

## **PENGARUH KEMAMPUAN REGULASI EMOSI TERHADAP KEMAMPUAN INTERAKSI SOSIAL SISWA SMP DI SIDOARJO**

**Farah Dilla Nur Jihan**

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, email

**Retno Tri Hariastuti**

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, email

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kemampuan regulasi emosi terhadap kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei dan rancangan penelitian eksplanatori (explanatory research) menggunakan analisis regresi linear sederhana. Subjek penelitian adalah 192 siswa SMP di Sidoarjo yang menjadi sampel penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan angket skala Likert yang mengukur variabel kemampuan regulasi emosi dan kemampuan interaksi sosial. Analisis data dijalankan memanfaatkan uji normalitas, uji linearitas, dan regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS.

Hasil penelitian memaparkan tidak terdapat pengaruh signifikan kemampuan regulasi emosi terhadap kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo dengan nilai signifikansi sebesar 0,766 ( $p > 0,05$ ). Meskipun secara teori regulasi emosi dianggap berperan penting dalam interaksi sosial, pada penelitian ini ditemukan bahwa variabel regulasi emosi tidak menjadi prediktor utama kemampuan interaksi sosial siswa SMP di lokasi penelitian. Hal ini diduga dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial dan kemampuan komunikasi yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa kemampuan regulasi emosi tidak berpengaruh signifikan terhadap kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo. Penelitian ini memberikan saran untuk memasukkan variabel pendukung lain dan menggunakan metode penelitian campuran untuk memperoleh gambaran lebih komprehensif dalam penelitian selanjutnya.

**Kata Kunci:** Regulasi Emosi, Interaksi Sosial, Siswa SMP

### **Abstract**

This study aims to examine the effect of emotion regulation ability on the social interaction ability of junior high school students in Sidoarjo. This research uses a quantitative approach with a survey method and an explanatory research design employing simple linear regression analysis. The subjects were 192 students from SMP Sidoarjo who served as the research sample. Data were collected using a Likert scale questionnaire measuring emotion regulation ability and social interaction ability. Data analysis was conducted through normality test, linearity test, and simple linear regression using SPSS.

The results indicate that there is no significant effect of emotion regulation ability on the social interaction ability of junior high school students in Sidoarjo, with a significance value of 0.766 ( $p > 0.05$ ). Although theoretically emotion regulation is considered important in social interactions, this study found that emotion regulation does not significantly predict the social interaction ability of students in the research location. This may be influenced by other factors such as social support and communication skills, which were not measured in this study.

Therefore, this study concludes that emotion regulation ability does not have a significant effect on social interaction ability of junior high school students in Sidoarjo. It is recommended for future research to include additional supporting variables and use mixed methods to obtain a more comprehensive understanding.

**Keywords:** Emotion Regulation, Social Interaction, Junior High School Students,

### **PENDAHULUAN**

Fase remaja, terutama dalam tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), ialah fase peralihan krusial pada pertumbuhan pribadi yang dicirikan oleh pergeseran jasmani, emosi, serta kemasyarakatan yang amat bermakna. Di usia ini, remaja awali mencipta jati pribadi,

menghadapi kenaikan pemahaman emosi, dan awali mendirikan relasi kemasyarakatan yang kian rumit di luar lingkungan keluarga. Pada kerangka tersebut, kemampuan guna menata serta mengelola emosi menjadi salah satu aspek kunci yang memengaruhi keberhasilan remaja pada melalui tahapan interaksi sosial.

Regulasi emosi (emotion regulation) didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk memantau, mengevaluasi, dan memodifikasi pengalaman emosional dalam rangka mencapai tujuan adaptif (Gross, 1998). Regulasi emosi yang baik memungkinkan individu untuk mengekspresikan emosi secara tepat, menahan diri dalam situasi yang menantang, serta memilih respon emosional yang sesuai dengan norma sosial. Dalam konteks siswa SMP, regulasi emosi berperan penting dalam menghadapi tekanan akademik, konflik teman sebaya, serta dalam membangun hubungan sosial yang positif.

