

## HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI SISWA DENGAN KECENDERUNGAN BERPERILAKU BULLYING

Jane Gresia Akollo  
Institut Agama Kristen Negeri Ambon

### *Abstract*

High self-control is considered good for controlling behavior in order to avoid hurtful behavior, namely bullying. The research objective was to determine the relationship between self-control and the tendency to bully behavior. The research subjects were 129 class XI students. The research sample was determined by cluster sampling method and the data analysis technique used was product moment correlation analysis. The results of the product moment correlation test show that the value of  $r = -0.308$  and  $p = 0.002$  ( $p < 0.05$ ) means that the self-control variable has a negative and significant relationship to the tendency to bully students. The value of  $r = -0.308$ , when squared ( $r^2$ ) becomes 0.095. The coefficient of determination ( $r^2$ ) of 0.095 means that self-control contributes effectively to the tendency of bullying behavior by 9.5% while the remaining 90.5% is influenced by other variables.

**Keywords :** *Self Control, Bullying Behavior*

### PENDAHULUAN

Sekolah adalah lingkungan belajar yang dikelola secara sadar untuk melangsungkan proses belajar mengajar dalam rangka membentuk generasi cerdas dengan mutu karakter yang baik. Sebagai lingkungan belajar, sekolah diharapkan dapat menjadi sarana bagi siswa mengembangkan potensi diri baik secara kognitif, sosial, seni, agama tetapi juga moral sehingga proses dari pembelajaran di sekolah tidak sekedar mengoptimalkan pada satu sisi saja tetapi seluruh aspek pengembangan diri siswa dimaksimalkan agar dapat menghasilkan serta mempersiapkan siswa dengan kualitas moral yang baik, berintelektual serta berkecakupan. Harapan ini tercapai jika didukung dengan lingkungan sekolah yang aman dan menyenangkan bagi siswa dalam pencapaian tersebut. Murray-Harvey & Slee menjelaskan bahwa adalah penting sekolah harus menyediakan

lingkungan yang memungkinkan siswa untuk berkembang dan mencapai hasil belajar yang tidak hanya secara akademis tetapi dalam segala hal secara keseluruhan yang berhubungan dengan kesejahteraan siswa<sup>1</sup>. Namun pada kenyataannya bahwa peluang ini sering terhambat oleh berbagai hal yang terjadi di kalangan siswa, salah satunya adalah perilaku *bullying*.

*Bullying* semakin sering ditemui melalui informasi media cetak, *online* atau bahkan di lingkungan sekitar kita. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melaporkan dalam Catatan Pelanggaran Hak Anak Tahun 2021 dan Proyeksi Pengawasan Penyelenggaraan Perlindungan Anak Tahun 2022 bahwa kasus pada kluster perlindungan khusus anak di tahun 2021 terdapat enam kasus dengan tingkatan tertinggi, antara lain kasus dalam bentuk kekerasan fisik dan psikis sebanyak 1.138 kasus. Anak korban penganiayaan sejumlah 574 kasus dan anak sebagai korban kekerasan psikis berjumlah 515 kasus. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pelaku yang melakukan kekerasan baik fisik ataupun psikis kepada korban lebih banyak merupakan lingkungan terdekat korban yang cukup dikenalnya seperti teman korban, tetangga, kenalan, orangtua, pendidik dan tenaga kependidikan sedangkan kasus dengan posisi anak sebagai korban kekerasan baik fisik atau psikis dilatarbelakangi beragam faktor, seperti adanya pengaruh teknologi, permisifitas lingkungan sosial-budaya, kualitas pengasuhan orang tua yang rendah, ekonomi keluarga yang lemah, tingkat pengangguran yang tinggi, serta keberadaan wilayah tempat tinggal yang tidak menghargai keberadaan anak<sup>2</sup>.

Perilaku *bullying* dapat terjadi dimana dan kapan saja, seperti di lingkungan sosial, lingkungan keluarga, di internet (*cyberbullying*), termasuk di lingkungan sekolah. Perilaku *bullying* dapat dilakukan secara mandiri ataupun berkelompok sehingga kecenderungan untuk berperilaku *bullying* di sekolah biasanya dilakukan kepada sesama teman kelas, siswa yang merasa kuat kepada teman yang dianggapnya memiliki kelemahan, tingkatan kelas yakni senior

<sup>1</sup> Capel, M.C. Sustainability of bullying-free educational institutions in asia and the role of teachers. *Journal of Asian and African Studies* 48 (4) 484 – 505, 2013.

<sup>2</sup> <https://www.kpai.go.id/publikasi/catatan-pelanggaran-hak-anak-tahun-2021-dan-proyeksi-pengawasan-penyelenggaraan-perlindungan-anak-tahun-2022>. Diakses 9 September 2022.

kepada junior ataupun sekelompok siswa yang merasa kuat kepada sekelompok siswa atau seseorang siswa yang dipandang lemah dan juga dapat terjadi kepada seorang guru terhadap siswanya. Menurut kamus besar Bahasa Indonesia kata kecenderungan memiliki arti kata yaitu kesudian, keinginan (kesukaan)<sup>3</sup>. Sehingga dapat diartikan bahwa kecenderungan berperilaku *bullying* adalah adanya keinginan atau niat dari seseorang untuk melakukan tindakan *bullying*.

