



JURNAL ILMIAH PSIKOHUMANIKA
[Http://psikohumanika.setiabudi.ac.id/index.php](http://psikohumanika.setiabudi.ac.id/index.php)

PERBEDAAN EMPATI DAN REGULASI EMOSI DALAM PERILAKU BULLYING ANTARA MAHASISWA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN YANG MENGIKUTI UKM

Shafira Erviana¹⁾, Latifah Nur Ahyani²⁾
^{1,2)} Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima 21 – 11- 2017
 Disetujui 11 – 12- 17
 Dipublikasikan
 Desember 2017

Keywords

Empathy, Emotional Regulation, Bullying, Women and men

Abstrak

This study aims to empirically examine the differences in empathy and emotional regulation in bullying behavior among male and female college students following UKM. Subjects in the study in this study were male and female students who participated in UKM Menwa, Mapala, Sekam, and Racana involving 80 students. In this study using purposive sampling techniques and tools used to obtain data is the scale of empathy and the scale of emotional regulation. The result of data analysis with SPSS 15.0 for Windows program obtained the test coefficient of t- (test) on empathy and regulation of male emotion with mean value 124,28 female equal to 113,65 and known coefficient correlation value of emotional regulation and empathy in man Male and female with a coefficient of 0.060 ($p > 0.05$) indicating no difference in empathy and emotional regulation in bullying behavior between male and female students following UKM. The result of the analysis of difference of male and female empathy is known t men equal to 45,345 and t female equal to 46,816 with value with p value 0.000 ($p < 0,01$) this indicate there is difference of empathy to bullying behavior significant between men and Women, women have the ability to empathize more than men. The result of the analysis of male and female emotional regulation was found t men value of 56,188 and female t value equal to 44,159 with p value 0.000 ($p < 0,01$) this shows there is difference of emotion regulation to bullying behavior that significant between men Men and women who follow UKM

Alamat Korespondensi:

Fakultas Psikologi Universitas
 Muria Kudus
 E-mail : shafiraerviana08@gmail.com

p-ISSN: 1979-0341
 e-ISSN : 2302-0660

Shafira Erviana, Latifah Nur Ahyani

PENDAHULUAN

Budaya kekerasan sepertinya semakin hari semakin menguat di berbagai aspek dalam kehidupan kita. Budaya kekerasan telah menjelma dalam berbagai macam bentuk, seolah olah budaya tersebut telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan kita sehari-hari dan kita menerima hal tersebut menjadi sesuatu yang wajar. Tindak kekerasan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap orang lain adalah suatu bentuk *bullying* (Wiyani, 2012). *Bullying* merupakan suatu kondisi dimana terjadi penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang ataupun sekelompok orang (Sejiwa, 2008).

Unit Kegiatan Mahasiswa adalah wadah aktivitas kemahasiswaan untuk mengembangkan minat, bakat dan keahlian tertentu bagi para aktivis yang ada di dalamnya (Zakiroh & Farid, 2013). Adanya tradisi inisiasi seperti MOS atau OSPEK menjadi pemicu tindak seorang senior melakukan tindakan *bullying* pada juniornya(Hapsari & Purwoko, 2016). Senioritas merupakan salah satu perilaku *bullying*, biasanya hal ini diperluas oleh mahasiswa sendiri sebagai bentuk kegiatan yang bersifat laten. Senioritas dilanjutkan sebagai hiburan, melanjutkan tradisi, penyaluran dendam, iri hati, mencari popularitas, atau untuk menunjukkan kekuasaan (Astuti,2008).

Pelaku *bullying* biasanya hanya mengulangi apa yang pernah ia lihat dan yang pernah ia alami sendiri. Ia menganiaya orang lain karena dia juga pernah dianiaya atau ditindas oleh orang lain yang lebih kuat di masa lalunya. Siklus ini akan terus berlanjut turun temurun dari generasi satu ke generasi selanjutnya. Aksi *bullying* yang kerap terjadi dan sudah dianggap sebagai tradisi adalah ketika masing masing UKM melaksanakan Diksar (Pendidikan Dasar). Sebenarnya Diksar bukanlah ajang untuk menganiaya Mahasiswa baru.Akan tetapi pada kenyataanya, acara semacam itu sering disalahgunakan sebagai sarana untuk melampiaskan bentuk kekerasan dan aksi negative kepada mahasiswa yang lebih muda atau Mahasiswa junior. Dalam hal ini *bullying* tidak lagi menjadi situasi

antara segelintir orang, namun sudah menjadi situasi masal yang sistematis dan sudah terorganisir (Sejiwa, 2008).

