

STRATEGI MENINGKATKAN *EMOTION REGULATION* PELAKU *BULLYING* MELALUI LAYANAN INFORMASI

Mirnayenti

Program Studi Bimbingan Konseling, Universitas PGRI Palembang

Email: mirnayenti_konselor@yahoo.com

Abstrak

Artikel ini bertujuan untuk membahas bagaimana strategi meningkatkan *emotion regulation* pelaku *bullying* melalui layanan informasi. Pemikiran dan perilaku individu sangat dipengaruhi oleh emosi itu sendiri. Siswa yang mengalami emosi negatif, namun memiliki kemampuan dalam *emotion regulation* akan tetap berpikir jernih. Perilaku yang ditunjukkan tetap berdasarkan logika dan kesadaran untuk tidak merugikan orang lain. Adapun perilaku yang merugikan adalah perilaku *bullying*, sehingga perlu dilakukan strategi untuk meningkatkan *emotion regulation* pelaku *bullying* melalui layanan informasi. Pelaksanaan layanan informasi dilakukan melalui beberapa lima tahap pelaksanaan yaitu: a. perencanaan kegiatan, b. pelaksanaan mengorganisasikan kegiatan, c. evaluasi, d. tindak lanjut dan e. pelaporan. Format yang digunakan dalam layanan ini adalah klasikal. Materi yang dikembangkan akan diselaraskan dengan aspek-aspek *emotion regulation*. Adapun fungsi yang ditekankan dalam layanan adalah pemahaman tentang *emotion regulation* dan *bullying*, pencegahan akan terjadinya gejala-gejala dalam perilaku *bullying*, dan pengembangan terhadap *emotion regulation*.

Kata kunci: *emotion regulation, pelaku bullying, layanan informasi*

STRATEGY INCREASES *EMOTION REGULATION* *BULLYING BEHAVIOR* THROUGH *INFORMATION SERVICES*

Mirnayenti

Program Studi Bimbingan Konseling, Universitas PGRI Palembang

Email: mirnayenti_konselor@yahoo.com

Abstract

This article aims to discuss how the strategy of increasing the emotion regulation of bullying actors through information services. Thought and behavior of the individual is strongly influenced by the emotion itself. Students who experience negative emotions, but have the ability in emotion regulation will still think clearly. The behaviors shown are based on logic and awareness not to harm others. As for the adverse behavior is the behavior of bullying, sehingga need to do strategy to increase the emotion regulation perpetrators of bullying through information services. Implementation of information services conducted through several five stages of implementation are: a. activity planning, b. the implementation of the activity mengorganisasikan, c. evaluation, d. follow up and e. reporting. The format used in this service is classical. The developed material will be aligned with aspects of emotion regulation. The functions emphasized in the service are the understanding of emotion regulation and bullying, the prevention of symptoms in bullying behavior, and the development of emotion regulation.

Keywords: *Emotion Regulation, Bullying Actors, Information Services*

PENDAHULUAN

Setiap manusia menjalankan hidup dengan masalahnya masing-masing, masalah dengan keluarga, teman, tempat kerja dan lain sebagainya, serta setiap manusia memiliki cara yang berbeda-beda menyingkapi permasalahan tersebut. Ada yang berfokus pada masalahnya hingga kehidupan sehari-harinya terganggu (KES-T) dan ada yang bersikap tidak peduli dan tenang pada masalahnya hingga kehidupan efektif sehari-harinya (KES) tetap berjalan sebagaimana mestinya. Untuk menjadi KES-T atau KEST tergantung dengan kemampuan seseorang dalam merugulasikan emosinya atau *emotion regulation* yang dimiliki oleh individu tersebut terkait kualitas dan pengalaman hidupnya.

Emotion regulation ditandai dengan kemampuan untuk merespon atau mengatur emosi-emosi dengan berbagai strategi yang bertujuan untuk membantu mengembangkan emosi negatif namun tetap bisa diwujudkan dalam perilaku yang positif. Sebab, pemikiran dan perilaku individu sangat dipengaruhi oleh emosi individu yang bersangkutan. Menurut Gross dan Thompson (2007) *emotion regulation* merupakan suatu tempat atau proses emosi diatur.

