4	4	5	3	4	3	3	3	2	5	4	5	2	5	2	2	2	2	2
AULIA YUNITA NAFISAH	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	2	3	3	3	3
AURA ANAS STASYA	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	1	3	2	3	1	2	2	3	2	3
AVIANA SILVI HIDAYAH	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	2	3	5	2	4	3	2	3	3	3
ANIDA PUTRI	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	4	2	3	5	5	2	3	1	4	3	3	3	3	3
KHIQMA AILMI ASTUTI	4	4	4	2	3	2	3	2	2	4	4	2	4	2	1	2	4	3	3	2	3	2	3	2
KHAULA KHANANA	3	3	2	2	3	4	4	3	2	4	4	2	3	2	2	2	5	2	3	2	2	2	4	5
NURIN KHURIYATUN NISA	3	3	3	3	3	4	5	2	2	4	3	2	1	5	5	2	4	3	4	4	3	2	3	1
YUNI SRI LESTARI	4	4	4	1	4	3	4	3	1	3	4	1	3	2	1	2	1	2	4	4	4	4	4	4
JAMI'ATUL MASRUROH	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	2	4	5	5	1	5	4	4	4	3	3	2	4
PUTRI NUR DIANINGSIH	3	3	2	3	4	3	5	3	3	2	4	2	3	5	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3
INDANA ZULFA HUSNA	3	3	2	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3
AJENG HURUN EIN YESIRINA	2	3	4	1	2	3	2	4	2	4	3	3	2	4	5	2	5	4	4	2	3	3	4	4
FINA APRILIA	4	2	3	4	3	4	3	5	3	4	3	4	5	4	4	4	4	5	4	2	3	3	3	4
RATNA AYU LESTARI	4	4	4	3	4	4	5	5	4	4	3	2	2	5	5	4	3	3	2	4	3	2	5	3
MARIA USFATUS	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	1	5	3	5	2	5	3	3	5	3	1
AZKA 'AFIFATUL MILATI	4	3	4	3	3	4	2	5	4	4	3	1	1	1	1	1	4	4	1	3	2	3	5	1

CHELSEA NAILA AL BELDA	3	4	3	3	4	3	5	4	3	3	3	1	1	1	1	2	1	1	3	2	2	1	3	3
CHERILYA AISYA AZZAHRA	4	4	3	3	4	4	4	5	3	3	4	3	2	5	5	4	5	1	3	2	3	5	2	2
DONNA WULAN AGUSTINE	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	5	2	3	5	2	3	5	3
DWI FAIQOTUL IZZAH	3	4	4	2	3	4	5	5	2	5	3	3	3	3	5	3	3	3	3	4	2	5	4	3
ELOK FAIQOTUL JANNAH	4	5	4	5	4	5	5	4	5	4	3	5	4	2	1	4	5	2	3	2	5	4	5	4
ELSA AULIA NISA	5	3	3	2	3	3	4	5	3	3	3	2	3	2	5	1	5	3	5	2	2	2	3	5
EVI WULANDARI	3	2	2	2	2	3	4	5	3	3	2	3	2	2	4	3	2	2	1	2	2	2	2	3
FINA APRILIA	3	5	4	5	4	4	5	4	3	5	5	3	2	3	5	2	5	2	2	4	3	4	5	3
AZKA 'AFIFATUL MILATI	5	3	5	3	3	5	4	4	5	3	4	5	4	3	1	4	3	4	4	4	5	2	3	4
CHELSEA NAILA AL BELDA	3	3	3	2	3	3	3	3	3	5	4	3	3	2	5	3	5	1	5	3	3	3	2	5
CHERILYA AISYA AZZAHRA	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	2	4	4	2	3	3	2	2	4	2	4
DONNA WULAN AGUSTINE	3	3	3	3	2	3	5	2	3	5	3	3	3	2	5	2	4	2	4	2	5	3	3	3
DWI FAIQOTUL IZZAH	3	3	5	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	4	2	2	4	2	2
ELOK FAIQOTUL JANNAH	5	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	5	3	2	3	4	3	2	3	3	3
ELSA AULIA NISA	3	3	3	3	4	5	4	4	5	4	5	2	3	3	2	4	3	2	3	3	5	5	3	5

