HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: April, 03, 2026
Revised: May, 03, 2026
Available online: May, 07, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Self-esteem dan regulasi emosi dalam pencegahan *bullying* pada anak usia sekolah dalam kerangka *social emotional learning* (SEL): Sebuah tinjauan literatur sistematis

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

Abstract

Background: Bullying is a form of repeated violence that seriously impacts adolescent mental health, with a global prevalence of approximately 30%. Self-esteem and emotion regulation act as risk and protective factors, while social emotional learning (SEL) approaches have potential as preventative strategies, but their integration remains limited.
Purpose: To identify and evaluate the role of social emotional learning (SEL) in strengthening self-esteem and emotion regulation as a bullying prevention effort.
Method: This was a systematic literature review, adhering to the PRISMA 2020 guidelines. Analysis used quantitative narrative synthesis and JBI quality assessment. A literature search was conducted through four databases: ScienceDirect, ERIC, Google Scholar, and PubMed. A total of 2,137 articles were identified, 79 duplicates were removed, and 1,872 were eliminated during initial screening. Of the 186 articles screened, 16 studies met the inclusion criteria.
Results: Self-esteem and emotion regulation were significantly associated with bullying behavior. Self-esteem positively influences emotion regulation and negatively influences bullying involvement, while bullying experiences negatively impact self-esteem and social adjustment. Emotion regulation also negatively impacts bullying behavior. Furthermore, Social Emotional Learning (SEL)-based interventions have been shown to improve social-emotional competence and decrease bullying behavior in students.
Conclusion: Self-esteem and emotion regulation are key protective factors in reducing bullying, and strengthening them through SEL is effective as a school-based preventive strategy.
Suggestion: Future research is recommended to use a more robust design, such as a longitudinal or experimental approach, to further analyze the relationship between self-esteem, emotion regulation, and bullying behavior.

Keywords: Bullying; Emotional Regulation; Self-Esteem; Social Emotional Learning.

Pendahuluan: *Bullying* merupakan kekerasan berulang yang berdampak serius pada kesehatan mental remaja, dengan prevalensi global sekitar 30%. *Self-esteem* dan regulasi emosi berperan sebagai faktor risiko dan protektif, sementara pendekatan *social emotional learning* (SEL) berpotensi sebagai strategi pencegahan, namun integrasinya masih terbatas.
Tujuan: Untuk mengidentifikasi dan mengevaluasi peran *social emotional learning* (SEL) dalam penguatan *self-esteem* dan regulasi emosi sebagai upaya pencegahan *bullying*.
Metode: Penelitian *systematic literature review* dengan mengacu pada pedoman PRISMA 2020. Analisis menggunakan sintesis naratif kuantitatif dan penilaian kualitas JBI. Penelusuran literatur dilakukan melalui 4 basis data, yaitu ScienceDirect, ERIC, Google Scholar, dan PubMed, sebanyak 2,137 artikel teridentifikasi, 79 duplikat dihapus, dan 1,872 dieliminasi pada penyaringan awal. Dari 186 artikel yang diseleksi, tersisa 16 studi yang memenuhi kriteria inklusi.
Hasil: *Self-esteem* dan regulasi emosi berhubungan signifikan dengan perilaku *bullying*. *Self-esteem* berpengaruh positif terhadap regulasi emosi dan negatif terhadap keterlibatan *bullying,* sementara pengalaman bullying berdampak pada penurunan harga diri dan penyesuaian sosial. Regulasi emosi juga berpengaruh negatif terhadap perilaku

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

bullying. Selain itu, intervensi berbasis *Social Emotional Learning* (SEL) terbukti berdampak pada peningkatan kompetensi sosial-emosional serta penurunan perilaku bullying pada siswa.
Simpulan: *Self-esteem* dan regulasi emosi merupakan faktor protektif utama dalam menurunkan *bullying* dan penguatannya melalui SEL efektif sebagai strategi preventif berbasis sekolah.
Saran: Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain yang lebih kuat, seperti longitudinal atau eksperimental, agar hubungan antara self-esteem, regulasi emosi, dan perilaku bullying dapat dianalisis secara lebih mendalam.

Kata Kunci: *Bullying*; Regulasi Emosi; *Self-Esteem*; *Social Emotional Learning*.

PENDAHULUAN

Bullying merupakan bentuk kekerasan berulang yang disebabkan dengan ketidakseimbangan kekuasaan antara pihak pelaku dan korban (Fauzi & Mamnu'ah, 2017). *Bullying* juga didefinisikan sebagai tindakan agresif yang dilakukan secara berulang dan disengaja oleh individu ataupun kelompok yang memiliki kekuatan yang lebih terhadap pihak lain yang dianggap lemah. *Bullying* dapat berupa serangan fisik, verbal, sosial, maupun digital. *Bullying* tidak hanya berupa kekerasan fisik, melainkan juga mencakup peghinaan, pengucilan, penyebaran rumor, dan intimidasi (Pratiwi, Asthiningsih, & Zulaikha, 2023). Perilaku ini memiliki dampak psikologis yang sangat berat pada korban seperti kecemasan, depresi, gangguan tidur, penurunan prestasi akademik, perilaku *self-harm*, menarik diri, bahkan ide bunuh diri. *Bullying* juga menyebabkan trauma jangka pajang dan berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian remaja (Feng, Zhang, Liao, Jia, Yang, & Zhang, 2024; Safitry & Kusumawati, 2025; Yosep, Hikmat, & Mardhiyah, 2023).

Secara global, *bullying* telah menjadi masalah serius yang di akui WHO, UNICEF dan UNESCO sebagai ancaman terhadap kesejahteraan anak dan remaja. Berdasarkan laporan global dari UNESCO pada 2023, sekitar 30% anak dan remaja usia sekolah pernah mengalami kejadian *bullying* dan sebagian diantaranya telah mengalami dampak psikologis yang sangat signifikan (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, 2023). Kondisi ini menggambarkan bahwa *bullying* masih menjadi fenomena yang mengancam kesehatan mental dan sosial remaja. Sejalan dengan perkembangan penelitian, riset terbaru dalam 5 tahun terakir mulai menaruh perhatian pada faktor internal psikologis dalam lingkup *bullying*, khususnya *self-esteem* dan regulasi emosi.