Siswa yang mengalami emosi negatif, namun memiliki *emotion regulation* yang baik akan tetap menuntun seseorang untuk berpikir jernih sehingga perilaku yang muncul tetap berdasarkan logika dan

kesadaran. Sebaliknya, siswa yang mengalami emosi negatif tetapi *emotion regulation* rendah maka tidak mampu berpikir dengan baik, ketidaksadaran terhadap tindakan yang akan dilakukan dapat saja nantinya merugikan orang lain karena penempatan emosi yang salah. Hal ini diperkuat oleh Ricard & Gross (Widuri, 2010) yang menyatakan bahwa pemikiran dan perilaku individu sangat dipengaruhi oleh emosi individu yang bersangkutan. Dalam hal ini perilaku *bullying* merupakan bentuk kegagalan seseorang dalam proses *emotion regulation* atau *emotion regulation* yang rendah. Apabila seorang siswa yang memiliki *emotion regulation* tinggi maka siswa tersebut akan bertindak sangat hati-hati dalam pertimbangan perilaku *bullying* merugikan orang lain.

Hengki (2013) menyatakan bahwa *bullying* merupakan tindakan kekerasan/penindasan yang dilakukan berulang-ulang dalam kurun waktu tertentu untuk menyakiti orang lain yang dilakukan oleh pihak yang lebih kuat kepada pihak yang lebih lemah, perilakunya dapat berupa kontak fisik dan psikis. Lebih lanjut Azizi dkk (Taufik, 2014) sebab timbulnya perilaku *bullying* karena pelaku *bullying* merasa terancam dan kontrol diri pelaku *bullying* yang rendah. Ketidakmampuan dalam menahan emosi berupa marah, kecewa karena ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan menjadikan orang lain sebagai pelampiasan emosi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2015) ada hubungan yang sangat signifikan antara regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada remaja. Selanjutnya menurut Farkhaeni (2011) seseorang dengan *emotion regulation* tinggi akan memiliki harga diri tinggi, seseorang yang mempunyai *emotion regulation* tinggi akan melakukan hal-hal yang positif dalam hidupnya. Sehingga, siswa tidak menyalahkan dirinya sendiri ketika terjadi sesuatu yang tidak sesuai dengan keinginannya. Karena siswa tersebut menghargai dan menerima kemampuannya.

Perilaku *bullying* merupakan pelanggaran peraturan sekolah yang berkaitan dengan etika yang dilakukan di sekolah. Hal ini harus menjadi perhatian pihak sekolah terutama guru BK/konselor. Adapun bentuk upaya yang dilakukan oleh guru BK/konselor sesuai dengan bidangnya yaitu terkait dengan bidang sosial siswa, maka layanan yang bisa dimanfaatkan adalah layanan informasi. Menurut (Prayitno, 2013) layanan informasi yaitu, membantu siswa dalam menerima dan memahami berbagai informasi diri, sosial, belajar karier/jabatan, dan pendidikan lanjutan secara terarah objektif dan bijak. Dalam layanan ini, kepada siswa disampaikan berbagai informasi, kemudian diolah dan digunakan oleh siswa untuk kepentingan hidup dan perkembangannya, serta mampu untuk menjangkau banyak peserta layanan. Layanan informasi untuk meningkatkan

emotion regulation pelaku *bullying* yaitu menggunakan layanan informasi.

KAJIAN TEORITIS

Emosi melibatkan banyak komponen yang bekerja terus menerus sepanjang waktu, *emotion regulation* melibatkan perubahan dalam dinamika emosi, atau waktu munculnya, besarnya lamanya dan mengimbangi respon perilaku, pengalaman atau fisiologis. *Emotion regulation* dapat mengurangi, memperkuat atau memelihara emosi tergantung pada tujuan individu. Gross dan Thompson (2007) menyatakan bahwa *emotion regulation* adalah sekumpulan atau berbagai proses tempat emosi diatur. Proses *emotion regulation* dapat otomatis atau dikontrol, disadari atau tidak disadari dan bisa memiliki efek pada satu atau lebih proses yang membangkitkan emosi. Selanjutnya menurut Umasugi (2012) *emotion regulation* adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah tekanan, meliputi semua kesadaran dan ketidaksadaran strategi yang digunakan untuk menaikkan, memelihara, mengontrol dan menurunkan emosi sehingga berpengaruh pada perasaan, perilaku, dan respon fisiologis.

