

Prosiding Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Jakarta
Homepage: https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/semnas-ps
Vol. 4 No. 1, Bulan 2026, halaman: 841-852
E-ISSN: xxxx-xxxx

Regulasi Emosi dan *Moral Disengagement* dengan *Bullying* pada Remaja: Tinjauan Sistematis

Kezia Mutiara Syahla [1*], Karsih [2], Eka Wahyuni [3]
Bimbingan Konseling, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta Timur, DKI Jakarta, Indonesia
[1*]Email penulis koresponden: Keziamutiara26@gmail.com

Riwayat Artikel

Submited: 14-09-2026
Accepted: 23-11-2026
Published: 24-11-2026

Abstrak

Bullying pada remaja berkaitan dengan berbagai faktor psikologis, termasuk regulasi emosi dan *moral disengagement*. Penelitian ini bertujuan mensintesis temuan mengenai hubungan kedua faktor tersebut dengan *bullying* pada remaja melalui *Systematic Literature Review* (SLR) berdasarkan PRISMA 2020. Dari 286 artikel yang ditemukan melalui PubMed, Web of Science, Frontiers, Google Scholar, dan Scopus, diperoleh 13 artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Hasil menunjukkan bahwa regulasi emosi dan *moral disengagement* berkaitan dengan meningkatnya keterlibatan remaja dalam *bullying* dan *cyberbullying*. Penelitian yang menguji keduanya secara bersamaan masih terbatas, dengan regulasi emosi maladaptif ditemukan memperkuat hubungan *moral disengagement* dan *bullying* pada remaja perempuan. Temuan ini menunjukkan pentingnya mempertimbangkan faktor emosional dan kognitif secara bersamaan dalam memahami *bullying* pada remaja.

Kata kunci: *Bullying*; Regulasi Emosi; Remaja; *Moral Disengagement*; *Systematic Literature Review*

Prosiding ***Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Jakarta*** *diterbitkan oleh Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta*

CC BY NC SA

Abstract

Bullying behavior during adolescence has been linked to a range of psychological factors, with emotion regulation and moral disengagement emerging as two of the most frequently examined. The present review sought to synthesize existing evidence on how these constructs relate to bullying involvement among adolescents, employing a Systematic Literature Review (SLR) approach guided by the PRISMA 2020 framework. A search across PubMed, Web of Science, Frontiers, Google Scholar, and Scopus yielded 286 records, of which 13 studies satisfied the eligibility criteria for inclusion. Overall, the evidence points to a consistent association between both emotion regulation difficulties and moral disengagement with heightened engagement in bullying and cyberbullying among adolescents. Despite this, few studies have investigated the two constructs jointly within the same analytic model. Notably, one investigation demonstrated that maladaptive emotion regulation intensifies the association between moral disengagement and bullying, particularly within female adolescent samples. Collectively, these results suggest that adolescent bullying cannot be fully understood without accounting for both the emotional and cognitive-moral dimensions involved.

Keywords: *Adolescents; Bullying; Emotion Regulation; Moral Disengagemen; Systematic Literature review*

PENDAHULUAN

Fenomena *bullying* adalah permasalahan yang serius di Indonesia. Bentuk *bullying* yang sering muncul adalah kekerasan fisik, kekerasan verbal, dan kekerasan psikologis. Berdasarkan Sekretariat Nasional JPPI (2025) data menunjukkan bahwa kasus kekerasan melonjak tinggi, dari

285 kasus pada tahun 2023 meningkat menjadi 573 kasus pada tahun 2024, dan pada tahun 2025 mencapai 641. Bentuk yang paling sering muncul yaitu perundungan fisik sebesar 55,5%, lalu perundungan verbal sebesar 29,3%, dan perundungan psikologis sebesar 15,2%. Pada jenjang sekolah menengah pertama (SMP), kasus *bullying* menunjukkan angka yang cukup tinggi. Presentase kejadian *bullying* pada jenjang SMP dilaporkan mencapai 72,7% di Jakarta (Amin et al., 2024). Temuan tersebut sejalan dengan data Federasi Serikat Guru Indonesia (FGSI) yang dikutip oleh Sari & Wahidin (2025) yang menunjukkan bahwa pada sepanjang tahun 2024 kasus kekerasan di satuan Pendidikan terjadi di jenjang SMP/MTs dengan presentase 36%.

Tingginya angka kasus diatas terutama pada jenjang SMP, tidak lepas dari karakteristik perkembangan remaja awal. Masa remaja awal berlangsung saat berusia 13-16 tahun (Tasya Alifia Izzani et al., 2024). Pada periode ini, individu mengalami perubahan yang signifikan, secara fisik, kognitif, emosional, dan juga sosial sebagai bagian masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Atsari, 2025). Perubahan diatas sangat berpengaruh pada cara remaja memahami dirinya, megelola emosi, dan juga berinterkasi dengan lingkungan sosialnya.

Sejalan dengan perkembangan tersebut, interkasi sosial remaja juga ikut meluas, tidak lagi terbatas pada keluarga. Teman sebaya memiliki peran yang besar, karena pada masa inilah remaja akan belajar membangun hubungan sosial yang luas dan tentunya lebih mendalam (Ezra Addo Setiawan et al., 2024). Namun, berbagai perubahan dan tantangan yang muncul pada masa remaja ini, ditambah dorongan yang kuat untuk menunjukkan jati diri, membuat remaja rentan menghadapi persoalan dalam hubungan sosialnya (Dewi & Valentina, 2020). Kondisi tersebut menjadi salah satu konteks yang perlu diperhatikan dalam memahami munculnya perilaku *bullying* pada remaja.