Menurut Yahaya dan Ahmad (Simbolon, 2012), survei tahun 2004 yang telah dilakukan oleh Departemen Pendidikan Jepang mendapati hasil bahwa terdapat 24.898 kasus *bullying* di sekolah. Dari jumlah yang tertera tersebut, 12.307 kasus terjadi di Perguruan Tinggi Swasta (PTS).

Jacobs (Suparwi, 2014) bahwa kemampuan Mahasiswa dalam berempati dengan orang lain berhubungan dengan perilaku *bullying*. Pontzer (Suparwi, 2014) kurangnya kemampuan untuk berempati kepada orang lain berkaitan dengan kecenderungan perilaku *bullying*. Santrock (Suparwi, 2014) kurangnya kemampuan berempati mengakibatkan seseorang menjadi tidak mampu memahami rasa sakit yang diakibatkan oleh perbuatannya dan tidak memiliki rasa kasihan terhadap korban.

Anak yang empatinya rendah akan cenderung acuh saat melihat teman yang sedang dalam kesulitan bahkan beberapa menjadi agresif, mencaci atau memukul korban yang mengeluh, sedangkan anak yang memiliki empati tinggi akan merespon apa yang dirasakan oleh para korban *bullying*, dan ia juga dapat merasakan apa yang diharapkan seseorang dalam berinteraksi dengan orang lain. Dengan begitu, dia tidak akan mau melakukan tindak *bullying* terhadap seseorang yang lebih lemah dan ia akan berusaha mencegah apabila seseorang melakukan tindakan *bullying* terhadap orang lain (Sejiwa, 2008).

Selain empati, Hanish (Rivara F & Menestrel S.L, 2016) menyatakan Kesulitan dalam mengatur regulasi emosi menunjukkan adanya kemungkinan melakukan intimidasi dan melakukan tindakan *bullying*. Seseorang dikatakan mempunyai regulasi emosi yang baik ketika individu tersebut mampu mengendalikan dorongan untuk tidak melakukan perilaku impulsif seperti membahayakan diri, perilaku sembrono, atau agresif fisik saat mengalami tekanan emosional (Syahadat, 2013).

Gross (1998) juga mendefinisikan regulasi emosi sebagai strategi yang meliputi kesadaran dan ketidaksadaran agar komponen emosi dan komponen

lainnya berupa perasaan, perilaku, dan fisiologis dapat dinaikkan, dipelihara dan diturunkan.

Menurut Salovey dan Sluyter (Nisfiannoor dan Kartika, 2004) anak perempuan lebih sering mencari dukungan dan perlindungan dari orang lain untuk meregulasi emosi negatif mereka sedangkan anak laki-laki menggunakan latihan fisik guna untuk meregulasi emosi negatif mereka.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin meneliti apakah ada Perbedaan Empati dan Regulasi Emosi dalam Perilaku *Bullying* antara Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan yang Mengikuti UKM.

METODE PENELITIAN

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa perempuan dan laki-laki yang mengikuti UKM Mapala, Racana, Menwa, Sekam yang berjumlah 80 orang yaitu 40 mahasiswa perempuan dan 40 mahasiswa laki-laki. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* dimana subjek dipilih berdasarkan ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dirasa memenuhi kriteria yang ditentukan.

Dalam penelitian ini menggunakan skala Empati dan skala Regulasi Emosi. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur empati adalah dengan menggunakan skala empati berdasarkan aspek-aspek empati berdasarkan Howe (2015), yaitu aspek kognitif dan aspek afektif. Sedangkan Alat ukur yang digunakan untuk mengukur regulasi emosi adalah dengan menggunakan skala regulasi emosi berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi menurut Gross (2007), yaitu: Pemilihan Situasi (*Situation Selection*), Modifikasi Situasi (*Situation Modification*), Pemanfaatan Perhatian (*Attentional Deploymet*), Perubahan Kognitif (*Cognitive Change*), Modulasi Respon (*Response Modulation*).

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan analisis data, diketahui nilai t-test menunjukkan tidak ada perbedaan empati dan regulasi emosi dalam perilaku bullying antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang mengikuti UKM, dilihat dari signifikansi dengan

koefisien sebesar 0,060 ($p > 0,05$). Hal ini berbeda dengan hipotesis mayor yang diajukan bahwa ada perbedaan empati dan regulasi emosi terhadap perilaku bullying antara mahasiswa perempuan dan laki-laki yang mengikuti UKM.