Garber & Dodge (Mawardah, 2014) aspek-aspek yang telah diuraikan dapat disimpulkan, bahwa aspek-aspek *emotion regulation* adalah sebagai berikut: 1) pemantauan, yaitu kemampuan ini berhubungan dengan bagaimana individu tersebut membuat suatu penetapan akan

langkah apa yang akan digunakan untuk menghadapi segala bentuk emosi dan pikirannya; 2) penilaian, individu memberikan penilaian baik itu positif dan negatif atas segala peristiwa yang dihadapi sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya dan bagai-mana menggunakan pengetahuannya ter-sebut untuk menghasilkan apa yang menjadi harapannya; dan 3) perubahan, yaitu peru-bahan emosi ke arah yang lebih baik dengan mengubah pengaruh negatif yang masuk menjadi suatu dorongan dalam diri agar menjadi individu dengan motivasi perubahan ke arah yang positif.

Ketidak mampuan atau kegagalan siswa dalam *emotion regulation* memicu terjadinya perilaku *bullying* yang berdampak buruk bagi korbannya. *Bullying* dalam Kamus Bahasa Inggris *bullying* berasal dari kata “*bully*”, yang artinya penggertak, orang yang mengganggu orang lemah, menggertak, mengganggu. Menurut Santrock (2007) *bullying* dikatakan sebagai perilaku verbal dan fisik yang dimaksud untuk mengganggu yang lebih lemah. Selanjutnya menurut Yayasan Semai Jiwa Insani (2008) *bullying* adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang/kelompok. Lebih lanjut Suko Budiono (2014) *bullying* merupakan perilaku mengancam terhadap sesama peserta didik.

Perilaku *bullying* dapat di upayakan pencegahannya, adapun upaya yang bisa dilakukandalam perilaku *bullying* menurut Barbara (2007) adalah sebagai berikut: 1) periksalah bagaimana bersikap. Jangan berjalan menunduk, namun berjalanlah dengan tegak dan percaya diri. *Bullying* memilih orang yang mereka pikir tidak percaya diri dan takut dengan mereka; 2) jangan membawa barang mahal atau uang yang banyak ke sekolah. *Bullying* biasanya memilih anak yang membawa sesuatu yang bisa mereka ambil; 3) hindari pelaku *bullying*. Pergilah ke sekolah dengan alternatif jalan lain, dan jangan sendirian; 5) jangan melawan atau marah sehingga membuat situasi menjadi semakin lebih buruk. Cobalah menarik diri dari situasi secara tenang. Jangan memberikan reaksi, tetapkan tenang; 6) jangan memberikan keleluasaan bagi pelaku untuk mengatur korbannya. Pelaku dapat membuat korbannya merasa sebagai kesalahan korban sendiri, padahal sama sekali tidak demikian; dan 7) jangan berdiam diri jika menyaksikan orang lain mendapat perlakuan *bullying*. Dokumentasikan secara spesifik apa yang terjadi seperti kapan waktunya, bukti fisiknya, siapa pelakunya, siapa korbannya, dimana terjadi dan seberapa sering terjadi.

Stategi untuk meningkatkan *emotion regulation* siswa yang bisa dimanfaatkan oleh guru BK/konselor berupa layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling yaitu melalui layanan informasi. Winkel dan

Hastuti (2010) menyatakan bahwa “Pemberian informasi menjadi salah satu layanan bimbingan yang mencakup aneka usaha untuk membekali siswa dengan pengetahuan serta pemahaman tentang lingkungan hidupnya dan proses perkembangan anak muda dengan menggunakan data dan fakta tersebut”. Selanjutnya menurut Prayitno (2013) menyatakan bahwa “Layanan informasi adalah layanan BK yang membantu siswa dalam menerima dan memahami berbagai informasi diri, sosial, belajar karier/jabatan, dan pendidikan lanjutan secara terarah objektif dan bijak”.

