

KETERKAITAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU BULLYING SISWA KELAS VIII DI SMP

Roy Kukuh Prasetyo¹, Dini Rakhmawati², Primaningrum Dian³

^{1,2}Universitas PGRI Semarang

e-mail: roykukuh12@gmail.com¹,

Abstract: Some students have low self-control, such as getting angry easily when doing difficult tasks. Some students also tend to bully, such as calling friends by nicknames. The purpose of this study was to determine the relationship between self-control and bullying behavior of class VIII students at SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati. The research hypothesis is that there is a relationship between self-control and bullying behavior of class VIII students at SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati. The study used a quantitative approach with a survey design. The results of the study showed that there was a negative and significant relationship between self-control and bullying behavior of class VIII students at SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati with a 2-tailed significance value of $0.000 < 0.05$. The degree of relationship correlates with the strong category in the form of a negative relationship. The higher the self-control variable, the lower the bullying behavior variable. Likewise, the higher the bullying behavior variable, the lower the student's self-control variable.

Keywords: self-control, bullying behavior

Abstrak: Beberapa siswa memiliki kontrol diri rendah, seperti mudah marah ketika mengerjakan tugas yang sulit. Beberapa siswa juga memiliki kecenderungan melakukan *bullying*, seperti: memanggil teman dengan nama julukan. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati. Hipotesis penelitian adalah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei. Hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati dengan nilai signifikansi *2-tailed* $0,000 < 0,05$. Derajat hubungan berkorelasi dengan kategori kuat dalam bentuk hubungan negatif. Semakin tinggi variabel kontrol diri, maka semakin rendah variabel perilaku *bullying*. Begitupun sebaliknya semakin tinggi variabel perilaku *bullying*, maka semakin rendah variabel kontrol diri siswa.

Kata kunci: kontrol diri, perilaku *bullying*

A. PENDAHULUAN

Perilaku *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 ketidakseimbangan kekuatan (Noviandari, *et al.*, 2022: 4). *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.

Banyak faktor yang memengaruhi siswa melakukan tindakan *bullying*, salah satunya adalah memiliki kontrol diri yang rendah. Kontrol diri adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan dorongan yang berasal dari dalam diri ataupun dorongan dari luar orang tersebut. Seseorang dengan kemampuan kontrol diri baik dapat mengambil keputusan dan langkah efektif guna menghasilkan tindakan diinginkan dan menghindari konsekuensi dari apa yang tidak diinginkan (Azzahra, *et al.*, 2024: 5). Ciri-ciri individu yang memiliki kontrol diri baik menurut Logue dan Forzano (dalam Paragita, 2022: 35), yaitu: (1) tekun dan tetap bertahan dengan tugas yang harus dikerjakan; (2) dapat mengubah perilaku menyesuaikan dengan aturan yang berlaku; (3) tidak menunjukkan perilaku yang emosional; dan (4) bersifat toleran.

Hasil analisis dari AKPD di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati pada bulan September 2024, diketahui beberapa permasalahan, yaitu: siswa gampang marah tanpa tahu penyebabnya sebesar 1,79%. Siswa belajar di rumah kalau disuruh orangtua sebesar 1,20%. Siswa belajar jika akan ada ulangan atau ujian saja sebesar 1,00%. Siswa malas untuk belajar sebesar 0,68%. Selanjutnya, siswa belum tahu tentang *bullying* dan cara menyikapinya sebesar 1,73%. Beberapa permasalahan tersebut, merupakan kriteria dari kurangnya kontrol diri dan adanya kecenderungan perilaku *bullying*.