Self-esteem merujuk pada kemampuan individu dalam menilai dan mengevaluasi kemampuan dirinya sendiri, sedangkan regulasi emosi merupakan kemampuan dimana individu dapat mengelola, mengendalikan dan memodifikasi respons emosional secara adaptif dalam situasi sosial (Rosenberg, 1965; Gross, 1998). Dalam konteks keperawatan anak, kedua indikator ini dipandang sebagai suatu hal yang sangat penting yang berkaitan dengan kesehatan mental terhadap kemampuan koping dan penyesuaian diri. Beberapa penelitian menunjukan bahwa tingkat kemampuan regulasi emosi dapat berpengaruh kepada perkembangan *self-esteem*, semakin meningkatnya kemampuan regulasi emosi, maka semakin positif pula perkembangan *self-esteem* nya. Ini juga berpengaruh terhadap turunnya dampak psikologis dari kejadian *bullying* pada anak usia sekolah (Han, Ye, & Zhong, 2025; Kennedy & Brausch, 2024; Salsabilla & Proborini, 2024). Studi lain juga menyebutkan bahwa kemampuan regulasi emosi dapat berkontribusi terhadap penyesuaian diri dan kesejahteraan remaja yang mengalami *bullying* (Mutawaffifa, 2024). Selain itu, terhdapat studi yang juga menunjukan bahwa iklim sekolah memiliki peran dalam pembentukan resiliensi dan *self-esteem* siswa dalam menghadapi situasi *bullying* (Virlia, Pudjibudojo, & Rahaju, 2024). Maka dari itu, *self-esteem* dan regulasi emosi memiliki peran penting yang berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang bersifat ganda yaitu sebagai faktor risiko jika berada pada tingkat rendah, dan faktor protektif jika berkembang secara adaptif dalam konteks pencegahan *bullying. Self-esteem* juga dapat memengaruhi cara individu memandang dirinya dalam relasi sosial, sementara itu regulasi emosi berperan terhadap cara individu merespons terhadap tekanan sosial, termasuk dalam situasi *bullying.*

Social Emotional Learning (SEL) hadir sebagai pendekatan relevan dalam konteks pencegahan *bullying* yang menjadikan kesadaran diri, manajemen emosi dan keterampilan sosial sebagai target untuk dikembangkan dalam rangka pencegahan *bullying* yang dikaitkan dengan penguatan kemampuan regulasi dan self-esteem siswa dilingkungan sekolah (Jempru &

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

Trihastuti, 2023). *Social Emotional Learning* (SEL) dapat diterapkan dalam proses pembelajaran yang dapat mendukung kompetensi sosial-emosional siswa, khususnya dalam aspek psikologis serta kemampuan interaksi secara positif dengan sebaya (Kristianto & Wakhudin, 2025). Terdapat studi yang menunjukan bahwa program berbasis SEL memiliki dampak positif terhadap iklim sekolah dalam penurunan insiden *bullying* yang berpengaruh pada peningkatan *self-esteem* dan regulasi emosi (Kristianto & Wakhudin, 2025; Almardiyah, Agustiningsih, & Husnaini, 2025). Oleh dari itu, SEL memiliki potensi besar menjadi kerangka integratif dalam strategi pencegahan *bullying* berbasis sekolah.

Meskipun demikian, studi sebelumnya masih menunjukan adanya kesenjangan, sebagian besar studi menelaah *self-eseem*, regulasi emosi, dan *bullying* secara terpisah dan lebih berfokus pada hubungan bivariate tanpa mengkaji keterkaitan antara *self esteem* dan regulasi emosi terhadap *bullying* secara bersamaan. Disisi lain, studi mengenai efektivitas intervensi berbasis SEL masih menitikberatkan pada penurunan perilaku agresif atau peningkatan kompetensi sosial-emosional secara umum tanpa secara spesifik memposisikan *self-esteem* dan regulasi emosi sebagau komponen utama dalam kerangka preventif. kajian yang mengintegrasikan ketiga aspek tersebut pun masih relatif terbatas dalam literatur 5 tahun terakhir.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini disusun untuk memberikan kontribusi melalui *systematic literature review* yang mengonsolidasikan dan mensintesis mengenai peran *self-esteem* dan regulasi emosi dalam pencegahan *bullying* berbasis sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi serta mengevaluasi peran SEL sebagai kerangka integratif dalam penguatan faktor interpersonal siswa meliputi *self-esteem* dan regulasi emosi sebagai kerangka pencegahan *bullying.* Hasil dari tinjauan sistematis ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teroretis dalam memperjelas mekanisme psikologis pencegahan *bullying,* serta kontribusi praktis bagi pengembangan intervensi promotif kesehatan mental berbasis sekolah, khususnya dalam praktik keperawatan anak dan remaja.

METODE

Penelitian ini mengadopsi metodologi *systematic literature review* (SLR) untuk memfasilitasi identifikasi, evaluasi kritis dan sitesis temuan riset sebelumnya secara terencana, terbuka dan terorganisir. Pendekatan ini dianggap sesuai untuk mendapatkan pemahaman yang menyeluruh dan didukung oleh bukti empiris mengenai kolerasi antara *self-esteem,* pengelolaan emosi, dan upaya pencegahan *bullying* dalam kerangka *Social Emotional Learning* (SEL) di lingkungan akademis.

Proses penyusunan dan pelaporan kajian mengacu pada pedoman PRISMA 2020 yang menekankan transparansi dan keterlacakan proses seleksi studi (Page, McKenzie, Bossuyt, Boutron, Hoffmann, Mulrow, & Moher, 2021), serta mengikuti kerangka metodologis SLR yang dikemukakan oleh Kitchenham dan Charters dalam penetapan kriteria inklusi–eksklusi, evaluasi kualitas studi, dan sintesis temuan lintas penelitian (Kitchenham & Charters, 2007).

Penelusuran literatur dilakukan melalui 4 basis data, yaitu ScienceDirect, ERIC, Google Scholar, dan PubMed, dengan mempertimbangkan relevansinya terhadap bidang pendidikan, psikologi, dan kesehatan. Pencarian artikel menggunakan kombinasi kata kunci "*self-esteem*", "*emotion regulation*", "*social emotional learning*", "*school-based* SEL", dan "*bullying*" yang dikombinasikan secara sistematis menggunakan operator Boolean. Literatur yang disertakan dibatasi pada publikasi lima tahun terakhir (2022–2026), termasuk artikel *in-press* yang telah tersedia secara daring, guna menjamin keterkinian dan relevansi bukti ilmiah.

Selain itu, proses identifikasi dan seleksi literatur juga menggunakan kerangka PICO (*Population*, *Intervention*, *Comparison*, Outcome) untuk membantu memfokuskan pertanyaan penelitian dan menyusun strategi pencarian literatur secara lebih sistematis. Dalam kerangka ini, Population merujuk pada siswa atau peserta didik usia sekolah, *Intervention* mencakup pendekatan *social emotional learning* (SEL) serta faktor psikososial seperti *self-esteem* dan regulasi emosi, Comparison mengacu pada kondisi tanpa intervensi atau perbedaan tingkat kompetensi sosial-emosional siswa, sedangkan *Outcome* yang dianalisis adalah kecenderungan atau tingkat perilaku *bullying* di lingkungan sekolah. Penggunaan kerangka PICO banyak direkomendasikan dalam penelitian berbasis bukti dan *systematic review* karena membantu merumuskan pertanyaan penelitian, menentukan kriteria inklusi studi, serta meningkatkan ketepatan strategi pencarian literatur (Buddrus, Kutza, Thye, Esdar, Hübner, & Liebe, 2026).