Tujuan layanan informasi terbagi menjadi dua yaitu tujuan umum dan khusus (Prayitno, 2004). Dari kedua tujuan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut: 1) tujuan umum, tujuan umum layanan informasi adalah dikuasainya informasi tertentu oleh peserta layanan. Informasi tersebut selanjutnya digunakan oleh siswa agar efektif dalam menjalani hidupnya sehari-hari (*effective daily living*) dan perkembangan dirinya dan 2) tujuan khusus; tujuan khusus layanan informasi terkait berbagai fungsi-fungsi konseling. Fungsi pemahaman paling dominan dan paling langsung diemban oleh layanan informasi. Peserta layanan memahami informasi dengan berbagai seluk-beluknya sebagai isi layanan. Informasi tersebut dapat digunakan untuk pemecahan masalah (apabila peserta yang bersangkutan mengalaminya), untuk

mencegah timbulnya masalah, mengembangkan potensi yang ada, dan memungkinkan untuk membuka diri dalam mengaktualisasikan hak-haknya.

Fungsi utama dari bimbingan dan konseling yang didukung oleh layanan informasi ialah fungsi pemahaman dan pencegahan. Penjelasan lebih lanjut fungsi-fungsi layanan konseling menurut Prayitno, dkk (2012) sebagai berikut: 1) fungsi pemahaman, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu siswa memahami diri, tuntutan studi, peminatan dan lingkungannya; 2) fungsi pemeliharaan dan pengembangan, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu siswa memelihara dan menumbuhkan berbagai potensi dan kondisi positif yang dimilikinya secara optimal sesuai dengan tuntutan karakter cerdas yang terpuji; 3) fungsi pencegahan, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu siswa mampu mencegah atau menghindarkan diri dari berbagai permasalahan yang dapat menghambat perkembangan diri dan kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu pada umumnya, dan kesuksesan studi serta peminatan pada khususnya; 4) fungsi pengentasan, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu siswa mengatasi kondisi kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu atau masalah yang dialaminya.; dan 5) fungsi pembelaan, yaitu fungsi pelayanan BK untuk membantu siswa memperoleh pembelaan atas hak atau kepentingannya, baik berkenaan dengan hak-hak kehidupan

pada umumnya, maupun haknya berkenaan dengan hak kependidikannya yang kurang atau tidak mendapat perhatian secara memadai.

Materi ataupun isi layanan informasi haruslah berkenaan dengan kebutuhan peserta didik. Ini sesuai dengan pendapat Prayitno (2012) yang menyatakan bahwa materi layanan informasi harus luas dan keadaan informasi yang menjadi isi layanan informasi sangat bervariasi, tergantung pada kebutuhan para peserta layanan. Pada dasarnya informasi yang dimaksud mengacu kepada seluruh bidang pelayanan konseling, yaitu bidang pengembangan pribadi, sosial, kegiatan belajar, perencanaan karier, kehidupan berkeluarga, dan beragama. Layanan informasi berkenaan dengan perkembangan yang dihadapi oleh peserta didik. Menurut Sukardi (2008) materi yang diberikan dalam layanan informasi tentang perkembangan potensi, kemampuan dan kondisi pribadi, seperti kecerdasan, bakat, dan minat, sedangkan tentang potensi, kemampuan arah dan kondisi karier seperti hubungan antara minat, pekerjaan dan pendidikan.

Lebih lanjut lagi, Yusuf dan Nurihsan (2008) menjelaskan bahwa penyajian informasi dalam arti menyajikan keterangan (informasi) tentang berbagai aspek kehidupan yang diperlukan individu, seperti menyangkut aspek, 1) karakteristik dan tugas-tugas perkembangan pribadinya, 2) sekolah-sekolah lanjutan, 3) dunia kerja, 4)

kiat-kiat belajar yang efektif, 5) bahaya merokok, minuman keras, dan obat-obatan terlarang, dan 6) pentingnya menyesuaikan diri dengan norma agama atau nilai-nilai moral yang dijunjung tinggi oleh masyarakat.

