

Menguatkan Resiliensi: Peran Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial Pada Remaja Korban Bullying di Surabaya

Christin Indah Ayuningtyas¹, Rr. Amanda Pasca Rini², Nindia Pratitis³

^{1,2,3} Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

e-mail: christinindah05@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara regulasi emosi dan dukungan sosial dengan resiliensi remaja korban bullying di Surabaya. Hipotesis yang diajukan adalah bahwa hubungan ini positif. Penelitian kuantitatif korelasional ini melibatkan 130 remaja di Surabaya yang menjadi korban bullying. Sampel diambil secara random. Siswandi (2020) Emotional Regulation Questionnaire (ERQ), yang didasarkan pada dimensi Gross & John (2003), adalah metrik yang digunakan. Menurut teori Sarafino (1999), skala dukungan sosial menggunakan empat dimensi. Di sisi lain, skala resiliensi menggunakan skala Connor-Davidson Resilience (CD-RISC), yang dikembangkan oleh Rinaldi (2011), yang didasarkan pada elemen Connor dan Davidson. Dengan nilai $F = 53,991$ dan nilai $Sig = 0,000$, analisis regresi berganda digunakan.

Kata Kunci: *Regulasi Emosi, Dukungan Sosial, Resiliensi Remaja, Korban Bullying*

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between emotional regulation and social support with the resilience of adolescent victims of bullying in Surabaya. The hypothesis proposed is that the relationship is positive. This quantitative correlational study involved 130 adolescents in Surabaya who were victims of harassment. The sample was taken randomly. The metric used was the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) from Siswandi (2020) which is based on the dimensions of Gross & John (2003). According to Sarafino's theory (1999), the social support scale uses four dimensions. While the resilience scale uses the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) developed by Rinaldi (2011) which is based on the elements of Connor and Davidson. With an F value = 53.991 and a Sig value = 0.000, multiple regression analysis was used.

Keywords: *Emotional Regulation, Social Support, Adolescent Resilience, Bullying Victims*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan fase kehidupan yang dinamis, di mana terjadi pertumbuhan dan perubahan yang pesat. Ini adalah periode transisi dari masa anak-anak menuju dewasa yang diwarnai oleh risiko tinggi terhadap perilaku menyimpang, kenakalan remaja, dan kekerasan baik sebagai korban maupun pelaku (Hurlock, 1992). Selama masa ini, remaja rentan terhadap pengaruh lingkungan dan interaksi sosial yang dapat membentuk perilaku mereka. Perilaku bullying merupakan perilaku yang umum terjadi di kalangan remaja. Bullying merupakan bentuk penindasan yang tidak hanya diwujudkan secara fisik tetapi juga melalui agresi verbal dan sosial. Bullying merupakan bentuk agresi yang dapat membahayakan kesejahteraan remaja, baik di masyarakat luas maupun di lembaga pendidikan.

Penindasan yang terjadi dalam bentuk bullying menciptakan dampak yang sangat signifikan terhadap individu, keluarga, sekolah, dan masyarakat. Perilaku agresif teman sebaya sering kali membuat korban bullying merasa tidak berdaya, terintimidasi, dan terhina. Fenomena ini dapat mengarah pada berbagai masalah psikologis pada remaja, seperti depresi, kecemasan, rendahnya rasa percaya diri, dan masalah perilaku lainnya (Olweus, 1993). Tidak hanya itu, bullying juga dapat mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional remaja dalam jangka

panjang. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Smith et al. (2002), korban bullying yang tidak menerima dukungan sosial sering mengalami kesulitan untuk membangun hubungan interpersonal yang positif, yang dapat bertahan hingga dewasa.