Pada tahap *identification*, teridentifikasi sebanyak 2.137 artikel dari keempat basis data, yang terdiri atas ScienceDirect (n = 918), ERIC (n = 835), Google

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

Scholar (n = 354), dan PubMed (n = 30). Selanjutnya, dilakukan penghapusan 79 artikel duplikat. Penyaringan awal (*initial screening*) terhadap judul dan abstrak dilakukan menggunakan alat bantu manajemen referensi, sehingga 1.872 artikel yang tidak memenuhi kriteria dikeluarkan dan tersisa 186 artikel untuk tahap *screening*.

Pada tahap *screening*, dilakukan penelaahan kesesuaian artikel dengan fokus penelitian, sehingga 103 artikel dikeluarkan karena tidak relevan. Sebanyak 83 artikel kemudian dilanjutkan ke tahap penelusuran teks lengkap (*full-text retrieval*). Dari jumlah tersebut, 27 artikel tidak dapat diakses secara penuh, sehingga hanya 56 artikel yang dinilai pada tahap *eligibility*. Pada tahap ini, artikel dikeluarkan karena metode penelitian tidak relevan (n = 12), populasi penelitian tidak sesuai (n = 15), serta tidak melaporkan outcome yang relevan dengan variabel utama atau tidak memungkinkan untuk dilakukan sintesis temuan (n = 13). Setelah melalui seluruh tahapan seleksi, sebanyak 16 artikel dinyatakan memenuhi kriteria inklusi dan digunakan sebagai studi utama dalam kajian sistematis ini.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel penelitian empiris dengan pendekatan kuantitatif, termasuk desain observasional, kuasi-eksperimental, dan eksperimental; (2) penelitian yang mengkaji hubungan atau pengaruh *self-esteem* dan/atau regulasi emosi terhadap perilaku *bullying* dalam kerangka SEL; (3) melibatkan populasi siswa usia sekolah dasar hingga menengah dalam konteks pendidikan formal; serta (4) artikel tersedia dalam bentuk teks lengkap. Adapun kriteria eksklusi mencakup artikel non-empiris seperti *literature review*, artikel konseptual atau opini, penelitian dengan pendekatan kualitatif murni, studi di luar konteks sekolah, serta artikel yang tidak secara langsung membahas keterkaitan *self-esteem*, regulasi emosi, dan pencegahan *bullying* berbasis SEL.

Tahap selanjutnya adalah ekstraksi data, yaitu proses pencatatan informasi utama dari setiap artikel terpilih yang meliputi tujuan penelitian, desain dan metode penelitian, karakteristik sampel, variabel yang diteliti, instrumen pengukuran, teknik analisis data, serta temuan utama penelitian. Data yang telah diekstraksi kemudian dianalisis melalui sintesis naratif kuantitatif dengan menitikberatkan pada identifikasi pola hubungan dan konsistensi hasil antar studi.

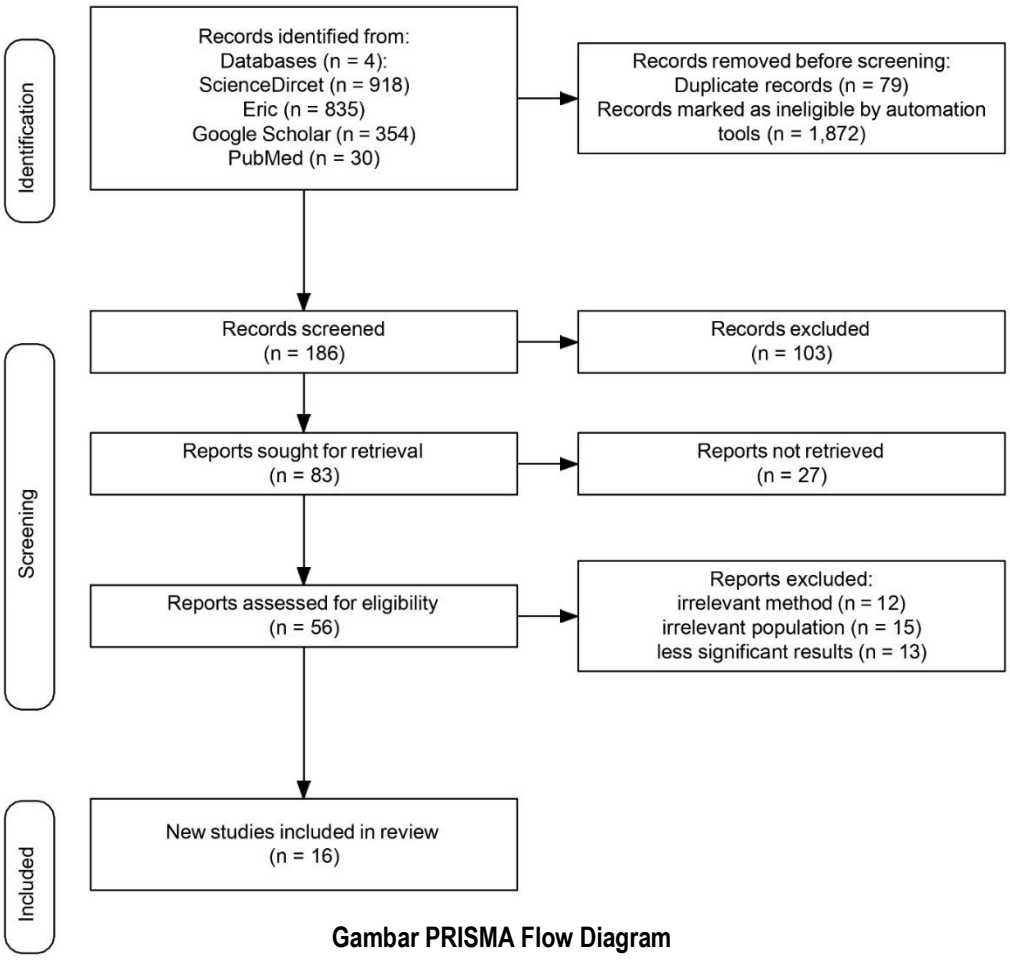
Untuk menjamin kualitas metodologis dan validitas sintesis, dilakukan evaluasi kritis terhadap artikel terpilih menggunakan *JBI Critical Appraisal Tools* yang disesuaikan dengan desain penelitian kuantitatif. Analisis data selanjutnya dilakukan melalui pendekatan sintesis tematik kuantitatif dengan mengelompokkan temuan penelitian ke dalam tema utama, meliputi peran *self-esteem* sebagai faktor protektif terhadap *bullying,* kontribusi regulasi emosi dalam pengendalian perilaku agresif, serta efektivitas pendekatan *Social Emotional Learning* dalam memperkuat kompetensi sosial-emosional siswa. Melalui proses *cross-study comparison*, temuan antar penelitian dibandingkan untuk mengidentifikasi persamaan, perbedaan, dan kecenderungan hasil penelitian, sehingga memungkinkan penarikan implikasi teoretis dan praktis bagi pengembangan intervensi promotif dan preventif kesehatan mental serta strategi pencegahan *bullying* berbasis sekolah.