Tohirin (2015) menyatakan bahwa isi layanan bimbingan dan konseling di sekolah adalah: 1) informasi tentang perkembangan diri; 2) informasi tentang hubungan antar pribadi, sosial, nilai-nilai dan moral; 3) informasi tentang pendidikan, kegiatan belajar, dan ilmu pengetahuan dan teknologi; 4) informasi tentang dunia karier dan ekonomi; 5) informasi tentang sosial, budaya, politik, dan kewarganegaraan; 6) informasi tentang kehidupan berkeluarga; dan 7) informasi tentang agama dan kehidupan beragama serta seluk-beluknya.

Rancangan pelaksanaan layanan Informasi informasi dilakukan melalui beberapa tahap, setiap tahap-tahap yang dilalui saling berhubungan satu dengan lainnya, dalam pelaksanaan perbedaan terletak pada isi tujuan dari setiap tahap yang dilalui, setiap tahap yang dilalui akan menentukan untuk tahap berikutnya. Tohirin (2015) menjelaskan dalam pelaksanaan informasi menempuh lima tahapan yaitu: 1) perencanaan kegiatannya mencakup identifikasi kebutuhan akan informasi bagi calon peserta layanan, menetapkan materi informasi sebagai isi layanan, menetapkan subjek sasaran layanan, menetapkan narasumber, menyiapkan prosedur,

perangkat, media layanan dan menyiapkan kelengkapan administrasi; 2) pelaksanaan yang mencakup kegiatan mengorganisasikan kegiatan layanan, mengaktifkan peserta layanan dan mengoptimalkan penggunaan metode dan media; 3) evaluasi yang mencakup kegiatan menetapkan materi evaluasi, menetapkan prosedur evaluasi, menyusun instrumen evaluasi, mengaplikasikan instrumen evaluasi dan mengolah hasil aplikasi instrumen; 4) tindak lanjut yang mencakup kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak terkait dan melaksanakan rencana tindak lanjut; 6) pelaporan yang mencakup kegiatan menyusun laporan layanan informasi, menyampaikan laporan kepada pihak terkait (kepala sekolah atau madrasah) dan mendokumentasikan laporan.

Implementasi layanan informasi dalam meningkatkan *emotion regulation* perilaku *bullying*. Layanan informasi merupakan usaha-usaha untuk membekali siswa dengan pengetahuan serta pemahaman tentang lingkungan hidupnya dan proses perkembangan anak muda. Pelaksanaan layanan informasi memiliki beberapa langkah dalam pelaksanaannya. Langkah-langkah tersebut di desain dalam bentuk rancangan pelaksanaan layanan informasi. Adapun rancangan pelaksanaan layanan informasi yaitu dilakukan melalui beberapa lima tahap pelaksanaan yaitu: 1) perencanaan kegiatannya; 2) pelaksanaan

mengorganisasikan kegiatan; 3) evaluasi; 4) tindak lanjut; dan 5) pelaporan.

Strategi meningkatkan *emotion regulation* perilaku *bullying* menggunakan layanan informasi. Dalam proses layanan informasi meningkatkan pemahaman, serta mencontohkan bagaimana tetap berpikir jernih dan bertindak dengan tenang meski dalam keadaan emosi negatif, menyalurkan kekecewaan dengan kasih sayang terhadap sesama manusia. Metode yang digunakan dalam layanan informasi adalah klasikal mengingat layanan informasi efektif dilakukan dalam kelas atau kelompok yang kecil ataupun besar. Adapun format yang digunakan adalah klasikal. Materi yang diberikan dalam layanan informasi harus luas dan keadaan informasi yang menjadi isi layanan informasi sangat bervariasi, tergantung pada kebutuhan para peserta layanan. Dalam hal ini yang paling ditekankan adalah fungsi pemahaman, pencegahan dan pengembangan terhadap *emotion regulation*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Emotion regulation perlu ditingkatkan pada siswa karena akan membentuk sikap anti *bullying* hingga tidak akan ada lagi siswa yang menjadi korban dari emosi negatif hingga merugikan korbannya. Dalam hal ini harus menjadi perhatian berbagai pihak di sekolah termasuk di guru Bk/konselor membentuk strategi yang tepat dalam mengatasi perilaku *bullying* tersebut. Adapun upaya yang bisa dilakukan oleh

guru BK/konselor adalah memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling sesuai dengan bidang yaitu layanan informasi.