Olweus menjelaskan bahwa *bullying* merupakan serangan yang dilakukan baik secara fisik, verbal atau psikologis serta intimidasi yang memberi dampak berupa rasa takut, stres, ataupun membahayakan dan merugikan korban<sup>4</sup>. Selanjutnya Carney & Merrel mendefinisikan *bullying* sebagai suatu perilaku agresif yang ditujukan untuk menyakiti orang lain dan dilakukan secara berulang-ulang oleh seseorang atau sekelompok orang yang memiliki kekuatan lebih besar jika dibandingkan dengan korbannya<sup>5</sup>. Jadi *bullying* merupakan tindakan menyakiti dalam bentuk fisik, verbal dan psikologis serta intimidasi yang ditujukan kepada seseorang. Dalam perilaku *bullying* terdapat ketidakseimbangan kekuatan yang dimiliki antara korban dan pelaku dan terjadi secara berulang dalam jangka waktu yang lama.

Apapun alasan yang melatarbelakangi *bullying* itu terjadi, namun perilaku *bullying* tidak dapat ditoleransi apalagi jika terjadinya dalam lingkungan sekolah. Hal ini disebabkan oleh dampak yang ditimbulkan bukan hanya secara fisik tetapi juga psikis yang pastinya memberi pengaruh terhadap prestasi belajar di sekolah bahkan perkembangan mental bagi pihak yang terlibat didalamnya. Ini menunjukkan bahwa perilaku *bullying* bukanlah hal sepele melainkan wajib mendapat perhatian dan tindakan khusus dari pihak sekolah ataupun orangtua

---

<sup>3</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus besar bahasa Indonesia edisi 4*. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008).

<sup>4</sup> Olweus, D, *Social problems in school*. Dalam Slater, A., & Bremner, J.G. (ED). *Introduction to developmental psychology*.(USA:Blackwell Publishing Ltd, 2003).

<sup>5</sup> Carney, A.G & Merrel, K.W, *Bullying in schools: perspective on understanding and preventing an international problem*. *School Psychology International*, 22, 364-382, 2001

mengingat bahwa dampak yang dirasakan oleh korban ataupun pelaku dari tindakan ini dapat dirasakan hingga dewasa.

Borba Michele menjelaskan bahwa perilaku *bullying* lebih intens dan lebih sering di usia lebih muda daripada di usia lanjut dan selalu melibatkan ketidakseimbangan kekuatan sehingga korban tidak dapat mempertahankan miliknya sendiri. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pelaku menyerang korban, baik secara verbal (memberi komentar yang merugikan atau menyebarkan rumor, berkata yang tidak sopan), secara fisik (memukul, menampar), secara emosional (mengucilkan, menghina, mengancam, memperlakukan secara semena-mena), secara elektronik (melalui handphone, SMS, situs web, media sosial)<sup>6</sup>. Sedangkan menurut Sejiwa praktek-praktek *bullying* terbagi dalam beberapa bentuk, antara lain (1) *bullying* fisik yaitu jenis *bullying* yang dapat dilihat secara langsung oleh orang lain sebab terjadi melalui sentuhan fisik antara pelaku *bullying* dan korbannya, misalnya: menampar; (2) *bullying* verbal yaitu *bullying* non fisik. Pada jenis *bullying* ini masih dapat dilihat dan terdeteksi oleh indra pendengaran, misalnya: memaki, menghina atau menjuluki; dan (3) *bullying* mental atau psikologis yaitu jenis *bullying* yang berbahaya karena terjadi secara diam-diam dan tidak mudah terlihat oleh indera penglihatan ataupun terdengar oleh indera pendengaran jika tidak cukup hati-hati dalam mendeteksinya. Misalnya: memandang sinis penuh ancaman atau mengucilkan<sup>7</sup>.

Moon, Morash, & McCluskey menguraikan pendapat Olweus tentang bagaimana dampak *bullying* bagi pelaku yang masih berusia remaja, yang diprediksi jika dewasa nanti dapat terlibat dalam tindakan kriminal<sup>8</sup>. Sedangkan dampak yang dirasakan korban (*victim*) *bullying* menurut Huraerah yaitu gangguan kepribadian misalnya, lebih sering menyendiri sehingga menghindari

<sup>6</sup> Borba Michele, *The Big Book Of Parenting Solutions*; 101 jawaban sekaligus solusi bagi kebingungan dan kekhawatiran orang tua dalam menghadapi permasalahan anak sehari-hari. Alih bahasa: Juliska Gracinia dan Yanuarita Fitriani. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2010.

<sup>7</sup> SEJIWA (Yayasan Semai Jiwa Amini), *Bullying: mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan*. Jakarta: PT Grasindo, 2008.