Menurut Olweus (1993) seorang siswa dapat dikatakan menjadi korban *bullying* apabila terpapar secara berulang dan dalam kurun waktu tertentu terhadap tindakan negatif dari satu atau lebih siswa lain. Definisi ini menegaskan bahwa *bullying* tidak bisa disamakan dengan konflik biasa antarsiswa, melainkan tindakan yang berlangsung berulang kali dan melibatkan ketimpangan kekuatan (*power imbalance*) antara pelaku dengan korban, sehingga korban cenderung berada pada posisi sulit untuk membela diri. Olweus (1993) menjelaskan bahwa tiga unsur diatas, adanya niat menyakiti, sifatnya yang berulang, serta adanya ketimpangan kekuasaan yang menjadi pembeda antara *bullying* dengan konflik biasa yang dapat terjadi di antara dua individu yang kedudukannya sama. Ketiga karakteristik ini juga membuat dampak *bullying* jauh lebih berat dibandingkan pertengkaran sesaat, sebab korban harus menanggung tekanan psikologis yang berlangsung secara terus-menerus.

Salah satu aspek psikologis yang beraitan dengan keterlibatan remaja dalam *bullying* adalah regulasi emosi. Gross (2015) mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan individu untuk melakukan pemantauan, evaluasi, dan mengatur reaksi emosional yang dirasakan oleh dirinya. Regulasi emosi memiliki peran penting dalam mencegah munculnya perilaku kekerasan, sebab kemampuan ini berkaitan dengan bagaimana seseorang mengendalikan kemarahan, frustrasi, dan emosi negatif lainnya (Navas-Casado et al., 2023). Remaja dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah cenderung lebih sulit mengendalikan emosi negatifnya, sehingga lebih rentan melampiaskannya lewat tindakan yang menyakiti orang lain, termasuk perilaku *bullying*. Sebaliknya, remaja yang mampu meregulasi emosi dengan baik cenderung bisa mengendalikan perilakunya, menyelesaikan konflik dengan cara yang lebih adaptif, dan memiliki kecenderungan yang lebih rendah untuk terlibat dalam *bullying* (Uddin & Rahman, 2022).

Temuan ini turut diperkuat oleh penelitian Quintana-Orts et al. (2023), yang menunjukkan bahwa remaja dengan kemampuan menggunakan strategi regulasi emosi secara adaptif cenderung memiliki risiko lebih rendah untuk terlibat dalam perilaku *bullying*. Sebaliknya, penggunaan strategi regulasi emosi yang bersifat maladaptif seperti *rumination*, *catastrophizing*, *self-blame*, dan *avoidance*, justru berkaitan dengan meningkatnya kecenderungan seseorang untuk melakukan *bullying*. Hasil penelitian ini semakin menegaskan bahwa kemampuan meregulasi emosi merupakan salah satu faktor penting yang turut mempengaruhi kecenderungan remaja untuk terlibat dalam perilaku *bullying*. Temuan serupa juga diungkap oleh Georgiou et al.

(2021) melalui studi longitudinal yang melibatkan 444 remaja di Siprus. Hasil studi mereka menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi maladaptif, mencakup *self-blame*, *rumination*, *catastrophizing*, dan *other-blame*, memberikan efek langsung dan positif terhadap munculnya perilaku *bullying* maupun *victimization*, tanpa perlu dimediasi oleh faktor lain.

Meskipun regulasi emosi berperan penting dalam mengendalikan respon remaja terhadap situasi sosial, perilaku *bullying* tidak hanya soal kemampuan mengelola emosi. Dalam melakukan *bullying*, individu juga menjalani proses kognitif yang membuatnya mampu membenarkan atau melepaskan diri dari standar moral yang seharusnya mencegah perilaku tidak bermoral (Thornberg, 2023). Proses kognitif inilah yang dikenal sebagai *moral disengagement*.

Bandura (1999) menjelaskan bahwa *moral disengagement* adalah proses kognitif yang membuat individu menonaktifkan standar moral yang dimilikinya, sehingga seseorang dapat melakukan perilaku yang tidak sesuai dengan nilai moral tetapi tetap merasa dirinya sebagai orang yang baik. Melalui mekanisme tersebut, seseorang dapat meredam rasa bersalahnya, mengalihkan tanggung jawab ke pihak lain, meremehkan konsekuensi dari tindakan yang dilakukan, bahkan menyalahkan korban atas perlakuan yang diterimanya. Akibatnya, perilaku yang merugikan orang lain, termasuk *bullying*, menjadi jauh lebih mudah dilakukan, sebab tindakan tersebut sudah tidak lagi dipandang sebagai sesuatu yang salah.

Hubungan antara *moral disengagement* dan *bullying* didukung oleh sejumlah penelitian. Penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Bjärehed et al. (2021) terhadap 2.432 remaja awal di Swedia menemukan bahwa individu dengan tingkat *moral disengagement* yang lebih tinggi cenderung lebih besar kemungkinannya untuk melakukan *bullying verbal*, dibandingkan individu dengan tingkat *moral disengagement* yang rendah. Temuan ini turut diperkuat oleh penelitian Georgiou et al. (2022), yang menunjukkan bahwa *moral disengagement* merupakan salah satu prediktor yang signifikan terhadap munculnya perilaku *bullying* pada remaja. Temuan di atas menunjukkan bahwa *moral disengagement* menjadi salah satu faktor psikologis yang turut mendorong keterlibatan remaja dalam perilaku *bullying*. Bussey et al. (2024) juga menjelaskan bahwa dalam konteks *bullying*, pelaku umumnya memakai mekanisme *moral disengagement* untuk membenarkan tindakannya, mengalihkan tanggung jawab, meremehkan dampak pada korban, dan juga menyalahkan atau mendehumanisasi korban.

