

Enhancing Assertiveness in Bullying Witnesses: The Efficacy of Emotional Intelligence Training in Junior High School Students

Membangun Asertivitas Pada Saksi Bullying: Efektivitas Pelatihan Emotional Intelligence di Sekolah Menengah Pertama

Septi Ambarwati¹, Amin Al Adib², Femmy Lekahena³, Ria Rizkiyana⁴

^{1,2,3,4} Department of Psychology, Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta, Indonesia

Email: ¹21310410117@student.up45.ac.id, ²amin.adib@up45.ac.id, ³femmy@up45.ac.id, ⁴rizkiyanaria@up45.ac.id

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 2025-03-07

Revisi 2025-05-21

Diterima 2025-06-20

Keyword:

Asertivitas;

Emotional Intelligence;

Bystander Bullying

ABSTRACT

Bullying in schools is an issue that can affect the social and emotional development of students, both for victims and witnesses. Witnesses of bullying often feel trapped in such situations, and increasing their assertiveness can help reduce the negative impacts of this phenomenon. Emotional intelligence training is effective in improving the assertiveness of bullying witnesses. This study aims to examine the impact of emotional intelligence training on the assertiveness of bullying witnesses in junior high school students. The method used in this study is an experimental design with a one-group pre-test post-test design. The study involved 62 students selected through purposive sampling, including students who had previously witnessed bullying, from grade VII with low and moderate assertiveness levels based on a preliminary study. The study had two groups: the experimental group, which received emotional intelligence training, and the control group, which received no intervention. Data analysis was performed using the Wilcoxon test. The results showed that emotional intelligence training significantly improved the assertiveness of bullying witnesses, with a p-value of 0.003 ($p < 0.05$). The implications of this study highlight the importance of implementing emotional intelligence training in schools as an effort to enhance assertiveness among students, particularly bullying witnesses, to create a more supportive and safe school environment for all students.

ABSTRAK

Bullying di lingkungan sekolah merupakan masalah yang dapat memengaruhi perkembangan sosial dan emosional siswa, baik bagi korban maupun saksi. Saksi bullying sering kali merasa terjebak dalam situasi tersebut, dan peningkatan asertivitas mereka dapat membantu mengurangi dampak negatif dari fenomena ini. Pelatihan *emotional intelligence* (kecerdasan emosional) dianggap dapat meningkatkan asertivitas saksi bullying. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *emotional intelligence* dalam meningkatkan asertivitas saksi bullying pada siswa SMP. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *one group pre-test post-test*. Subjek penelitian berjumlah 62 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*, yaitu siswa yang pernah menjadi saksi bullying, dari kelas VII dengan tingkat asertivitas rendah dan sedang berdasarkan studi pendahuluan. Terdapat dua kelompok dalam penelitian ini, yaitu kelompok eksperimen yang diberi intervensi pelatihan *emotional intelligence* dan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan *emotional intelligence* memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan asertivitas saksi bullying, dengan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$). Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya penerapan pelatihan *emotional intelligence* di sekolah sebagai upaya untuk meningkatkan asertivitas siswa, khususnya saksi bullying, sehingga dapat menciptakan lingkungan sekolah yang lebih mendukung dan aman bagi semua siswa.

Kata Kunci

Asertivitas;

Emotional Intelligence;

Saksi Bullying

Copyright (c) Septi Ambarwati., dkk

Korespondensi:

Septi Ambarwati

Department of Psychology, Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta, Indonesia

Email: 310410117@student.up45.ac.id



LATAR BELAKANG

Keberadaan saksi *bullying* (*bystander*) dalam lingkaran *bullying* sangat berpengaruh. Lingkaran *bullying* antara pelaku, korban dan saksi saling terhubung. Pelaku *bullying* ada kemungkinan merupakan korban *bullying* di tempat lain. Jika hal tersebut tidak ditangani dengan baik, memungkinkan pelaku akan melakukan tindakan *bullying* lebih parah, karena ada faktor pembiaran, pelaku menganggap apa yang dilakukannya ada hal biasa dan wajar (Armitage, 2021; Awiria, 1994). Dampak *bullying* tidak hanya dialami oleh korban saja, tapi juga berdampak pada pelaku. Dampak *bullying* juga dialami oleh saksi *bullying*, karena menyaksikan secara langsung tindakan *bullying* pelaku kepada korban, khususnya kelompok saksi *bullying* atau *peer bystander* (Francis et al., 2022; Rodkin, 2012).

Saksi *bullying* dapat menjadi faktor penguat perilaku *bullying* dan intensitas perilaku *bullying* karena secara otomatis status sosial di kalangan teman sebaya membuat pelaku lebih populer dan dianggap memiliki pengaruh besar, ditakuti, dianggap memiliki kekuatan lebih dibandingkan dengan orang lain (Halimah et al., 2015; Rahmawati, 2016; Sari & Karneli, 2020). Temuan tersebut diperkuat dari hasil penelitian saksi *bullying* jarang melakukan tindakan asertif, tidak peka secara sosial, dan tidak inisiatif membantu korban *bullying*. Asertivitas seseorang berkaitan erat dengan rasa percaya diri, jika memiliki kepercayaan diri tinggi seorang individu akan mudah melakukan tindakan sesuai dengan kehendaknya secara jujur, terbuka, berani dan bertanggung jawab (Thornberg, 2018; Thornberg et al., 2013, 2018).

Kondisi *bullying* yang terjadi di sekolah setingkat SMP di Sleman, Yogyakarta, juga ditemukan dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 15 Oktober 2024 dengan tujuh siswa secara acak dan dua orang guru di SMP X Sleman, ditemukan adanya berbagai bentuk *bullying*. Bentuk *bullying* yang terjadi di sekolah ini meliputi *bullying* verbal seperti mengejek, menyindir, memanggil nama orang tua, komentar fisik (*body shaming*), serta memanggil dengan panggilan tidak baik seperti "gendut". Selain itu, *bullying* fisik juga terjadi, seperti mendorong, menggigit, memukul kepala, dan melempar barang milik teman. *Bullying* relational atau *bullying* pertemanan juga ditemukan, berupa perilaku mengucilkan teman, posesif, manipulatif, serta gossip yang menjurus pada fitnah. Menurut teori yang dikemukakan Awiria (1994), *bullying* memiliki berbagai bentuk yang dapat merugikan baik secara fisik, emosional, maupun sosial bagi korban.

