

Regulasi Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Korban *Bullying* di Sekolah

Firdausy Amelia Mutawaffifa

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Mamang Efendy

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Herlan Pratikto

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: firdausyml@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between emotional regulation and self-adjustment in adolescent victims of bullying. This study used quantitative with 274 respondents. This sampling technique uses purposive sampling and measuring instruments used using emotional regulation and adjustment scales. The hypothesis test was carried out using product moment assisted by SPSS 25 for windows. The result of the product moment correlation of 0.667 with a significance $p = 0.000$ ($p < 0.05$) which means that there is a positive relationship between emotional regulation and self-adjustment in adolescent victims of bullying. This means that the higher the emotional regulation, the higher the self-adjustment and vice versa, the lower the emotional regulation, the lower the adjustment of adolescent victims of bullying.

Keywords: Emotion Regulation, Adjustment, Teens, Victims of Bullying

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada remaja korban bullying. Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan responden sebanyak 274. Teknik pengambilan sample ini menggunakan purposive sampling dan alat ukur yang digunakan menggunakan skala regulasi emosi dan penyesuaian diri. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan product moment yang dibantu dengan SPSS 25 for windows. Hasil korelasi product moment sebesar 0,667 dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang positif antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada remaja korban bullying. Artinya semakin tinggi regulasi emosi maka akan tinggi juga penyesuaian diri begitu juga sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi, maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri remaja korban bullying.

Kata kunci: Regulasi Emosi, Penyesuaian Diri, Remaja, Korban Bullying

Pendahuluan

Masa Masa remaja merupakan fase transisi yang dicirikan oleh perubahan fisik, emosional, dan psikologis. Transformasi tersebut terjadi dalam berbagai aspek, baik secara jasmani maupun rohani, melibatkan dimensi fisik, emosional, sosial, dan personal. Perubahan ini mengakibatkan perubahan dramatis dalam perilaku remaja terkait dengan tantangan yang dihadapi, seperti yang ditegaskan oleh Santrock (2002). Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2022, jumlah populasi remaja di seluruh dunia mencapai 1,2 milyar individu, setara dengan 18% dari total populasi global.

Pada masa transisi, terjadi perubahan yang signifikan yang dapat menimbulkan berbagai masalah terkait dengan pertumbuhan fisik, biologis, dan perkembangan psikis remaja. Akibatnya, remaja akan menghadapi beragam masalah yang timbul di berbagai lingkungan interaksi, termasuk di lingkungan sekolah. Meskipun ada banyak masalah remaja yang muncul di lingkungan sekolah, namun, secara umum, permasalahan yang sering terjadi adalah tindakan kekerasan yang dilakukan oleh kelompok atau individu dengan maksud menyakiti korban yang lebih lemah, suatu perilaku yang dikenal sebagai *bullying* (Ningrum, dkk, 2019).

Bullying adalah tindakan atau perilaku yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap individu lain dengan menggunakan kekuasaan yang dapat menyakiti mereka. Menurut Olweus (1993, seperti yang dikutip oleh Rosen, dkk, 2017), *bullying* dapat diartikan sebagai bentuk perilaku agresif yang sengaja terjadi berulang-ulang, di mana individu yang lebih kuat dengan sengaja menyakiti individu yang lebih lemah. Wolke dan Lereya (2015) mendefinisikan *bullying* sebagai tindakan oleh individu atau kelompok yang menyebabkan korban merasa teraniaya, terintimidasi, dan ketakutan, sementara korban tidak berani melawan perilaku tersebut. Meskipun perilaku *bullying* telah ada sejak lama, meningkatnya kasus *bullying* di Indonesia terutama di lingkungan sekolah, termasuk di sekolah dasar (SD), menjadi sorotan utama.

Beberapa laporan media massa mencakup berbagai kasus, baik yang melibatkan siswa yang membully sesama siswa, guru yang membully siswa, atau sebaliknya, yaitu siswa yang membully guru. United Nations Children's Fund Indonesia mencatat bahwa remaja usia 13 sampai 17 tahun pernah mengalami setidaknya satu jenis kekerasan selama hidup mereka, dan sebagian besar korban *bullying* melaporkan bahwa pelaku kekerasan adalah teman sebaya atau rekan mereka.

Fenomena *bullying* ini terus terjadi setiap tahunnya Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2022 melaporkan bahwa terdapat 266 kasus kekerasan fisik, psikis, termasuk perundungan. Pada data tahun sebelumnya 2019 terdapat 46 kasus dan pada tahun 2020 meningkat menjadi 76 kasus. Sedangkan pada tahun 2023 hingga bulan Agustus KPAI mencatat terdapat 87 kasus *bullying*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Gresia, dkk (2014) menunjukkan bahwa 49% korban *bullying* merasa sulit untuk menyesuaikan dirinya, menunjukkan kepeduliannya kepada orang lain dan memulai hubungan dengan lingkungan baru.