Dalam berbagai jenjang pendidikan, seperti sekolah dasar, sekolah menengah pertama, dan perguruan tinggi, bullying dapat terjadi. Penelitian yang dilakukan oleh Tim Psikologi Indonesia menunjukkan bahwa perundungan di kalangan remaja sekolah menengah atas sebagian besar bermanifestasi sebagai perundungan kelompok, dengan fenomena ini lebih umum terjadi di kota-kota besar seperti Jakarta, Bandung, dan Surabaya.. Penelitian yang dilakukan oleh Christin (2024) melalui observasi terhadap 30 remaja laki-laki dan perempuan di Surabaya menunjukkan bahwa perempuan lebih sering menjadi korban bullying, dengan 59,2% dari mereka melaporkan mengalami penindasan. Hal ini menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih rentan terhadap perilaku bullying dibandingkan dengan laki-laki.

Penelitian juga menunjukkan bahwa usia 17 tahun merupakan usia yang paling rentan menjadi korban bullying, dengan 27,69% remaja pada usia tersebut melaporkan menjadi korban. Fenomena ini menyoroti pentingnya mengenali faktor-faktor yang dapat mendukung ketahanan diri atau *resiliensi* pada remaja korban bullying. Resiliensi merujuk pada kemampuan individu untuk pulih dari stres dan menghadapi tantangan hidup secara positif (Masten, 2001). Remaja yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi cenderung dapat bangkit dari keterpurukan yang disebabkan oleh pengalaman bullying. Sebaliknya, remaja yang kurang memiliki resiliensi dan dukungan sosial cenderung mengalami dampak negatif yang lebih besar, seperti penurunan kesehatan mental dan sosial yang dapat mengarah pada isolasi diri (Werner, 1993).

Dukungan sosial, yang diperoleh dari keluarga, teman sekelas, atau lingkungan, merupakan elemen penting dalam membantu remaja mengurangi dampak bullying. Penelitian oleh Cauce et al. (2000) menunjukkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai faktor protektif yang mengurangi dampak buruk bullying dan membantu remaja dalam mengembangkan ketahanan emosional dan sosial. Pemahaman yang komprehensif tentang interaksi antara regulasi emosional, dukungan sosial, dan resiliensi pada korban bullying remaja sangat penting untuk merumuskan langkah-langkah intervensi yang efektif untuk mengurangi dampak buruk bullying.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Memastikan hubungan antara regulasi emosional dan dukungan sosial terhadap resiliensi korban bullying remaja di Surabaya, (2) Menyelidiki hubungan antara regulasi emosional dan dukungan sosial di antara korban bullying remaja di Surabaya, (3) Menguji hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi korban bullying remaja di Surabaya.

METODE

Populasi adalah kategori umum dari objek atau individu yang memiliki karakteristik atau kualitas tertentu yang dipilih oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian membuat kesimpulan (Sugiyono, 2013). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa populasi tidak hanya mencakup item atau topik yang diteliti tetapi juga keseluruhan hal atau subjek yang akan diteliti. Populasi pada penelitian ini adalah remaja di Surabaya dengan kriteria sampel : 1. Remaja usia 15-19 Tahun, 2. Remaja yang pernah menjadi korban bullying sebanyak tiga kali, 3. Tinggal di Surabaya. Populasi pada penelitian ini sejumlah 356 populasi.

Data Jumlah Usia Remaja Korban *Bullying*

	Usia
1.	15 Tahun
2.	16 Tahun
3.	17 Tahun
4.	18 Tahun
5.	19 Tahun

Data Jumlah Partisipan

No	Usia	Jumlah Remaja
1.	15 Tahun	12
2.	16 Tahun	15
3.	17 Tahun	36
4.	18 Tahun	35
5.	19 Tahun	32
	Jumlah	130

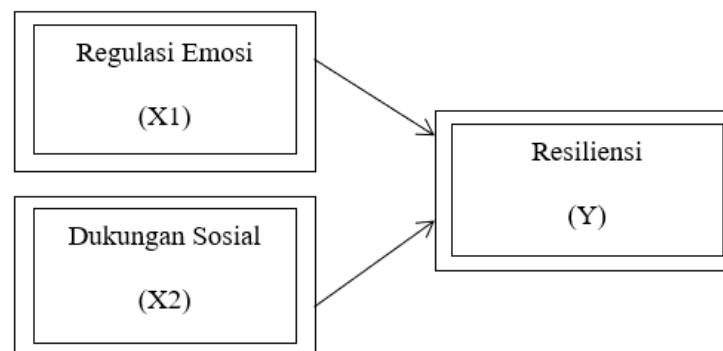
Karakteristik Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah Remaja	Presentase
1	Laki - Laki	53	40,8%
2	Perempuan	77	59,2%
	Jumlah	130	100%