<sup>8</sup> Moon, B., Morash, M., & McCluskey D.J. General strain theory and school bullying: an empirical test in South Korea. *Article Crime & Delinquency*, 58 (6) 827-855, 2012.

pergaulan bersama teman sebaya, menurunnya kepercayaan diri, dihantui perasaan takut apabila bertemu guru, aktivitas sekolah menjadi bermasalah seperti semangat bersekolah, motivasi belajar dan kemampuan berkreasi yang berkurang sehingga berimbas pada prestasi belajar yang turun<sup>9</sup>. Dengan demikian, disimpulkan bahwa perilaku *bullying* memberi dampak yang dapat dirasakan baik sebagai pelaku *bullying* seperti yang diprediksi pada saat dewasa nanti dapat melakukan tindakan kriminal, yang tentu saja dapat membahayakan orang lain. Sedangkan dampak bagi korban *bullying* seperti menarik diri dari lingkungan pergaulan dengan teman sebaya, kehilangan kepercayaan diri, dihantui perasaan takut apabila berhadapan dengan guru, semangat dan motivasi belajar menurun yang juga diikuti dengan penurunan daya kreativitas dan prestasi belajar di kelas.

Banyak faktor yang berpengaruh bagi siswa melakukan tindakan *bullying*, salah satunya adalah memiliki kontrol diri yang rendah. Thalib Bachri menjelaskan bahwa kontrol diri adalah kemampuan dari seseorang dalam mengendalikan dorongan yang berasal dari dalam diri ataupun dorongan luar dari orang tersebut. Sehingga seseorang dengan kemampuan kontrol diri yang baik dapat mengambil keputusan dan langkah efektif guna menghasilkan tindakan yang diinginkan dan menghindari konsekuensi dari apa yang tidak diinginkan<sup>10</sup>. Kemudian menurut Borba Michele, kontrol diri membekali anak dengan karakter yang kuat dan bertanggung jawab serta membuat anak sadar bahwa akan ada akibat bahaya atas setiap tindakan yang ditampilkannya oleh sebab itu melalui kesadaran yang dimiliki tersebut, anak diharapkan mampu mengolah dan mengontrol emosi dengan baik<sup>11</sup>.

Hal ini dapat dijelaskan bahwa jika terdapat dorongan ataupun niat kuat untuk melakukan tindakan *bullying*, disinilah fungsi kontrol diri, bagi kontrol diri

---

<sup>9</sup> Huraerah, A, *Child Abuse (Kekerasan Terhadap Anak).Cet 2 edisi revisi*. Bandung: Nuansa, 2007.

<sup>10</sup> Thalib Bachri S, *Psikologi pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif. Edisi revisi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010.

<sup>11</sup> Borba Michele, *Membangun kecerdasan moral; tujuh kebijakan utama untuk membentuk anak bermoral tinggi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008.

rendah dapat menaikan agresi dengan melakukan tindakan *bullying* tanpa mempertimbangkan konsekuensi, aturan ataupun etika yang berlaku. Namun, sebaliknya jika kontrol diri tinggi akan membantu anak untuk menurunkan agresi agar supaya tidak berperilaku *bullying* dengan memperhatikan akibat serta mempertimbangkan aturan sesuai yang berlaku. Toyibah menjelaskan pendapat Herlina, Retnowati & Hidayat bahwa diasumsikan seseorang dengan kontrol diri yang rendah tidak akan mampu mengarahkan, mengatur perilakunya, menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, dan ketidakmampuan dalam mempertimbangkan akibat yang diterima dan hal ini berdampak bagi keputusan dalam menentukan tindakan yang tepat<sup>12</sup>.

Thalib Bachri menguraikan tiga jenis kontrol diri yang dikemukakan Avrill, antara lain: kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*) dan mengontrol keputusan (*decisional control*) yang diuraikan sebagai berikut<sup>13</sup>:

- 1 Kontrol perilaku (*behavioral control*) yakni tersedianya suatu respon yang secara langsung mampu mempengaruhi keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan ini terbagi menjadi dua bagian, yaitu:
  - a) Kemampuan mengontrol perilaku yaitu kemampuan dalam menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi, diri sendiri atukah di luar dirinya. Seseorang dengan kontrol diri yang baik akan menggunakan kemampuannya tersebut untuk mengendalikan perilakunya. Namun sebaliknya jika seseorang tidak memiliki kemampuan tersebut, maka sumber-sumber eksternal akan digunakan olehnya.
  - b) Kemampuan mengendalikan atau mengatur stimulus, yakni kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi atau mengetahui suatu stimulus yang tidak diinginkan dengan beberapa pilihan cara yang dapat digunakan, antara lain: (1) mencegah atau menjauhi

<sup>12</sup> Toyibah. 2007. Perilaku agresif pada budaya carok ditinjau dari kematangan emosi dan kontrol diri. Tesis (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

<sup>13</sup> Thalib, *Psikologi pendidikan...*, 110-111

stimulus, (2) menempatkan tenggang waktu pada saat rangkaian stimulus sementara berlangsung, (3) stimulus dapat dihentikan sebelum waktu berakhir, dan (4) membatasi intensitas stimulus.

