

ABSTRAK

Nurwahidah, 2021. Hubungan Antara Strategi Regulasi Emosi Dengan Perilaku *Bullying* Pada Remaja Di DKI Jakarta. (Dibimbing oleh Novendawati Wahyu Sitasari, M.Psi., Psikolog dan Veronica Kristiyani, S.Psi., M.Si., Psikolog)

Masa remaja adalah masa dimana mengalami stress, dan badai sehingga mudah untuk melakukan *bullying*, hal ini diduga karena kemampuannya melakukan regulasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal* dan strategi regulasi emosi *expressive suppression* dengan perilaku *bullying* pada remaja di DKI Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel *probability simple random sampling* dengan jumlah 100 orang remaja. Skala regulasi emosi adalah skala ERQ yang dikemukakan oleh (Gross & John, 2003) dengan reliabilitas (α) sebesar 0,710 untuk *cognitive reappraisal*, dan reliabilitas (α) sebesar 0,784 untuk *expressive suppression*. Skala perilaku *bullying* berdasarkan teori (Solberg & Olweus, 2003) dengan reliabilitas (α) sebesar 0,960. Hasil uji statistik menggunakan korelasi *pearson product moment*, hubungan antara strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal* dengan perilaku *bullying* menunjukkan $\text{sig} = 0.001$ ($p < 0,05$), $r_{xy} = 0,328$, berarti hipotesis diterima, atau terdapat hubungan signifikan dengan bentuk hubungan positif. Artinya, semakin efektif *cognitive reappraisal* maka perilaku *bullying* dilakukan. Sebaliknya, semakin tidak efektif *cognitive reappraisal* maka perilaku *bullying* tidak dilakukan. Hasil uji statistik hubungan antara strategi regulasi emosi *expressive suppression* dengan perilaku *bullying* menunjukkan $\text{sig} = 0,234$ ($p < 0,05$), $r_{xy} = -0,120$, berarti hipotesis ditolak, atau tidak terdapat hubungan signifikan dengan bentuk hubungan negatif. Artinya, semakin efektif *expressive suppression* maka perilaku *bullying* tidak dilakukan, sebaliknya semakin tidak efektif *expressive suppression* maka perilaku *bullying* dilakukan.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, *Cognitive Reappraisal*, *Expressive Suppression*, *Bullying*, Remaja.