Hal ini bisa saja terjadi dikarenakan antara laki-laki dan perempuan sama-sama melakukan tindak bullying walaupun berbeda dalam perilaku bullyingnya, pada laki-laki bullying yang dilakukan lebih sering berupa fisik dan verbal, seperti memukul, mendorong saat berkelahi, dipaksa dengan ancaman, serta diejek dengan panggilan tertentu. Sedangkan perempuan, perilaku yang dilakukan berupa verbal dan yang bersifat relasi, seperti menjadi bahan pembicaraan/gossip, tidak dilibatkan dalam relasi sosial serta diejek (Wiyani, 2012).

Selain itu adanya tradisi dan warisan turun temurun yang dilakukan saat ospek/diklat yaitu siswa senior yang bergerak seirama sebagai satu angkatan untuk melakukan bullying berskala akbar terhadap siswa-siswa junior untuk memupuk dan menyimpan dendam serta kejengkelan yang akan mereka lampiaskan ketika mereka sudah menjadi senior (Sejiwa, 2008).

Hipotesis minor 1 menunjukkan hasil uji t (t-test) dari variabel empati diperoleh Mean pada perempuan sebesar 131,80 dan t sebesar 46,816 sedangkan Mean pada laki-laki sebesar 105,90 dan t sebesar 45,324, hal ini menunjukkan bahwa perempuan memiliki kemampuan dalam berempati lebih besar dibandingkan dengan laki-laki. Ini berarti hipotesis minor 1 diterima, yaitu ada perbedaan empati laki-laki dan perempuan, perempuan memiliki empati lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Sesuai dengan Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mestre, Samper, Frias and Tur (2009) mengungkapkan bahwa pria tampaknya lebih cenderung melakukan kekerasan terhadap orang lain dibandingkan wanita. Sejalan dengan penelitian bullying sebelumnya, Jolliffe & Farrington (2006) menyatakan laki-laki lebih memungkinkan terlibat dalam intimidasi dibandingkan perempuan, sebagian besar dari mereka dikategorikan melakukan bullying dengan kekerasan yang dilakukan dengan cara memukul atau menendang sebanyak 77%. Rendahnya empati dapat menyebabkan terjadinya bullying.

Mulloy et al (Jolliefe & Farrington, 2006) menemukan bahwa rendahnya empati terkait dengan frekuensi bullying pada pria. Hasil penelitian lain yang menguji empati ditemukan bahwa anak perempuan dinilai lebih tinggi komponen afektif dibandingkan laki-laki, perbedaan gender dalam empati bisa jadi muncul karena berbagai modus sosialisasi yang berhubungan dengan emosi. Perempuan dibesarkan oleh prinsip asuhan, untuk menjadi penyayang terhadap orang lain, memahami situasi mereka, ciri kepribadian, suasana hati, sedangkan anak laki-laki diminta untuk menghormati prinsip tersebut keadilan. Ini mendukung prinsip – prinsip teori evolusi. Secara khusus.

Hipotesis minor 2 menunjukkan hasil uji t (t-test) dari variable regulasi emosi diperoleh hasil t sebesar 56,188 pada laki laki dengan mean sebesar 142,65 sedangkan hasil t perempuan sebesar 44,159 dengan mean sebesar 129,50. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi emosi pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan, sesuai hipotesis yang telah diajukan bahwa ada perbedaan regulasi emosi laki-laki dan perempuan, laki-laki memiliki regulasi emosi lebih tinggi daripada perempuan, dalam hal ini hipotesis sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan, maka dari itu hipotesis minor 2 diterima.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Ratnasari & Suleeman (2017) menyatakan terdapat perbedaan regulasi emosi antara laki-laki dan perempuan. Dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa secara umum laki-laki maupun perempuan memiliki regulasi emosi yang tinggi, namun laki-laki memiliki nilai regulasi emosi yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan baik secara keseluruhan maupun dalam kedua strategi cognitive reappraisal dan expressive suppression. Dalam dimensi expressive suppression ketidaksadaran mempengaruhi laki-laki dalam meregulasi emosinya yang mengarahkan laki-laki untuk lebih menekan dan melupakan pengalaman emosi daripada perempuan. Perempuan lebih diberi keleluasaan dalam mengungkapkan emosinya, sedangkan laki-laki dituntut untuk lebih memendam emosinya.