Perilaku *bullying* ini perlu menjadi perhatian khusus dari berbagai kalangan, bahkan tiap tahunnya kasus ini meningkat terus menerus. Karena dampak yang dialami oleh korban yakin psikis yang terganggu seperti cemas yang berlebihan, gugup, stress, dan dampak pada penyesuaian diri, Leni Syariah (2018). Pada penelitian Ilmi Amalia (2019) menyatakan dalam penelitiannya menemukan hubungan keterlibatan dalam perilaku perundungan dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada korban, serta penelitian dari Fitri dan Rahmalia (2017) juga menyatakan bahwa korban korban perilaku *bullying* dengan penyesuaian diri terdapat hubungan yang signifikan.

Sunarto dan Hartono (2019) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat dijelaskan sebagai kemampuan individu dalam merencanakan dan mengatur respon dengan cermat, memungkinkan individu untuk mengatasi konflik, kesulitan, dan frustrasi secara efektif. Seorang individu yang tidak bisa menyesuaikan diri dengan baik maka yang terjadi adalah individu tersebut akan memiliki mental yang tidak sehat. Schneiders (2008) mengemukakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang terus berubah yang bertujuan untuk mengadaptasi perilaku individu sehingga tercapai hubungan yang lebih sesuai antara individu dan lingkungannya. Penelitian dari Lilis Suryani, dkk, (2013), menunjukkan bahwa penyesuaian diri juga di tunjukkan dari perubahan psikologis yaitu sebanyak 35,47%, yang dimana hasil penelitian telah dikemukakan bahwa individu kurang baik dalam melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan psikologis individu. Sedangkan dalam istilah psikologi, penyesuaian diri ialah suatu proses untuk mencari titik temu antara kondisi diri sendiri dan tuntutan lingkungan Davidoff (2018). Individu seharusnya dapat menyesuaikan diri individu dengan keadaan yang terus berubah – ubah agar tetap bisa mengikuti keadaan atau beradaptasi dengan baik pada lingkungan, Br Sembring & Lim, (2020). Imam Setyawan (2023) juga menegaskan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dan penyesuaian diri pada peserta seleksi paskibra provinsi Jawa Tengah.

Regulasi emosi dianggap penting bagi setiap individu karena beberapa bagian otak manusia mengarahkan respons terhadap situasi tertentu, sementara bagian lainnya mengevaluasi bahwa respons emosional tersebut tidak sesuai dengan konteks saat itu. Hal ini dapat mendorong individu untuk mengambil tindakan lain atau bahkan tidak mengambil tindakan apapun, sebagaimana dijelaskan oleh Gross (2015). Regulasi emosi menjadi unsur yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, di mana menurut Gross (2015), regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk menilai, mengatasi, mengelola, dan mengekspresikan emosi yang sesuai untuk mencapai keseimbangan emosional.

Pada penjelasan di atas dapat diketahui bahwa regulasi emosi merupakan salah satu bentuk yang mempengaruhi penyesuaian diri dari remaja korban *bullying*. Hal tersebut yang mendasari peneliti untuk meneliti hubungan antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada remaja korban *bullying*.

Metode

Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif korelasional, peneliti menggunakan subjek dalam penelitian ini yaitu remaja berusia 11-15 tahun yang duduk di bangku sekolah menengah pertama kota Surabaya. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 274 remaja. Menggunakan *purposive sampling* untuk mengambil sampel dalam penelitian ini, dengan kriteria 1) siswa/i SMP Kota Surabaya, 2) pernah mengalami *bullying*.

Instrument dalam penelitian ini terdapat dua skala yakni skala penyesuaian diri dan regulasi emosi. Skala penyesuaian diri diambil dari aspek-aspek yang dikemukakan oleh Scheneider (1999) yakni mencakup 1) Control emosi yang berlebihan, 2) mekanisme pertahanan diri yang minimal, 3) Frustrasi personal yang minimal, 4) Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, 5) Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, 6) Sikap yang realistis dan objektif. Aspek tersebut yang membantu peneliti untuk melakukan proses pengembangan alat ukur. Skala regulasi emosi sendiri menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Gross (2007) yakni mencakup 1) *Strategies to Emotion*, 2) *Engaging in Goal Directed Behavior*, 3) *Control Emotional Responses*, 4) *Acceptance of Emotional Response*. Dengan menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Tria Yunita Sari dan Najlatun Naqiyah. Teknik analisis data ini menggunakan analisis korelasi *product moment*.