Dalam wawancara dengan korban, pelaku, dan saksi *bullying*, mayoritas pihak yang terlibat belum sepenuhnya memahami apa itu *bullying*. Hal ini menunjukkan kurangnya pemahaman dan kesadaran tentang dampak buruk *bullying* dalam komunitas sekolah. Peran saksi dalam kejadian *bullying* pun tidak menunjukkan tindakan menolong kepada korban. Para saksi seringkali memilih untuk diam dan tidak berani bertindak karena takut menjadi korban berikutnya, sebuah fenomena di mana ketakutan dan kecemasan dapat mencegah saksi untuk berinteraksi atau memberikan dukungan kepada korban. Selain itu, dari lima siswa yang diwawancarai, empat siswa memilih untuk hanya mengamati

tanpa bertindak, sementara satu siswa mencoba mengingatkan pelaku untuk menghentikan tindakan *bullying* tersebut (Barzilay et al., 2017; Craig, 1998; Kim & Ko, 2021; Pimentel et al., 2020). Dalam konteks ini, sangat sedikit siswa yang menunjukkan asertivitas dalam situasi *bullying*. Hal ini menunjukkan perlunya pendidikan dan pelatihan yang lebih intensif untuk meningkatkan kesadaran serta keberanian siswa dalam melawan *bullying* (Duncan, 2006; Espelage & Swearer, 2010; Hymel & Swearer, 2015; Rawlings & Stoddard, 2019).

Asertivitas merupakan perilaku berani dalam bertindak sesuai keinginan diri sendiri tanpa merasa cemas untuk mengungkapkan perasaannya secara jujur dan tidak melanggar hak orang lain (Berger, 2005; DeVito, 2013; Jensen & Trenholm, 1992). Asertivitas juga diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengekspresikan perasaan negatif serta positif serta pikirannya dengan bebas, tegas, dengan senantiasa menjaga hak diri dengan tidak mengabaikan perasaan yang lainnya (Hasibuan, 2018; Sihite, 2023). Aspek-aspek asertivitas yaitu kemampuan menyatakan pendapat dan perasaan, kemampuan bertindak sesuai kebutuhan dan kepentingan sendiri, kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi, kemampuan menghormati hak-hak orang lain, kemampuan mendukung kesetaraan dalam hubungan manusia (Alberti & Emmons, 2017; Castaños-Cervantes & Atristain-Suárez, 2024).

Asertivitas penting dimiliki saksi *bullying*, karena menurut data penelitian kehadiran orang lain yang memiliki asertivitas baik dapat memicu keinginan orang lain untuk ikut bertindak hal yang sama dalam kondisi yang kondusif di lingkup sosial dan memberikan penguatan perilaku. Saat saksi *bullying* menunjukkan asertivitas seperti menolong korban, akan memicu orang lain melakukan tindakan pertolongan yang sama kepada korban *bullying* (Bahtiar, 2023; Fatimatu Zahro & Suseno, 2017). Dampak *bullying* bagi saksi, diantaranya timbul kecemasan dan depresi (Hertz et al., 2015; Lewis et al., 2015; Smalley et al., 2017), mengalami tekanan psikologis dan penurunan kesejahteraan diri (Hertz et al., 2015; Lewis et al., 2015; Smalley et al., 2017), timbul perasaan bersalah, malu, dan tidak berdaya (Hertz et al., 2015; Lewis et al., 2015; Smalley et al., 2017), penurunan empati dan peningkatan agresi terhadap korban (Gini & Pozzoli, 2009; Natvig et al., 2001), dampak negatif pada kinerja akademik dan hubungan sosial (Luk et al., 2012; Nansel et al., 2001).

Salah satu faktor yang mempengaruhi asertivitas adalah kemampuan mengelola emosi (*emotional intelligence*) (Barida, 2016; Cahyani, 2024; Pintaningdyah et al., 2020). Wu menjelaskan asertivitas juga dipengaruhi oleh faktor kesadaran diri, kemampuan untuk berkomunikasi dengan jelas dan tegas, kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain, penerimaan diri, kemampuan mengambil keputusan secara mandiri, kepercayaan diri dalam mengambil inisiatif. Adapun faktor lain adalah faktor internal dan faktor eksternal (Boja, 2017; Crutsinger et al., 2010; Rohyati & Purwandari, 2015). Alberti & Emmons (2017) juga berpendapat bahwa jenis kelamin, *self-esteem* (harga diri), kebudayaan, dan konsep diri juga mempengaruhi asertivitas. Seseorang yang memiliki konsep

diri yang matang, kendali emosi yang baik, dan kecerdasan emosi yang baik cenderung memiliki asertivitas yang tinggi.

Menurut Goleman (2007), *emotional intelligence* didefinisikan dengan kapasitas diri dalam mengatur emosi dengan intelegensianya, menyelaraskan emosi dan ekspresinya dengan melalui keterampilan pengendalian diri, kesadaran diri, motivasi diri, empati serta keterampilan sosialnya. Salah satu dimensi *emotional intelligence* yang didefinisikan dengan ungkapan emosi yang sebagai bentuk dari kapasitas diri dalam menilai emosi diri serta mampu mengekspresikannya dengan verbal serta non-verbal, lebih lanjut, juga dapat merasakan serta menilai persepsi emosi orang (Dulewicz & Higgs, 2000; Mayer et al., 2008; Neubauer & Freudenthaler, 2005).

Emotional Intelligence dan asertivitas saling berkaitan. *Emotional intelligence* juga memiliki pengaruh yang signifikan dengan asertivitas dengan arah hubungan positif (Ayu, 2020; Fernanda & Darmawanti, 2021). Ada hubungan yang signifikan antara *emotional intelligence* dengan asertivitas siswa SMA, jika *emotional intelligence* tinggi akan menghasilkan perilaku sesuai dengan keinginannya, dorongan, dan tanggung jawab. Namun, jika *emotional intelligence* rendah maka tidak memiliki rasa tanggung jawab terhadap perasaannya sendiri tetapi menyalahkan orang lain (Muliati, 2022; Winnayanti & Djanah, 2021). Asertivitas dipengaruhi oleh variabel konsep diri dan *emotional intelligence* dan sisanya sebesar 53,6 % disebabkan oleh variabel lain yang tidak diukur (Hanifah et al., 2023; Muliati, 2022; Ngatini & Karneli, 2021; Putri et al., 2023). Hal ini diperkuat dari penelitian lain yang menyebutkan ada perbedaan signifikan *Emotional Intelligence* setelah diberi teknik *assertive training* (Ramadhan et al., 2024; Shohila & Riswani, 2022; Winnayanti & Djanah, 2021).

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Efektivitas Pelatihan *Emotional Intelligence* untuk Meningkatkan Asertivitas pada Saksi Bullying siswa SMP Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pelatihan *emotional intelligence* terhadap peningkatan asertivitas saksi bullying. Adapun instrumen yang digunakan berupa modul pelatihan *emotional intelligence* yang telah disusun oleh peneliti.