Gregory (Mawardah & Adiyanti, 2014) mengungkapkan adanya kemampuan mengelola emosi yang baik dapat membantu seseorang dalam

mengontrol dirinya untuk tidak terlibat dalam perilaku negative terutama ketika sedang mengalami masalah serta tekanan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan meregulasi emosi mempengaruhi seseorang dalam mengontrol diri dengan baik sehingga mampu mengarahkan perilakunya dengan baik dan terhindar dari tindakan bullying.

Hasil analisis variabel empati di peroleh M empirik 118,85 dan SD empirik sebesar 20,834. Berdasarkan norma kategori empati laki-laki tergolong rendah. Hal ini diketahui dari hasil respon subjek pada item dalam skala yang menunjukkan prosentase empati laki-laki terbesar pada tingkat rendah dengan perincian sebagai berikut : empati laki-laki yang tergolong sangat rendah 0%, empati laki-laki yang tergolong rendah ada 16 orang (40%), empati laki-laki yang tergolong sedang ada 12 orang (30%), empati laki-laki yang tergolong tinggi ada 6 orang (15%), empati laki-laki yang tergolong sangat tinggi ada 6 orang (15%).

Berdasarkan norma kategori empati perempuan tergolong sedang. Hal ini diketahui dari hasil respon subjek pada aitem dalam skala yang menunjukkan prosentase empati perempuan terbesar pada tingkat sedang dengan perincian sebagai berikut: empati perempuan yang tergolong sangat rendah ada 1 (2,5%), empati perempuan yang tergolong rendah ada 10 orang (25%), empati perempuan yang tergolong sedang ada 16 orang (40%), empati perempuan yang tergolong tinggi ada 12 orang (30%), empati perempuan yang tergolong sangat tinggi ada 1 orang (2,5%).

Hasil analisis variabel regulasi emosi di peroleh M empirik 136,08 dan SD empirik sebesar 18,463. Berdasarkan norma kategori regulasi emosi laki-laki tergolong tinggi dan sedang. Hal ini diketahui dari hasil respon subjek pada aitem dalam skala yang menunjukkan prosentase regulasi emosi laki-laki terbesar pada tingkat tinggi dan sedang dengan perincian sebagai berikut : regulasi emosi laki-laki yang tergolong sangat rendah 3 (7,5%), regulasi emosi laki-laki yang tergolong rendah ada 5 orang (12,5%), regulasi emosi laki-laki yang tergolong sedang ada 16 orang (40%), regulasi emosi laki-laki yang tergolong tinggi ada 16

orang (40%), regulasi emosi laki-laki yang tergolong sangat tinggi ada 0 orang (0%).

Berdasarkan norma kategori regulasi emosi perempuan tergolong rendah. Hal ini diketahui dari hasil respon subjek pada aitem dalam skala yang menunjukkan prosentase regulasi emosi perempuan terbesar pada tingkat rendah dengan perincian sebagai berikut: regulasi emosi perempuan yang tergolong tergolong sangat rendah ada 0 (0%), regulasi emosi perempuan yang tergolong rendah ada 15 orang (37,5%), regulasi emosi perempuan yang tergolong sedang ada 12 orang (30%), regulasi emosi perempuan yang tergolong tinggi ada 8 orang (20%), regulasi emosi perempuan yang tergolong sangat tinggi ada 5 orang (12,5%).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang sudah dilakukan, diketahui nilai koefisien korelasi regulasi emosi dan empati pada laki-laki dan perempuan tidak terdapat perbedaan, dilihat dari signifikansi dengan koefisien sebesar 0,060 ($p > 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan empati dan regulasi emosi dalam perilaku *bullying* antara mahasiswa perempuan dan laki-laki yang mengikuti UKM.

SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh penelitian ini dapat menarik saran yaitu :

1. Bagi mahasiswa yang mengikuti UKM

Diharapkan mahasiswa yang mengikuti UKM lebih sadar akan bahaya dan efek negatif dari *bullying* sehingga dapat meminimalisir tindak *bullying*, selain itu alangkah baiknya kegiatan diklat/ospek diisi dengan kegiatan pembelajaran yang positif tanpa adanya unsur *bullying* dan tidak mengganggu *bullying* sebagai sesuatu yang wajar untuk dilakukan serta tidak menjadikan