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 Desember 2023, dengan menyebarkan questioner melalui *google form* reponden yang didapatkan pada penelitian ini merupakan remaja di sekolah menengah pertama Kota Suranaya yang berjumlah 274 responden. Berikut kategori responden yang didapat melalui questioner :

Tabel 1
Data demografi responden berdasarkan Usia

Usia	N	Presentase
12	62	22,6%
13	135	49,3%
14	59	21,5%
15	16	5,8%
16	2	0,7%
Total	274	100,0%

Berdasarkan data yang didapat, menunjukkan bahwa sebaran demografi usia didominasi dengan usia 13 tahun dengan presentase sebanyak 49,3% atau sebanyak 135 responden.

Tabel 2

Data demografi responden berdasarkan Tingkat pendidikan

Tingkat Pendidikan	N	Persentase
Kelas 1 SMP	170	62,0%
Kelas 2 SMP	69	25,2%
Kelas 3 SMP	35	12,8%
Total	274	100,0%

Berdasarkan data yang didapat, menunjukkan bahwa sebaran demografi Tingkat Pendidikan didominasi dengan kelas 1 SMP dengan presentase sebanyak 62,0% atau sebanyak 170 responden.

Tabel 3

Data demografi responden berdasarkan Tingkat bullying

Tingkat <i>Bullying</i>	N	Presentase
Verbal	148	54,0%
Fisik	32	11,7%
Sosial	40	14,6%
Emosional	54	19,7%
Total	274	100,0%

Berdasarkan data yang didapat, menunjukkan bahwa sebaran demografi Tingkat *bullying* yang pernah dilakukan didominasi oleh Tingkat *bullying* verbal dengan presentase sebanyak 54,0% atau sebanyak 148 responden.

Tabel 4

Hasil Kategori regulasi emosi

Rumus Perhitungan					Norma Tes				
Mean	SD	Hasil			Kategori	Skor	N	Presentase	
85,92	+ 1,8	x 13,196	109,67		Tinggi Sekali	≥109	8	2,9%	
85,92	+ 0,6	x 13,196	93,83		Tinggi	94-109	67	24,5%	
85,92	- 0,6	x 13,196	-78,00		Sedang	78-93	130	47,4%	
85,92	- 1,8	x 13,196	-62,16		Rendah	62-77	60	21,9%	
					Rendah Sekali	≤62/61	9	<u>3,3%</u>	

Hasil analisis deskriptif table diatas menunjukkan bahwa, kategori tinggi sekali sebesar 2,9% atau sebanyak 8 responden, kategori rendah sekali sebesar 3,3% atau sebanyak 9 responden, kategori rendah sebesar 21,9% atau sebanyak 60 responden, kategori tinggi sebesar 24,5% atau sebanyak 67 responden, dan kategori sedang sebesar 47,4% atau sebanyak 130 responden.

Tabel 5
Hasil Kategori Penyesuaian Diri

Rumus Perhitungan				Norma Tes				
Mean		SD	Hasil	Kategori	Skor	N	Presentase	
126,65	+	1,8	x 14,366	152,50	Tinggi Sekali	≥ 152	<u>9</u>	<u>3,3%</u>
126,65	+	0,6	x 14,366	135,26	Tinggi	135-152	67	24,5%
126,65	-	0,6	x 14,366	- 118,03	Sedang	118-134	130	47,4%
126,65	-	1,8	x 14,366	- 100,79	Rendah	101-117	63	23,0%
					Rendah Sekali	$\leq 100/99$	<u>5</u>	<u>1,8%</u>

Hasil analisis deskriptif table diatas menunjukkan bahwa, kategori rendah sekali sebesar 1,8% atau sebanyak 5 responden, kategori tinggi sekali sebesar 3,3% atau sebanyak 9 responden, kategori rendah sebesar 23,0% atau sebanyak 63 responden, kategori tinggi sebesar 24,5% atau sebanyak 67 responden, dan kategori sedang sebesar 47,4% atau sebanyak 130 responden.

Uji Prasyarat

Penelitian ini menguji normalitas variable penyesuaian diri dengan regulasi emosi. Uji normalitas memiliki tujuan untuk menentukan apakah data berasal dari populasi dengan distribusi normal. Pada penelitian ini signifikansi $0,200 = >0,05$. Artinya sebaran data dalam penelitian ini bersifat normal sehingga dianalisis menggunakan uji korelasi *product moment*.