- 2 Kontrol kognitif (*cognitive control*) adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang didalam mengolah informasi yang tidak diinginkan agar dapat mengurangi tekanan yang ada. Kemampuan kognitif ini mencakup dua bagian, yaitu:
  - a) Kemampuan didalam mengantisipasi suatu keadaan dengan berbagai pertimbangannya yang didukung oleh informasi yang dimiliki.
  - b) Kemampuan untuk menafsirkan keadaan dengan segi positif secara subjektif.
- 3 Kontrol keputusan (*decisional control*) yakni kemampuan untuk menentukan tujuan dengan memilih suatu tindakan berdasarkan pilihan tindakan yang diyakini dalam pencapaian tujuan tersebut. Kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam mengontrol keputusan dapat berfungsi dengan baik jika adanya suatu kesempatan, kebebasan, kemungkinan yang dimiliki oleh diri sendiri untuk memilih yang terbaik diantara beragam tindakan alternatif yang lain.

Ketiga jenis kemampuan mengontrol diri diatas mencakup lima aspek perilaku, yaitu: (1) mengontrol perilaku; (2) mengontrol stimulus; (3) mengantisipasi suatu peristiwa; (4) menafsirkan suatu peristiwa dengan mempertimbangkan konsekuensi positifnya, dan (5) pengambilan keputusan.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian ini dilakukan guna mencari korelasi antara satu variabel ke variabel lainnya melalui uji hipotesis, sehingga kedudukan dari setiap variabel yang diteliti serta korelasi satu variabel dengan variabel lainnya dapat

dijelaskan<sup>14</sup>. Populasinya adalah siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 1 Seram Bagian Barat yang berjumlah 234 siswa. Sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan metode *cluster random sampling* dan dari 7 kelas yang terdiri dari jurusan MIA 3 kelas dan jurusan IIS 4 kelas, akan diambil 4 kelas sebagai cluster unit. Jadi jumlah sampel yang diteliti adalah 129 siswa. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kontrol diri (X) sedangkan variabel terikat yaitu kecenderungan berperilaku *bullying* (Y). Alat ukur yang digunakan terdiri dari skala kecenderungan berperilaku *bullying* dan skala kontrol diri. Kecenderungan berperilaku *bullying* akan diungkap menggunakan skala yang mengacu pada ciri-ciri perilaku *bullying* menurut Sejiwa<sup>15</sup> sedangkan kontrol diri akan diungkap melalui skala kontrol diri yang disusun berdasarkan konsep teori Averill<sup>16</sup>. Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment*. Korelasi *product moment* digunakan untuk mencari ada atau tidaknya hubungan antara variabel yang datanya berbentuk ordinal (*multiple correlation*)<sup>17</sup>.

## HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Data yang diperoleh dari kuesioner skala kontrol diri dan skala kecenderungan berperilaku *bullying* pada siswa SMA Negeri 1 Seram Bagian Barat yang menjadi responden dalam penelitian ini digunakan sebagai patokan untuk mendeskripsikan hasil penelitian dengan menggunakan skor hipotetik dan skor empirik, tujuannya agar dapat mengetahui perolehan nilai minimum, nilai maksimum, jarak sebaran (*range*), standar deviasi, dan rata-rata (*mean*). Hasil yang diperoleh dijadikan dasar dalam menyusun kategorisasi data hasil penelitian.

### 1. Kontrol diri

Skor hipotetik kontrol diri dapat diketahui melalui skala kontrol diri siswa yang terdiri atas 49 aitem. Skor minimum yang dapat diperoleh subjek adalah

<sup>14</sup> Sugiyono, Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta, 2013.

<sup>15</sup> SEJIWA, *Bullying: mengatasi kekerasan...*, 2-6

<sup>16</sup> Thalib, *Psikologi pendidikan...*, 110-111

<sup>17</sup> Sugiyono, *Metode penelitian...*, 4-9

jumlah aitem yang dikalikan dengan skor *Skala Likert* terendah yang digunakan dalam skala yaitu nilai 1, sehingga nilai minimumnya sebesar  $49 \times 1 = 49$ . Untuk skor maksimum diperoleh dari jumlah aitem dikalikan dengan skor *skala likert* tertinggi yang digunakan dalam skala yaitu dengan nilai 4, sehingga didapat nilai maksimum sebesar  $49 \times 4 = 196$ . Jarak sebaran (*range*) didapat dari selisih nilai maksimum dan minimum, yaitu  $196 - 49 = 145$ . Deviasi standar ( $\sigma$ ) diperoleh dari jarak sebaran dibagi dengan nilai 6, sehingga deviasi standar skala kontrol diri adalah  $145 : 6 = 24,1667$ . Adapun *mean hipotetic* ( $\mu$ ) diperoleh dari setengah dari jumlah nilai maksimum dan nilai minimum, sehingga nilai *mean hipotetic* skala kontrol diri adalah  $(196 + 49)/2 = 122,5$ . Skor empirik kontrol diri diperoleh berdasarkan hasil analisis komputasi kuesioner, didapat skor empirik maksimum sebesar 177 dan skor empirik minimum sebesar 114. Jarak sebaran diperoleh dari selisih skor maksimum dan skor minimum, yaitu  $177 - 114 = 63$ , standar deviasi diperoleh sebesar 16,600 sedangkan *mean* empirik 145,94.