METODE PENELITIAN

Identifikasi Variabel

Metode penelitian yang peneliti gunakan ialah berbentuk metode Kuantitatif Eksperimen. Variabel penelitian terdiri atas variabel terikat dan bebas. Untuk penelitian ini ialah berupa pelatihan *emotional intelligence* sebagai variabel bebas dan asertivitas sebagai variabel terikat (Setyanto, 2021).

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini ialah siswa kelas VII SMP X di Sleman Yogyakarta yang memiliki tingkat asertivitas dengan level sedang dan rendah dengan berlandaskan hasil *pre-test*. Jumlah subjek penelitian ialah sejumlah 62 siswa yang

digolongkan ke dalam kelompok eksperimen yang jumlahnya 31 dan sisanya sebagai kelompok kontrol.

Desain Penelitian

Desain penelitian untuk penelitian ini memanfaatkan jenis *quasi eksperimen* dengan melakukan penelitian terhadap terdapat atau tidak terdapatnya keterkaitan hubungan penelitian sebab-akibat. Desain penelitiannya ialah *pretest – posttest control one group design*. Desain eksperimen ini fungsinya ialah melakukan pengukuran terhadap sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kontrol (Notoatmodjo, 2018).

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala asertivitas yang disusun berdasarkan teori Alberti & Emmons (2017), yaitu kemampuan menyatakan pendapat dan perasaan, kemampuan bertindak sesuai kebutuhan dan kepentingan sendiri, kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi, kemampuan menghormati hak-hak orang lain, kemampuan mendukung kesetaraan dalam hubungan manusia (Zed, 2008). Skala asertivitas terdiri dari 30 aitem. Aspek menyatakan pendapat dan perasaan terdiri dari 6 aitem. Aspek kemampuan bertindak sesuai kebutuhan dan kepentingan sendiri terdiri dari 6 aitem. Aspek kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi terdiri dari 6 aitem. Aspek kemampuan menghormati hak-hak orang lain terdiri dari 6 aitem, dan aspek mendukung kesetaraan dalam hubungan manusia terdiri dari 6 aitem. Peneliti melakukan uji coba kembali pada skala, didapati 23 aitem yang valid dengan nilai reliabilitas sebesar 0,844.

Analisis Data

Teknik Analisis data yang peneliti gunakan ialah berupa pengujian statistik parametrik dengan memanfaatkan teknik analisis Wilcoxon Test untuk menguji perbedaan di antara dua kelompok data dari subjek yang sama pada kondisi berbeda (Coolican, 2017).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Aspek	Keterangan	Jumlah	%
Jenis kelamin	Perempuan	68	53,54
	Laki-laki	59	46,45

Mayoritas responden dari penelitian ini adalah perempuan berjumlah 68 orang dengan presentase 53,54 %, dan laki-laki berjumlah 59 orang dengan presentase 46,45%. Responden dalam penelitian ini merupakan siswa kelas VII sekolah menengah pertama, yang berusia 13-15 tahun.

Hasil Uji Deskriptif

Sebelum dilakukan intervensi berupa pelatihan *emotional intelligence* dilaksanakan ujicoba kepada 5 orang siswa. Modul pelatihan *emotional intelligence* menjadi panduan kegiatan intervensi terhadap subjek. Pelatihan *emotional intelligence* dilaksanakan pada kelompok

eksperimen dengan jumlah subjek 31 siswa. Pada pelaksanaan intervensi diperoleh data *post-test* dari skala asertivitas berjumlah 23 aitem valid, data evaluasi pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan intervensi, dan evaluasi reaksi terhadap pelaksanaan pelatihan *emotional intelligence*.

Tabel 2. Kategorisasi Skala Asertivitas

Kategorisasi	Posttest
Skor tertinggi	115
Skor terendah	23
Jarak hipotetik	92
Mean hipotetik (μ)	69
Standar deviasi hipotetik (σ)	15

Tabel 3. Hasil Perhitungan Pre-Test Post-Test

Kategori	Pre-test			Post-test		
	F	%	$\bar{x}$	F	%	$\bar{x}$
Tinggi	25	81	8,96	27	87	9,25
Sedang	6	19	6,16	4	13	6,25
Rendah	0	0	0	0	0	0

Berdasarkan tabel 2 dan 3 hasil pre-test menggunakan skala asertivitas menghasilkan 100% tingkat asertivitas subjek dalam kategori sedang dengan nilai mean 67. Hasil post-test menggunakan skala asertivitas menghasilkan 13% tingkat asertivitas subjek dalam kategori tinggi dengan mean 85,2, dan 87% kategori sedang dengan mean 70,8.

Tabel 4. Kategorisasi Evaluasi Pengetahuan Bullying

Kategorisasi	Hasil
Skor tertinggi	100
Skor terendah	0
Jarak hipotetik	10
Mean hipotetik	5
Standar deviasi hipotetik (σ)	1,6

Tabel 5. Hasil Perhitungan Pre-Test Post-Test Evaluasi Pengetahuan Bullying

Kategori	Pre-test			Post-test		
	F	%	$\bar{x}$	F	%	$\bar{x}$
Tinggi	0	0	0	4	13	85,2
Sedang	31	100	67	27	87	70,8
Rendah	0	0	0	0	0	0

Berdasarkan tabel 4 dan 5 hasil pre-test menggunakan soal evaluasi *bullying* tipe jawaban benar dan salah, dengan jumlah soal 10 menghasilkan 81% tingkat pengetahuan *bullying* termasuk kategori tinggi dengan nilai mean 8,96. Pada kategori sedang terdapat 19% dengan mean 6,16. Hasil post-test menghasilkan 87% tingkat pengetahuan *bullying* termasuk kategori tinggi dengan nilai mean 9,25. Pada kategori sedang terdapat 13% dengan mean 6,25.

Tabel 6. Hasil perhitungan uji wilcoxon

Null Hypothesis	Test	Sign	Decision
The media of differences between sebelum and sesudah equals 0	Related-Sample Wilcoxon Signed Rank Test	.003	Reject the null hypothesis