Sementara itu, kemampuan interaksi sosial mencakup keterampilan dalam memulai, mempertahankan, dan mengembangkan hubungan interpersonal. Menurut Goleman (2000), interaksi sosial yang efektif memerlukan kecerdasan emosional, yang salah satu komponennya adalah regulasi emosi. Siswa melalui kapasitas pengendalian perasaan dimana positif condong kian sanggup mengatasi konflik, menunjukkan empati, serta terlibat aktif dalam dinamika sosial di lingkungan sekolah.

Akan tetapi, dalam realitanya bukan seluruh peserta mempunyai kapasitas pengendalian perasaan yang positif. Sebagian peserta memperlihatkan hambatan pada mengendalikan emosi, seperti mudah marah, cemas, atau menarik diri dalam situasi sosial. Hal ini dapat berdampak pada kemampuan mereka dalam berinteraksi dengan teman sebaya, guru, maupun lingkungan sekitarnya. Ketidakmampuan dalam mengelola emosi sering kali menjadi akar dari berbagai masalah sosial di kalangan remaja, seperti perundungan (bullying), perilaku agresif, hingga isolasi sosial.

Berdasarkan fenomena tersebut, penting untuk mengkaji lebih lanjut hubungan antara kemampuan regulasi emosi dan kemampuan interaksi sosial, khususnya pada siswa SMP. Riset tersebut diantisipasi mampu menyajikan deskripsi faktual tentang sebatas tingkat regulasi emosi memengaruhi kemampuan siswa dalam berinteraksi sosial, serta memberikan masukan bagi pihak sekolah, khususnya guru dan konselor, dalam merancang program pembinaan karakter dan pengembangan keterampilan sosial-emosional.

## METODE

Riset ini ialah penelitian kuantitatif dengan pendekatan asosiatif kausal, yang bertujuan guna mengidentifikasi seberapa besar pengaruh kemampuan regulasi emosi terhadap kemampuan interaksi sosial siswa SMP.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMP di Sidoarjo dengan sampel yang dipilih sebanyak dua sekolah yang beralamatkan Jl.Belakang pasar lama No.135 Taman, Sepanjang, Sidoarjo, Jawa Timur, Jl.Pecantingan Rt.012 / Rw. 04 Sekardangan Indah, Kec. Sidoarjo.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah eksplanatori. Riset ini memanfaatkan metode survei melalui pembagian kuesioner sebagai alat pengumpulan data dengan skala likert 1-4, dan analisis data dijalankan melalui regresi linear sederhana.

Alat ukur variabel regulasi emosi terbagi 40 item yang sesudah dijalankan uji validitas ada 13 item yang tidak lolos sehingga tersisa 27 item dengan hasil R-tabel 96 Sig 0,05 = 0.2006 (R-tabel didapat dari jumlah responden yaitu 96-2 = 94 dengan signifikansi 0,05). Uji realibilitas dilakukan menghasilkan nilai alpha yakni 0,888 selanjutnya diamati level kokoh rapuhnya tingkat reliabilitas dari angket kemampuan interaksi sosial. Berdasarkan tabel nilai koefisien korelasi dari Guild Rulesi mampu diambil simpulan angket kemampuan interaksi sosial siswa dengan nilai alpha 0,665 tergolong dalam tingkat hubungan sedang/cukup.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1) Karakteristik Responden Penelitian

##### a. Jenjang Kelas

Tabel 1 Karakteristik Jenjang Kelas

Kelas	Frekuensi	Persentase
7.00	114	59.4%
8.00	62	32.3%
9.00	16	8.3%
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100.0%</b>

Pada penelitian ini, responden terdiri dari 192 siswa dengan distribusi jenjang kelas yang beragam. Mayoritas responden berada di kelas 7 sebanyak 114 siswa atau 59,4%, diikuti oleh siswa kelas 8 sebanyak 62 orang (32,3%). Sedangkan siswa kelas 9 paling sedikit, hanya 16 orang (8,3%).