Tabel 6
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogrov-Smirnov			
	Statistic	N	Sig.	Keterangan
Regulasi Emosi – Penyesuaian Diri	0,041	274	0,200	Normal

Setelah melakukan uji normalitas, peneliti melakukan uji linieritas. Uji linieritas bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan yang linier antara variabel X dan Y. hubungan yang linier berdasarkan hasil uji linieritas menunjukkan ada hubungan yang linier antara dua variabel tersebut dengan signifikan $0,046 (p > 0,05)$.

Tabel 7
Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Regulasi Emosi- Penyesuaian Diri	1,400	0,046	Linier

Setelah melakukan tahap uji linearitas maka tahapan selanjutnya adalah uji korelasi dengan menggunakan *product moment*. Berdasarkan table hasil analisis data menggunakan *product moment* diperoleh korelasi sebesar 0,0667 dengan signifikan 0,000 <0,05, maka artinya bahwa hipotesis diterima, dimana pada hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada remaja korban *bullying*. Hubungan positif ini dapat diartikan bahwa makin tinggi regulasi emosi maka makin tinggi penyesuaian diri pada remaja korban *bullying* atau bahkan dapat sebaliknya makin rendah regulasi emosi maka akan makin rendah penyesuaian diri pada remaja korban *bullying*.

Tabel 8
Hasil korelasi product moment

Variabel	rx _y	Sig.	Keterangan
Regulasi Emosi - Penyesuaian Diri	0,667	0,000	Sangat Signifikan

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis diatas uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan termasuk kedalam jenis penelitian korelasional yang menghubungkan antara dua variabel atau lebih. Pada penelitian ini memiliki hubungan positif antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri. Pada penelitian ini memiliki arah yang positif ditunjukkan dari semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi juga penyesuaian diri. Begitu pula sebaliknya, jika semakin rendah regulasi emosi maka akan rendah pula penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil penelitian ini menggunakan teknik analisis *product moment* yang menunjukkan adanya hubungan yang positif antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri dengan signifikansi 0,000 (<0,05), berdasarkan hasil penelitian regulasi emosi memiliki tingkat kategori sedang dengan presentase 47,4% setara dengan 130 responden sedangkan pada penyesuaian diri memiliki kategori sedang dengan presentase 47,4% setara dengan 130 responden.

Berdasarkan hasil berikut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada remaja korban *bullying*. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian Temuan penelitian ini sejalan dengan konsep yang diajukan oleh Gross (2006), yang menyatakan bahwa kemampuan individu dalam mengatasi, mengelola, dan mengekspresikan emosi dengan tepat dapat membantu individu menghadapi situasi yang serius di lingkungannya. Gross

juga menekankan bahwa respon emosi yang tidak tepat dapat mengarahkan individu ke jalur yang tidak diinginkan. Konsep ini juga mendapat dukungan dari penelitian Sabatier et al. (2017), yang menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki dampak signifikan dalam membentuk penyesuaian diri individu. Temuan serupa juga terlihat dalam studi Fikri et al. (2021), yang menunjukkan bahwa pelatihan regulasi emosi dapat meningkatkan penyesuaian diri remaja dengan mengubah pola pikir mereka, meningkatkan ekspresi emosi, dan kemampuan berinteraksi sosial.

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan atau korelasi positif antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada remaja korban *bullying*. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu “regulasi emosi memiliki korelasi yang positif dengan penyesuaian diri pada remaja korban *bullying*”. Dimana memiliki arti semakin tinggi regulasi emosi maka akan semakin tinggi penyesuaian diri remaja korban *bullying*. begitu juga sebaliknya jika regulasi emosi rendah maka penyesuaian diri pada remaja korban *bullying*. berdasarkan penelitian yang telah dijelaskan diatas, peneliti menggunakan responden remaja berusia 12-15 tahun, yang sedang duduk di bangku sekolah menengah pertama sebanyak 274 responden. Teknik pada penelitian ini menggunakan *product moment* dengan alasan karena sebaran data yang normal dan linier. Hasil yang didapat yaitu adanya hubungan yang positif antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada korban *bullying*. dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis dalam penelitian ini adalah “pengaruh regulasi emosi berkorelasi positif dengan penyesuaian diri pada remaja korban *bullying*”. diterima.