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, terdapat dua kelompok yang masing-masing dipilih secara *nonrandom*, yaitu kelompok yang diberi perlakuan dan kelompok yang tidak diberi perlakuan. Kelompok yang diberi perlakuan disebut kelompok eksperimen dan kelompok yang tidak diberi perlakuan disebut kelompok kontrol (Sugiyono, 2015). Hipotesis penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan asertivitas pada subjek yang diberikan pelatihan *emotional intelligence*. Pada uji wilcoxon *signed-rank* hipotesis H_0 jika tidak ada perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan. H_1 jika ada perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Pada uji ini jika $p < \alpha$ (0.05) $\rightarrow$ Tolak H_0 (Reject the null hypothesis). Jika $p > \alpha$ (0.05) $\rightarrow$ Gagal Menolak H_0 (Fail to reject the null hypothesis). Karena $p = 0.003 < 0.05$, maka berarti menolak H_0 . Berdasarkan simpulan hasil uji wilcoxon variabel asertivitas diperoleh $p = 0,003$ yang berarti nilai $p < 0.05$ dengan keterangan *reject the null hypothesis*. Perhitungan menggunakan uji wilcoxon jika diperoleh hasil perhitungan menolak H_0 , maka disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan asertivitas sebelum dan sesudah program latihan. Dengan kata lain, program latihan *emotional intelligence* berpengaruh signifikan dalam meningkatkan asertivitas saksi *bullying*.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ayu (2020) dan Fernanda & Darmawanti (2021) yang menyatakan bahwa *Emotional intelligence* memiliki pengaruh yang signifikan dengan asertivitas dengan arah hubungan positif yang dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,000 dan koefisien regresi 0,414 dimana nilai RSquare sebesar 0,464 berarti 46,4% variasi pada perilaku asertif. Perilaku asertif dipengaruhi oleh variabel konsep diri dan *emotional intelligence* dan sisanya sebesar 53,6 % disebabkan oleh variabel lain yang tidak diukur (Hanifah et al., 2023; Muliati, 2022; Ngatini & Karneli, 2021; Putri et al., 2023).

Winnayanti & Djanah (2021) dan Muliati (2022) juga berpendapat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *emotional intelligence* dengan asertivitas siswa SMA. Penjelasan lain, pada dimensi *emotional intelligence* terdapat pengaturan emosi yang juga memberi pengaruh pada asertivitas, hasil data penelitian bahwa konsep diri dan regulasi emosi secara stimulan berpengaruh pada asertivitas dengan nilai signifikan 0,000 ($< 0,005$). Ini didukung dengan berbagai penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *assertive training* (Ramadhan et al., 2024; Shohila & Riswani, 2022; Winnayanti & Djanah, 2021).

Emotional intelligence didefinisikan dengan kapasitas diri dalam mengatur emosi dengan intelegensianya, menyelaraskan emosi dan ekspresinya dengan melalui keterampilan pengendalian diri, kesadaran diri, motivasi diri, empati serta keterampilan sosialnya (Bru-Luna et al., 2021; Coronado-Maldonado & Benítez-Márquez, 2023; Dugué et al., 2021; Goleman, 2007). Pelatihan *emotional intelligence* yang diberikan ini dilaksanakan dengan memanfaatkan konsep *experience learning* yang sebagai konsep belajar yang terdiri atas empat unsur, yakni pengalaman konkrit dan nyata, konsep abstrak, observasi dan refleksi, serta eksperimen atau mencoba secara aktif dan langsung (Gunawan, 2014; Nurhayati et al., 2020; Zurachmad et al., 2024).

Pada penelitian ini menggunakan modul pelatihan yang telah disusun sebelum pelaksanaan intervensi, dan telah dilakukan ujicoba. Modul penelitian dibuat dengan berpedoman memenuhi aspek *emotional intelligence* menurut Goleman (2007), yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan empati, dan membina hubungan dengan orang lain. Pada aspek mengenali emosi, peserta pelatihan akan dilatih untuk bisa mengenali perasaan diri sendiri, ketika perasaan itu muncul dan terjadi secara sadar dalam mengenali suasana hati, pikiran, sehingga bisa lebih waspada, tidak mudah larut dalam aliran emosi yang menguasai diri sendiri. Kesadaran tersebut merupakan salah satu prasyarat penting mengendalikan emosi sehingga seseorang mudah menguasai emosi.

Aspek kedua, mengelola emosi, peserta dilatih untuk mengelola perasaan, menghibur diri sendiri, mengendalikan kecemasan, perasaan buruk, rasa tersinggung, kesedihan, dan dampak yang ditimbulkan dari ketidakmampuan mengelola emosi dasar. Aspek ketiga memotivasi diri sendiri, peserta dilatih untuk mengatur emosi, mengendalikan emosi, menahan diri dari keinginan berlebihan, kepuasan, dorongan hati, mengedepankan pikiran positif dan optimis yaitu antusiasisme, gairah, optimis dan keyakinan diri sehingga memunculkan motivasi dari dalam diri sendiri untuk mencapai tujuan tertentu (Kumalo, 2022; Mayer et al., 2008). Pada aspek berikutnya yaitu mengenali emosi orang lain atau empati, peserta dilatih untuk melatih kemampuan keterampilan dasar bersosialisasi dengan orang lain di lingkungan sekitarnya, selain itu peserta juga dilatih berempati terhadap kondisi orang lain dengan mengasah kepekaan terhadap kondisi orang lain yang masih tersembunyi, seperti keinginan dan kebutuhan orang lain (Dulewicz & Higgs, 2000; Neubauer & Freudenthaler, 2005).

Aspek membina hubungan dengan orang lain, peserta dilatih untuk mengasah kemampuan menjaga hubungan baik dengan orang lain, tanpa melanggar hak-hak orang lain, dan tetap bisa mempertahankan kehendak sendiri, pendapat sendiri tanpa melanggar hak orang lain sehingga terjalin hubungan yang baik dan positif (Bru-Luna et al., 2021).

Metode yang digunakan dalam pelatihan adalah metode ceramah dan permainan. Metode ceramah adalah metode pelatihan melalui cara penuturan, pemberian informasi, dan penyajian materi. Metode permainan adalah

penyampaian materi dengan menggunakan simbol atau gerak komunikasi yang menarik dan metode permainan dapat menguji kemampuan siswa untuk menghadapi situasi yang sulit (Anggraini & Utara, 2021; Fajriani & Kurnia, 2021; Wikaningtyas & Afandi, 2024).

Tabel 7. Modul Pelatihan *Emotional Intelligence*

Sesi	Aspek	Jenis kegiatan
1	Mengenali Emosi Diri Sendiri	Menggunakan Johari Window “Open dan Blind Self”
2	Mengelola Emosi	Ular tangga anti bullying
3	Memotivasi Diri Sendiri	Emotional Goal Setting
4	Mengenali Emosi Orang Lain	Bermain Pulpen Kebersamaan
5	Membina Hubungan dengan Orang Lain	Bermain Coin Relay

Di SMP N X di Sleman Yogyakarta, kasus *bullying* masih sering ditemui, berdasarkan hasil wawancara langsung dengan siswa dan guru pada tanggal 15 Oktober 2024. Kasus *bullying* terjadi tindakan *bullying verbal* seperti mengejek, menyindir, memanggil nama orang tua, komentar fisik (*body shaming*), memanggil dengan panggilan tidak baik seperti gendut. Terjadi juga tindakan *bullying fisik* seperti mendorong, menggigit, memukul kepala, dan juga tindakan melempar barang milik teman. Di sekolah juga terjadi *bullying relational* atau *bullying pertemanan*, seperti mengucilkan, posesif terhadap teman, manipulatif, dan gossip yang menjurus fitnah. Data diperoleh dari hasil wawancara dengan tujuh orang siswa secara acak, dan dua orang guru.