FITRIA DWI DAMAYANTI	4	4	4	2	3	2	4	2	2	4	4	2	5	3	5	4	3	5	3	2	3	2	3	4
FUJI ANA MARISKA	5	3	5	2	3	4	4	4	2	4	4	2	4	2	1	2	4	3	3	2	2	5	4	3
GHALBI FARHAH	5	3	3	3	3	5	5	3	2	5	5	2	3	2	5	1	3	2	3	4	3	3	3	5
GITA NUR HAYATI	4	4	4	1	4	3	4	4	1	3	4	2	1	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3
HANIK ROSIDAH	3	3	3	3	3	4	5	5	4	3	2	1	3	2	1	3	1	2	3	4	3	5	2	1
HANUM NADIPATUL ULA	5	3	2	3	4	5	2	4	5	2	4	2	4	4	1	4	3	4	4	2	3	5	2	2
IDA QIRO'ATAN NISA	3	3	2	4	4	3	4	4	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	5	3	3	2	4
ILMA AINUN NAZILA	5	3	4	1	2	3	2	4	2	4	3	3	3	2	3	2	3	5	3	2	3	3	4	3
INDANA FITROTUL MAULIDYAH	4	2	3	4	3	4	3	5	3	4	3	3	2	4	4	1	3	4	4	2	3	5	3	4
FITRIA DWI DAMAYANTI	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	3	4	4	3	2	2	3
FUJI ANA MARISKA	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	5	3	2
GHALBI FARHAH	4	3	4	3	3	4	3	5	4	4	3	2	3	1	4	3	3	2	4	3	2	3	4	4

NO.RSPND N	Y. 1	Y. 2	Y. 3	Y. 4	Y. 5	Y. 6	Y. 7	Y. 8	Y. 9	Y. 10	Y. 11	Y. 12	Y. 13	Y. 14	Y. 15	Y. 16	Y. 17	Y. 18	Y. 19	Y. 20	Y. 21	Y. 22	Y. 23	Y. 24	Y. 25	Y. 26	Y. 27	
ADINDA TOMI SAPUTRI	1	5	3	3	2	2	1	1	4	2	3	3	1	4	2	1	3	1	4	3	3	2	3	4	5	2	2	
AHADDINIS A FITRIYANI	1	5	1	4	4	4	1	1	1	1	1	4	2	4	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	4	
AINUN MAHYA SALSABILA	5	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	4	3	4	1	1	1	2	2	1	5	1	5	1	1	5	4	
AJENG HURUN EIN YESIRINA	2	3	1	3	1	3	1	3	4	3	2	3	2	3	3	1	3	1	4	3	3	2	1	2	2	5	2	
ALINDA MAS PUTRI	3	3	2	5	2	3	3	3	1	2	3	4	2	4	2	5	2	4	4	4	3	5	2	3	4	5	2	
ALMADINA NURIL LAILY	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	
ALTA AMALIA KHAFIDZA H	2	1	4	3	2	3	2	4	2	3	4	4	2	3	4	2	3	2	2	2	4	3	2	4	3	3	2	2
AMANDA DWI NINGTIA	5	2	2	5	3	5	2	3	2	2	5	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2
ANIDA PUTRI	2	2	3	2	2	4	2	2	2	3	2	5	1	4	2	2	3	2	4	2	3	2	3	3	2	2	3	
ANIS SATUS	3	5	2	1	2	2	2	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	



SA'DIYAH																											
ARFI NAILIL AMANI	3	1	4	5	4	5	1	1	1	4	4	4	1	4	1	1	5	5	5	5	5	2	4	4	1	5	4
ARYUNIFA KHUSNA RAHMANA NDANI	2	1	4	2	1	3	1	2	1	3	3	2	1	4	1	1	3	1	4	3	2	1	4	3	1	2	3
AULIA ANGGUN WIBOWO	2	2	3	2	3	3	2	3	1	4	2	3	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	1
AULIA NOVITA PUTRI	2	5	4	5	2	5	2	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	2	5	2
AULIA YUNITA NAFISAH	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1	2	1	2	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	2	3
AURA ANAS STASYA	1	1	3	2	3	4	1	2	1	3	3	5	2	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	1	5	3
AVIANA SILVI HIDAYAH	3	2	3	5	2	4	3	3	3	5	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
ANIDA PUTRI	5	5	2	3	1	3	2	3	1	2	3	4	2	3	3	3	3	2	4	4	4	2	2	3	2	3	3
KHIQMA AILMI ASTUTI	2	1	2	4	3	3	1	3	2	2	4	2	4	4	2	2	4	2	3	2	2	3	2	4	2	2	2
KHAULA KHANANA	2	2	2	5	2	3	2	3	5	2	3	5	2	3	2	2	5	2	3	3	3	2	2	3	2	2	5