Dari 130 peserta, 40,8% adalah laki-laki dan 59,2% adalah perempuan, menurut data. Dengan demikian, sebagian besar peserta dalam penelitian ini adalah perempuan.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, karena menggunakan data numerik untuk analisis yang diproses melalui prosedur statistik melalui SPSS versi 20.0.0. Penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif untuk merumuskan hipotesis dan memperoleh kesimpulan berdasarkan kemungkinan kesalahan dalam menolak hipotesis (Azwar, 2007). Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah pemeriksaan hubungan. (Sarwono, 2006) Tiga variabel terlibat dalam penelitian ini: Resiliensi disebut sebagai variabel Y, Regulasi Emosi disebut sebagai variabel X1, dan Dukungan Sosial disebut sebagai variabel X2.



Gambar 2. Skema Hubungan antara Variabel Bebas (Independen) dan Variabel Terikat (Dependent)

Instrumen Pengumpulan Data

Tiga kategori skala digunakan dalam penelitian ini: skala regulasi emosi, skala dukungan sosial, dan skala resiliensi. Penelitian ini menggunakan skala Likert yang dimodifikasi. Setiap skala memiliki karakteristik, yaitu terdiri dari empat alternatif jawaban yang dikategorikan menjadi pernyataan setuju dan tidak setuju (Azwar, 2011).

Skoring Skala Model Likert

Kategori Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Pemeriksaan Prasyarat dan Analisis Data, Uji normalitas ini menggunakan metode One Sample Kolmogorov-Smirnov dengan SPSS (Statistical Product and Service Solutions) versi 20 untuk Windows. Suatu dataset dianggap terdistribusi secara teratur jika nilai signifikansi melebihi 0,05, dan tidak terdistribusi secara normal jika nilai signifikansi kurang dari 0,05.

Hasil Uji Normalitas *One-Sample Kolmogrov-Smirnov*

Variabel	<i>Kolmogrov-Smirnov</i>			
	Kolmogorov-Smirnov Z	df	Sig.	Keterangan
Resiliensi	0,701	130	0,710	Normal

Uji normalitas variabel resiliensi yang dilakukan dengan metode Kolmogorov-Smirnov menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,710, yang lebih besar atau sama dengan 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa distribusi data mengikuti distribusi normal.

Uji Linieritas

Uji linearitas ini bertujuan untuk memastikan keberadaan pola linear dalam data. Uji linearitas ini menggunakan regresi linear berganda, yang mengharuskan data menunjukkan pola linear. Data dapat diklasifikasikan sebagai linear jika tingkat signifikansi $p > 0,05$. Namun, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, data dianggap non-linear.

Hasil Uji Linieritas Variabel Regulasi Emosi dengan Resiliensi

Variabel	F	Sig.	Keterangan ($p > 0,05$)
Regulasi Emosi - Resiliensi	0,974	0,513	Linier

Nilai signifikan sebesar 0,513 ($p > 0,05$) diperoleh dari uji linearitas hubungan antara variabel Pengaturan Emosi dan Resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel Pengaturan Emosi dan Resiliensi memiliki hubungan linear.

Uji Linieritas Variabel Dukungan Sosial dengan Resiliensi

Variabel	F	Sig.	Keterangan ($p > 0,05$)
Dukungan Sosial - Resiliensi	3,281	0,790	Linier

Nilai signifikan sebesar 0,790 ($p > 0,05$) ditemukan dari uji linearitas hubungan antara variabel dukungan sosial dan resiliensi. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah dukungan sosial yang diterima seseorang memiliki korelasi langsung dengan tingkat resiliensi mereka. Jika ingin mengetahui apakah dua variabel independen berkorelasi, dapat melakukan uji multikolinearitas.