Faktor-faktor yang mempengaruhi asertivitas dapat dilihat dari faktor internal dan faktor eksternal (Boja, 2017; Crutsinger et al., 2010; Rohyati & Purwandari, 2015). Faktor lain seseorang melakukan tindakan tertentu diantaranya adalah pengaruh dari tindakan teman sebaya di sekitarnya. Perilaku tertentu seperti *bullying* yang dilakukan seseorang akan berpengaruh terhadap orang lain, dan memungkinkan melakukan tindakan sama seperti yang dilakukan teman sebayanya dengan alasan menghindari penolakan, demi memenuhi harapan kelompok (Kurniawan, 2022; Romadhoni et al., 2023; Zain, 2021). Asertivitas juga dipengaruhi bagaimana seseorang berkomunikasi antar anggota keluarga.

Asertivitas siswa yang tinggi ditentukan dengan beberapa unsur, antara lain komunikasi positif dalam keluarga, remaja yang bersikap asertif mampu berkomunikasi dengan seluruh orang dengan langsung, terbuka, jujur serta baik, dapat mengekspresikan pikiran dan perasaannya, memiliki berbagai upaya guna memperoleh apa yang diharapkan, berpandangan aktif terhadap kehidupan, dapat memberi serta menerima pujian dan juga paham tentang keterbatasan diri (Hikmah, 2021; Utami, 2024; Winda, 2021). Hal ini juga dikuatkan oleh hasil penelitian yang menyatakan bahwa mayoritas anak yang kurang memiliki pengetahuan tentang *bullying*, perilaku agresi, dan kemampuan berkomunikasi positif, cenderung menyebabkan anak-anak

tidak menyadari saat melakukan bullying kepada temannya (Cloutier & Barling, 2025; Sandra & Alfian, 2024; Solesbee, 2022).

Siswa yang memiliki asertivitas tinggi akan bertindak saat melihat perilaku *bullying* di hadapannya. Saksi *bullying* menunjukkan asertivitas seperti menolong korban, akan memicu orang lain melakukan tindakan pertolongan yang sama kepada korban bullying (Bahtiar, 2023; Fatimatu Zahro & Suseno, 2017). Dari hasil wawancara siswa yang pernah melihat kejadian *bullying* di sekolah tersebut hampir sebagian besar tidak melakukan tindakan menolong korban *bullying*, alasannya karena takut, tidak berani, dan khawatir menjadi korban *bullying* selanjutnya. Hal senada pernah diungkapkan dari hasil penelitian yang menyebutkan bahwa korban *bullying* yang cenderung berperilaku mencari bantuan orang lain (teman, guru, orang tua, kepala sekolah, figur otoritas lainnya) ditemukan dari 53 (26%), 15 diantaranya mendapat respon positif, partisipan lain justru mendapatkan respon negatif, dan justru mengalami *bullying* verbal (Liu et al., 2024; Purba & Septiyan, 2023; Saleh et al., 2021).

Dari lima siswa yang di wawancara semua mengatakan tidak melakukan tindakan apapun saat ada *bullying* di depan mata, empat siswa tersebut memilih diam dan hanya mengamati saja. Hanya satu siswa yang berusaha mengingatkan pelaku saat terjadi *bullying*. Hal ini dibenarkan oleh guru BK, dan memberikan penguatan terhadap data yang diperoleh dari hasil wawancara, hanya saja hal ini tidak tercatat secara tertulis di sekolah. Guru BK mengatakan jika terjadi *bullying* akan langsung diselesaikan sesuai kebutuhan.

Dari perolehan data tersebut, maka peneliti membuat skala asertivitas. Skala yang disusun berpedoman pada aspek-aspek asertivitas menurut Alberti & Emmons (2017) yaitu kemampuan menyatakan pendapat dan perasaan, kemampuan bertindak sesuai kebutuhan dan kepentingan sendiri, kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi, kemampuan menghormati hak-hak orang lain, kemampuan mendukung kesetaraan dalam hubungan manusia. Skala asertivitas terdiri dari 30 aitem, dengan jumlah aitem *favorable* 15, dan aitem *unfavorable* 15. Terdapat 7 aitem gugur pada pelaksanaan tryout terhadap 110 siswa, sehingga diperoleh aitem valid sebanyak 23 aitem dengan reliabilitas 0,844. Pada data *pre-test* diperoleh mean 67 dengan kategori sedang sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan pelatihan *emotional intelligence*. Data pengetahuan bullying sebesar 81% dengan mean 8,96 masuk dalam kategori tinggi, dan 19% kategori sedang dengan mean 6,16.

Intervensi yang diberikan berupa kegiatan pelatihan *emotional intelligence* yang dikemas menarik dan menyenangkan, dan berisi kegiatan berupa permainan yang disesuaikan dengan aspek-aspek *emotional intelligence* (Goleman, 2007). Setelah diberi perlakuan berupa pelatihan menunjukkan hasil bahwa 31 siswa yang menjadi subjek mengalami peningkatan asertivitas, hal ini ditunjukkan pada hasil skor *post-test* dan observasi yang menunjukkan bahwa subjek mengalami perubahan perilaku setelah mengikuti kegiatan pelatihan *emotional intelligence*. Dari hasil lembar kerja yang telah subjek kerjakan, diperoleh hasil adanya perubahan pengetahuan *bullying*, dan cara mencegahnya,

subjek tahu apa yang sebaiknya dilakukan saat melihat *bullying*.

Hasil penelitian menunjukkan kelompok eksperimen memperoleh nilai rata-rata *pre-test* sebesar 8,96 dan rata-rata *post-test* sebesar 9,35, sehingga dapat disimpulkan bahwa pelatihan *emotional intelligence* yang diberikan memiliki efektivitas cukup baik, terbukti dari hasil perhitungan rata-rata sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Pelatihan *emotional intelligence* yang dilakukan berhasil menumbuhkan asertivitas peserta jika melihat hasil catatan observer. Ainiyah & Cahyanti (2020) menyebutkan setelah dilakukan pelatihan asertif, siswa mampu mengekspresikan dengan jujur perasaannya ketika menyaksikan *bullying* di sekolah, siswa mampu berpendapat melalui respon-respon yang diberikan, siswa tidak mengabaikan hak-hak orang lain, dan mampu membuat batasan perilaku *bullying* saat bercanda, siswa berkomitmen untuk secara bersama-sama menghentikan *bullying* di sekolah dengan cara menegur dan mencegah tindakan *bullying* oleh pelaku *bullying* secara asertif.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, diantaranya waktu pelaksanaan intervensi, durasi pelatihan terbatas sehingga pada saat pelaksanaan intervensi kurang maksimal. Selain itu jumlah observer yang terlibat sangat terbatas menyebabkan kemungkinan hasil pengamatan perilaku kurang signifikan, apakah perilaku yang ditunjukkan subjek akan terbentuk secara konsisten atau tidak. Hal itu dikarenakan setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan pada subjek observer tidak melakukan pengamatan kembali, dan tidak ada *feedback* lanjutan. Pada pelaksanaan observer dapat mengobservasi 9-10 subjek. Selain itu pada saat pelaksanaan juga terkendala teknis, beberapa fasilitas yang diperlukan tidak berfungsi dengan baik, sehingga mengurangi waktu durasi pelatihan. Selain itu, catatan kasus *bullying* yang ditangani oleh sekolah masih sangat terbatas sehingga kurang memberi informasi secara tertulis berupa data kasus *bullying* di sekolah. Pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* peserta latihan juga kurang kondusif, sehingga dalam mengerjakan lembar skala dan evaluasi terganggu, dan berpengaruh terhadap jawaban peserta.