Berdasarkan hasil penjelasan diatas yang dilakukan oleh peneliti maka disarankan bagi orang disekitar remaja yang menjadi korban *bullying* diharapkan mampu untuk mengajarkan subjek tersebut meregulasi emosi mereka dengan cara melakukan kegiatan yang positif serta mengajak subjek untuk fokus belajar. melakukan kegiatan diluar sekolah, kemudian berdiam berusaha untuk menenangkan diri agar tidak membalas, dapat menerima tanpa malu perilaku *bullying* tersebut dan menjadikan motivasi agar lebih semangat. Walaupun terdapat kondisi dan situasi yang tidak mendukung, tetapi korban *bullying* juga harus bisa meregulasikan emosinya dengan baik agar korban tahu bagaimana cara menyesuaikan diri dengan baik pula di lingkungan sekitarnya. Sedangkan untuk peneliti selanjutnya, diharapkan mampu mengembangkan penelitian ini dengan subjek yang berbeda atau menggunakan variabel X yang berbeda pula seperti regulasi diri atau penyesuaian sosial, dan juga bisa menggunakan alat ukur yang telah digunakan.

Referensi

- Anggraini, E. (2015). Strategi regulasi emosi dan perilaku koping religius narapidana wanita dalam masa pembinaan. *Repository Universitas Walisongo*.
- Bilicha, P. N., dkk. (2019). Komunikasi interpersonal mahasiswa ditinjau dari tawadhu' dan penyesuaian diri. *Jurnal psikologi islami*. 5(2), 109-118.

- Baiti, N. F., & Denok, S. (2023). Studi tentang regulasi emosi pada peserta didik korban bullying di smp negeri 58 surabaya. *Jurnal BK Unesa*. 13(2).
- Clarabella, S. J., Hardjono, & Arif, T. S. (2015). Hubungan penyesuaian diri dan dukungan sosial teman sebaya dengan hardiness pada remaja yang mengalami residential mobility di keluarga militer. *Jurnal wacana*. 7(1).
- Ema, dkk. (2018). Fenomena perilaku *bullying* pada remaja di yogyakarta. *Jurnal ilmu keperawatan Indonesia*. Fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Fauziah, S., A. (2014). Hubungan antara penyesuaian diri dengan regulasi emosi pada santriwati kelas vii smp plusal-aqsha jatinangor-sumedang. *etheses.uninsgd*.
- Feny Mandoa, H. S. (2021). Penyesuaian diri akademik mahasiswa ditinjau dari regulasi emosi dan self-esteem. *Journal Unindra*, 2656-8454
- Fahrina, S. I. (2017). Hubungan antara penyesuaian diri dan regulasi emosi dengan prestasi belajar matematika pada siswa kelas viii smp hang tuah 4 surabaya. *Character : Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Fadhilah Syam Nasution. (2021). Kasus *bullying* ditinjau dari kecerdasan emosional dan kesehatan mental anak usia dini. *Mubtada: Jurnal Ilmiah dalam Pendidikan Dasar*.
- Fikri Yumna, dkk. (2021). Peningkatan penyesuaian diri remaja panti asuhan melalui pelatihan regulasi emosi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Gresia, S., dkk. (2014). *Self esteem* korban *bullying*. *Insight Jurnal Bimbingan Konseling*. 3 (2), 115.
- Hikmah Diajeng, I. M. (2021). Gambaran regulasi emosi remaja SMK korban bullying di SMK multimedia tumpang. *Nursing Information Journal*, 25-30.
- Indah Kurnia Eka Saputri, S. (2016). Hubungan sibling rivalry dengan regulasi emosi pada masa kanak akhir. *Intuisi Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Imam Setyawan. (2023). Peran regulasi emosi terhadap penyesuaian diri peserta seleksi paskibraka provinsi Jawa Tengah. Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi*
- Kanzul Atiyah, A. M. (2020). Hubungan antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri remaja. *Maddah Jurnal Komunikasi dan Konseling Islam*.
- Kinanto Hanum Kumala, I. D. (2022). Strategi regulasi emosi pada mahasiswa dengan banyak peran. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*.
- KPAI R.N. (2021). Data Kasus Perlindungan Anak 2016-2020. Bank Data Perlindungan Anak. <https://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-perlindungan-anak-2016-2020>
- Mauliza, s. (2021). Hubungan religiusitas dengan regulasi emosi pada aktivis ldk ar-risalah uin ar-raniry banda aceh. *Repository ar-raniry*.
- Muyasaroh, b. (2018). Penyesuaian diri pada pasangan yang menikah karena perjodohan, di desa pacekulon dan desa pacewetan, kecamatan pace, kabupaten nganjuk, propinsi jawa timur. *Etheses iain kediri*.

- Ningrum, dkk. (2019). Hubungan antara konformitas teman sebaya dan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada remaja. *Jurnal insight* fakultas psikologi universitas muhammadiyah jember.
- Noor, a. N. A. (2014). Hubungan regulasi emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di smp negeri 9 surakarta. *Repositori universitas sebelas maret*