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

HASIL



Gambar PRISMA Flow Diagram

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

Tabel Hasil Pemetaan Data Artikel

(Penulis)(Negara)	Tujuan	Metode	Hasil
(Salsabilla & Proborini, 2024) (Indonesia)	Untuk mengidentifikasi hubungan *self esteem* dengan regulasi emosi siswa.	Penelitian kuantitatif korelasional pada 90 siswa yang menguji hubungan regulasi emosi dan *self-esteem* menggunakan *The Coopersmith Self-Esteem Inventory* (CSEI) dan *Emotion Regulation Questionnaire*, dengan analisis korelasi Spearman's rank.	Adanya hubungan positif yang cukup kuat antara *self-esteem* dan regulasi emosi, dengan standar koefisien korelasi sebesar 0.445. Hal ini mengindikasikan bahwa peningkatan *self-esteem* berkontribusi pada kemampuan regulasi emosi yang lebih adaptif.
(Salsabila & Firman, 2025) (Indonesia)	Untuk mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi *bullying* dan hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan melakukan bullying.	Penelitian kuantitatif korelasional pada 127 siswa yang menguji hubungan *self-esteem* dan perilaku *bullying* menggunakan angket, dengan analisis korelasi Pearson Product Moment.	Adanya kecenderungan hubungan negatif antara *self-esteem* dan perilaku bullying, dengan koefisien korelasi sebesar -0.245 dan tingkat signifikansi 0.006. Hal ini menunjukan bahwa individu dengan *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat keterlibatan *bullying* yang lebih rendah.
(Fithria et al., 2025) (Indonesia)	Untuk mengevaluasi efektivitas intervensi *Social-Emotional Learning* (SEL) dalam mengurangi perilaku *bullying* pada remaja di Aceh, Indonesia	Penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen pretest–posttest kelompok kontrol pada 90 siswa (45 intervensi, 45 kontrol), yang menguji efektivitas intervensi SEL terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku *bullying* menggunakan kuesioner, dengan analisis uji Mann–Whitney.	Intervensi *Social Emotional Learning* (SEL) terbukti secara statistik berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku perundungan pada siswa. Nilai p yang kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan, perubahan sikap, dan penurunan perilaku *bullying* setelah intervensi memang merupakan hasil dari penerapan SEL, bukan terjadi secara kebetulan.
(Song & Kim, 2022) (Korea)	Untuk mengembangkan dan menguji program *Social and Emotional Competence Enhancement* untuk melihat dampaknya pada perilaku *bullying* dan kondisi mental remaja pelaku bullying	Penelitian kuantitatif dengan desain quasi-eksperimental pretest–posttest pada 71 remaja pelaku bullying, yang diberikan intervensi SECE untuk meningkatkan kompetensi sosial, regulasi emosi, dan empati serta menurunkan perilaku bullying, dengan analisis interaksi *group* × *time*.	Pendekatan yang diterapkan berkontribusi dalam meningkatkan kompetensi sosial, kemampuan regulasi emosi, dan empati, serta berperan dalam menurunkan perilaku bullying.
(Ardiansyah et al., 2026) (indonesia)	Mengidentifikasi hubungan antara regulasi emosi dan kejadian	Penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional pada 90 siswa kelas VII yang menguji hubungan	Sebagian besar peserta didik cenderung memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi dan tingkat perilaku *bullying* yang

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

	bullying pada remaja/siswa Sekolah.	regulasi emosi dan kejadian *bullying* menggunakan kuesioner tertutup, dengan analisis uji Spearman Rho.	relatif rendah. Terdapat hubungan signifikan antara regulasi emosi dan insiden perundungan dengan nilai p = 0.016 dan nilai koefisien korelasi r_s = -0.253 yang menunjukkan arah hubungan negatif dan kekuatan korelasi yang cukup. Ini berarti bahwa semakin baik kemampuan regulasi emosi remaja, semakin rendah tingkat keterlibatannya dalam perundungan.
(Al Ali et al., 2025) (Yordania)	Menguji pengaruh program pendidikan anti-*bullying* di sekolah terhadap pengetahuan siswa tentang bullying, perilaku bullying/victimization, *self-esteem* siswa.	Penelitian kuantitatif dengan desain uncontrolled pretest–posttest pada 210 siswa kelas VII dan VIII dari dua sekolah umum di Yordania, yang mengukur pengetahuan tentang bullying, perilaku *bullying* dan victimization, serta *self-esteem* menggunakan kuesioner pengetahuan, skala *bullying* & victimization, dan Skala Rosenberg *Self-Esteem*, dengan analisis repeated measures ANCOVA.	Program pendidikan anti-*bullying* berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai *bullying* dan *self-esteem*, serta berperan dalam menurunkan perilaku *bullying* dan *victimization* setelah pelaksanaan intervensi dengan nilai pengaruh tempat tinggal berpengaruh pada *bullying* (T = −3.11; p < 0.01), emotional intelligence (T = 4.19; p < 0.001), dan *self-esteem* (T = 2.02; p < 0.05), dengan urban lebih tinggi EI & *self-esteem*, rural lebih tinggi bullying.
(Yiyi et al., 2022) (China)	Untuk mengevaluasi seberapa efektif program psikoedukasi dalam meningkatkan harga diri (*self-esteem*) serta untuk siswa korban bullying	Penelitian kuantitatif quasi-eksperimental dengan rancangan one group pretest–posttest pada 15 siswa SMP yang menguji pengaruh psikoedukasi psikologis terhadap tingkat *self-esteem* menggunakan Skala Rosenberg *Self-Esteem*, dengan analisis uji t-test.	Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa psikoedukasi berperan dalam meningkatkan rasa menghargai diri sendiri, ketahanan emosional, dan kemampuan menghadapi tekanan teman sebaya pada siswa yang mengalami bullying.
(Varlık et al., 2026) (Turki)	Untuk menganalisis peran *bullying* sebagai variabel moderator dalam hubungan antara emotional intelligence dan school engagement dengan *self-esteem* sebagai mediator	Penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan pendekatan cross-sectional pada 657 siswa usia sekolah yang menganalisis hubungan *emotional intelligence*, bullying, *self-esteem*, dan school engagement menggunakan Rosenberg *Self-Esteem* Scale, kuesioner bullying, serta instrumen perilaku, emosional, dan kognitif, dengan analisis moderated mediation.	*Emotional intelligence* berpengaruh positif terhadap *school engagement* melalui *self-esteem*, namun pengaruh tersebut dapat melemah pada siswa yang mengalami bullying. Emotional intelligence berhubungan positif dengan *self-esteem* (r = 0.482; p < 0.01) dan *school engagement* (r = 0.558; p < 0.01), sedangkan *bullying* berhubungan negatif dengan emotional intelligence (r = −0.355), *self-esteem* (r = −0.395), dan school engagement (r = −0.431) (semua p < 0.01). Hal ini mengindikasikan semakin tinggi bullying, semakin melemah pengaruh positif *emotional intelegence* terhadap *school engagement.*