Dengan demikian, sebagian besar sampel penelitian berasal dari jenjang kelas 7 dan 8.

##### b. Jenis Kelamin

Tabel 2. Karakteristik Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	103	53.6%
Perempuan	89	46.4%
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>100.0%</b>

Distribusi jenis kelamin responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 103 siswa atau 53,6% merupakan laki-laki, sedangkan 89 siswa atau 46,4% merupakan perempuan. Hal

ini memaparkan jumlah responden laki-laki sedikit lebih banyak dibandingkan perempuan, tetapi proporsi kedua kelompok cukup seimbang sehingga mewakili keberagaman gender dalam sampel penelitian.

### 2) Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif digunakan dalam penelitian ini untuk memberikan gambaran umum mengenai data kemampuan regulasi emosi dan kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo sebagai objek penelitian. Analisis ini meliputi penghitungan nilai rata-rata (mean), nilai tengah (median), simpangan baku (standard deviation), serta nilai minimum dan maksimum dari skor kedua variabel tersebut. Dengan adanya statistik deskriptif, dapat diketahui karakteristik dan sebaran data responden secara keseluruhan sebelum dilakukan analisis lebih lanjut untuk menguji hubungan dan pengaruh antara kemampuan regulasi emosi terhadap kemampuan interaksi sosial siswa.

Tabel 3. Statistik Deskriptif

Varia bel	N	Minim um	Maxim um	Mean	Std. Deviati on
X	19 2	50.00	92.00	69.958 3	7.2745 9
Y	19 2	81.00	147.00	119.52 60	12.606 79

Variabel regulasi emosi diukur menggunakan 27 item pertanyaan, sedangkan kemampuan interaksi sosial diukur menggunakan 38 item pertanyaan. Berdasarkan hasil pengolahan data pada 192 responden, skor total kemampuan regulasi emosi berkisar antara 50,00 hingga 92,00 dengan rata-rata sebesar 69,96 dan simpangan baku 7,27. Sementara itu, skor total kemampuan interaksi sosial memiliki rentang antara 81,00 sampai 147,00 dengan rata-rata sebesar 119,53 dan simpangan baku 12,61. Nilai rata-rata dan simpangan baku tersebut menunjukkan bahwa secara umum kemampuan regulasi emosi dan interaksi sosial siswa berada pada tingkat sedang hingga tinggi dengan variasi yang relatif wajar di antara responden.

### 3) Uji Normalitas

Uji normalitas dijalankan guna mengidentifikasi apakah data yang diperoleh dari variabel kemampuan regulasi emosi dan kemampuan interaksi sosial berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov (K-S) yang umum dipakai untuk sampel dengan jumlah lebih dari 50 responden. Dengan uji ini, dapat diketahui apakah data memenuhi asumsi

normalitas atau tidak sebelum dilakukan analisis lebih lanjut.

Tabel 4. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test							
				X	Y		
N				192	192		
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean		69.958	119.526			
	3		0				
b Std. Deviation	7.2745		12.6067				
	9		9				
Most Extreme Differences	Absolute		.059	.051			
	Positive		.051	.037			
	Negative		-.059	-.051			
Test Statistic				.059	.051		
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>				.200 <sup>d</sup>	.200 <sup>d</sup>		
Monte Carlo	Sig.		.110	.252			
	Sig. (2-tailed) <sup>e</sup>	99% Confidence Interval	Lower Bound	.101	.241		
			Upper Bound	.118	.263		

Uji normalitas pada data kemampuan regulasi emosi (variabel X) dan kemampuan interaksi sosial (variabel Y) dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov (K-S) dengan bantuan Monte Carlo Sig. untuk meningkatkan akurasi pengujian pada sampel sebanyak 192 responden. Hasil uji menunjukkan nilai statistik K-S untuk variabel X sebesar 0,059 dengan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) 0,200, serta angka Monte Carlo Sig. sebesar 0,110. Sedangkan untuk variabel Y, nilai statistik K-S sebesar 0,051 dengan nilai signifikansi 0,200 serta Monte Carlo Sig. senilai 0,252.