NURIN KHURIYAT UN NISA	5	5	2	4	3	4	2	4	3	2	1	3	3	4	4	5	2	4	3	2	3	3	2	4	3	5	1
YUNI SRI LESTARI	2	1	2	1	2	3	2	3	1	1	3	4	4	4	3	2	3	4	5	2	3	1	2	3	2	2	4
JAMI'ATUL MASRURO H	5	5	1	5	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	1	4	4	3	1	4	1	3	1	4	3	2	4
PUTRI NUR DIANINGSI H	5	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	5	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
INDANA ZULFA HUSNA	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	1	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3
AJENG HURUN EIN YESIRINA	4	5	2	5	4	4	4	1	2	3	2	3	4	3	4	5	2	4	3	3	4	1	2	4	4	5	4
FINA APRILIA	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	5	4	2	2	3	2	4	2	3	3	2	2	4	4	3	2	4
RATNA AYU LESTARI	5	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	4	4	2	1	3
MARIA USFATUS	1	5	3	5	2	2	1	1	4	2	3	5	1	2	2	1	3	1	4	3	3	2	3	5	4	2	1
AZKA 'AFIFATUL MILATI	1	1	1	4	4	2	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
CHELSEA NAILA AL BELDA	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	5	1	5	3

CHERILYA AISYA AZZAHRA	5	5	4	5	1	3	1	3	4	3	2	3	2	3	3	1	3	1	4	3	3	2	4	2	2	5	2
DONNA WULAN AGUSTINE	3	3	3	5	2	3	3	3	1	2	3	5	2	2	2	2	2	4	4	4	5	2	3	3	4	3	3
DWI FAIQOTUL IZZAH	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	
ELOK FAIQOTUL JANNAH	2	1	4	5	2	3	2	4	2	5	4	2	2	1	4	2	3	2	2	4	3	2	4	3	3	2	4
ELSA AULIA NISA	2	5	1	5	3	4	2	5	2	2	3	4	1	2	3	5	5	2	5	2	3	3	5	3	3	3	2
EVI WULANDA RI	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	5	4	5	2	3	2	4	2	3	2	3	3	2	2	3
FINA APRILIA	3	5	2	5	2	2	2	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	5	2	2	2	2	2	3	3
AZKA 'AFIFATUL MILATI	3	1	4	3	4	4	1	1	1	4	4	4	4	5	1	1	5	5	5	5	5	2	4	5	1	4	4
CHELSEA NAILA AL BELDA	2	5	3	5	1	3	1	2	1	3	3	4	1	1	1	1	3	1	4	3	2	1	3	3	1	2	3
CHERILYA AISYA AZZAHRA	2	2	4	2	3	3	2	3	1	4	2	4	2	2	2	2	3	3	4	4	3	3	4	3	2	5	4
DONNA	2	5	2	4	2	4	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	5	3

WULAN AGUSTINE																											
DWI FAIQOTUL IZZAH	2	1	3	2	2	4	2	5	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	2	2
ELOK FAIQOTUL JANNAH	1	5	3	2	3	4	1	2	1	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	4	1	2	3
ELSA AULIA NISA	3	2	4	3	2	3	3	5	3	2	3	3	4	3	4	2	3	4	3	5	3	3	4	4	3	5	4
FITRIA DWI DAMAYANTI	3	5	4	3	1	3	2	3	1	2	5	2	2	4	3	3	3	2	4	4	4	2	5	5	2	3	4
FUJI ANA MARISKA	2	1	2	4	3	3	1	3	2	2	4	2	3	4	2	2	4	2	3	2	2	3	2	4	4	2	3
GHALBI FARHAH	2	5	1	3	2	3	2	5	2	2	3	4	1	3	2	2	3	2	1	3	3	2	1	3	2	2	1
GITA NUR HAYATI	4	4	4	4	3	2	2	4	3	2	1	3	3	2	4	3	2	4	3	2	3	3	4	4	5	5	3
HANIK ROSIDAH	2	1	3	1	2	3	2	3	1	1	3	2	4	2	3	2	3	4	1	2	5	1	3	3	2	2	1
HANUM NADIPATU LULA	4	1	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	3	3	1	4	4	3	1	4	1	3	4	4	3	5	2
IDA QIRO'ATAN NISA	3	2	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	1	4	3	3	4
ILMA AINUN	2	3	2	3	5	3	3	3	5	3	3	3	5	4	1	5	3	3	5	5	2	3	2	3	3	3	3