Strategi meningkatkan *emotion regulation* perilaku *bullying* menggunakan layanan informasi. Dalam proses layanan informasi meningkatkan pemahaman, serta mencontohkan bagaimana tetap berpikiran jernih dan bertindak dengan tenang meski dalam keadaan emosi negatif, menyalurkan kekecewaan dengan kasih sayang terhadap sesama manusia. Metode yang digunakan dalam layanan informasi adalah klasikal mengingat layanan informasi efektif dilakukan dalam kelas atau kelompok yang kecil ataupun besar.

Materi yang dikembangkan dalam layanan klasikal juga diselaraskan dengan aspek-aspek *emotion regulation*. Adapun fungsi yang ditekankan dalam layanan adalah pemahaman tentang *emotion regulation* dan *bullying*, pencegahan akan terjadinya gejala-gejala dalam perilaku *bullying*, dan pengembangan terhadap *emotion regulation*.

Diharapkan kepada guru BK/konselor sekolah mengupayakan pemberantasan perilaku *bullying*, baik terhadap pelaku, korban serta lingkungan yang menjadi peonoton terhadap perilaku *bullying*. karena sikap dari guru BK/konselor sekolah akan menjadi contoh terhadap sikap siswa di sekolah. Apabila ketidakpedulian yang ditunjukkan maka juga akan menimbulkan ketidakpedulian siswa terhadap *bullying*.

Peneliti lanjutan diharapkan untuk mengembangkan penelitian ini dalam aspek lain seperti memanfaatkan semua layanan bimbingan dan konseling dengan meningkatkan *self control* pelaku dan *self esteem* korban *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Barbara, Coloroso. (2007). *Stop Bullying: Memutus rantai kekerasan anak dari prasekolah hingga SMU*. Alih Bahasa oleh Santi Indra Astuti. Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi.
- Budiono, Suko. (2014). *Alternatif Menanggulangi Kekerasan di Sekolah*. Proceeding Guidance and Counseling disajikan dalam Seminar Internasional and Worskshop. Padang, 6-7 Maret 2014.
- Farkhaeni, Akhmeda. (2011). *Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Konsep Diri pada Mahasiswa*. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Jakarta.
- Gross, J.J. & Thompson, R.A. (2007). *Emotion Regulation. Conceptual Foundations*. Handbook of Emotion Regulation. Gross. New York, Guilford Publications.
- Hengki. (2013). *Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling untuk Pencegahan Bullying di Sekolah*. Tesis tidak diterbitkan. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Mawardah, Mutia. (2014). *Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying*. Jurnal Online. Psikologi. UGM. Vol 41, no. 1, Juni 2014: 60 – 73
- Prayitno. (2012). *Seri Layanan Konseling*. Padang: UNP Press.
- Prayitno. (2013). *Pembelajaran Melalui Pelayanan BK di Satuan Pendidikan*. Padang: UNP Press.
- Santrock. J. W. (2007). *Perkembangan Anak*. Alih Bahasa oleh Mila Rachmawati dan Anna Kusumawati. Jakarta: Erlangga.
- Taufik. (2014). *Mencegah dan Mengatasi Tingkah Laku Bullying melalui Layanan Bimbingan Kelompok*. Proceeding Guidance and Counseling disajikan dalam Seminar Internasional and Worskshop. Padang, 6-7 Maret.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah: Berbasis integrasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

- Umasugi, Siti Chairani. (2012). *Hubungan antara Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan Kecenderungan Perilaku Bullying pada Remaja*. Jurnal online. Fakultas Psikologi. Universitas Ahmad Dahlan. ISSN:2303-114.
- Widuri, E, L. (2010). *Kepribadian Big Five dan Strategi Regulasi Emosi Ibu Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)*. Jurnal Psikologi. Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Vol II, no 2 Agustus 2010.
- Winkel, W.S. dan Hastuti, Sri. (2010). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.