Jika hanya ada sedikit atau tidak ada hubungan antara variabel independen dalam model regresi ini, maka tidak apa-apa untuk melanjutkan. Tidak adanya interkorelasi di antara variabel independen merupakan prasyarat untuk uji multikolinearitas ini. Hal tersebut dapat dilihat dari VIF $< 10,00$ dan nilai Tolerance $> 0,10$ (Field, dalam Redityani dkk, 2021). Syarat dari uji multikolinearitas ini adalah tidak boleh ada interkorelasi antara variabel bebas.

Uji Multikolinieritas Hubungan antara Variabel Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi

Variabel	Collinearity Statistics		
	Tolerance	VIF	Keterangan
Regulasi Emosi – Resiliensi	0,898	1,113	Tidak Terjadi Multikolinieritas

Hasil uji multikolinearitas antara variabel X1 (Pengaturan Emosi) dan X2 (Dukungan Sosial) tidak menunjukkan adanya tanda-tanda multikolinearitas maupun interkorelasi.

Analisis Data

Analisis regresi berganda digunakan dalam analisis data. Menurut Sugiyono dan Fadillah (2022), dasar dari analisis regresi berganda adalah adanya hubungan fungsional dan kausal antara satu variabel dependen dan satu variabel independen. Tugas analisis regresi berganda adalah menguji Y sebagai fungsi dari dua faktor atau lebih. Dengan memasukkan nilai variabel dependen yang diketahui ke dalam persamaan linier, analisis regresi ini mencoba memperkirakan besarnya koefisien yang pada akhirnya akan menentukan nilai variabel dependen. Syarat analisis regresi berganda adalah data berdistribusi normal, hubungan antarvariabel X dan Y linier, tidak ada multikolinieritas serta tidak terjadi heteroskedastisitas.

Data Deskriptif Penelitian

Secara demografi, subjek penelitian ini dikelompokkan berdasarkan usia, jenis kelamin seperti berikut :

Karakteristik Partisipan Berdasarkan Usia dari Korban *Bullying* di Surabaya

No	Usia	Jumlah Remaja	Presentase
1.	15 Tahun	12	9,23%
2.	16 Tahun	15	11,54%
3.	17 Tahun	36	27,69%
4.	18 Tahun	35	26,92%
5.	19 Tahun	32	24,62%
Jumlah		130	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa dari 130 partisipan, sebanyak 27,69% merupakan partisipan dari usia 17 Tahun, 26,92% merupakan partisipan dari usia 18 Tahun, 24,62% merupakan partisipan dari usia 19 Tahun, 11,54% merupakan partisipan dari usia 16 Tahun, 9,23% merupakan partisipan dari usia 15 Tahun.

Adapun kategorisasi subjek penelitian berdasarkan skor total dari masing-masing variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Skala Resiliensi

Berdasarkan output deskriptif , resiliensi remaja memiliki nilai rata-rata sebesar 81,13 dengan Standar Deviasi 9,78 sehingga resiliensi pada remaja Korban *Bullying* di Surabaya yang diteliti menunjukkan 63,07% cenderung memiliki kategori sedang resiliensi.

Kategorisasi Subjek dengan Statistik Empirik Berdasarkan Perolehan Skor Total Resiliensi

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	< 28.5-55.5	9	6,92%
Sedang	55.5-83.5	82	63,07%
Tinggi	> 83.5-112.0	39	30%
N		130	100%

Skala Regulasi Emosi

Berdasarkan output deskriptif, regulasi emosi remaja memiliki nilai rata-rata sebesar 68,56 dengan Standar Deviasi 8,32 sehingga regulasi emosi pada remaja Korban *Bullying* di Surabaya yang diteliti menunjukkan 69,23% cenderung memiliki kategori sedang regulasi emosi.