Y11	Pearson Correlation	.159	.277*	.186	.367**	.133	-.136	.135	.390**
	Sig. (2-tailed)	.236	.037	.167	.005	.323	.313	.317	.003
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y12	Pearson Correlation	.343**	.168	.081	-.045	.031	.143	.053	.298*
	Sig. (2-tailed)	.009	.213	.550	.739	.821	.290	.695	.025
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y13	Pearson Correlation	.071	.166	-.148	.030	.050	.002	.130	.266*
	Sig. (2-tailed)	.600	.217	.271	.825	.715	.986	.333	.046
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y14	Pearson Correlation	.164	.189	-.010	.121	-.042	.032	.161	.271*
	Sig. (2-tailed)	.222	.159	.944	.371	.754	.814	.230	.042
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y15	Pearson Correlation	.224	.142	.069	.170	.362**	.054	.026	.395**
	Sig. (2-tailed)	.093	.293	.610	.205	.006	.688	.845	.002
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y16	Pearson Correlation	-.154	.522**	-.068	.100	.303*	.083	-.115	.470**
	Sig. (2-tailed)	.254	.000	.616	.460	.022	.541	.395	.000
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y17	Pearson Correlation	.063	.156	.271*	.321*	.046	-.138	.152	.449**
	Sig. (2-tailed)	.643	.248	.041	.015	.734	.306	.260	.000
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y18	Pearson Correlation	.327*	.242	-.053	.260	.113	.251	.203	.476**
	Sig. (2-tailed)	.013	.070	.695	.051	.402	.060	.130	.000

	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y19	Pearson Correlation	.382**	.067	.254	.152	.054	.249	.230	.338*
	Sig. (2-tailed)	.003	.618	.056	.260	.692	.062	.085	.010
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y20	Pearson Correlation	.183	.251	.188	.275*	.120	.111	.194	.547**
	Sig. (2-tailed)	.173	.059	.161	.038	.375	.409	.149	.000
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y21	Pearson Correlation	1	-.048	.303*	.075	.097	.393**	.148	.371**
	Sig. (2-tailed)		.725	.022	.581	.472	.002	.273	.005
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y22	Pearson Correlation	-.048	1	.042	.234	.296*	.256	-.145	.521**
	Sig. (2-tailed)	.725		.754	.080	.025	.055	.282	.000
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y23	Pearson Correlation	.303*	.042	1	.188	-.021	.169	.109	.318*
	Sig. (2-tailed)	.022	.754		.161	.876	.208	.420	.016
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y24	Pearson Correlation	.075	.234	.188	1	.298*	.124	.126	.422**
	Sig. (2-tailed)	.581	.080	.161		.024	.357	.350	.001
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y25	Pearson Correlation	.097	.296*	-.021	.298*	1	.128	-.041	.499**
	Sig. (2-tailed)	.472	.025	.876	.024		.344	.760	.000
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y26	Pearson Correlation	.393**	.256	.169	.124	.128	1	.131	.388**



	Sig. (2-tailed)	.002	.055	.208	.357	.344		.330	.003
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
Y27	Pearson Correlation	.148	-.145	.109	.126	-.041	.131	1	.277*
	Sig. (2-tailed)	.273	.282	.420	.350	.760	.330		.037
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
TOTAL	Pearson Correlation	.371**	.521**	.318*	.422**	.499**	.388**	.277*	1
	Sig. (2-tailed)	.005	.000	.016	.001	.000	.003	.037	
	N	57	57	57	57	57	57	57	57

### ANGKET KUISONER VARIABEL X REGULASI EMOSI

#### Correlations

		X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	TOTAL
X1	Pearson Correlation	.345**	.062	.005	.130	.081	.188	.072	.346**
	Sig. (2-tailed)	.009	.647	.969	.335	.549	.161	.596	.008
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
X2	Pearson Correlation	-.211	-.170	.141	.073	-.068	.267*	-.087	.355**