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

(Virlia et al., 2024) (Indonesia)	Mengidentifikasi peran regulasi emosi dan iklim sekolah dalam meningkatkan *resilience* (ketahanan psikologis) pada korban bullying, serta mengeksplorasi bagaimana *self-esteem* berfungsi sebagai variabel mediator dalam hubungan tersebut.	Penelitian kuantitatif pada 642 remaja usia 12–16 tahun yang menganalisis peran mediasi regulasi emosi dan iklim sekolah terhadap hubungan *self-esteem* dan resiliensi menggunakan CYRM-R, ERQ-CA, Rosenberg *Self-Esteem Scale*, dan *School Climate Scale*, dengan analisis statistik mediasi.	Strategi cognitive reappraisal berperan dalam meningkatkan resiliensi secara tidak langsung melalui penguatan self-esteem. *Self-esteem* berpengaruh paling kuat terhadap resilience (β = 0.363; p < 0.001), diikuti school climate dengan efek lebih kecil (β = 0.101; p < 0.001). School climate juga meningkatkan *self-esteem* (β = 0.091; p < 0.001). Sebaliknya, cognitive reappraisal hanya berpengaruh sangat lemah pada *self-esteem* (β = 0.024; p = 0.035) dan tidak berpengaruh pada resilience (p = 0.364), sedangkan expressive suppression tidak signifikan sama sekali (p > 0.05).
(O'Brien et al., 2023) (Inggris, UK)	Menilai dampak dari intervensi pembelajaran sosial-emosional universal bernama *Passport*	Penelitian kuantitatif dengan desain cluster randomised controlled trial (CRCT) pada 2.400 siswa usia 8–9 tahun yang menilai internalising symptoms dan regulasi emosi menggunakan KIDSCREEN-52 *Moods and Feelings, Children Worry Management Scale, UCLA-Loneliness, dan KIDSCREEN-27*, dengan analisis hierarchical linear models.	Intervensi *Social Emotional Learning* (SEL) berbasis sekolah secara universal efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial-emosional anak dan berpotensi mencegah munculnya gejala internalisasi pada usia sekolah dasar.
(Irawan et al., 2024) (Switzerland)	Menilai efektivitas program intervensi psiko-edukatif dan pengembangan keterampilan sosial-emosional pada remaja dengan mengoptimalkan *self-concept* dan keterampilan emosional dasar	Penelitian kuantitatif kuasi-eksperimental dengan desain pretest–posttest control group pada 402 siswa kelompok kontrol yang mengevaluasi pengaruh program intervensi sosial-emosional/psikoedukasi terhadap *self-concept* menggunakan *Trait Meta-Mood Scale*, *Self-Concept* Form 5, dan *State-Trait Anxiety Inventory*, dengan analisis statistik inferensial desain pretest–posttest control group.	Program intervensi psikoedukatif dan sosio-emosional efektif dalam meningkatkan dimensi *self-concept* pada aspek keluarga dan sosial pada remaja. Namun, pengaruh terhadap dimensi *self-concept* lainnya serta kemampuan persepsi, pemahaman, dan regulasi emosi bernilai p > 0.05 cenderung tidak berbeda secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol.
(A'ini, 2020) (Indonesia)	Menganalisis hubungan antara kejadian *bullying* dengan tingkat *self-esteem* pada remaja.	Penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional pada remaja di SMA Negeri 1 Sungai Geringging yang menganalisis hubungan kejadian *bullying* dan *self-esteem* menggunakan kuesioner *bullying* dan Rosenberg *Self-Esteem Scale*, dengan analisis bivariat.	*Bullying* merupakan stresor psikososial yang berdampak negatif terhadap kesehatan mental remaja, terutama pada aspek harga diri. Terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian *bullying* dengan tingkat *self-esteem* (p = 0.024), dengan nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 2.110. Hal ini berarti bahwa siswa yang mengalami *bullying* memiliki risiko lebih dari dua kali lipat untuk memiliki *self-esteem* rendah dibandingkan yang tidak mengalami *bullying*.

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

(Asa, 2023) (Indonesia)	Untuk mendalami efek psikologis korban yaitu harga diri pada siswa SD	Penelitian kualitatif deskriptif pada 10 siswa kelas IV SDN Tububesak, Timor Tengah Selatan, yang mengeksplorasi *self-esteem* pada korban *bullying* melalui teknik wawancara dan observasi, dengan analisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif.	Pengalaman *bullying* pada siswa sekolah dasar berdampak pada penurunan *self-esteem* yang meliputi aspek *outer self*, *relational self*, dan *personal self*. Dampak tersebut tercermin dalam rendahnya kepercayaan diri, penilaian diri yang negatif, serta berkurangnya rasa kompetensi akademik dan sosial. Meskipun demikian, beberapa siswa masih menunjukkan harapan dan ketahanan psikologis yang berkaitan dengan dimensi spiritual dan hubungan sosial tertentu.
(Sari et al., 2025) (Indonesia)	Untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan dampak *bullying* terhadap perilaku sosial-emosional siswa sekolah dasar, termasuk perubahan pada aspek kepercayaan diri, interaksi sosial, serta kondisi psikologis korban.	Penelitian kualitatif studi kasus pada 11 siswa sekolah dasar di SD Negeri 115 Palembang yang menganalisis dampak *bullying* terhadap perilaku sosial-emosional siswa melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, dengan analisis deskriptif kualitatif terhadap pengalaman sosial dan emosional korban bullying.	*Bullying* memiliki dampak signifikan terhadap kondisi sosial dan emosional siswa sekolah dasar. Korban menunjukkan berbagai konsekuensi psikologis seperti penurunan kepercayaan diri (*low self-esteem*), kecemasan, depresi, kemarahan, stres, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.
(Djingga et al., 2023) (Indonesia)	Untuk mengetahui gambaran perilaku *bullying* pada siswa sekolah dasar di SDN 1 dan SDN 2 Banjaranyar Kabupaten Banyumas.	Penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross-sectional pada 134 siswa kelas IV–V di SDN 1 dan SDN 2 Banjaranyar, menggunakan kuesioner perilaku bullying, dengan analisis statistik distribusi frekuensi untuk menggambarkan tingkat dan jenis *bullying* pada siswa sekolah dasar	Sebagian besar siswa berada pada kategori *bullying* rendah (88%) dengan nilai $F = 180.041$, $p < 0.01$, dan $R^2 = 0.643$, baik pada *bullying* fisik, verbal, maupun cyberbullying. Bentuk *bullying* yang paling sering muncul adalah *bullying* verbal, diikuti *bullying* fisik, sedangkan *cyberbullying* memiliki proporsi paling rendah.
(Meliyana et al., 2024) (Indonesia)	Untuk mengetahui apakah regulasi emosi berpengaruh terhadap perilaku bullying.	Penelitian kuantitatif dengan desain analitik menggunakan regresi sederhana pada 400 siswa SMA/SMK di Kota Makassar, yang menguji pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku *bullying* menggunakan skala Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) dan Olweus Bully/Victim Questionnaire (OBVQ), dengan analisis regresi sederhana.	Regulasi emosi memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku *bullying* pada siswa SMA/SMK nilai signifikan 0.001 < 0.05 serta nilai kontribusi sebesar 0.028, hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan mengelola emosi yang lebih baik berkaitan dengan kecenderungan perilaku *bullying* yang lebih rendah, meskipun kontribusi pengaruhnya relatif kecil.

