

## HUBUNGAN SELF CONTROL TERHADAP PERILAKU BULLYING PADA REMAJA DI SMP NEGERI 2 BANYUPUTIH

**Harwanti Noviandari, Raup Padillah, Febrian Rhomadoni**

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Universitas PGRI Banyuwangi

[harwantinoviandari@gmail.com](mailto:harwantinoviandari@gmail.com), [raup.padillah@gmail.com](mailto:raup.padillah@gmail.com), [rhomadonifebrian@gmail.com](mailto:rhomadonifebrian@gmail.com)

Corresponding Author

### ARTICLE HISTORY

**Received** : 23-2-2022

**Revised** : 18-3-2022

**Accepted** : 17-4-2022

### KEYWORDS

*Self Control, Perilaku  
Bullying*

### ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between self control and bullying behavior at SMP Negeri 2 Banyuputih. The method used in this research is descriptive quantitative method. The subjects in this study were 79 students who were selected by purposive sampling technique. The results of this study indicate a relationship between Self Control and Bullying Behavior. From the results of the hypothesis test, it can be seen that the calculated F value is 467,256 with a significance level of  $0.00 < 0.05$ , it means that the regression model based on the research is significant. This proves that  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected, because there is a relationship between the variable X (Self Control) and bullying behavior.

*This is an open access article under the CC-BY-SA license.*



## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah bagian dari tahapan perkembangan untuk mencapai kematangan yang dilalui oleh setiap individu dimana masa remaja merupakan masa yang cukup singkat dan akan menentukan bagaimana perkembangan selanjutnya dari seorang individu. Masa remaja merupakan saat untuk mencari jati diri karena pada masa itu remaja berada pada saat transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan, pada masa transisi itu ada beberapa tugas perkembangan yang harus dilalui dan dikuasai oleh remaja (Nurfarhanah, 2012).

Masa remaja awal yaitu antara umur 12-15 tahun (Yessy, 2015). Pada aspek psikososialnya remaja mulai mencari identitas. Kedekatan remaja secara pribadi dengan teman sebaya lebih intens daripada dengan orang tua, sehingga remaja lebih terbuka dan sering menceritakan masalah-masalah pribadi kepada teman sebayanya daripada orang tua. Masa remaja lebih sering menemukan jati diri mereka di sekolah.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang berfungsi sebagai wadah bagi pengembangan potensi dan aktualisasi diri siswa. pengetahuan dan kecakapan hidup yang dibutuhkan dikemudian hari (Deswita, 2012). Sebagai individu remaja, siswa mengalami proses transisi perkembangan menuju kedewasaan. Salah satu faktor yang paling melindungi saat mereka tumbuh adalah memiliki beberapa persahabatan yang sehat dari SD hingga SMA dan dewasa. Di umur 12-15 tahun mereka memasuki dalam kategori Sekolah Menengah Pertama (SMP). Problematika yang terjadi di dunia pendidikan berkaitan dengan tindak kekerasan yang sering dikenal dengan istilah kasus *Bullying* (Salmi, 2018).

Kustanti (2015) menggambarkan fenomena perilaku *Bullying* pada pelajar di kota Semarang melalui beberapa perilaku. Pertama berupa perlakuan tidak menyenangkan seperti, menggoda hingga marah, mengolok-olok, menendang, mencubit, memukul, membentak, mengancam, menolak berbicara, merebut barang, mengambil barang, menolak memasukkan dalam kelompok, menyebarkan gosip dan memanggil dengan nama yang tidak disukai. Dari berbagai bentuk perlakuan tidak menyenangkan, terdapat tiga perilaku yang paling sering diterima yaitu memanggil dengan nama julukkan yang tidak disukai, menyebarkan gosip dan menggoda hingga marah. Sedangkan bentuk perlakuan tidak menyenangkan yang paling jarang diterima yaitu menendang.