Karena nilai signifikansi kedua variabel lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ), sehingga mampu dirumuskan bahwasanya data kedua variabel berdistribusi normal. Dengan demikian, data ini memenuhi asumsi normalitas yang menjadi syarat penggunaan teknik analisis parametrik seperti uji korelasi Pearson dan regresi linier dalam penelitian ini.

### 4) Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa hubungan antara kemampuan regulasi emosi (variabel bebas) dan kemampuan interaksi sosial (variabel

terikat) bersifat linear, sehingga memenuhi asumsi dasar analisis regresi linier

Tabel 5. Uji Normalitas

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined )	5681.28	3	162.32	1.02	.43
Linearity	14.227	1	14.227	.090	.765
Deviation from Linearity	5667.05	9	166.67	1.05	.400

Berdasarkan hasil uji, nilai F untuk linearitas sebesar 0,090 dengan signifikansi 0,765 ( $p > 0,05$ ), memaparkan tidak terdapat bukti penolakan linearitas dalam hubungan kedua variabel tersebut.

Selain itu, nilai F untuk deviasi dari linearitas sebesar 1,054 dengan signifikansi 0,400 ( $p > 0,05$ ) juga mendukung model regresi linier yang digunakan tidak menyimpang secara signifikan dari linearitas. Dengan demikian, hubungan antara kemampuan regulasi emosi dan kemampuan interaksi sosial dapat diasumsikan linear dan layak untuk dianalisis menggunakan regresi linier sederhana.

## 5) Uji Regresi Linear

Tabel 6. Uji Regresi Linear

Model	Unstandardized Coefficients		Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
1	(Constant)	116.901	8.841	13.223	.000
	Total X	.038	.126	.298	.766

a. Dependent Variable: Total Y

Analisis regresi linear sederhana dilakukan untuk mengetahui pengaruh kemampuan regulasi emosi (Total X) terhadap kemampuan interaksi sosial (Total Y) siswa SMP di Sidoarjo. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 116,901 + 0,038X$$

Koefisien regresi variabel regulasi emosi sebesar 0,038 menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan

skor regulasi emosi akan meningkatkan skor kemampuan interaksi sosial sebesar 0,038, dengan catatan variabel lainnya tetap. Namun, hasil uji statistik menegaskan nilai t sebesar 0,298 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,766, yang berarti pengaruh kemampuan regulasi emosi terhadap kemampuan interaksi sosial tidak signifikan secara statistik pada tingkat signifikansi 0,05 ( $p > 0,05$ ).

Dengan demikian, dalam penelitian ini tidak ditemukan bukti yang cukup untuk menyatakan bahwa kemampuan regulasi emosi berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo.

## Pembahasan

Hasil uji pada riset ini menegaskan kemampuan regulasi emosi tidak berpengaruh signifikan terhadap kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo. Nilai koefisien regresi yang kecil dan signifikansi yang jauh di atas 0,05 menandakan bahwa variabel regulasi emosi tidak mampu memprediksi kemampuan interaksi sosial secara signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun secara teoritis regulasi emosi dianggap penting, dalam konteks sampel dan kondisi penelitian ini, pengaruhnya tidak terlihat secara nyata.

Menurut Thompson (1994), regulasi emosi adalah proses internal dan eksternal yang mengatur reaksi emosional untuk mencapai tujuan individu. Kemampuan ini sangat penting terutama bagi siswa SMP yang sedang dalam fase transisi perkembangan emosional. Regulasi emosi yang baik biasanya memungkinkan siswa menghadapi tekanan sosial dan akademik dengan adaptif. Gratz dan Roemer (2004) menambahkan bahwa aspek seperti kontrol impuls dan penerimaan emosi merupakan fondasi penting dalam proses regulasi emosi yang sehat, yang seharusnya mendukung interaksi sosial yang efektif. Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan landasan teori tersebut.