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

PEMBAHASAN

Hasil sintesis terhadap enam belas belas artikel yang memenuhi kriteria inklusi menunjukkan bahwa hubungan antara *self-esteem*, regulasi emosi, dan perilaku *bullying* merupakan tema yang konsisten dalam kajian perkembangan psikososial anak dan remaja di lingkungan sekolah. Sebagian besar penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional maupun eksperimental, sementara beberapa studi kualitatif digunakan untuk mengeksplorasi pengalaman psikologis korban *bullying.* Meskipun menggunakan pendekatan metodologis yang beragam, keseluruhan literatur menunjukkan pola temuan yang relatif konsisten bahwa *self-esteem* dan kemampuan regulasi emosi berperan sebagai faktor protektif yang berkaitan dengan rendahnya keterlibatan siswa dalam perilaku *bullying* serta mendukung penyesuaian sosial dan emosional di lingkungan sekolah (Ardiansyah, Sholikhah, & Susanti, 2026; A'ini, 2020; Salsabilla & Proborini, 2024).

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-esteem* dan regulasi emosi pada siswa. Individu dengan tingkat *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola emosi secara adaptif ketika menghadapi tekanan sosial maupun akademik (Ardiansyah et al., 2026; Sari, Rosani, & Eddy, 2025). Persepsi diri yang positif memungkinkan individu menilai situasi sosial secara lebih konstruktif sehingga mampu mengendalikan respons emosional yang muncul.

Selain itu, sebagian besar penelitian juga menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self-esteem* dan perilaku *bullying*. Siswa dengan *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung memiliki keterlibatan yang lebih rendah dalam perilaku *bullying*, baik sebagai pelaku maupun sebagai individu yang mendukung perilaku tersebut (Salsabila & Firman, 2025). Sebaliknya, pengalaman menjadi korban *bullying* dapat berdampak pada penurunan harga diri, munculnya perasaan tidak berharga, serta kesulitan dalam penyesuaian sosial pada remaja (A'ini, 2020). Temuan tersebut juga diperkuat oleh studi kualitatif yang menunjukkan bahwa korban *bullying* sering mengalami penurunan kepercayaan diri, penilaian diri yang negatif, serta berkurangnya rasa kompetensi sosial dan akademik. Bahkan pada siswa sekolah dasar, pengalaman *bullying* dapat memicu berbagai konsekuensi psikologis seperti kecemasan, stres, depresi, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial (Asa, 2023; Sari et al., 2025).

Hubungan antara regulasi emosi dan perilaku *bullying* juga menunjukkan pola yang relatif serupa. Kemampuan regulasi emosi yang baik berkaitan dengan rendahnya kecenderungan keterlibatan siswa dalam perilaku *bullying* (Ardiansyah et al., 2026). Regulasi emosi memungkinkan individu mengelola emosi negatif seperti marah, frustrasi, maupun kecemburuan secara lebih adaptif sehingga tidak diekspresikan melalui perilaku agresif terhadap teman sebaya. Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku *bullying* pada siswa SMA/SMK di Kota Makassar (Meliyana, Zubair, & Aditya, 2024). Penelitian tersebut menemukan bahwa kemampuan regulasi emosi yang lebih baik berkaitan dengan kecenderungan perilaku *bullying* yang lebih rendah pada siswa. Dengan demikian, regulasi emosi tetap menjadi salah satu keterampilan penting dalam perkembangan sosial-emosional remaja yang berperan dalam mengendalikan ekspresi emosi negatif serta mencegah munculnya perilaku agresif di lingkungan sekolah.

Beberapa penelitian juga menjelaskan hubungan antarvariabel tersebut melalui mekanisme psikologis yang lebih kompleks, seperti mediasi dan moderasi. *Self-esteem* dilaporkan berperan sebagai mediator dalam hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi pada korban *bullying,* sehingga peningkatan kemampuan regulasi emosi dapat memperkuat ketahanan psikologis melalui peningkatan harga diri (Virlia et al., 2024). Selain itu, *emotional intelligence* diketahui memiliki pengaruh positif terhadap keterlibatan siswa di sekolah melalui peningkatan *self-esteem*, meskipun pengaruh tersebut dapat melemah pada siswa yang mengalami *bullying* (Varlık, Akpınar, Akpınar, & Görünü, 2026). Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* tidak hanya berkaitan dengan perilaku agresif semata, tetapi juga mempengaruhi berbagai aspek perkembangan psikososial siswa, termasuk keterlibatan belajar dan kesejahteraan emosional.

Dalam perspektif *Social Emotional Learning* (SEL), *self-esteem* dan regulasi emosi berkaitan erat dengan pengembangan kompetensi kesadaran diri (*self-awareness*) dan pengelolaan diri (*self-management*). Kedua kompetensi tersebut memungkinkan siswa mengenali emosi yang muncul serta mengelola respons emosional secara adaptif dalam interaksi sosial. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa penguatan kompetensi sosial-emosional melalui

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

pendekatan SEL berkontribusi terhadap penurunan perilaku agresif serta peningkatan keterampilan hubungan interpersonal siswa di lingkungan sekolah (Fithria, Jannah, Aiyub, Alfiandi, Nirwan, & Agustina, 2025; Song & Kim, 2022).