KESIMPULAN

Asertivitas saksi bullying dapat ditingkatkan melalui Pelatihan *emotional intelligence* dengan menitikberatkan pada peningkatan mengenal emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan simpulan hasil uji wilcoxon variabel asertivitas diperoleh $p = 0,003$ yang berarti nilai $p < 0.05$ dengan keterangan *reject the null hypothesis*. Perhitungan menggunakan uji wilcoxon jika diperoleh hasil perhitungan menolak H_0 , maka disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan asertivitas sebelum dan sesudah program latihan. Dengan kata lain, program latihan *emotional intelligence* berpengaruh signifikan dalam meningkatkan asertivitas saksi *bullying*.

Saran

1. Saran bagi subjek
 - a. Subjek harus belajar mengenali diri sendiri dengan berlatih keterampilan mengelola emosi diri sendiri, sehingga subjek bisa mengendalikan emosi saat dihadapkan pada peristiwa *bullying*, dan siap menjadi salah satu agen pencegahan *bullying* dengan lebih berani saat menjadi saksi *bullying*, maupun korban *bullying*.
 - b. Subjek bisa meningkatkan pengetahuan tentang *bullying* dengan banyak membaca buku, jurnal, artikel bertema *bullying*.
2. Saran bagi orang tua

Bagi orang tua, diharapkan lebih meningkatkan pengawasan terhadap perilaku anak di rumah maupun di luar rumah agar terhindar dari perilaku *bullying*. Orang tua juga bisa menambah waktu berdiskusi secara terbuka dengan anak, memberikan kasih sayang dan perhatian cukup kepada anak, membangun komunikasi positif sehingga anak merasa nyaman dan aman, tidak ragu speak up saat terlibat konflik di lingkungan luar rumah.
3. Saran bagi guru dan kepala sekolah
 - a. Saran bagi guru

Guru bisa lebih meningkatkan kreativitas saat mengajar dengan memilih strategi pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bertema *bullying*, misalnya dengan menggunakan metode permainan.
 - b. Saran bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah bisa membuat kebijakan yang mendukung upaya pencegahan dan penanganan *bullying* di sekolah, merencanakan kegiatan pelatihan serupa untuk meningkatkan pemahaman guru terkait upaya pencegahan *bullying*.
4. Saran bagi peneliti selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar mempertimbangkan peningkatan variabel berbeda seperti *self confident*, empati, dan regulasi emosi pada saksi *bullying*.

Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya kepedulian sekolah dalam upaya mencegah kasus *bullying* dengan melaksanakan kegiatan-kegiatan serupa baik yang ditujukan untuk siswa, guru, kepala sekolah dan seluruh *stake holder* dalam lingkup sekolah, dengan harapan akan terbangun lingkungan yang aman bebas *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainiyah, H. R., & Cahyanti, I. Y. (2020). Efektivitas Pelatihan Asertif Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku "Bullying" di SMPN A Surabaya. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(2), 105–113. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i2.3868>
- Alberti, R., & Emmons, M. (2017). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships*. new harbinger publications.
- Anggraini, E. S., & Utara, S. (2021). Pola komunikasi guru dalam pembelajaran anak usia dini melalui bermain. *Jurnal Bunga Rampai Usia Emas*, 7(1), 27–37. <https://doi.org/10.24114/jbrue.v7i1.25783>
- Armitage, R. (2021). Bullying in children: impact on child health. *BMJ Paediatrics Open*, 5(1), e000939. <https://doi.org/10.1136/bmjpo-2020-000939>
- Awiria, O. (1994). *Bullying at school-what we know and what we can do*. JSTOR. <https://doi.org/10.2307/3121681>
- Ayu, W. T. (2020). Konsep diri, regulasi emosi dan asertivitas pada mahasiswa. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 4(1), 25–33. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v4i1.1754>
- Bahtiar, A. (2023). Efektivitas Terapi Empati terhadap Penurunan Perilaku Bullying pada Siswa Sekolah Dasar Negeri. (The Effectiveness of Empathy Therapy on Reducing Bullying Behavior in Public Elementary School Students). UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945.
- Barida, M. (2016). Modul assertiveness training untuk meningkatkan komunikasi asertif. K-Media.
- Barzilay, S., Klomek, A. B., Apter, A., Carli, V., Wasserman, C., Hadlaczky, G., Hoven, C. W., Sarchiapone, M., Balazs, J., & Kereszteny, A. (2017). Bullying victimization and suicide ideation and behavior among adolescents in Europe: A 10-country study. *Journal of Adolescent Health*, 61(2), 179–186. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2017.02.002>
- Berger, C. R. (2005). Interpersonal communication: Theoretical perspectives, future prospects. *Journal of Communication*. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2005.tb02680.x>
- Boja, A. (2017). Prevention of Bullying by Inducing Teenagers' Assertive Behavior. *The Proceedings of the International Conference Globalization, Intercultural Dialogue and National Identity*, 302–309.
- Bru-Luna, L. M., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., & Cervera-Santiago, J. L. (2021). Emotional intelligence measures: A systematic review. *Healthcare*, 9(12), 1696. <https://doi.org/10.3390/healthcare9121696>
- Cahyani, F. (2024). Hubungan Konsep Diri dengan Perilaku Asertif pada Remaja: The Relationship between Self-Concept and Assertive Behavior in Adolescents. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 3(7), 1309–1316. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v3i7.281>
- Castañós-Cervantes, S., & Atristain-Suárez, C. (2024). "I'm OK, You're OK" Philosophy: Promoting a Culture of Respect, Equity, Justice, and Peace Through Assertiveness—An Introduction. In *Assertiveness in the Context of Human Rights, Ethics, and Classical Virtues* (pp. 1–28). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-031-60962-6_1
- Cloutier, A. E., & Barling, J. (2025). Adolescent dating violence and leader role occupancy. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 98(1), e12558. <https://doi.org/10.1111/joop.12558>
- Coolican, H. (2017). *Research methods and statistics in psychology*. Psychology press. <https://doi.org/10.4324/9780203769836>
- Coronado-Maldonado, I., & Benítez-Márquez, M.-D. (2023). Emotional intelligence, leadership, and work teams: A hybrid literature review. *Heliyon*, 9(10). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e20356>
- Craig, W. M. (1998). The relationship among bullying, victimization, depression, anxiety, and aggression in elementary school children. *Personality and Individual Differences*, 24(1), 123–130. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)00145-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00145-1)
- Crutsinger, C., Knight, D., & Kim, H. (2010). Teens' consumer interaction styles: the impact of assertive and aggressive behaviour on attitudes towards marketing practices. *International Journal of Consumer Studies*, 34(2), 196–203. <https://doi.org/10.1111/j.1470-6431.2009.00846.x>
- DeVito, J. A. (2013). *Interpersonal communication book*, The, 13/E. New York, NY: United.
- Dugué, M., Sirot, O., & Dosseville, F. (2021). A literature review of emotional intelligence and nursing education. *Nurse Education in Practice*, 54, 103124. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103124>
- Dulewicz, V., & Higgs, M. (2000). Emotional intelligence—A review and evaluation study. *Journal of Managerial Psychology*, 15(4), 341–372. <https://doi.org/10.1108/02683940010330993>
- Duncan, A. (2006). *Bullying in American Schools: A Social-Ecological Perspective on Prevention and Intervention*, edited by Dorothy L. Espelage & Susan M. Swearer. *Catholic Education: A Journal of Inquiry and Practice*, 10(2). <https://doi.org/10.15365/joce.1002122013>
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2010). *Bullying in North American schools*. routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203842898>
- Fajriani, C., & Kurnia, S. D. (2021). Penerapan metode bermain peran dalam mengembangkan kemampuan bahasa pada anak usia dini kelompok b di taman kanak-kanak nurul yaqin Desa Uloe Kecamatan Dua Boccoe Kabupaten Bone. *EDUCCHILD (Journal of Early Childhood Education)*, 2(2), 68–79.
- Fatimatuzzahro, A., & Suseno, M. N. (2017). Efektivitas terapi empati untuk menurunkan perilaku bullying pada anak usia sekolah dasar. *Petik: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 3(2), 1–12. <https://doi.org/10.31980/jpetik.v3i2.145>
- Fernanda, D. P., & Darmawanti, I. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri

- Dengan Perilaku Asertif Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 116–125.
- Francis, J., Strobel, N., Trapp, G., Pearce, N., Vaz, S., Christian, H., Runions, K., Martin, K., & Cross, D. (2022). How does the school built environment impact students' bullying behaviour? A scoping review. *Social Science & Medicine*, 314, 115451. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.115451>
- Gini, G., & Pozzoli, T. (2009). Association between bullying and psychosomatic problems: A meta-analysis. *Pediatrics*, 123(3), 1059–1065. <https://doi.org/10.1542/peds.2008-1215>
- Goleman, D. (2007). *Kecerdasan Emosional*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, I. M. S. (2014). Pengembangan Panduan Pelatihan Keterampilan Mengelola Emosi dengan Model Experiential Learning untuk Siswa SMA. *Jurnal Kependidikan*, 13(2), 143–151.
- Halimah, A., Khumas, A., & Zainuddin, K. (2015). Persepsi pada By stander terhadap Intensitas Bullying pada Siswa SMP. *Jurnal Psikologi*, 42(2), 129–140. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7168>
- Hanifah, A., Saripah, I., & Nadhira, N. A. (2023). Peran Perilaku Asertif terhadap Keterampilan Berkomunikasi Remaja. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(1), 16–28. <https://doi.org/10.19105/ec.v4i1.8039>
- Hasibuan, K. T. (2018). Hubungan antara Harga Diri dengan Perilaku Asertif pada Remaja Masjid Kecamatan Kampung Rakyat.
- Hertz, M. F., Everett Jones, S., Barrios, L., David-Ferdon, C., & Holt, M. (2015). Association between bullying victimization and health risk behaviors among high school students in the United States. *Journal of School Health*, 85(12), 833–842. <https://doi.org/10.1111/josh.12339>
- Hikmah, N. (2021). Komunikasi Interpersonal Orang Tua Dalam Mengembangkan Perilaku Asertif Pada Remaja. *Jicoms: Journal of Islamic Communication and Media Studies*, 1(1), 67–78.
- Hymel, S., & Swearer, S. M. (2015). Four decades of research on school bullying: An introduction. *American Psychologist*, 70(4), 293. <https://doi.org/10.1037/a0038928>
- Jensen, A., & Trenholm, S. (1992). Interpersonal communication. Wadsworth.
- Kim, J., & Ko, Y. (2021). Influence of experiencing bullying victimization on suicidal ideation and behaviors in Korean adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(20), 10853. <https://doi.org/10.3390/ijerph182010853>
- Kumalo, T. V. (2022). Emotional Intelligence, Flourishing and Satisfaction with Life Among Government Employees in the Sedibeng Region. Vaal University of Technology (South Africa).
- Kurniawan, K. (2022). Hubungan Antara Kelekatan Orang Tua dan Konsep Diri dengan Perilaku Bullying Siswa SMP Negeri 28 Semarang. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(1), 25–39.
- Lewis, C., Deardorff, J., Lahiff, M., Soleimanpour, S., Sakashita, K., & Brindis, C. D. (2015). High school students' experiences of bullying and victimization and the association with school health center use. *Journal of School Health*, 85(5), 318–326. <https://doi.org/10.1111/josh.12256>
- Liu, Y., Chen, Z., Wang, P., & Xu, L. (2024). Relationship between bullying behaviors and physical activity in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 101976. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2024.101976>
- Luk, J. W., Wang, J., & Simons-Morton, B. G. (2012). The co-occurrence of substance use and bullying behaviors among US adolescents: Understanding demographic characteristics and social influences. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1351–1360. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.05.003>
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annu. Rev. Psychol.*, 59(1), 507–536. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>
- Muliati, R. (2022). Kontribusi kecenderungan pola asuh demokratis (Authoritative) dan kecerdasan emosi terhadap perilaku asertif pada remaja awal. *Psyche* 165 *Journal*, 56–61. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.161>
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *Jama*, 285(16), 2094–2100. <https://doi.org/10.1001/jama.285.16.2094>
- Natvig, G. K., Albrektzen, G., & Qvarnström, U. (2001). Psychosomatic symptoms among victims of school bullying. *Journal of Health Psychology*, 6(4), 365–377. <https://doi.org/10.1177/135910530100600401>
- Neubauer, A. C., & Freudenthaler, H. H. (2005). Models of emotional intelligence. *Emotional Intelligence: An International Handbook*, 2005, 31–50.
- Ngatini, N., & Karneli, Y. (2021). Tingkat perilaku asertif siswa dan implikasi dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(1), 72–81. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i1.1460>
- Notoatmodjo, S. (2018). *METODE PENELITIAN KESEHATAN*. PT RINEKA CIPTA.
- Nurhayati, N., Faijin, F., Amiruddin, A., & Indah, S. (2020). Efektivitas Model Experiential Learning Untuk Meningkatkan Keterampilan Mengelola Emosi Marah. *GUIDING WORLD (BIMBINGAN DAN KONSELING)*, 3(1), 34–44. <https://doi.org/10.33627/gw.v3i1.449>
- Pimentel, F. de O., Della Méa, C. P., & Dapieve Patias, N. (2020). Victims of bullying, symptoms of depression, anxiety and stress, and suicidal ideation in teenagers. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(2), 230–240. <https://doi.org/10.14718/ACP.2020.23.2.9>
- Pintaningdyah, D., Sya, H. M. A., & Kamati, N. (2020). Keasertifan Pada Organizational Citizenship Behavior (OCB) Guru. Penerbit Adab.
- Purba, N. S. P., & Septiyan, S. (2023). The Overview of Bullying Behavior in Adolescents. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(4), 577–582. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i4.13220>
- Putri, E., Efendi, M., & Rista, K. (2023). Perilaku asertif dan kematangan emosi pada remaja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(2), 214–223. <https://doi.org/10.30996/sukma.v4i2.10190>
- Rahmawati, S. W. (2016). Peran iklim sekolah terhadap perundungan. *Jurnal Psikologi*, 43(2), 167–180. <https://doi.org/10.22146/jpsi.12480>
- Ramadhan, A., Ngayomi, S., Hasibuan, F., & Saragih, M. (2024). Meningkatkan Kecerdasan Emosional melalui Teknik Assertive pada Siswa Kelas 2 SMA. *Journal of Education Research*, 5(4), 4294–4303. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i4.1512>
- Rawlings, J. R., & Stoddard, S. A. (2019). A critical review of anti-bullying programs in North American elementary schools. *Journal of School Health*, 89(9), 759–780. <https://doi.org/10.1111/josh.12814>
- Rodkin, P. C. (2012). Bullying and children's peer relationships. *Colleagues*, 8(2), 4.
- Rohyati, E., & Purwandari, Y. H. (2015). Perilaku asertif pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 11(1).
- Romadhoni, M. T. B., Heru, M. J. A., Rofiqi, A., Hasanah, Z. W., & Yani, V. A. (2023). Pengaruh perilaku bullying terhadap interaksi sosial pada remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 11(1), 165–189. <https://doi.org/10.33650/jkp.v11i1.5545>
- Saleh, A., Hapsah, H., Krisnawati, W., & Erfina, E. (2021). Parenting style and bullying behavior in adolescents. *Enfermería Clínica*, 31, S640–S643. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2021.07.009>
- Sandra, G. M., & Alfian, I. N. (2024). DEBUS (Early Bullying Detection) Training to Improve the Knowledge and Ability of Adolescent Cadres in Detecting Bullying Situations. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(1), 15–23. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v12i1.12821>
- Sari, R. A. P., & Karneli, Y. (2020). Differences in Student Bullying Behavior in terms of Gender and Cultural Background. *Jurnal Neo Konseling*, 2(3). <https://doi.org/10.24036/00346kons2020>
- Setyanto, A. E. (2021). *Metode Penelitian Komunikasi Kuantitatif*. Pustaka Pelajar.
- Shohila, M. U., & Riswani, R. (2022). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Asertif Training untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal Administrasi Pendidikan Dan Konseling Pendidikan*, 3(1), 22–38. <https://doi.org/10.24014/japkp.v3i1.13630>
- Sihite, L. L. (2023). Hubungan antara Self Esteem dengan Perilaku Asertif Siswa Kelas Xi di SMA Negeri 1 Parbuluan.
- Smalley, K. B., Warren, J. C., & Barefoot, K. N. (2017). Connection between experiences of bullying and risky behaviors in middle and high school students. *School Mental Health*, 9, 87–96. <https://doi.org/10.1007/s12310-016-9194-z>
- Solesbee, C. (2022). Bullying Victimization and Neurofibromatosis Type 1: Examining the Association of Self-Perception on Internalizing Symptomatology. The University of Nebraska-Lincoln.
- Thornberg, R. (2018). School bullying and fitting into the peer landscape: A grounded theory field study. *British Journal of Sociology of Education*, 39(1), 144–158. <https://doi.org/10.1080/01425692.2017.1330680>
- Thornberg, R., Baraldsnes, D., & Saeverot, H. (2018). In search of a pedagogical perspective on school bullying. In *Nordic Studies in*