X10	Pearson Correlation	-.011	-.069	.075	.091	-.114	.371**	.189	.382**
	Sig. (2-tailed)	.933	.610	.580	.502	.397	.004	.158	.003
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
X11	Pearson Correlation	-.161	-.068	.076	.277*	.155	.219	.188	.354**
	Sig. (2-tailed)	.231	.613	.575	.037	.251	.102	.162	.007
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
X12	Pearson Correlation	.154	.146	-.096	.161	-.037	-.123	.124	.296*
	Sig. (2-tailed)	.252	.279	.479	.232	.783	.363	.360	.025
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
X13	Pearson Correlation	.255	.318*	-.110	.134	.088	-.133	.158	.304*
	Sig. (2-tailed)	.056	.016	.413	.320	.513	.323	.241	.021
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
X14	Pearson Correlation	.111	.092	.111	.158	.071	-.049	.052	.391**
	Sig. (2-tailed)	.413	.495	.412	.241	.600	.716	.703	.003
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
X15	Pearson Correlation	.095	.152	.033	-.008	-.131	-.065	.144	.316*
	Sig. (2-tailed)	.482	.260	.807	.952	.330	.629	.284	.017
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
X16	Pearson Correlation	-.031	-.029	.079	.128	.102	-.042	-.034	.335*
	Sig. (2-tailed)	.821	.833	.558	.342	.449	.759	.803	.011
	N	57	57	57	57	57	57	57	57
X17	Pearson Correlation	.174	.380**	.017	.146	.068	.152	.077	.549**
	Sig. (2-tailed)	.194	.004	.899	.280	.615	.259	.567	.000





## HASIL RELIABILITAS

Cronbach's Alpha	N of Items
.668	24

TABEL X REGULASI EMOSI

BULLYING

Cronbach's Alpha	N of Items
.771	27

TABEL Y

## HASIL UJI NORMALITAS

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		57
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.49414032
Most Extreme Differences	Absolute	.108
	Positive	.061
	Negative	-.108
Test Statistic		.108
Asymp. Sig. (2-tailed)		.093 <sup>c</sup>

## UJI LINIERITAS

### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
bullying * regulasi emosi	Between Groups	(Combined)	4209.367	26	161.899	1.781	.064
		Linearity	1888.233	1	1888.233	20.775	.000
		Deviation from Linearity	2321.134	25	92.845	1.022	.473
Within Groups			2726.633	30	90.888		
Total			6936.000	56			

## Uji ANOVA

### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1888.233	1	1888.233	20.574	.000 <sup>b</sup>
	Residual	5047.767	55	91.778		
	Total	6936.000	56			

a. Dependent Variable: Bullying

b. Predictors: (Constant), Regulasi Emosi

## HASIL UJI KOEFISIEN REGRESI

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	20.311	12.124		1.675	.100
	Regulasi Emosi	.727	.160	.522	4.536	.000

a. Dependent Variable: Bullying

## Uji Korelasi

### Correlations

		Bullying	Regulasi Emosi
Pearson Correlation	Bullying	1.000	.522
	Regulasi Emosi	.522	1.000
Sig. (1-tailed)	Bullying	.	.000
	Regulasi Emosi	.000	.
N	Bullying	57	57
	Regulasi Emosi	57	57

## Uji Koefisien Determinasi

### Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.522 <sup>a</sup>	.272	.259	9.580

a. Predictors: (Constant), Regulasi Emosi

b. Dependent Variable: Bullying



## Lampiran 6 Dokumentasi Wawancara

### DOKUMENTASI WAWANCARA



**Gambar 1.2 Wawancara Bersama  
Bidang Kearsamaan**



**Gambar 1.3 Wawancara Bersama  
Kepala Asrama NF. Msyahadah**

## Lampiran 7 Biodata Penulis

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Amimatus Sabilah  
NIM : 17122110006  
TTL : Banyuwangi, 24 Nov 1998  
Agama : Islam  
Jurusan : BKI  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Status : Belum Menikah  
Email : [amimbila48@gmail.com](mailto:amimbila48@gmail.com)  
Telp. : +6281228093778  
Sosmed : ig: @amim\_sabeyla  
Fb: Amimatus Sabilah  
Alamat : Temuasri , Sempu,  
Banyuwangi

#### Riwayat Pendidikan Formal

Jenjang Pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Nama Sekolah
SD/MI	2007	2012	MI NURUL HUDA
SMP/MTs	2012	2014	SMP ALAM BIS
SMA/MA/SMK	2014	2017	SMK DARUSSALM
Perguruan Tinggi	2017	2021	IAI DARUSSALAM

#### Riwayat Pendidikan Non Formal

Jenjang Pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Nama Sekolah
Ula	2014	2018	Madrasah Diniyyah Al Amiriyyah
Wustho	2018	2020	Madrasah Diniyyah Al Amiriyyah
Ulya	2020	Sekarang	Madrasah Diniyyah Al Amiriyyah
PMII	2017	Sekarang	Sekolah Islam Gender
			Sekolah Kader Kopri
			MAPABA
			PKD
IPPNU	2018	Sekarang	MAKESTA
			LAKMUD
			LAKUT
CBP/KPP	2019	Sekarang	DIKLATAMA