**Kategorisasi subjek dengan statistik Empirik
berdasarkan perolehan skor total Regulasi Emosi**

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	<30.5-47.5	6	4,61%
Sedang	47.5-71.5	90	69,23%
Tinggi	>71.5-96.0	34	26,15%
N		130	100%

Skala Dukungan Sosial

Berdasarkan output deskriptif, resiliensi remaja memiliki nilai rata-rata sebesar 72,12 dengan Standar Deviasi 8,94 sehingga dukungan sosial pada remaja Korban *Bullying* di Surabaya yang diteliti menunjukkan 51,53% cenderung memiliki kategori sedang dukungan sosial.

**Kategorisasi Subjek dengan Statistik Empirik
Berdasarkan Perolehan Skor Total Dukungan Sosial**

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Rendah	< 27.5-53.5	3	2,30%
Sedang	53.5-80.5	67	51,53%
Tinggi	> 80.5-108.0	60	46,15%
N		130	100%

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan penelitian dengan menggunakan metode Kuantitatif, penelitian ini mengumpulkan data melalui kuesioner yang disebarakan melalui grup Whatsapp pengelola Komunitas Korban *Bullying* di Surabaya dari para koresponden yang telah menjadi sampel penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 8 Agustus 2024 – 22 Agustus 2024. Data yang dikumpulkan sebanyak 130 responden.

Uji F Anova

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Regulasi Emosi, Dukungan Sosial, Resiliensi	53,991	0,000	Hipotesis diterima

Hubungan Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi

Mengingat nilai F yang ditentukan adalah $53,991 > 3,07$ dan pengetahuan nilai signifikansi adalah 0,005, maka kita dapat menerima H3 dan menyimpulkan bahwa regulasi emosi dan dukungan sosial memiliki dampak terhadap resiliensi

Uji T Anareg Linier Ganda

Variabel	t	Sig.	Keterangan
Regulasi Emosi	0.880	0.380	Tidak terdapat hubungan
Dukungan Sosial	9.532	0.000	Terdapat hubungan

Hubungan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi

Tidak ada hubungan antara variabel Regulasi Emosi dan variabel Resiliensi, seperti yang diketahui, karena nilai signifikan 0,380 lebih besar dari 0.05 dan nilai t hitung 0,880 kurang dari 1,978. Dengan demikian, H1 ditolak.

Hubungan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi

Ada nilai signifikan 0,000 dan nilai t hitung 9,532 lebih besar dari 1,978, jadi H2 diterima. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara variabel Dukungan Sosial dan Resiliensi.

Koefisien Determinasi (R)

<i>Adjusted R Square</i>
0,451

Ada nilai R Square 0,460, atau 46%, yang menunjukkan hubungan simultan antara variabel Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial terhadap variabel Resiliensi. Variabel lain mempengaruhi 54% dari total yang tersisa. Variabel yang mempengaruhi resiliensi yaitu harga diri, kesejahteraan psikologis, kecemasan sosial, dan kepercayaan diri.

Pembahasan

Studi ini mengidentifikasi korelasi antara regulasi emosi, dukungan sosial, dan resiliensi pada remaja korban bullying. Hasil uji F-tabel menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan terkonfirmasi, yang sejalan dengan penelitian Reivich dan Shatte (2003), yang mengungkapkan bahwa resiliensi adalah kapasitas individu untuk bertahan, beradaptasi, dan mengatasi tantangan dalam kehidupan. Regulasi emosi, dalam hal ini, berperan penting dalam membantu individu mengelola perasaan negatif akibat bullying, sehingga memungkinkan mereka bertahan dan berkembang. Kemampuan regulasi emosi dapat mengurangi perilaku negatif dan meningkatkan ekspresi yang lebih terkendali, yang mendukung pengembangan resiliensi.

Dukungan sosial, terutama dari orang tua, juga terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi. Sarafino (1999) menjelaskan bahwa dukungan emosional, apresiatif, dan instrumental yang diberikan oleh keluarga dapat membantu anak-anak mengatasi kesulitan dan meningkatkan kemampuan beradaptasi mereka. Dukungan sosial dari teman sebaya dan lingkungan juga penting dalam memperkuat resiliensi remaja korban bullying. Secara keseluruhan, regulasi emosi yang baik dan dukungan sosial yang kuat meningkatkan kapasitas remaja untuk menghadapi bullying dan memperkuat resiliensi mereka.