## 2. Kecenderungan Berperilaku *Bullying*

Skor hipotetik kecenderungan berperilaku *bullying* dapat diketahui melalui skala kecenderungan berperilaku *bullying* yang terdiri atas 13 aitem. Skor minimum yang dapat diperoleh subjek adalah jumlah aitem yang dikalikan dengan skor terendah yang digunakan dalam skala kecenderungan berperilaku *bullying* yaitu nilai 1, sehingga nilai minimumnya sebesar  $13 \times 1 = 13$ . Untuk skor maksimum diperoleh dari jumlah aitem dikalikan dengan skor tertinggi yang digunakan dalam skala kecenderungan berperilaku *bullying* yaitu dengan nilai 4, sehingga didapat nilai maksimum sebesar  $13 \times 4 = 52$ . Jarak sebaran (*range*) didapat dari selisih nilai maksimum dan minimum, yaitu  $52 - 13 = 39$ . Deviasi standar ( $\sigma$ ) diperoleh dari jarak sebaran dibagi dengan nilai 6, sehingga deviasi standar skala kecenderungan berperilaku *bullying* adalah  $39 : 6 = 6,5$ . Adapun *mean hipotetic* ( $\mu$ ) diperoleh dari setengah dari jumlah nilai maksimum dan nilai minimum, sehingga nilai *mean hipotetic* kecenderungan berperilaku *bullying* adalah  $(52 + 13)/2 = 32,5$ . Skor empirik kecenderungan berperilaku *bullying*

diperoleh berdasarkan hasil analisis komputasi skor skala, didapat skor empirik maksimum 33 dan skor empirik minimum sebesar 13. Jarak sebaran diperoleh dari selisih skor maksimum dan skor minimum, yaitu  $33 - 13 = 20$ , standar deviasi diperoleh sebesar 2,909 sedangkan *mean* empirik 14,04. Hasil perhitungan skor hipotetik dan empirik disajikan dalam tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1  
Deskripsi Statistik Kecenderungan Berperilaku *Bullying* dan Kontrol Diri Siswa

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Skor		Mean	SD	Skor		Mean	SD
	Maks	Min			Maks	Min		
Kecenderungan berperilaku <i>bullying</i>	52	13	32,5	6,5	33	13	14,04	2,909
Kontrol Diri	196	49	122,5	24,1667	177	114	145,94	16,600

Keterangan:

- Skor Hipotetik yaitu skor yang diperkirakan akan diperoleh oleh subjek
- Skor Empirik yaitu skor yang sebenarnya diperoleh dari hasil penelitian.

### 3. Kategori Hasil

Kategori hasil dilakukan dengan mengansumsikan bahwa skor individu dalam populasinya terdistribusi secara normal<sup>18</sup>. Kategorisasi skor subjek dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi 3 kategori, yaitu: tinggi, sedang, rendah. Hasil kategorisasi pada skor kontrol diri dan kecenderungan berperilaku *bullying* adalah sebagai berikut:

#### a. Kontrol Diri

Hasil klasifikasi skor kontrol diri dapat ditunjukkan pada tabel 2 berikut:

Tabel 2: Klasifikasi Skala Kontrol Diri

Klasifikasi	Norma Klasifikasi	Skor	Frekuensi	Persen (%)
Tinggi	$X \geq \mu + 1\sigma$	$X \geq 147,667$	41	42,7
Sedang	$\mu - 1\sigma < X < \mu + 1\sigma$	$98,33 < X < 147,667$	55	57,3
Rendah	$X \leq \mu - 1\sigma$	$X \leq 98,33$	-	-
Jumlah			96	100,00

<sup>18</sup> Azwar,S, *Metode penelitian. Edisi 1 cet XII*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.

Keterangan:

- $X$  = Skor Subjek
- $\mu$  = Mean Hipotetik
- $\sigma$  = Deviasi Standar

Berdasarkan pada tabel 2 diketahui bahwa subjek yang memiliki kontrol diri dengan klasifikasi tinggi sebanyak 42,7%, untuk kategori sedang sebanyak 57,3%, dan tidak ada siswa yang memiliki kontrol diri kategori rendah. Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri siswa mayoritas dalam klasifikasi tinggi.

#### b. Kecenderungan Berperilaku *Bullying*

Hasil klasifikasi skor kecenderungan berperilaku *bullying* siswa ditampilkan pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3: Klasifikasi Skala Kecenderungan Berperilaku *Bullying*

Klasifikasi	Norma Klasifikasi	Skor	Frekuensi	Persen (%)
Tinggi	$X \geq \mu + 1\sigma$	$X \geq 39$	0	0
Sedang	$\mu - 1\sigma < X < \mu + 1\sigma$	$26 < X < 39$	2	2,1
Rendah	$X \leq \mu - 1\sigma$	$X \leq 26$	92	97,9
Jumlah			96	100,00

Keterangan:

- $X$  = Skor Subjek
- $\mu$  = Mean Hipotetik
- $\sigma$  = Deviasi Standar

Berdasarkan pada tabel 3 di atas diketahui bahwa subjek yang memiliki kecenderungan berperilaku *bullying* dengan klasifikasi tinggi sebanyak 0%, untuk kategori sedang sebanyak 2,1%, dan dengan kategori rendah sebanyak 97,9%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki kecenderungan berperilaku *bullying* pada klasifikasi rendah.