Perilaku *Bullying* dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya disebabkan kontrol diri yang rendah (Taufik, 2014). Hal ini didukung oleh pendapat Wiyani (2012) yang menyatakan kemampuan mengontrol diri dapat mengikis praktik terjadinya kasus *Bullying*. Faktor kontrol diri merupakan salah satu faktor yang cukup besar menyebabkan perilaku *Bullying*. Siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah, kurang mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya secara positif dan tidak mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin dihadapi dari perilaku yang dilakukan sehingga cenderung bertindak agresif, mudah marah dan tidak dapat menghindari untuk melakukan kekerasan atau *Bullying* terhadap temannya (Masitah, 2014).

Kontrol diri menurut Goldfried dan Merbaum adalah suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi perilaku *Bullying* siswa. Sebaliknya semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah pula perilaku *Bullying* seorang siswa (Masitah, 2014). Jika jumlah siswa yang melakukan *Bullying* banyak dan tindakan *Bullying* dilakukan oleh siswa yang berpengaruh atau populer di kelas, maka siswa lain kemungkinan besar akan ikut melakukan *Bullying*, atau setidaknya menganggap *Bullying* sebagai hal wajar bahkan mereka bersikap positif terhadap *Bullying* (Masitah, 2014).

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif deskriptif. Adapun pengertian dari penelitian deskriptif adalah penelitian yang hanya memaparkan situasi atau peristiwa (Shauma & A, 2015). Maka kuantitatif deskriptif adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Remaja

Menurut WHO (2014), remaja (*adolescents*) adalah mereka yang berusia antara 10-19 tahun. Populasi remaja adalah populasi yang terbesar di dunia yaitu sebanyak 1,2 milyar orang atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Di Indonesia, menurut data proyeksi penduduk 2014, jumlah remaja mencapai 65 juta jiwa atau 25% dari 255 juta jiwa jumlah penduduk (Kemenkes RI, 2015). Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Sejalan dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja, mereka juga dihadapkan pada tugas-tugas yang berbeda dari tugas pada masa kanak-kanak (Santrock, 2012).

Menurut Hurlock (2003) Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja sebagai periode yang penting, periode peralihan, periode perubahan, masa mencari identitas, usia yang menimbulkan ketakutan, masa yang tidak realistis, dan ambang masa dewasa. Saat usia ini, remaja harus mulai berfikir mengenai identitas diri dan jati dirinya, berfikir mengenai masa depannya, berfikir untuk mencari solusi dalam memecahkan permasalahan yang dihadapinya, mulai dari membandingkan dirinya dengan orang lain, bergaul dengan teman sebaya, bergaul dengan lawan jenis, dan mulai menentukan keputusan karirnya nanti untuk dirinya sendiri (Noviandari dan Kawakib, 2016).

Tahapan perkembangan remaja menurut Mapiarre berlangsung antara umur 12-22 tahun, yaitu umur 12-21 tahun bagi wanita dan 13-22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dibagi menjadi dua yaitu remaja awal dengan rentang usia antara 12/13 tahun sampai 17/18 tahun dan remaja akhir usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun (Ali & Asrori, 2012). Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa perkembangan ini, remaja mencapai kematangan fisik, mental, sosial dan emosional (Ali & Asrori, 2012).

### *Self Control (Kontrol Diri)*

Menurut Tangney kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku positif (Aroma & Suminar, 2012). Endrianto (2014) juga berpendapat bahwa kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol atau mengubah respon dari dalam dirinya untuk menghindarkan diri dari perilaku yang tidak diharapkan dan mengarahkan dirinya pada sesuatu yang ingin dicapai. Jika hal yang dilakukannya salah atau tidak sesuai dengan norma sosial, individu tidak akan berbuat hal-hal yang tidak sesuai dengan norma-norma sosial tersebut. Sedangkan menurut Berk (Khairunnisa, 2013), kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial.