Dalam konteks intervensi, sejumlah penelitian menunjukkan efektivitas pendekatan berbasis *social emotional learning* dalam mengatasi permasalahan *bullying* di sekolah. Program SEL dilaporkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, serta keterampilan sosial-emosional siswa sekaligus menurunkan perilaku *bullying* setelah pelaksanaan intervensi (Fithria et al., 2022). Program *Social and Emotional Competence Enhancement* yang diterapkan pada remaja pelaku *bullying* juga menunjukkan peningkatan kompetensi sosial, regulasi emosi, dan empati yang pada akhirnya berkontribusi terhadap penurunan perilaku agresif (Song & Kim, 2022). Selain itu, program pendidikan anti-*bullying* berbasis sekolah juga dilaporkan mampu meningkatkan pengetahuan siswa mengenai *bullying,* meningkatkan *self-esteem*, serta menurunkan perilaku *victimization* pada siswa (Al Ali, Qasem, & Aldwaikat, 2025).

Intervensi psikososial lain seperti psikoedukasi juga menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan *self-esteem* pada siswa korban *bullying.* Program psikoedukasi dilaporkan mampu meningkatkan rasa menghargai diri, memperkuat ketahanan emosional, serta membantu siswa dalam menghadapi tekanan sosial dari teman sebaya (Yiyi, Jie, Jiong, Jinsheng, Kun, & Jing, 2022). Sementara itu, program intervensi psiko-edukatif yang berfokus pada pengembangan keterampilan sosial-emosional dan *self-concept* pada remaja juga terbukti mampu meningkatkan beberapa dimensi konsep diri, khususnya pada aspek sosial dan keluarga, meskipun tidak seluruh dimensi emosional menunjukkan perubahan yang signifikan dibandingkan kelompok kontrol (Sánchez-Herrera, Guerrero-Barona, Sosa-Baltasar, Moreno-Manso, & Durán-Vinagre, 2022).

Pada tingkat populasi sekolah, penelitian deskriptif juga menunjukkan bahwa bentuk *bullying* yang paling sering terjadi pada siswa adalah *bullying* verbal dibandingkan *bullying* fisik maupun *cyberbullying.* Meskipun sebagian besar siswa berada pada kategori tingkat *bullying* yang relatif rendah, fenomena tersebut tetap menunjukkan adanya potensi risiko yang dapat memengaruhi kondisi psikososial peserta didik jika tidak ditangani secara preventif sejak dini (Djingga, Delia, Christy, Putri, & Idulfilastri, 2023).

Meskipun demikian, beberapa keterbatasan metodologis masih ditemukan dalam penelitian yang dianalisis. Dominasi desain cross-sectional dalam sebagian penelitian tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausal secara kuat mengenai hubungan antarvariabel. Selain itu, beberapa penelitian intervensi masih menggunakan desain pretest–posttest tanpa kelompok kontrol atau melibatkan jumlah sampel yang relatif kecil sehingga berpotensi mempengaruhi validitas eksternal temuan penelitian. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan desain eksperimental yang lebih kuat, seperti randomized controlled trial maupun studi longitudinal, diperlukan untuk memperoleh bukti empiris yang lebih komprehensif mengenai efektivitas intervensi berbasis *Social Emotional Learning* dalam mencegah dan mengurangi perilaku *bullying* di lingkungan sekolah (Irawan, Hamzah, & Mulyati, 2024).

Secara keseluruhan, hasil sintesis literatur ini menunjukkan bahwa *self-esteem* dan regulasi emosi merupakan komponen penting dalam kerangka *Social Emotional Learning* yang berperan dalam pencegahan dan pengurangan perilaku *bullying* pada anak dan remaja usia sekolah. Penguatan keterampilan sosial-emosional melalui intervensi berbasis sekolah berpotensi meningkatkan kesehatan mental, resiliensi, serta kualitas interaksi sosial siswa. Dengan demikian, implementasi program *Social Emotional Learning* secara sistematis di lingkungan pendidikan dapat menjadi strategi preventif yang relevan dalam menciptakan iklim sekolah yang lebih aman dan mendukung perkembangan psikososial peserta didik (O'Brien, Hamilton, Humphrey, Qualter, Boehnke, Santos, & Lu, 2023).

SIMPULAN

Sintesis literatur menunjukkan bahwa *self-esteem* dan regulasi emosi merupakan mekanisme psikologis intrapersonal yang berperan penting dalam pencegahan perilaku *bullying* pada anak usia sekolah. *Self-esteem* yang lebih positif berkaitan dengan kemampuan individu dalam memaknai pengalaman sosial secara lebih konstruktif, sementara regulasi emosi memungkinkan siswa mengelola respons emosional secara adaptif ketika menghadapi tekanan sosial di lingkungan sekolah. Integrasi kedua aspek tersebut menunjukkan bahwa penguatan *self-esteem* dan kemampuan regulasi emosi dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang mendukung penyesuaian sosial sekaligus menurunkan kecenderungan keterlibatan siswa dalam perilaku *bullying.*

Dalam kerangka *social emotional learning* (SEL), kedua konstruk tersebut berkaitan dengan pengembangan kompetensi kesadaran diri dan

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

pengelolaan diri yang menjadi fondasi keterampilan sosial-emosional siswa. Oleh karena itu, penguatan *self-esteem* dan regulasi emosi melalui pendekatan SEL dapat diposisikan sebagai strategi preventif yang integratif dalam upaya pencegahan *bullying* berbasis sekolah. Temuan ini memberikan kontribusi konseptual dengan menegaskan bahwa pengembangan kompetensi sosial-emosional siswa tidak hanya berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologis, tetapi juga berperan dalam menurunkan perilaku agresif di lingkungan pendidikan. Dalam konteks keperawatan anak dan remaja, hasil ini menegaskan pentingnya pengembangan intervensi promotif dan preventif berbasis sekolah yang berfokus pada penguatan faktor intrapersonal sebagai bagian dari upaya peningkatan kesehatan mental siswa.

SARAN

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain yang lebih kuat, seperti longitudinal atau eksperimental, agar hubungan antara *self-esteem*, regulasi emosi, dan perilaku *bullying* dapat dianalisis secara lebih mendalam. Selain itu, penelitian berikutnya perlu melibatkan sampel yang lebih beragam dan mempertimbangkan variabel lain dalam kerangka *social emotional learning* (SEL), seperti empati dan keterampilan sosial, sehingga pemahaman mengenai faktor-faktor yang berperan dalam perilaku *bullying* pada siswa dapat diperoleh secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

A'ini, A. D. N. (2020). Hubungan harga diri dan pengetahuan tentang bullying dengan perilaku bullying pada remaja. *Scientific Journal Of Altruistic Nursing*, 28-37.

Al Ali, N., Qasem, I. O., & Aldwaikat, T. (2025). Examining the impact of a school-based bullying education program on students' knowledge of bullying, bullying behavior, and self-esteem. *International Journal of Adolescence and Youth*, *30*(1), 2454997.