Jika dilihat, regulasi emosi dan *moral disengagement* menunjukkan dua aspek psikologis yang berbeda tapi dapat saling melengkapi dalam menjelaskan perilaku *bullying*. Regulasi emosi berkaitan dengan cara seseorang mengelola respon emosional dalam situasi sosial, sementara *moral disengagement* berkaitan dengan proses kognitif yang membuat seseorang bisa melepaskan tindakannya dari standar moral yang di yakini. Jadi, keterlibatan remaja dalam *bullying* tidak cukup dilihat dari kemampuan mengendalikan emosi saja, tapi juga dari bagaimana mereka menilai dan membenarkan tindakannya secara moral. Perspektif ini semakin relevan di masa remaja, karena kemampuan regulasi emosi, kontrol diri, dan penalaran moral masih berkembang, sementara pengaruh teman sebaya semakin kuat. Hubungan kedua aspek tersebut juga diteliti oleh Georgiou et al. (2021), yang menunjukkan bahwa regulasi emosi dapat dikaitkan dengan hubungan antara *moral disengagement* dan perilaku *bullying*.

Beberapa studi sebelumnya sudah melihat kaitan antara regulasi emosi dan *moral disengagement* dengan *bullying*, baik dikaji terpisah maupun digabung dalam satu penelitian. Masalahnya, temuan itu tersebar di banyak penelitian yang masing-masing punya karakteristik berbeda, mulai dari sampelnya, bentuk *bullying* yang diteliti, strategi regulasi emosi yang dipakai, sampai mekanisme *moral disengagement* yang jadi fokus penelitian. Kondisi ini menegaskan perlunya sebuah kajian yang mampu merangkum dan menyatukan temuan-temuan yang menyebar tersebut, agar pemahaman mengenai hubungan regulasi emosi dan *moral disengagement* dengan *bullying* pada remaja bisa lebih komprehensif.

Berangkat dari kebutuhan itu, penelitian ini memakai pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) untuk menelusuri dan mensintesis hasil-hasil penelitian yang membahas hubungan regulasi emosi dan *moral disengagement* dengan *bullying* pada remaja. Dengan menyatukan temuan-temuan terdahulu secara sistematis, kajian ini diharapkan mampu menghadirkan

gambaran yang lebih menyeluruh tentang pola hubungan kedua aspek tersebut dengan perilaku *bullying*. Selain itu, hasilnya juga diharapkan bisa dijadikan rujukan untuk penelitian berikutnya, sekaligus menjadi landasan dalam mengembangkan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, terutama untuk upaya meningkatkan kemampuan regulasi emosi dan penurunan *moral disengagement* dalam menangani bullying di kalangan remaja.