SIMPULAN

Remaja yang menjadi korban *Bullying* biasanya tidak bisa meregulasi emosi dengan baik dan tidak mendapatkan dukungan sosial dari keluarga dan memiliki tingkat resiliensi yang rendah. Oleh karena itu dukungan sosial sangat berperan penting dalam remaja yang menjadi korban *bullying*, disamping itu juga remaja harus memiliki regulasi emosi dan resiliensi yang baik sehingga menjadi remaja yang kuat dalam menghadapi segala permasalahan yang terjadi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, para remaja korban *bullying* disarankan untuk bisa mengatur emosi dan bisa memiliki resiliensi yang kuat sehingga remaja dapat bertahan dalam situasi yang membuat individu merasa terancam dan stress, disamping itu dukungan sosial dari keluarga maupun teman sebayanya sangat berperan penting dalam tingkat resiliensi korban *bullying*. Karena hal ini dapat berpengaruh dalam tingkat individu bertahan ketika menghadapi suatu kejadian yang tidak menyenangkan. Cara untuk remaja dalam menanggulangi regulasi emosi dapat dilakukan diberikan pelatihan regulasi emosi yang sebelumnya belum ada dan belum pernah didapatkan remaja, sehingga dapat disimpulkan bahwa pelatihan ini diharapkan bisa mengintervensi melatih regulasi emosi remaja sehingga dapat mengelola emosinya dengan lebih sehat dan disamping itu dukungan sosial keluarga akan sangat membantu remaja dalam meregulasi emosinya.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas variabel bebas penelitian selain Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial yang sekiranya belum banyak dibahas ataupun di eksplorasi oleh orang lain secara mendalam dan terperinci. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat memperluas subjek yang ingin diteliti agar data yang diperoleh dapat dianalisa lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Cauce, A. M., Domenech-Rodriguez, M., Paradise, M., Cochran, B., & Hagan, M. (2000). Cultural and contextual influences in risk and resilience among minority adolescents. *Journal of Community Psychology*, 28(5), 211–224. [https://doi.org/10.1002/1520-6629\(200009\)28:5<211::AID-JCOP1>3.0.CO;2-X](https://doi.org/10.1002/1520-6629(200009)28:5<211::AID-JCOP1>3.0.CO;2-X)
- Christin, A. (2024). *Dampak bullying pada remaja di Surabaya: Studi observasi terhadap remaja laki-laki dan perempuan*. Surabaya: Universitas Airlangga Press.
- Hurlock, E. B. (1992). *Developmental psychology: A life-span approach* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Meilina, S. T., & Christiana, E. (2021). Resiliensi pada korban bullying. *Jurnal BK UNESA*.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.
- Octaryani, M., & Baidun, A. (2018). Uji validitas konstruk resiliensi. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*.
- Puspita, N., Kristian, Y., & Onggono, J. (2018). Resiliensi pada remaja perkotaan yang menjadi korban bullying. *Jurnal Perkotaan*.
- Smith, P. K., Cowie, H., Olafsson, R. F., & Pelligrini, A. D. (2002). Antecedents and consequences of school bullying. Cultural influences on bullying. *Journal of the International Association of School Health*, 24(5), 237–257. <https://doi.org/10.1177/0011000001245005>
- Sukmaningpraja, A., & Santhoso, F. H. (2016). Peran regulasi emosi terhadap resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis semi militer. *Gajah Mada Journal of Psychology*.
- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 5(4), 503–515. <https://doi.org/10.1017/S0954579400006290>
- Yuliani, S., Widiartil, E., & Sari, S. (2018). Resiliensi remaja dalam menghadapi perilaku bullying. *Jurnal Keperawatan BSI*, 6(1), 77–86.