Almardiyah, A. Z., Agustiningsih, R. D., & Husnaini, R. (2025). Evaluating the Effectiveness of Multidimensional Social-Emotional Learning (SEL) Programs in Reducing School Bullying: A Global Systematic Literature Review of Primary and Secondary Education Interventions (2014-2024). *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, *7*(2), 115-131.

Ardiansyah, A. B., Sholikhah, S., & Susanti, I. (2026). Hubungan Emotional Regulation dengan Kejadian Bullying pada Remaja. *Lontara Journal of Health Science and Technology*, *7*(1), 100-109.

Asa, Y. (2023). Self-esteem victims of bullying in grade 4 students at SDN Tububesak Timor Tengah Selatan Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, *18*(1), 15-24.

Board, U. E. International Day against Violence and Bullying at School including Cyberbullying.

Buddrus, U., Kutza, J. O., Thye, J., Esdar, M., Hübner, U. H., & Liebe, J. D. (2026). PICO-based assessment and categorization of evidence for digital health interventions: an inductive framework development. *Frontiers in Digital Health*, *8*, 1755598.

Djingga, A., Delia, M. K., Christy, S. T., Putri, A., & Idulfilastri, R. M. (2023). Peranan Regulasi Emosi terhadap Perundungan Siber pada Siswa SMA di Jakarta. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *9*(19), 142-148.

Fauzi, R. N. F., & Mamnu'ah, M. A. (2017). *Hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku bullying pada remaja di SMP Muhammadiyah 2 Gamping Sleman Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).

Feng, Y., Zhang, S., Liao, X., Jia, Y., Yang, Y., & Zhang, W. (2024). Association between bullying victimization and mental health problems among Chinese left-behind children: a cross-sectional study from the adolescence mental health promotion cohort. *Frontiers in Psychiatry*, *15*, 1440821.

Fithria, F., Jannah, S. R., Aiyub, A., Alfiandi, R., Nirwan, N., & Agustina, S. S. (2025). The role of social-emotional learning in reducing bullying among adolescents: Evidence from Aceh, Indonesia. *Acta Biomedica Atenei Parmensis*, *96*(1).

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology*, *2*(3), 271-299.

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

Han, Z. Y., Ye, Z. Y., & Zhong, B. L. (2025). School bullying and mental health among adolescents: a narrative review. *Translational pediatrics*, *14*(3), 463-472.

Irawan, T. M. I. A., Hamzah, R. M., & Mulyati, S. (2024). Layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan resiliensi siswa korban bullying: Sebuah Kajian Sistematis. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, *10*(1), 70-83.

Jempru, M. S., & Trihastuti, M. C. W. (2023). Studi Kasus Kecerdasan Emosional Siswa Korban Bullying. *Psiko Edukasi*, *21*(2), 123-140.

Kennedy, A., & Brausch, A. M. (2024). Emotion dysregulation, bullying, and suicide behaviors in adolescents. *Journal of affective disorders reports*, *15*, 100715.

Kitchenham, B., & Charters, S. (2007). Guidelines for performing systematic literature reviews in software engineering.

Kristianto, A., & Wakhudin, W. (2025). Analysis of the Implementation of Social Emotional Learning to Address Bullying Behavior in Elementary Schools. *Terampil: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*, *12*(2), 289-303.

Meliyana, M., Zubair, A. G. H., & Aditya, A. M. (2024). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Bullying pada Siswa SMA/SMK di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, *4*(2), 483-489.

Mutawaffifa, F. A. (2024). Regulasi Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Korban Bullying di Sekolah. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, *2*(1).

O'Brien, A., Hamilton, S., Humphrey, N., Qualter, P., Boehnke, J. R., Santos, J., & Lu, Y. (2023). Examining the impact of a universal social and emotional learning intervention (Passport) on internalising symptoms and other outcomes among children, compared to the usual school curriculum: study protocol for a school-based cluster randomised trial. *Trials*, *24*(1), 703.

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *bmj*, *372*.

Pratiwi, R. E., Asthiningsih, N. W. W., & Zulaikha, F. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kemandirian Remaja. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, *3*(2), 111-117.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image* (Vol. 11, p. 326). Princeton, NJ: Princeton university press.

Salsabilla, A., & Proborini, R. (2024). Setriani,"Hubungan Self Esteem Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung,". *J. Psikol. Konseling*, *17*(2), 205-213.

Salsabila, S., & Firman, F. (2025). The Relationship Between Self-Esteem and Bullying Among Middle School Students. *TOFEDU: The Future of Education Journal*, *4*(2), 411-418.

Sari, H., Rosani, M., & Eddy, S. (2025). Impact of bullying on social-emotional behavior in elementary school students: A qualitative case study at SD Negeri 115 Palembang, Indonesia. *Journal of Social Work and Science Education*, *6*(2), 789-800.

Song, Y. M., & Kim, S. (2022). Effects of a social and emotional competence enhancement program for adolescents who bully: a quasi-experimental design. *International journal of environmental research and public health*, *19*(12), 7339.

Sánchez-Herrera, S., Guerrero-Barona, E., Sosa-Baltasar, D., Moreno-Manso, J. M., & Durán-Vinagre, M. Á. (2022). Efficacy of a psycho-educational and socio-emotional intervention programme for adolescents. *International journal of environmental research and public health*, *19*(13), 8153.

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2023). *International Day against violence and bullying at school including cyberbullying: No place for fear*. Diakses dari: https://www.unesco.org/en/articles/2023-international-day-against-violence-and-bullying-school-no-place-fear-ending-school-violence-bullying-and-cyberbullying

Varlık, S., Akpınar, S., Akpınar, Ö., & Görünü, R. M. (2026). Bullying plays a moderated mediation role in the association between emotional intelligence and school engagement through self-esteem. *Scientific Reports*.

Virlia, S., Pudjibudojo, J. K. K., & Rahaju, S. (2024). Resilience in Bullying Victims: The Role of Emotion Regulation and School Climate with Self-Esteem as a Mediator. *Journal of Educational, Health, and Community Psychology (JEHCP)*, *13*(4), 1476-1499.

Yiyi, O., Jie, P., Jiong, L., Jinsheng, T., Kun, W., & Jing, L. (2022). Research on the influence of sports participation on school bullying among college students—Chain mediating analysis of emotional intelligence and self-esteem. *Frontiers in psychology*, *13*, 874458.

Yosep, I., Hikmat, R., & Mardhiyah, A. (2023). School-based nursing interventions for preventing bullying and reducing its incidence on students: a scoping review. *International journal of environmental research and public health*, *20*(2), 1577.

Reisha Zahra Syah Jehan*, Rita Rahayu, Ghulam Ahmad

Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
Korespondensi penulis: Reisha Zahra Syah Jehan. *Email: reisha1004@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2914