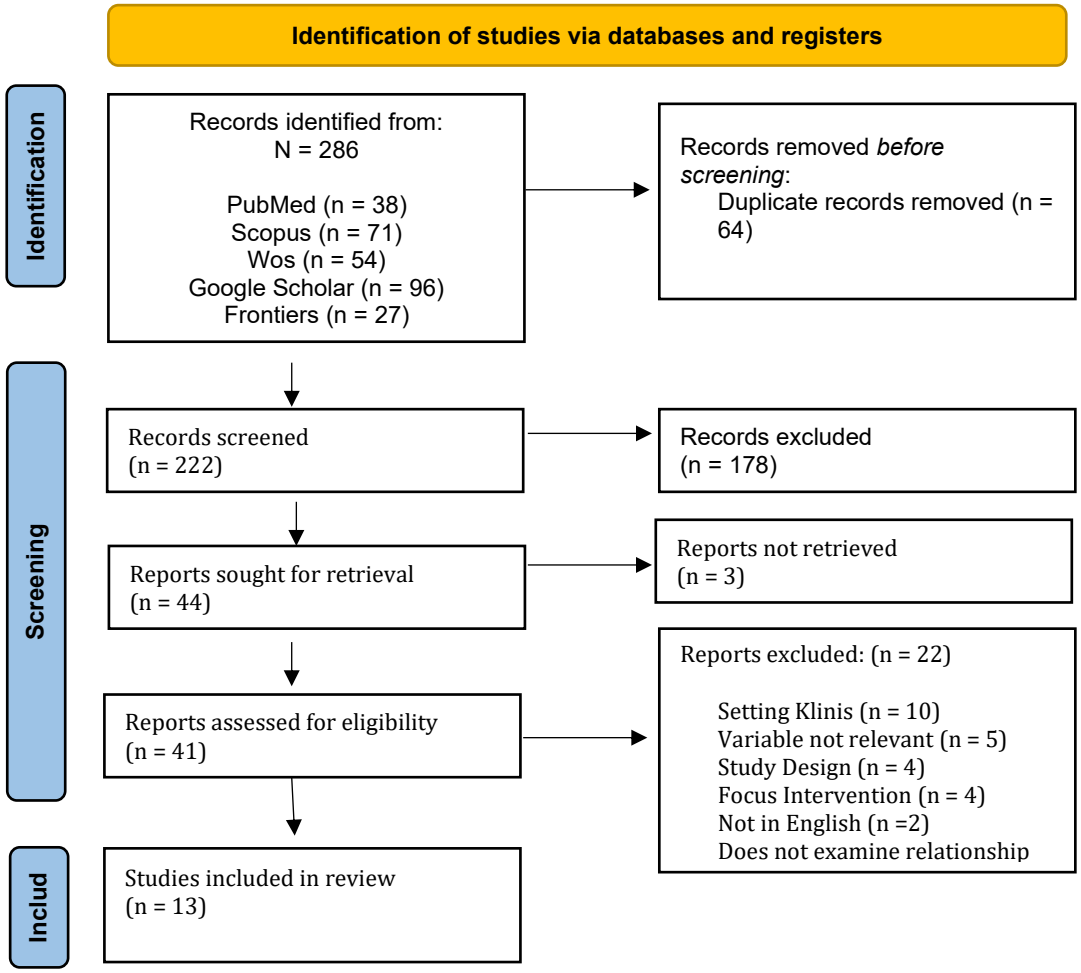
METODE PENELITIAN

Penelitian ini disusun dengan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) yang merujuk pada pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Pendekatan ini dipilih untuk mengidentifikasi, menyaring, dan mensintesis temuan dari berbagai penelitian yang relevan dengan hubungan regulasi emosi dan *moral disengagement* dengan perilaku *bullying* pada remaja. Literatur dalam penelitian ini dikumpulkan melalui beberapa basis data, yaitu PubMed, *Web of Science* (WoS), Frontiers, Google Scholar, dan Scopus. Kata kunci yang digunakan dalam proses pencarian meliputi "*emotion regulation*", "*moral disengagement*", "*bullying*", "*adolescents*", serta kombinasi kata kunci "*emotion regulation AND bullying*", "*moral disengagement AND bullying*", dan "*emotion regulation AND moral disengagement AND bullying*". Artikel dimasukkan ke dalam review apabila memenuhi kriteria berikut: (1) merupakan artikel penelitian empiris (2) subjek penelitian merupakan remaja atau siswa (3) penelitian membahas regulasi emosi, *moral disengagement*, dan perilaku *bullying* (4) menggunakan desain penelitian kuantitatif dan (5) diterbitkan dalam jurnal *peer-reviewed* berbahasa Inggris. Artikel dieksklusi apabila penelitian melibatkan populasi klinis, seperti remaja dengan diagnosis gangguan psikologis atau gangguan perilaku tertentu, berfokus pada intervensi tanpa mengkaji hubungan atau faktor psikologis yang berkaitan dengan *bullying*, menggunakan desain penelitian kualitatif, serta tidak sesuai dengan fokus dan tujuan penelitian.

Setelah atikel yang terduplikasi dihapus, judul dan abstrak dari artikel yang tersisa disaring untuk melihat kesesuaian dengan fokus penelitian. Artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian atau tidak memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, meliputi kesesuain populasi, varibel yang diteliti, desain penelitian, bahasa publikasi, serta relevansi dengan hubungan regulasi emosi dan *moral disengagement* dengan perilaku *bullying* pada remaja.

Berdasarkan proses pencarian awal, diperoleh sebanyak 286 artikel. Setelah 64 artikel duplikat dihapus, sebanyak 222 artikel dilanjutkan ke tahap *screening* berdasarkan judul dan abstrak. Pada tahap proses *screening*, 178 artikel dihapus karena isinya tidak sejalan dengan fokus dan kriteria yang ditetapkan dalam penelitian. Selanjutnya, peneliti mencoba menelurusi 44 artikel dalam bentuk *full-text*, namun 3 diantaranya tidak berhasil ditemukan, sehingga hanya 41 artikel yang lanjut ke tahap penilaian kelayakan. Pada tahap ini, sebanyak 22 artikel kembali dihapus karena belum memenuhi kriteria inklusi yang sudah
ditentukan. Hasil akhirnya terdapat 13 artikel yang berhasil melewati seluruh tahapan seleksi dan layak dimasukkan kedalam *Systematic Literature Review* (SLR) ini.

Keseluruhan alur seleksi tersebut digambarkan melalui diagram PRISMA 2020, yang menyajikan secara jelas setiap tahapan mulai dari identifikasi, penyaringan, penilaian kelayakan, hingga insklusi artikel dalam penelitian ini.



Gambar 1. Diagram PRISMA Proses Seleksi Studi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan kajian terhadap 13 artikel, ditemukan adanya variasi mengenai regulasi emosi, *moral disengagement*, dan *bullying* pada remaja. Untuk memudahkan pembaca melihat karakteristik masing-masing penelitian sekaligus temuan utama dari tiap penelitian, hasil identifikasi dan analisis dirangkum dalam Tabel 1 berikut.

No	Peneliti & Tahun	Populasi/ Sampel	Variabel	Motode/ Desain	Hasil Utama
1.	(Arató et al., 2022)	1.105 siswa	*Family functioning, social support, emotion regulation difficulties, cyberbullying*	Analisis korelasi dan *Structural Equation Modeling* (SEM)	Kesulitan regulasi emosi berhubungan positif dengan keterlibatan *cyberbullying*. *social support* dan kualitas hubungan keluarga menjadi faktor pendukung
2.	(Jiang et al., 2022)	491 remaja di China	*Normative Beliefs, moral*	Korelasi, SEM, *moderated mediation*	*Moral disengagement* memediasi