- Education (Vol. 38, Issue 4, pp. 289–301). <https://doi.org/10.18261/issn.1891-2018-04-01>
- Thornberg, R., Halldin, K., Bolmsjö, N., & Petersson, A. (2013). Victimising of school bullying: A grounded theory. *Research Papers in Education*, 28(3), 309–329. <https://doi.org/10.1080/02671522.2011.641999>
- Utami, N. P. (2024). Hubungan Antara Pola Komunikasi Keluarga dengan Asertivitas Remaja Akhir. Universitas Airlangga.
- Wikaningtyas, A., & Afandi, N. K. (2024). Efektivitas Bermain Kartu Huruf dalam Meningkatkan Kemampuan Berpikir Simbolik pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Hadlonah: Jurnal Pendidikan Dan Pengasuhan Anak*, 5(1).
- Winda, E. (2021). Hubungan Keharmonisan Keluarga dengan Asertivitas pada Pengurus Osim Madrasah Aliyah Negeri 4 Aceh Besar. UIN Ar-Raniry.
- Winnayanti, W., & Djanah, M. D. (2021). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Asertif Siswa SMA. *Jurnal Thalaba Pendidikan Indonesia*, 4(1), 57–68.
- Zain, A. Q. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Konformitas Dengan Perilaku Bullying Pada Siswa SMA “X” di Sleman. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(1), 49–62. <https://doi.org/10.22373/taujih.v4i1.10641>
- Zed, M. (2008). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Zurachmad, S. M., Arsyad, N., & Dassa, A. (2024). Deskripsi Penerapan Model Experiential Learning dalam Pembelajaran Matematika ditinjau dari Kecerdasan Emosional Siswa. *Issues in Mathematics Educations*, 8(1), 79–85.