#### 4. Analisis Korelasi Product Moment

Analisis korelasi *product moment* digunakan untuk mengetahui apakah terdapat atau tidaknya hubungan antara variabel X (kontrol diri) dengan variabel Y (kecenderungan berperilaku *bullying*) yang dapat dibuktikan dengan

menggunakan nilai  $\alpha = 0.05$ , variabel X dapat dikatakan memiliki hubungan signifikan dengan variabel Y jika nilai  $sig. < 0.05$

Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan berperilaku *bullying*.

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Perilaku Bullying * Kontrol Diri	-.308	.095	.744	.553

Dengan uji korelasi *product moment* menunjukkan nilai  $r = -0,308$  dan  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ) maka dapat diketahui bahwa variabel kontrol diri mempunyai hubungan yang negatif dan signifikan terhadap kecenderungan berperilaku *bullying* siswa. Besarnya nilai  $r = -0,308$ , apabila dikuadratkan ( $r^2$ ) menjadi  $0,095$ . Koefisien determinasi ( $r^2$ ) sebesar  $0,095$  mempunyai arti bahwa kontrol diri memberikan sumbangan efektif terhadap kecenderungan berperilaku *bullying* siswa sebesar  $9,5\%$  sedangkan sisanya sebesar  $90,5\%$  dipengaruhi variabel lain.

## 5. Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Berperilaku Bullying

Berdasarkan perolehan hasil nilai  $r = -0,308$  dan koefisien determinasi ( $r^2$ ) sebesar  $0,095$  bahwa kontrol diri memberikan sumbangan efektif terhadap kecenderungan berperilaku *bullying* siswa sebesar  $9,5\%$  sedangkan sisanya sebesar  $90,5\%$  dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diterangkan dalam penelitian ini seperti hubungan teman sebaya, pola asuh orangtua dan faktor resiko (umur, jenis kelamin, ras/etnis dan kesejahteraan keluarga). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan berperilaku *bullying* pada siswa, dimana semakin tinggi kontrol diri siswa, maka semakin rendah kecenderungan berperilaku *bullying* yang dilakukan. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh siswa, maka semakin tinggi kecenderungan berperilaku *bullying* yang dapat dilakukan.

Tan Tomas menjelaskan bahwa kontrol diri adalah suatu potensi yang dikembangkan dan digunakan oleh seorang individu selama ada dalam proses kehidupan, termasuk saat menghadapi kondisi di lingkungan dimana individu itu berada<sup>19</sup>. Kemudian Smet Bart menguraikan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk dapat mencapai hasil yang diinginkan melalui tindakannya sendiri. Tinggi atau rendahnya kontrol diri mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap keadaan emosional, kognitif, dan fisik seseorang. Jadi kontrol diri itu kemampuan mengatur, mengelolah, mengarahkan dan mengendalikan dorongan yang terdapat dalam diri sendiri agar tidak menyakiti atau mengganggu orang lain<sup>20</sup>. Dengan demikian kontrol diri sangat berpengaruh bagi terbentuknya tindakan dan pikiran yang positif sebelum ada dalam pengambilan keputusan melakukan suatu perilaku dan inilah mengapa kontrol diri penting untuk dimiliki oleh siswa, sebab dengan kontrol diri yang tinggi akan membantu siswa untuk mengatur dan mengontrol dorongan dari dalam diri sehingga menghasilkan tindakan tepat, yang selaras sesuai dengan norma-norma sosial yang berlaku. Namun kontrol diri yang dimiliki pada setiap anak berbeda-beda. Ada anak dengan kontrol diri tinggi dan sebaliknya ada anak dengan kontrol diri rendah. Oleh sebab itu, tinggi rendahnya kontrol diri yang dimiliki tentunya akan mempengaruhi masing-masing anak didalam kemampuannya mengontrol serta mengelola setiap perilakunya agar sesuai dengan norma etika pada saat menampilkan diri untuk bersosialisasi di lingkungan.

Aroma & Suminar menjelaskan bahwa keberhasilan tugas perkembangan remaja yang terpenuhi yaitu bertanggung jawab secara sosial dan pemaknaan nilai-nilai yang berlaku di masyarakat akan menjadikan remaja sadar dan peka terhadap norma sehingga mampu mengendalikan kebutuhan pemuasan dorongan-dorongan dalam dirinya agar tidak melanggar norma dan aturan yang berlaku. Sedangkan kegagalan dalam tugas perkembangan ini akan menyebabkan remaja menjadi individu yang kurang peka terhadap aturan dan norma yang berlaku.