No	Peneliti & Tahun	Populasi/ Sampel	Variabel	Motode/ Desain	Hasil Utama
			disengagement, *self-control, bullying*		hubungan *normative belief* dan perilaku *bullying*. Kontrol diri sebagai faktor yang mengurangi hubungan diatas melalui efek moderasi.
3.	(Bäker et al., 2023)	201 siswa	*Peer relationship, emotion regulation strategies, bullying*	Path analisis dan analisis korelasi	Regulasi emosi yang buruk berhubungan positif dengan *bullying*
4.	(Georgiou et al., 2021)	444 remaja di Siprus	*Maladaptive/ Adaptive emotion regulation, bullying, victimization*	Longitudinal, SEM dan *mediation analysis*	Strategi regulasi emosi maladaptif berpengaruh positif langsung pada peningkatan *bullying*.
5.	(Georgiou et al., 2022)	512 remaja	*Moral disengagement, emotion regulation, bullying*	Longitudinal SEM, *Moderation analysis*, dan multi-group *analysis*	*Moral disengagement* adalah prediktor terkuat *bullying.* Regulasi emosi maladaptif mendukung hubungan pada kelompok remaja perempuan.
6.	(Thornberg et al., 2023)	1.053 siswa	*Moral disengagement, school bullying*	Longitudinal	*Moral disengagement*, khususnya mekanisme *cognitive restructuring* berhubungan dengan *bullying*.
7.	(Falla et al., 2021)	1.810 siswa	*Moral disengagement*, *aggressive behavior, bullying*	Longitudinal, korelasi, *mediation analysis*	Empati yang rendah berhubungan dengan agresi dalam *bullying* melalui *moral disengagement*
8.	(Romera et al., 2021)	3.017 remaja	*Need for Popularity, moral disengagement, bullying*	*Cross-lagged modelling* dan Longitudinal	*Need for Popularity* berhubungan dengan *moral disengagement* dan *bullying*. Perilaku melakukan *bullying* diprediksi oleh

No	Peneliti & Tahun	Populasi/ Sampel	Variabel	Motode/ Desain	Hasil Utama
					moral disengagement
9.	(Wang et al., 2023)	1.528 siswa	*Social Competition, moral disengagement, bullying*	Korelasi dan *mediation*	*Moral disengagement* memediasi hubungan *social competition* dan *bullying*
10.	(Bjärehed et al., 2021)	2.432 Siswa Swedia	*Moral disengagement, verbal bullying*	Longitudinal *Growth analysis*	Remaja dengan tingkat *moral disengagement* yang tinggi secara konsisten melakukan *bullying* dalam jangka panjang.
11.	(Montero-Carretero et al., 2021)	629 siswa	*School climate, victimization, moral disengagement, bullying, emphaty*	SEM	*Moral disengagement* berperan dalam menjelaskan *bullying perpetration*.
12.	(Quintana-Orts et al., 2023)	841 remaja	*Emotion regulation strategies, cyberbullying, cybervictimization*	Analisis prospektif dan *hierarchical regression*	Strategi regulasi emosi maladaptif (*blaming* others) meningkatkan risiko terlibat dalam *cyberbullying.*
13.	(Ribeiro et al., 2026)	416 remaja	*Parenting styles, emotion regulation, bullying*	SEM, analisis korelasi, T-test	Pola asuh otoriter berkaitan dengan *bullying* dan kesultan regulasi emosi

Analisis kuantitatif dalam penelitian ini berfokus pada kekuatan dan arah hubungan antara tiga variabel utama, yaitu regulasi emosi, *moral disengagement*, dan *bullying*. Dari 13 artikel yang dianalisis, sebagian besar menggunakan analisis korelasi, regresi, *Structural Equation Modeling* (SEM), serta analisis mediasi dan moderasi untuk mengukur hubungan antar variabel. Banyaknya metode menunjukkan bahwa penelitian terdahulu bukan sekedar membuktikan ada atau tidaknya hubungan antarvariabel, tapi juga melihat arah hubungan dan bagaimana variabel berperan sebagai mediator atau moderator. Secara kesuluruhan, temuan di atas menunjukkan bahwa regulasi emosi yang maladaptif berkaitan meningkatkan perilaku *bullying*, sementara *moral disengagement* justru berhubungan positif dengan *bullying*.

Sebanyak enam dari 13 artikel yang dianalisis membahas regulasi emosi dan kaitannya dengan perilaku *bullying* pada remaja. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang kesulitan dalam mengelola emosinya atau cenderung menggunakan strategi regulasi emosi yang maladaptif cenderung memiliki keterlibatan yang lebih tinggi dalam perilaku *bullying*, termasuk *cyberbullying* (Georgiou et al., 2021; Quintana-Orts et al., 2023). Sebaliknya, kemampuan mengelola dan merespons emosi secara adaptif cenderung berkaitan dengan keterlibatan yang lebih rendah dalam perilaku *bullying*. Beberapa penelitian juga menunjukkan

bahwa kondisi lingkungan dapat ikut berhubungan dengan regulasi emosi dan *bullying*. Remaja yang memiliki kesulitan regulasi emosi rendah serta berada dalam lingkungan yang suportif cenderung menunjukkan keterlibatan yang lebih rendah dalam *bullying* (Arató et al., 2022; Bäker et al., 2023; Ribeiro et al., 2026). Georgiou et al. (2021) menemukan bahwa regulasi emosi maladaptif berpengaruh positif secara langsung terhadap *bullying*, sedangkan regulasi emosi adaptif tidak menunjukkan pengaruh langsung. Model awal menjelaskan 26% varians *bullying*, kemudian meningkat menjadi 31% setelah masalah internalisasi dan eksternalisasi dimasukkan sebagai mediator. Hasil yang sejalan juga ditemukan oleh Quintana-Orts et al. (2023) menunjukkan strategi *cognitive emotion regulation* berupa *blaming others* secara prospektif memprediksi *cyberbullying* (β = 0,07; p = 0,046). Kedua penelitian ini sama memperlihatkan bahwa cara remaja menghadapi dan mengelola emosi yang maladaptif berkaitan dengan kecenderungan yang besar untuk terlibat dalam *bullying* maupun *cyberbullying*.

Lebih lanjut, Arató et al. (2022) pada model regresi 5, dimensi *impulse* dalam kesulitan regulasi emosi berhubungan positif dengan perilaku *cyberbullying perpetration* (β = 0,10; p < 0,01). Hubungan positif juga ditemukan pada dimensi *clarity* (β = 0,09; p < 0,05). Dengan demikian, remaja yang sulit menahan dorongan ketika emosi dan kurang mampu memahami apa yang sedang dirasakannya akan lebih berisiko terlibat dalam *cyberbullying*.