kegiatan diklat sebagai ajang untuk balas dendam dengan meluapkan emosi emosi kepada mahasiswa baru tanpa ada rasa kasihan.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Pemahaman lebih lanjut mengenai setiap variabel sangat dibutuhkan untuk melanjutkan penelitian mengenai empati dan regulasi emosi dalam perilaku bullying, memperhatikan kondisi saat melangsungkan penelitian karena rawan terjadi *bias* atau *faking* dalam pengisian skala yang mengukur empati dan regulasi emosi dalam perilaku bullying.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani T.R, 2012. Studi Meta-analisis: Empati dan Bullying. *Buletin Psikologi*. Volume 20, No 1-2, 2012: 36-51.
- Aris Primadewi D & Rinaldi, 2015. Hubungan Regulasi Emosi dengan Penerimaan Diri Wanita Menopause. *Jurnal RAP UNP*.Vol.6.No.1. Mei 2015.hlm 11-12.
- Astuti Ponny Retno, 2008. *Meredam Bullying 3 cara efektif mengatasi K.P.A (Kekerasan pada Anak)*. Jakarta. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Azwar, Saifuddin, 2006. *Reliabilitas dan Validitas*.Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Azwar Saifuddin, 2003. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar Offset.
- Baron-cohen Simon & Wheelwright Sally,2004. The empathy quetion: An Investigation of Adult with Asperger Syndrom or High Functioning Autism,and Normal Sex Differences. *Journal of Autism and Developmental Disorder*, Vol 34, No 2 April 2004.
- Doka KJ & Martin TL,2010 . *Grieving Beyond Gender understanding the ways Men and Women Mourn*. New York . Routledge taylor& Francis Group. ISBN 0-203-88606-2.
- Ellisyani DN & Setiawan CK, 2016.Regulasi Emosi pada Korban Bullying di SMA 2 PALEMBANG. *PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami* Vol.2 No.1 2016.

- Fitriani Yulia dan Alsa Asmadi, 2015. Relaksasi Autogenik untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Siswa SMP. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology*, Volume 1, No.3, Desember,2015:149-162.
- Gardener Elyse KT, et al. 2013. Sex Differences and Emotion Regulation : An Event-Related Potential Study. Volume 8, Issue 10, October 2013. *PLOSE ONE*. www.plosone.org
- Goleman Daniel, 2001. *Emotional Intelligence Kecerdasan Emosiinal Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gross, J. J. 1998. Antecedent and respons-sefocused emotion regulation: devergent consequences for experiences, expression, and psychology. *Journal of Personality and Social Psycology*, 7(1), 224-237.
- Gross , dkk. 2008. Gender Differences in Emotion Regulation: An fMRI Study of Cognitive Reappraisal. *GPIR Group Processes & Intergroup Relations*. Vol 11 (2) 143-162.
- Gross, J.J. 2007. *Handbook Of Emotion Regulation*. New York: The Guilford Press.
- Gross J.J, 2014. *Handbook of Emotional Regulation second edition*, Newyork. Guilford Press. Hal 207. ISBN 978-1-4625-0350-6.
- Gross J J, 2015. Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Pshycological Inquiry*. 26: 1-26, 2015.
- Hapsari, Dyah Desti & Purwoko, Budi. 2016. Perilaku Bullying pada Mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni (FBS) di Universitas Negri Surabaya. *Jurnal BK UNESA*. Vol.6, No.3 (2016)
- Hasanah Uswatun DT & Widuri Listyanti E. 2014. Regulasi Emosi pada Ibu *Single Parent*. *Jurnal Psikologi Integratif*, Vol.2, No.1, Juni 2014, halaman 86-92.
- Howe, David. 2015. *EMPATI Makna dan Pentingnya*. Yogyakarta. Pustaka Belajar. <https://m.tempo.co/read/news/2017/01/25/063839762/kasus-mapala-iii-korban-sebut-nama-senior-sebelum-wafat> (8 februari 2017). <http://news.liputan6.com/read/2191106/survei-icrw-84-anak-indonesia-alami-kekerasan-di-sekolah> (5 Februari 2017).