<sup>19</sup> Tan Thomas, *The Invisible Character toolbox; menemukan dan menumbuhkan karakter Kristus pada anak*. Yogyakarta: PBM ANDI, 2021.

<sup>20</sup> Smet, Bart, *Psikologi kesehatan*. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 1994.

Individu seperti ini menjadi rentan berperilaku melanggar aturan bahkan melakukan tindak kriminal<sup>21</sup>.

Praptiani menguraikan pendapat Orpinas & Frankowski bahwa kurangnya kemampuan kontrol diri untuk mengendalikan rasa marah pada remaja menyebabkan munculnya perilaku untuk melawan<sup>22</sup>. Oleh sebab itu salah satu faktor internal yang dibutuhkan oleh remaja adalah kontrol diri yang baik. Alasannya, kontrol diri dapat berfungsi untuk membantu remaja mengendalikan perilakunya dan akhirnya dapat bertindak sesuai dengan etika yang benar. Remaja dengan kontrol diri yang baik akan memunculkan perilaku yang lebih responsif terhadap situasi atau keadaan sosial, lebih fleksibel, berusaha untuk menjalin interaksi sosial yang baik, bersikap hangat dan terbuka. Namun sebaliknya remaja dengan kontrol diri yang rendah dapat mudah memberikan respon negatif dengan melakukan tindakan-tindakan yang menyimpang, salah satunya adalah berperilaku *bullying*. Oleh sebab itu, kontrol diri yang tinggi dianggap sangat baik dimiliki oleh seorang siswa sebab dapat membantunya untuk memperhatikan langkah-langkah yang tepat dalam berperilaku terhadap keberagaman situasi yang ada serta penerimaan perbedaan yang ditemukannya pada orang lain dan ini memungkinkannya untuk menyesuaikan perilaku dengan situasi sosial yang ada dengan memilih melakukan tindakan yang baik. Dengan memperhatikan langkah yang cermat dan penerimaan atas keberagaman situasi dan keberadaan orang lain, maka siswa dapat menghindari dirinya sendiri terhadap perilaku yang menyakiti orang lain yaitu *bullying*. Namun sebaliknya siswa dengan kontrol diri rendah lebih berpeluang untuk cenderung melakukan tindakan-tindakan menyimpang atau mengganggu orang lain yakni *bullying*.

Inilah letak hubungan antara kontrol diri siswa dengan kecenderungan berperilaku *bullying*, disatu sisi perilaku *bullying* adalah salah satu tindakan

---

<sup>21</sup> Aroma, S.I & Sumimar, R.D, Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku nakal remaja. *Jurnal psikologi pendidikan dan perkembangan*, 01 (01) 1-6, 2012.

<sup>22</sup> Praptiani, S, Pengaruh kontrol diri terhadap agresivitas remaja dalam menghadapi konflik sebaya dan pemaknaan gender. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, 1 (1) 1-13, 2013.

menyimpang yang diakibatkan oleh faktor eksternal maupun internal dari individu. Salah satu faktor internal yang dapat menimbulkan kecenderungan berperilaku *bullying* adalah kontrol diri yang rendah sebab kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Ini didukung dengan beberapa hasil penelitian, seperti yang dijelaskan Siddiqah mengenai penelitian Berkowitz bahwa remaja yang pemarah dan agresif seringkali mengalami bias dalam atribusi terutama dalam mempersepsi situasi-situasi sosial dan hal ini mendorong remaja tersebut untuk berperilaku agresif ketika menghadapi konflik atau kondisi yang tidak menyenangkan<sup>23</sup>. Selanjutnya dalam penelitian Elfida menemukan bahwa remaja yang memiliki agresifitas yang tinggi dan berani untuk menyerang atau menyakiti orang lain adalah gambaran bahwa remaja tersebut memiliki kontrol diri yang rendah<sup>24</sup>. Aroma dan Suminar dalam penelitiannya juga menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan diantara tingkat kontrol diri dengan perilaku kenakalan remaja<sup>25</sup>.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, kesimpulan yang diperoleh adalah: ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan berperilaku *bullying* pada siswa. Dapat dijelaskan bahwa siswa dengan kontrol diri yang rendah akan memiliki kelemahan dalam mengontrol, mengarahkan, mengatur dan mengendalikan dorongan-dorongan dari dalam dirinya sehingga dapat memunculkan perilaku menyimpang yang membawa kepada konsekuensi negatif seperti kecenderungan berperilaku

---

<sup>23</sup> Siddiqah, L, Pencegahan dan penanganan perilaku agresif remaja melalui pengelolaan amarah (anger management). *Jurnal Psikologi*, 37 (1) 50-64, 2010.

<sup>24</sup> Elfida, D, Hubungan antara kemampuan mengontrol diri dan kecenderungan berperilaku delinkuen pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 1, 10-21, 2005.

<sup>25</sup> Aroma, S.I & Sumimar, R.D, Hubungan antara kontrol diri....., 1-6

*bullying*. Sebaliknya kontrol diri yang tinggi pada siswa dapat mengurangi ataupun menurunkan kecenderungan untuk berperilaku *bullying*.

### Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil analisis data, maka beberapa saran yang disampaikan sebagai berikut:

1. Jika dihubungkan antara kontrol diri dengan kecenderungan berperilaku *bullying*, maka dapat dijelaskan bahwa perilaku *bullying* merupakan suatu permasalahan sosial yang harus diatasi bersama. Pemahaman mengenai perilaku *bullying* dan karakteristik pelaku maupun korban *bullying* sangat membantu sekolah, orangtua bahkan masyarakat dalam mengembangkan upaya pencegahan yang efektif terhadap adanya perilaku *bullying* di sekolah. Pihak sekolah pun perlu menyusun program untuk meminimalisir terjadinya perilaku *bullying* pada siswa-siswanya di sekolah dan hal ini perlu melibatkan orangtua siswa dan masyarakat. Sedangkan kontrol diri, menjadi tanggung jawab orang tua dan pihak sekolah menumbuhkan kesadaran pada diri siswa tentang pentingnya memiliki kemampuan kontrol diri yang baik. Hal ini dapat dilakukan melalui kegiatan diskusi ataupun seminar dengan mengangkat tema tentang pentingnya kontrol diri bagi siswa.
2. Untuk peneliti yang akan meneliti mengenai perilaku *bullying* hendaknya dapat mengadakan penelitian lebih lanjut karena dalam penelitian ini hanya mengungkapkan satu faktor yang mempengaruhi kecenderungan berperilaku *bullying* pada siswa yaitu kontrol diri dengan sumbangan efektif sebesar 9,5%. Dengan demikian, masih banyak faktor lain yang mempengaruhi terjadinya perilaku *bullying* belum diungkap dalam penelitian ini, seperti pengaruh perilaku teman sebaya (konformitas), *self-esteem* dan iklim sekolah.

## KEPUSTAKAAN

- Aroma, S.I & Sumimar, R.D., Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku nakal remaja. *Jurnal psikologi pendidikan dan perkembangan*, 01 (01) 1-6, 2012.
- Azwar, S., *Metode penelitian. Edisi 1 cet XII*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Borba Michele. 2008. *Membangun kecerdasan moral; tujuh kebijakan utama untuk membentuk anak bermoral tinggi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008.
- Borba Michele., *The Big Book Of Parenting Solutions; 101 jawaban sekaligus solusi bagi kebingungan dan kekhawatiran orang tua dalam menghadapi permasalahan anak sehari-hari*. Alih bahasa: Juliska Gracinia dan Yanuarita Fitriani. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2010.
- Capel, M.C., Sustainability of bullying-free educational institutions in asia and the role of teachers. *Journal of Asian and African Studies* 48 (4) 484 – 505, 2013.
- Carney, A.G & Merrel, K.W., Bullying in schools: perspective on understanding and preventing an international problem. *School Psychology International*, 22, 364-382, 2001.
- Departemen Pendidikan Nasional., *Kamus besar bahasa Indonesia edisi 4*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008
- Elfida, D., Hubungan antara kemampuan mengontrol diri dan kecenderungan berperilaku delinkuen pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 1, 10-21, 2005
- Huraerah, A., *Child Abuse (Kekerasan Terhadap Anak). Cet 2 edisi revisi*. Bandung: Nuansa, 2007.
- Moon, B., Morash, M., & McCluskey D.J., General strain theory and school bullying: an empirical test in South Korea. *Article Crime & Delinquency*, 58 (6) 827-855, 2012.
- Olweus, D., *Social problems in school*. Dalam Slater, A., & Bremner, J.G. (ED). Introduction to developmental psychology. USA: Blackwell Publishing Ltd, 2003
- Praptiani, S., Pengaruh kontrol diri terhadap agresivitas remaja dalam menghadapi konflik sebaya dan pemaknaan gender. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, 1 (1) 1-13, 2013

- Sugiyono., *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2013
- SEJIWA (Yayasan Semai Jiwa Amini)., *Bullying: mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan*. Jakarta: PT Grasindo, 2008
- Smet, Bart., *Psikologi kesehatan*. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 1994
- Siddiqah, L., Pencegahan dan penanganan perilaku agresif remaja melalui pengelolaan amarah (anger management). *Jurnal Psikologi*, 37 (1) 50-64, 2010
- Tan Thomas, *The Invisible Character toolbox; menemukan dan menumbuhkan karakter Kristus pada anak*. Yogyakarta: PBMR ANDI, 2021.
- Thalib Bachri S., *Psikologi pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif. Edisi revisi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010
- Toyibah., Perilaku agresif pada budaya carok ditinjau dari kematangan emosi dan kontrol diri. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, 2007

## WEBTOLOGI

- Komisi Perlindungan Anak Indonesia., Dari <https://www.kpai.go.id/publikasi/catatan-pelanggaran-hak-anak-tahun-2021-dan-proyeksi-pengawasan-penyelenggaraan-perlindungan-anak-tahun-2022>. Diakses 9 September 2022.