Selain hubungan langsung, Bäker et al. (2023) menemukan bahwa *dysfunctional emotion regulation* berkaitan dengan *bullying perpetration* (β = 0,28; p < 0,001) dan juga menjadi mediator dalam hubungan antara *peer alienation* dengan *bullying perpetration* (β = 0,10; p < 0,001). Sementara itu, Ribeiro et al. (2026) menemukan bahwa kesulitan regulasi emosi berkaitan dengan agresi dan viktimisasi serta berperan sebagai mediator dalam hubungan antara pola asuh dan *bullying*. Dari kedua penelitian tersebut terlihat bahwa regulasi emosi bukan hanya berkaitan langsung dengan *bullying*, tetapi juga dapat menjelaskan bagaimana pengalaman dalam lingkungan sosial berhubungan dengan keterlibatan remaja dalam *bullying*.

Secara keseluruhan, lima penelitian tersebut menunjukkan bahwa regulasi emosi berkaitan dengan keterlibatan remaja dalam *bullying*, baik secara langsung maupun melalui hubungannya dengan faktor lain, seperti pola asuh, masalah internalisasi dan eksternalisasi, serta hubungan dengan teman sebaya. Berbeda dengan regulasi emosi, *moral disengagement* dibahas dalam 8 dari 13 artikel yang dianalisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *moral disengagement* berkaitan dengan keterlibatan remaja yang lebih tinggi dalam perilaku *bullying*, baik sebagai prediktor langsung maupun melalui perannya sebagai mediator atau moderator.

Beberapa penelitian menemukan adanya hubungan positif antara *moral disengagement* dan *bullying*. Montero-Carretero et al. (2021) menunjukkan bahwa *moral disengagement* berhubungan positif dengan *bullying perpetration* (β = 0,26; p < 0,01). Bjärehed et al. (2021) juga menemukan bahwa peningkatan *moral disengagement* berkaitan dengan meningkatnya *verbal bullying* (b = 0,21; p < 0,001). Sementara itu, Thornberg et al. (2023) menemukan bahwa mekanisme *moral disengagement*, terutama *cognitive restructuring*, memiliki hubungan positif dengan *bullying*. Ketiga penelitian tersebut sama-sama menunjukkan hubungan positif antara *moral disengagement* dan keterlibatan dalam *bullying*.

Selain berhubungan langsung, beberapa penelitian juga menemukan *moral disengagement* juga terlibat dalam hubungan antara faktor lain dan *bullying*. Jiang et al. (2022) menemukan bahwa *moral disengagement* memediasi hubungan antara *normative beliefs about aggression* dan *bullying* (ab = 0,13; 95% CI [0,07–0,21]), sedangkan *self-control* memoderasi hubungan antara *moral disengagement* dan *bullying* (β = −0,09; p < 0,05). Temuan yang hampir sama diperoleh oleh Wang et al. (2023) yang menunjukkan bahwa *moral disengagement* menjadi mediator antara *perceived social competition* dan *school bullying* (*indirect effect* = 0,021; 95% CI [0,009–0,039]). Kedua penelitian ini menunjukkan bahwa *moral disengagement* berperan dalam hubungan antara faktor kognitif maupun kondisi sosial dengan *bullying*.

Berbeda dengan temuan tersebut, Romera et al. (2021) menemukan hasil yang lebih kompleks melalui penelitian longitudinal. *Moral disengagement* memang memprediksi peningkatan *bullying perpetration* dalam analisis *cross-lagged panel* model. Namun, hubungan

tersebut tidak lagi signifikan setelah perbedaan antarindividu dikontrol menggunakan *random intercept cross-lagged panel* model. Artinya, hubungan antara *moral disengagement* dan *bullying* mungkin juga perlu dipengaruhi oleh karakteristik yang berbeda pada setiap remaja.

Falla et al. (2021) juga menunjukkan bahwa keterlibatan dalam *bullying* berkaitan dengan mekanismen *moral disengagement*, yaitu *cognitive restructuring* (β = 0,30), *minimization of responsibility* (β = 0,15), *distortion of consequences* (β = 0,23), dan *dehumanization* (β = 0,27; p < 0,01). Temuan tersebut menunjukkan bahwa remaja yang terlibat *bullying* dapat menggunakan berbagai cara untuk mengurangi rasa bersalah atau membenarkan tindakan yang dilakukannya terhadap orang lain.

Penelitian yang mengkaji regulasi emosi dan *moral disengagement* secara bersamaan dalam hubungannya dengan *bullying* masih terbatas. Georgiou et al. (2022) menunjukkan bahwa *moral disengagement* tetap menjadi prediktor *bullying* setelah keterlibatan *bullying* sebelumnya diperhitungkan. Namun, ketika seluruh responden dianalisis secara bersama-sama, regulasi emosi tidak menunjukkan efek moderasi pada hubungan antara *moral disengagement* dan *bullying*.

Ketika analisis dilakukan berdasarkan gender, hasil yang berbeda ditemukan pada remaja perempuan. Regulasi emosi maladaptif memoderasi hubungan antara *moral disengagement* dan *bullying*. Pada tingkat regulasi emosi maladaptif yang tinggi, hubungan tersebut signifikan (β = 0,32; p < 0,05), sedangkan pada tingkat yang rendah hubungan tersebut tidak signifikan (β = 0,10; p = 0,26). Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan antara *moral disengagement* dan *bullying* lebih kuat pada remaja perempuan yang menggunakan strategi regulasi emosi maladaptif lebih tinggi. Dengan demikian, penelitian Georgiou et al. (2022) menunjukkan bahwa peran regulasi emosi dalam hubungan *moral disengagement* dan *bullying* tidak berlaku pada seluruh responden. Efek moderasi hanya ditemukan pada remaja perempuan dengan tingkat regulasi emosi maladaptif yang tinggi.