Hasil wawancara kepada beberapa siswa, diketahui bahwa terdapat beberapa siswa memilih tidak menjawab ketika mendapatkan tugas yang sulit dikerjakan. Beberapa siswa masih canggung ketika mendapat peraturan baru di sekolah, seperti perubahan jadwal piket kelas. Beberapa siswa masih mudah marah ketika mengerjakan tugas yang sulit. Beberapa siswa enggan memberikan bantuan ketika teman lain mengalami kesulitan belajar. Beberapa siswa pernah memanggil teman dengan nama julukan. Beberapa siswa pernah menjauhi temannya supaya tidak satu kelompok. Beberapa siswa tidak peduli jika ada teman yang dipukul oleh teman yang lain, karena tidak ingin ikut campur masalah mereka.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada salah satu guru BK yang menyatakan bahwa masih terdapat beberapa siswa yang kurang tekun dalam belajar dan mengerjakan tugas dari guru. Beberapa siswa masih kesulitan dalam mengikuti peraturan baru, seperti perubahan jam pelajaran. Beberapa siswa kesulitan dalam mengendalikan emosinya ketika mengerjakan tugas yang sulit. Beberapa siswa terlihat egois kepada teman lain ketika mengalami kesulitan belajar. Selain itu, terdapat beberapa siswa memanggil temannya dengan nama julukan. Masih terdapat siswa yang dijauhi teman sekelompoknya. Mengatasi siswa yang melakukan pemukulan dengan memanggil siswa yang bersangkutan, memberikan bimbingan konseling, dan pelaporan kepada pihak wali siswa.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Akollo (2022) bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan berperilaku *bullying* pada siswa. Siswa dengan kontrol diri yang rendah akan memiliki kelemahan dalam mengontrol, mengarahkan, mengatur dan mengendalikan dorongan dari dalam dirinya sehingga dapat memunculkan perilaku menyimpang yang membawa kepada konsekuensi negatif, seperti kecenderungan berperilaku *bullying*. Sebaliknya kontrol diri yang tinggi pada siswa dapat mengurangi ataupun menurunkan kecenderungan untuk berperilaku *bullying*.

Lebih lanjut, Azzahra, *et al.*, (2024) menyatakan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan berperilaku *bullying*. Siswa dengan kontrol diri rendah akan memiliki kelemahan dalam mengontrol, mengarahkan, mengatur dan mengendalikan dorongan-dorongan dari dalam diri, sehingga memunculkan perilaku menyimpang seperti kecenderungan berperilaku *bullying*. Sebaliknya kontrol diri yang tinggi pada siswa dapat mengurangi ataupun menurunkan kecenderungan untuk berperilaku *bullying*.

Selanjutnya, hasil penelitian Annisa (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying*. Semakin rendah kontrol diri pada siswa maka semakin tinggi perilaku *bullying* pada diri siswa. Hasil tersebut diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Permatasari, *et al.*, (2024) bahwa adanya hubungan kontrol diri dengan perilaku

perundungan (*bullying*) pada siswa. Hubungan tersebut menunjukkan hubungan yang negatif, karena semakin tinggi kontrol diri siswa maka semakin rendah perilaku perundungan (*bullying*) siswa atau sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku perundungan (*bullying*) siswa.

Berdasarkan hasil AKPD, hasil wawancara kepada beberapa siswa, dan hasil wawancara guru BK, peneliti menemukan adanya permasalahan terkait rendahnya kontrol diri dan adanya kecenderungan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati. Peneliti mempunyai gagasan untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku *Bullying* Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati”.

B. LANDASAN TEORI

1. Perilaku *Bullying*

Bullying diartikan sebagai tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang-ulang oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang dianggap lebih lemah daripadanya, sehingga pelaku tersebut sengaja dan memiliki tujuan membuat korban terluka secara fisiknya atau secara emosional (Coloroso dalam Sari, 2020: 330). *Bullying* merupakan perilaku yang sangat tidak baik dan tidak senonoh yang dilakukan dengan sengaja untuk membuat seseorang yang dianggapnya lebih lemah dan menyakitinya dengan tindakan yang bisa dilakukan dengan cara berwujud fisik, verbal dan psikologis. Perilaku *bullying* terbagi dalam beberapa aspek (Sejiwa dalam Akollo, 2022: 39), yaitu sebagai berikut.