Calhoun dan Acocella (Khairunnisa, 2013), mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain kontrol diri merupakan serangkaian proses yang

membentuk dirinya sendiri. Senada dengan itu, Aviyah & Farid (2014) mengartikan kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Thomas F. Denson (2012) dalam jurnalnya yang berjudul “*Self Control and Aggression*” menyatakan bahwa kebanyakan teori dan jurnal yang berkaitan dengan agresi mengabaikan faktor internal dari dalam diri. Ketika dorongan untuk berbuat menyimpang maupun agresi sedang mencapai puncaknya, kontrol diri dapat membantu individu yang menurunkan agresi dengan mempertimbangkan aspek aturan dan norma sosial yang berlaku.

### Perilaku *Bullying*

*Bullying* berasal dari Bahasa Inggris, yaitu dari kata bull yang berarti banteng yang senang menyeruduk kesana kemari. Istilah ini akhirnya diambil untuk menguraikan suatu tindakan destruktif. Berbeda dengan negara lain seperti Norwegia, Finlandia dan Denmark yang menyebut *Bullying* dengan istilah mobbing atau mobbing. Istilah asli ya berasal dari bahasa Inggris, yaitu mob yang menekankan bahwa biasanya mob adalah kelompok orang yang anonim dan berjumlah banyak serta terlibat kekerasan. Dalam bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Istilah *Bullying* dalam bahasa Indonesia bisa menggunakan menyakat (berasal dari kaat sakat) dan pelaku *bully* disebut penyakat. Menyakat berarti mengganggu, mengusik dan merintangi orang lain. *Bullying* adalah perilaku negatif yang mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman/terluka dan biasanya terjadi berulang-ulang Wiyani (2012).

*Bullying* merupakan kekerasan yang potensi terjadi di sekolah. Menurut Sejiwa foundation bullying, diartikan, sebagai tindakan penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang sehingga korban merasa tertekan, trauma dan tak berdaya. *Bullying* merupakan satu aksi atau serangkaian aksi negatif yang seringkali agresif dan manipulatif, dilakukan oleh satu orang lebih terhadap orang lain atau beberapa orang selama kurun waktu tertentu, bermuatan kekerasan, dan melibatkan ketidak seimbangan kekuatan. *Bullying* biasanya terjadi dari peristiwa ejekan dan cemoohan yang sederhana seperti itulah kelak akan terakumulasi menjadi konflik fisik atau setidaknya akan sangat mengguncang psikis anak (Noviandari, 2018).

Menurut Coloroso, ada empat jenis perilaku *Bullying* yaitu *Verbal Bullying* (dapat berbentuk memberi nama julukan, ejekan, meremehkan, kritikan yang kejam, fitnah secara personal, menghina ras, bermaksud/bersifat seksual atau ucapan yang kasar), *Physical Bullying* (meliputi menampar, memukul, mencekik, mencolek, meninju, menendang, menggigit, menggores, memelintir, meludahi, merusak pakaian atau barang dari korban), *Relational Bullying* (pengurangan perasaan ‘sense’ diri seseorang yang sistematis melalui pengabaian, pengisolasian, pengeluaran, penghindaran), dan *Cyber Bullying* (dilakukan melalui sarana elektronik, seperti komputer berupa internet, email, website, *chatting room*, jejaring sosial dan melalui telepon genggam yang sifatnya mengintimidasi, menyakiti, dan menyudutkan).

## 1. Uji validitas dan reabilitas

### 1.1 Uji validitas

Menurut Singarimbun (*dalam* Sani & Masyhuri, 2010) uji validitas menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur itu mengukur apa yang diukur. Dengan menggunakan *product moment*, item pertanyaan dapat dikatakan valid jika lebih besar dari 0.30.

Hasil uji validitas menunjukkan terdapat 2 variabel yaitu X (*Self control*) dan Y (Perilaku *Bullying*) dengan total item yaitu 58 item dan diisi oleh 79 responden. Hasil uji validitas diatas dari 58 item soal adalah valid, dapat diketahui dari nilai  $r$  hitung > nilai  $r$  table. Penelitian ini menggunakan distribusi

nilai  $r$  tabel 5% / 0,05. Rumus  $r$  tabel adalah  $df = N-2$  jadi  $79-2 = 77$  sehingga  $r$  tabel dari 0,05 77 = 0,186. Maka jika dilihat dari hasil uji validitas di atas,  $r$  hitung >  $r$  tabel, maka dinyatakan valid.