Perbedaan temuan tersebut dapat muncul akibat sejumlah unsur. Satu antaranya ialah kompleksitas interaksi sosial yang tidak hanya dipengaruhi oleh regulasi emosi, tetapi juga oleh banyak faktor lain seperti dukungan lingkungan, kemampuan komunikasi verbal dan nonverbal, serta norma budaya yang berlaku (Sitompul, 2015). Selain itu, aspek lingkungan sosial dan pengalaman sosial sebelumnya mungkin lebih dominan dalam membentuk kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo dibandingkan kemampuan regulasi emosi secara individual. Hal ini sesuai dengan temuan Wulandari (2022) yang menunjukkan bahwa faktor dukungan sosial turut berperan penting dalam penyesuaian sosial siswa.

Penelitian terdahulu yang menunjukkan hubungan positif dan pengaruh signifikan regulasi emosi terhadap

aspek sosial seperti yang dilakukan oleh Rizky (2021), Sari & Yuliana (2020), dan Fitriani (2019) memiliki perbedaan konteks yang dapat menjelaskan variasi hasil ini. Misalnya, Rizky (2021) meneliti keterampilan sosial secara umum dan pada siswa SMP di Bandung, sedangkan Sari & Yuliana (2020) meneliti siswa SMA, yang secara emosional dan sosial mungkin sudah lebih matang. Selain itu, Fitriani (2019) tidak secara khusus menyoroti interaksi sosial sebagai variabel tersendiri, melainkan kemampuan sosial secara umum. Variasi metode, sampel, dan variabel yang digunakan dapat mempengaruhi temuan, sehingga hasil penelitian ini tidak harus bertentangan, melainkan melengkapi pemahaman konteks regulasi emosi dan interaksi sosial.

Secara keseluruhan, meskipun secara teori regulasi emosi berperan sebagai landasan penting dalam membangun hubungan sosial sehat (Eisenberg et al., 2000), hasil penelitian ini menegaskan dalam konteks siswa SMP di Sidoarjo, regulasi emosi tidak menjadi prediktor utama kemampuan interaksi sosial. Oleh karena itu, riset berikutnya dianjurkan guna memasukkan variabel lain seperti dukungan sosial, komunikasi, dan pengalaman sosial yang lebih komprehensif, serta menggunakan metode campuran untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi interaksi sosial siswa secara lebih mendalam.

## PENUTUP

### Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kemampuan regulasi emosi mempengaruhi kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan analisis regresi linear sederhana. Dari hasil analisis, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,766 ( $p > 0,05$ ), yang memperlihatkan tidak ada pengaruh yang signifikan antara kemampuan regulasi emosi dengan kemampuan interaksi sosial siswa. Artinya, kemampuan siswa dalam mengelola emosinya tidak terbukti dapat memprediksi sejauh mana mereka mampu berinteraksi secara sosial di lingkungan sekolah. Hal ini menandakan bahwa meskipun regulasi emosi secara teori penting dalam mendukung interaksi sosial, kenyataannya faktor lainnya mungkin berperan lebih besar.

Meskipun secara teori regulasi emosi berhubungan erat dengan kemampuan berinteraksi sosial, hasil penelitian ini justru menunjukkan sebaliknya. Regulasi emosi diharapkan dapat membantu individu mengelola emosinya dalam berbagai situasi sosial, sehingga meningkatkan kualitas hubungan sosial mereka. Namun, penelitian ini tidak menemukan bukti yang mendukung pengaruh langsung antara kedua faktor tersebut. Hal ini

barangkali diakibatkan karena beragam unsur lain yang memengaruhi interaksi sosial siswa, seperti dukungan sosial yang mereka terima dari teman, keluarga, atau lingkungan sekitar, serta kemampuan komunikasi mereka dalam menyampaikan pesan atau berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa kemampuan regulasi emosi tidak berpengaruh signifikan terhadap kemampuan interaksi sosial siswa SMP di Sidoarjo. Meskipun regulasi emosi dianggap penting, pengaruhnya terhadap interaksi sosial siswa di lokasi riset ini tidak terbukti signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor lain, seperti lingkungan sosial, pengalaman berkomunikasi, atau dukungan dari orang-orang di sekitar mereka, barangkali mempunyai dampak yang kian kuat pada kemampuan mereka saat berinteraksi sosial.