Hubungan antara regulasi emosi dan *moral disengagement* juga didukung oleh W. Sun & Zheng (2023) mendapatkan bahwa regulasi emosi berhubungan negatif dengan *moral disengagement* pada remaja. Studi tersebut dilakukan pada 137 remaja pelaku kenalalan di Hebei, Tiongkok, dan secara spesifik menunjukkan bahwa empati memediasi hubungan regulasi emosi dan *moral disengagement* secara parsial, meskipun besara koefisien mediasi tidak tercantum secara eksplisit. Temuan ini tetap menegaskan bahwa individu dengan kemampuan regulasi yang baik mampu mengelola emosinya cenderung mampu mempertahankan standar moral yang dimilikinya. Sebaliknya, individu yang sulit mengatur emosinya lebih rentan menggunakan *moral disengagement* untuk membenarkan perilaku yang tidak sesuai dengan norma.

W. Sun & Zheng (2023) juga menjelaskan bahwa empati berhubungan positif dengan regulasi emosi dan berhubungan negatif dengan *moral disengagement*, serta memediasi secara parsial hubungan antara regulasi emosi dengan *moral disengagement*. Hal tersebut menunjukkan bahwa inividu yang mampu meregulasi emosinya dengan baik cenderung lebih mampu memahami perasaan orang lain, sehingga mengurangi kecenderungan untuk melepaskan standar moralnya.

Disisi lain, Luo & Bussey (2023) menemukan hubungan positif antara *emotion dysregulation* dan *moral disengagement* (r = 0,15; 95% CI [0,08–0,22]). Luo & Bussey (2023) juga menjelaskan bahwa disregulasi emosi berkaitan dengan rendahnya *self-monitoring*. Individu dengan *self-monitoring* yang rendah meningkatkan kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku yang tidak sesuai dengan norma. Maka dari itu, individu dengan regulasi emosi yang rendah lebih rentan melepaskan standar moral yang dimilikinya. Beberapa penelitian diatas menunjukkan bahwa regulasi emosi bukan hanya menurunkan atau meningkatkan *bullying*, tetapi juga membantu mencegah *moral disengagement* yang dapat digunakan untuk melakun perilaku yang tidak sesuai dengan norma terutama agresivitas.

Jika dilihat dari kedua penelitian tersebut, regulasi emosi tampaknya memiliki kaitan dengan *moral disengagement*. Kemampuan yang lebih baik dalam mengelola emosi cenderung

berkaitan dengan rendahnya kecenderungan individu untuk mengabaikan atau melepaskan pertimbangan moral terhadap perilakunya.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, hasil SLR menunjukkan bahwa regulasi emosi dan *moral disengagement* merupakan dua faktor psikologis yang berkaitan dengan keterlibatan remaja dalam perilaku *bullying*. Regulasi emosi yang maladaptif cenderung berkaitan dengan meningkatnya *bullying* dan *cyberbullying*, baik secara langsung maupun melalui faktor sosial. Sementara itu, *moral disengagement* secara konsisten berkaitan dengan *bullying* dan dapat berperan sebagai prediktor maupun mediator dalam hubungan dengan faktor lain. Namun, penelitian yang menguji kedua variabel secara bersamaan masih terbatas. Georgiou et al. (2022) menunjukkan bahwa hubungan *moral disengagement* dan *bullying* dapat diperkuat oleh regulasi emosi maladaptif pada remaja perempuan. Dengan demikian, keterlibatan remaja dalam *bullying* perlu dipahami tidak hanya dari kemampuan mengelola emosi, tetapi juga dari proses kognitif dalam membenarkan perilaku, serta interaksi keduanya dalam konteks tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

Amin, A. N., Supartini, Y., Tambunan, E. S., Sulastri, T., Ningsih, R., & Hapsari, D. C. (2024). Analysis of Factors That Influence Bullying Behavior in Adolescents in Public Middle School in East Jakarta Region. *Jkep*, *9*(2), 282–293. https://doi.org/10.32668/jkep.v9i2.1678

Arató, N., Zsidó, A. N., Rivnyák, A., Péley, B., & Lábadi, B. (2022). Risk and Protective Factors in Cyberbullying: the Role of Family, Social Support and Emotion Regulation. *International Journal of Bullying Prevention*, *4*(2), 160–173. https://doi.org/10.1007/s42380-021-00097-4

Atsari, A. R. Al. (2025). Dinamika Perkembangan Remaja Menelusuri Jalan Perkembangan. *Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, *2*(2), 220–229.

Bäker, N., Wilke, J., Eilts, J., & von Düring, U. (2023). Understanding the Complexities of Adolescent Bullying: The Interplay between Peer Relationships, Emotion Regulation, and Victimization. *New Directions for Child and Adolescent Development*, *2023*. https://doi.org/10.1155/2023/9916294

Bjärehed, M., Thornberg, R., Wänström, L., & Gini, G. (2021). Moral disengagement and verbal bullying in early adolescence: A three-year longitudinal study. *Journal of School Psychology*, *84*(December 2019), 63–73. https://doi.org/10.1016/j.jsp.2020.08.006

Bussey, K., Luo, A., & Jackson, E. (2024). The role of moral disengagement in youth bullying behaviour. *International Journal of Psychology*, *59*(6), 1254–1262. https://doi.org/10.1002/ijop.13254