### 1.2 Uji reabilitas

Menurut Masyhuri (2014) Realibilitas menunjukkan pengertian bahwa sesuatu dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik. Untuk mengetahui suatu alat ukur itu reliabel dapat diuji dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha*. Apabila variabel yang diteliti mempunyai *cronbach's alpha* ( $\alpha$ ) > 60% (0,60) maka variabel tersebut dikatakan *reliable*, sebaliknya *cronbach's alpha* ( $\alpha$ ) < 60% maka variabel tersebut dikatakan tidak *reliable*.

Hasil uji reabilitas variabel X (*Self Control*). Dari hasil uji reabilitas dapat diketahui bahwa hasil Cronbach's Alpha (hasil uji reabilitas) menunjukkan hasil 0,948, maka dapat disimpulkan bahwa  $0,948 > 0,06$ , maka hasil uji reabilitas variabel X (*Self Control*) dinyatakan reliabel. Sedangkan hasil uji reabilitas variabel Y (Pelecehan Seksual) dapat diketahui bahwa hasil Cronbach's Alpha (hasil uji reabilitas) menunjukkan hasil 0,972, maka dapat disimpulkan bahwa  $0,972 > 0,06$ , maka hasil uji reabilitas variabel Y (Perilaku *Bullying*) dinyatakan reliabel.

## 2. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal. Seperti diketahui bahwa uji  $t$  dan  $F$  mengasumsi bahwa nilai residual mengikuti distribusi normal atau tidak yaitu dengan menganalisis grafik atau uji statistik (Ghozali 2017). Dasar pengambilan keputusan terbagi menjadi dua yaitu 1) jika nilai signifikansi > 0.05, maka nilai residual berdistribusi normal, sedangkan 2) jika nilai signifikansi < 0.05, maka nilai residual tidak berdistribusi normal. Uji normalitas yang dilakukan menggunakan teknik statistik one sample Kolmogorov-Smirnov, menunjukkan bahwa nilai signifikansi yaitu  $0,200 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

## 3. Uji linieritas

Secara umum uji linearitas untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier secara signifikan atau tidak. Data yang baik seharusnya terdapat hubungan yang linear antara variabel predictor (X) dengan variabel kriterium (Y). Berdasarkan hasil uji linearitas dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang linier antara kedua variabel. Hal ini dapat dilihat pada nilai sig. linearity untuk *self control* data tersebut adalah sebesar  $0.000 < 0.05$  dan nilai sig deviation from linearity data tersebut adalah sebesar  $0.000 > 0.05$ . Jadi bahwanya data yang dipergunakan dapat dijelaskan oleh regresi linier dengan cukup baik, untuk *self control* karena nilai sig *linearity* lebih kecil dari tingkat kepercayaan 0.05 dan nilai sig *deviation from linearity* lebih besar dari 0.05

## 4. Uji hipotesis

Uji hipotesis menggunakan uji Koefisien Regresi Sederhana (p-value), digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen (X) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen (Y). Analisis regresi linier sederhana adalah analisis untuk mengukur besarnya pengaruh antara satu variabel independen dengan satu variabel dependen dan memprediksi variabel dependen dengan menggunakan variabel independen. Dua Hubungan antara variabel Y dan variabel X dapat linier atau bukan linier. Signifikan berarti pengaruh yang terjadi dapat berlaku untuk populasi. Dari hasil uji hipotesis dapat

diketahui nilai F hitung adalah sebesar 467.256 dengan taraf tingkat signifikansi  $0,00 < 0,05$ , maka artinya model regresi berdasarkan penelitian adalah signifikan. Hal ini membuktikan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, karena terdapat hubungan antara variabel X (*Self Control*) dengan perilaku *Bullying*.

## KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji Hubungan *Self Control* Dengan Perilaku *Bullying*. Tingkat *self control* yang semakin tinggi dapat menekan perilaku *bullying*, Kontrol diri yang tinggi pada individu akan memberikan pengaruh yang positif agar tidak munculnya perilaku menyimpang seperti perilaku *bullying*.

## REFERENSI

Denson, T. F., DeWall, C. N., & Finkel, E. J. (2012). Self-control and aggression.

*Journals of Psychological Science*. Vol 21 (1), 20-25.

Deswita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Rosdakarya Offset.

Dokumen.tips. 2011. Profil SMP Negeri 2 Banyuputih. Diunduh Pada Tanggal 19 Agustus 2022 Jam 23:34 WIB. <https://dokumen.tips/documents/profil-smpn-2-banyuputih.html>

Fahrudin, Y. H. (2012). Perilaku bullying: Asesmen multidimensi dan intervensi sosial. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol 11 (2), 1-10.

Isza Gita Susanti, N. M. (2019). *Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan kontrol diri terhadap perundungan* Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan kontrol diri terhadap perundungan.

Kbbi.web.id. (2017). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Diunduh pada Tanggal 26 Mei 2022 Pukul 14.45 WIB. <https://kbbi.web.id/>

Krisnawan, B. N. (2018). *Hubungan Antara Persepsi Remaja Terhadap Peran Teman Sebaya dan Moral Disengagement dengan Perilaku Cyberbullying Pada Siswa SMS di Surabaya*.

Kpai.go.id. 2020. Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020, Begini Kata Komisioner KPAI. Diunduh pada Tanggal 24 Mei 2022 Pukul 09:37 WIB. <https://www.kpai.go.id>

Kustanti, E. R. (2015). *Gambaran Bullying pada Pelajar di Kota Semarang*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro: *Jurnal Psikologi Undip* Vol.14 No.1, 29-39.

Masitah, I. M. (2014). *Hubungan Kontrol Diri dan Iklim Sekolah dengan Perilaku Bullying*.

Monks, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. (2014). *Psikologi Perkembangan : Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta. Gadjah Mada University Press.

Noviandari, R. P. (2018). *Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan Analisis Transaksional Teknik Role Playing Terhadap Penurunan Bullying*.

Nurfarhanah, S. S. (2012). Hubungan antara kemandirian emosi dengan motivasi belajar. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 1, 1-9.

- Qodar, N. (2015). Survei ICRW: 84% anak Indonesia alami kekerasan di sekolah. diunduh pada Tanggal 24 Mei 2022 Pukul 11:47 WIB. <https://liputan6.com>.
- Radarbanyuwangi.jawapos.com. 2022. Aksi Bullying Libatkan Anak-Anak, Viral di Medsos. Diunduh Pada Tanggal 23 Juni 2022 jam 10:07 WIB. <https://radarbanyuwangi.jawapos.com>
- Salmi. (2018). *Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Bullying Siswa*.
- Setiawan, A. (2019). *Hubungan Kontrol Diri dengan Kecendrungan Perilaku Bullying Pada Siswa SMP N 15 PADANG*.
- Sugiono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D, (Bandung, ALVABETA), h. 117
- Taufik. (2014). Mencegah dan Mengatasi Tingkah Laku Bullying Melalui Layanan Bimbingan kelompok. In *Proceeding Guidance and Counseling International Seminar and Workshop*.
- Tvonenews.com. 2022. Miris, Gara-gara di *Bully* Teman Sekelas, Seorang Siswa di Banyuwangi Harus Jalani Amputasi Tulang Paha. Diunduh Pada Tanggal 25 Mei 2022 jam 20:23 WIB. <https://www.tvonenews.com>
- Wahyono, A. (2016). *Psikologi Massa*. Semarang.
- Wahyuni, F. (2020). *Hubungan Antara Self Control dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bengkulu*.
- Wicaksana, A. I. (2017). *hubungan antara kontrol diri dan perilaku bullying di sekolah*.
- Wiyani, N.A., (2012). *Save Our Children From School Bullying*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Yessy, Nur Endah Sary. 2015. *Buku Ajar Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta:Parama Publishing.