### Saran

Sebagai tindak lanjut dari keterbatasan yang ditemukan dalam penelitian ini. Bagi peneliti selanjutnya memerlukan cakupan sampel dengan melibatkan siswa dari berbagai wilayah supaya temuan riset kian mewakili serta mampu digeneralkan, menggunakan metode penelitian campuran (mixed methods) yang dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan komprehensif, memasukkan variabel pendukung lain seperti dukungan sosial, kemampuan komunikasi, dan faktor lingkungan keluarga yang dapat mempengaruhi kualitas interaksi sosial siswa, akibatnya temuan riset mampu menyajikan deskripsi yang lebih holistik. Melakukan pengukuran secara longitudinal untuk melihat perkembangan regulasi

Bagi Sekolah dan Guru meningkatkan program pengembangan kecerdasan emosional siswa melalui pelatihan atau bimbingan konseling dan menciptakan wadah yang kian lebar untuk peserta guna berinteraksi sosial secara positif. Bagi Orang Tua dan Lingkungan dapat menyediakan sokongan emosi yang stabil serta komunikasi yang baik di lingkungan keluarga guna menolong remaja menumbuhkan regulasi emosi dan interaksi sosial yang sehat.

Melalui tersebut, diantisipasi hasil dan rekomendasi riset ini mampu selaku dasar penguatan program yang mendukung kenaikan kualitas interaksi sosial siswa melalui pengelolaan emosi yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Gratz, K. L., & Roemer, L. 2004. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale.

*Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54.

Gresham, F. M., & Elliott, S. N. 1990. *Social Skills Rating System*. Circle Pines, MN: American Guidance Service.

Gross, J. J. 2014. *Handbook of emotion regulation* (2nd ed.). New York, NY: The Guilford Press.

Pratiwi, E. P., Hanim, W., & Badrujaman, A. 2017. Pengaruh teknik role playing dalam bimbingan kelompok terhadap toleransi pada peserta didik kelas X SMK Negeri 26 Jakarta. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 114–129.  
<https://doi.org/10.21009/insight.062.01>

Rahman, A. 2019. Pengaruh teknik role playing pada bimbingan kelompok terhadap berkurangnya perilaku bullying siswa bermasalah di SMK Negeri 1 Baru. *Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 55–65.

Santrock, J. W. 2011. *Life-span development* (13th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.

Sitompul, D. N. 2015. Pengaruh penerapan layanan bimbingan kelompok teknik role-playing terhadap perilaku solidaritas siswa dalam menolong teman di SMA Negeri 1 Rantau Utara T.A. 2014/2015. *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 1(1).

Sugiyono. 2016. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suryabrata, S. 2014. *Metodologi penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers.

Syamsu, Y. 2017. *Psikologi sosial: Teori dan terapan*. Jakarta: Kencana.

Utami, N. W., & Rachmawati, S. D. 2019. Pengaruh regulasi emosi terhadap interaksi sosial pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 23–30.

Widyadari, R., & Fitriani, Y. 2023. Regulasi emosi ditinjau berdasarkan jenis kelamin pada siswa SMP. *Journal on Education*, 6(1), 7225–7233.  
<https://doi.org/10.31004/joe.v6i1.2810>

Yunita, Y., Nabila, R., Safitri, R., & Fahriah, S. 2024. Usia dan masa kerja pada sekolah inklusi. *Journal on Education*, 9(1), 11–20.