Dewi, C. I. A. L., & Tience Debora Valentina. (2020). Posttraumatic growth among adolescents victims of bullying. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, *15*(1), 13–25. https://doi.org/10.32734/psikologia.v15i1.4342

Ezra Addo Setiawan, Anniez Rachmawati Musslifah, & Dhian Riskiana Putri. (2024). Hubungan Konformitas Teman Sebaya dan Perilaku Bullying Pada Remaja Akhir. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, *2*(4), 157–166. https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.664

Falla, D., Romera, E. M., & Ortega-Ruiz, R. (2021). Aggression, Moral Disengagement and Empathy. A Longitudinal Study Within the Interpersonal Dynamics of Bullying. *Frontiers in Psychology*, *12*(September), 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.703468

Georgiou, S. N., Charalambous, K., & Stavrinides, P. (2021). The mediating effects of adolescents' internalizing and externalizing problems on the relationship between emotion regulation, mindfulness and bullying/victimization at school. *School Psychology International*, 1–20. https://doi.org/10.1177/01430343211035420

Georgiou, S. N., Charalampous, K., & Stavrinides, P. (2022). Moral disengagement and bullying at school: Is there a gender issue? *International Journal of School and Educational Psychology*, *10*(3), 395–407. https://doi.org/10.1080/21683603.2020.1859421

Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, *26*(1), 1–26. https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781

Jiang, H., Liang, H., Zhou, H., & Zhang, B. (2022). Relationships Among Normative Beliefs About Aggression, Moral Disengagement, Self-Control and Bullying in Adolescents: A Moderated Mediation Model. *Psychology Research and Behavior Management*, *15*, 183–192. https://doi.org/10.2147/PRBM.S346658

Luo, A., & Bussey, K. (2023). Moral disengagement in youth: A meta-analytic review. *Developmental Review*, *70*(April), 101101. https://doi.org/10.1016/j.dr.2023.101101

Montero-Carretero, C., Pastor, D., Santos-Rosa, F. J., & Cervelló, E. (2021). School Climate, Moral Disengagement and, Empathy as Predictors of Bullying in Adolescents. *Frontiers in Psychology*, *12*(May), 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.656775

Navas-Casado, M. L., García-Sancho, E., & Salguero, J. M. (2023). Associations between maladaptive and adaptive emotion regulation strategies and aggressive behavior: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, *71*(July 2022). https://doi.org/10.1016/j.avb.2023.101845

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do.* Blackwell Publishing.

Quintana-Orts, C., Mérida-López, S., Rey, L., Chamizo-Nieto, M. T., & Extremera, N. (2023). Understanding the Role of Emotion Regulation Strategies in Cybervictimization and Cyberaggression over Time: It Is Basically Your Fault! *Cyberpsychology*, *17*(2). https://doi.org/10.5817/CP2023-2-1

Ribeiro, B., Costa, M., Pinheiro Mota, C., & Relva, I. C. (2026). The Role of Parenting Styles and Emotional Regulation on Adolescents' Bullying Behaviors. *Marriage and Family Review*, *0*(0), 1–31. https://doi.org/10.1080/01494929.2026.2672027

Romera, E. M., Ortega-Ruiz, R., Runions, K., & Camacho, A. (2021). Bullying Perpetration, Moral Disengagement and Need for Popularity: Examining Reciprocal Associations in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, *50*(10), 2021–2035. https://doi.org/10.1007/s10964-021-01482-4

Sari, R., & Wahidin, D. (2025). Peran Guru Pendidikan Pancasila dalam Pencegahan Tindakan Bullying di MTS Al-Mursyidiyyah Pamulang Kota Tangerang Selatan. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, *5*(3), 1556–1563. https://doi.org/10.37481/jmh.v5i3.1657

Sekretariat Nasional JPPI. (2025). Hasil Pemantauan JPPI 2025, Kekerasan di Satuan Pendidikan: Temuan dan Tantangan Perlindungan Anak. *New Indonesia*, 1–12. https://share.google/pGEsirwPA2S2lbNFB

Staub, E. (1999). Personality and Social Psychology Review Moral Disengagement in the Perpetration of Inhumanities. *Personality and Social Psychology Review*, *3*(3), 179–192. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0303

Sun, W., & Zheng, Z. (2023). An Empirical Study of Emotional Regulation and Moral Disengagement among Juvenile Delinquents in Hebei, China—The Mediating Effect of Empathy. *Journal of Contemporary Social Sciences and Humanities*, *10*(2), 37–50.

Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria, & Linda Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, *3*(2), 259–273. https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578

Thornberg, R. (2023). Longitudinal link between moral disengagement and bullying among children and adolescents: A systematic review. *European Journal of Developmental Psychology*, *20*(6), 1099–1129. https://doi.org/10.1080/17405629.2023.2191945

Thornberg, R., Bjereld, Y., & Caravita, S. C. (2023). Moral disengagement and bullying: Sex and age trends among Swedish students. *Cogent Education*, *10*(1). https://doi.org/10.1080/2331186X.2023.2203604

Uddin, M. K., & Rahman, J. (2022). Cyber Victimization and Cyber Aggression among High School Students: Emotion Regulation as a Moderator. *Cyberpsychology*, *16*(2). https://doi.org/10.5817/CP2022-2-4

Wang, S., Lambe, L., Huang, Y., Liu, X., Craig, W., & Zhang, L. (2023). Perceived social competition and school bullying among adolescents: The mediating role of moral disengagement. *Current*

Psychology, *42*(28), 24554–24563. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03515-y

BIODATA PENULIS KORESPONDEN



Kezia Mutiara Syahla, lahir dan menempuh studi magister pada Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta. Penulis memiliki minat kajian pada regulasi emosi, moral disengagement, dan bullying pada remaja SMP. Nomor HP atau WA, 085601101970