- Jolliffe Darrick and Farrington David P, 2006. Examining the Relationship Between Low Empathy and Bullying. *AGGRESSIVE BEHAVIOR*. Volume 32, pages 540-550 .
- Juliawati & Suharnan, 2014. Religiusitas, Empati dan Perilaku Prososial Jemaat GKT Hosana Bumi Permai. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol.3, No.02, hal 130-140, Mei, 2014.
- Konstantikaki V & Ioannidou F, 2008. Empathy and Emotional Intelligence: What is it really about?. *International Journal of Caring Sciences*. Vol 1 Issue 3.
- Masumoto Kouhei, et al. 2016. Age and Gender Differences in Relationship Among Emotion Regulation, Mood, and Mental Health. *Gerontology & Geriatric Medicine* Volume 2:1-8.
- Mawardah Mutia & Adiyanti MG, 2014. Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying. *Jurnal Psikologi* Volume 41, No.1, Juni 2014: 60-73.
- Mestre VM, Samper P, Frias DM, Tur Maria, 2009. Are Women More Empathetic Than Men? A Longitudinal Study in Adolescence. *The Spanish Journal of Psychology*. Vol 12, No.1, 76-83 ISSN 1138-7416.
- Mitsopoulou Effrosyni & Giovazolias Theodoros, 2013. The Relationship Between Perceived Parental Bonding and Bullying : The Mediating Role of Empathy. *The european Journal of Counselling Psychology*. Vol. 2 (1), 1-16, doi:10.5964/ejcop.v2i1.2.
- Nazir, Moh, 2009. *Metode Penelitian*. Bogor. Penerbit Ghalia Indonesia
- Nisfiannoor M dan Kartika Yuni, 2004. Hubungan antara Regulasi Emosi dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya pada Remaja. *Jurnal Psikologi* Vol 2 No 2. Desember 2004.
- Nyklicek I, vingerhoets Ad, Zeelenberg M. 2011. *Emotional Regulation and Well being*, Heidelberg, Springer, hal 211, ISBN 978-1-14419-6952-1, DOI 10.1007/978-1-14419-6953-8.
- Periantalo, Jelpa, 2015. *Penyusunan Skala Psikologi: Asyik, Mudah & Bermanfaat*. Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Purwanto, 2011. *Statistika untuk Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Belajar.

- Rachmah, D.N, 2014. Empati Pada Pelaku Bullying. *Jurnal Ecopsy*, Volume 1, Nomor 2, April 2014.
- Ratnasari Shinantya & Suleeman Julia, 2017. Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-laki di Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Sosial*. Vol.15, No. 01 35-46.
- Rivara F & Menestrel S.L,2016. Preventing *bullying through science,policy,and practice*. Washington DC,THE NATIONAL ACADEMIES PRESS, hal 361 ISBN 978-0-309-44067-7,DOI: 10.17226/23482.
- Rueckeret L, Brance B & Doan T. 2011. Are Gender Differences in Empathy Due to Differences in Emotional Reactivity. *Scientific Research*.Vol.2, No.6 574-578
- Sard Mehrad Mohammad, 2016. The Role of Personality Traits Predicting Emotion Regulation Strategies. International Academic Institute for Science and Technology. *International Academic Journal of Humanities* Vol. 3, No. 4, 2016.
- Shen Xiaomei & Zhang Wenhai (2012). The Effect of Temperament on Emotion Regulation among Chinese Adolescent: the Role of Teacher Emotional Empathy.
- Simbolon, Mangadar. 2012.Perilaku *Bullying* pada Mahasiswa Berasrama. *Jurnal Psikologi*, Volume 39, No.2, Desember 2012: 233-243.
- Sukmadinata, Nana Syaodih, 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*.Bandung. PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Suparwi, Sri. 2014. Perilaku Bullying Siswa Ditinjau dari Persepsi Pola Asuh Otoriter dan Kemampuan Berempati. *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, Vol.8, No.1,Juni 2014.
- Syahadat Maharani Yustisi, 2013. Pelatihan Regulasi Emosi untuk menurunkan perilaku agresif pada anak. *Humanitas*, Vol. X No.1 Januari 2013.
- Taufik, 2012. *EMPATI Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta. PT RajaGrafindo Persada.
- Tim Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA), 2008. *BULLYING Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*. Jakarta. Penerbit PT Grasindo.

- Toussaint Loren & Webb Jon R, 2005. Gender Differences in the Relationship Between Empathy and Forgiveness. *J Soc Psychol.*2005 December ; 145 (6): 673-685.
- Widuri Listyanti Erlina, 2012. Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama.*Humanitas.*Vol.IX. No.2, Agustus 2012.
- Wiyani, Novan Ardy, 2012. *Save Our Children From SCHOOL BULLYING.* Jogjakarta. AR-RUZZ MEDIA.
- Xin Zhao, Run-Zhu Zhang & Kai Zheng, 2014. Gender Differences in Emotion Regulation Strategies in Adolescents. *Chinese Journal of Clinical Psychology.* Vol.22, No.5. 2014.
- Zakiroh D.S & Farid Muhammad, 2013. Perilaku Prososial dan Unit-unit Kegiatan Mahasiswa. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia* sept 2013. Vol 02. No.03 hal 248-256.