- a. *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, memukul, dan menendang.
- b. *Bullying* verbal atau *bullying* non fisik, yaitu jenis *bullying* yang masih dapat dilihat dan terdeteksi oleh indra pendengaran, misalnya: memaki, menghina atau menjuluki.
- c. *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.

2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan sekitarnya (Caniago, 2018: 18). Menurut Logue dan Forzano (dalam Paragita, 2022: 25) ciri-ciri seseorang yang memiliki kontrol diri yang baik, yaitu sebagai berikut.

- a. Tekun dan tetap bertahan dengan tugas yang harus dikerjakan, walaupun menghadapi banyak hambatan.
- b. Dapat mengubah perilaku menyesuaikan dengan aturan dan norma yang berlaku dimanapun berada.
- c. Tidak menunjukkan perilaku yang emosional atau meledak-meledak.
- d. Bersifat toleran atau dapat menyesuaikan diri terhadap situasi yang tidak dikehendaki.

3. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati.

C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan siswa kelas VIII dan guru BK. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati berjumlah 156 siswa sekaligus sebagai sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik non tes dengan melakukan observasi menggunakan skala psikologis (Sugiyono, 2017). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kontrol diri dan skala perilaku *bullying*. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif. Uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Pearson*.

D.HASIL PENELITIAN

Data hasil skala kontrol diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati tiap aspek, dapat disajikan melalui tabel sebagai berikut.

Tabel 1. Hasil Skala Kontrol Diri Tiap Aspek

No.	Aspek	Persentase	Kategori
1.	Tekun dan tetap bertahan dengan tugas yang harus dikerjakan	84%	Sangat baik
2.	Dapat mengubah perilaku menyesuaikan dengan aturan yang berlaku	84%	Sangat baik
3.	Tidak menunjukkan perilaku yang emosional	83%	Sangat baik
4.	Bersifat toleran	83%	Sangat baik
Total Rata-Rata		84%	Sangat baik

Hasil skala kontrol diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 84% dalam kategori sangat baik. Pada aspek I tekun dan tetap bertahan dengan tugas yang harus dikerjakan, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 84% dalam kategori sangat baik. Pada aspek II dapat mengubah perilaku menyesuaikan dengan aturan yang berlaku, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 84% dalam kategori sangat baik. Pada aspek III tidak menunjukkan perilaku yang emosional, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 83% dalam kategori sangat baik. Pada aspek IV bersifat toleran, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 83% dalam kategori sangat baik.

Data hasil skala perilaku *bullying* tiap aspek, dapat disajikan melalui tabel sebagai berikut.

Tabel 2. Hasil Skala Perilaku *Bullying* Tiap Aspek

No.	Aspek	Persentase	Kategori
1.	<i>Bullying</i> fisik	42%	Cukup sering
2.	<i>Bullying</i> verbal	45%	Cukup sering
3.	<i>Bullying</i> mental atau psikologis	36%	Tidak sering
Total Rata-Rata		42%	Cukup sering

Hasil skala perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 42% dalam kategori cukup sering. Pada aspek I *bullying* fisik, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 42% dalam kategori cukup sering. Pada aspek II *bullying* verbal, diperoleh nilai rata-rata

persentase sebesar 45% dalam kategori cukup sering. Pada aspek III *bullying* mental atau psikologis, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 36% dalam kategori tidak sering.

E. PEMBAHASAN

Hasil skala kontrol diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, diketahui bahwa siswa tekun belajar agar mendapatkan nilai yang tinggi, siswa tetap menyelesaikan tugas meskipun sulit, dan siswa mengerjakan tugas dengan mencari beberapa referensi. Siswa dapat mengikuti aturan yang baru dari sekolah. Siswa juga dapat menerima dan melaksanakan perubahan jadwal piket kelas. Siswa mengerahkan kemampuan yang dimiliki dalam mengerjakan tugas. Siswa tetap tenang meskipun mendapatkan tugas yang sulit. Selain itu, siswa berusaha mencari solusi dari masalah tanpa meluapkan emosi kepada teman lainnya. Siswa dengan senang hati membantu teman lain dalam memahami materi pelajaran. Siswa juga menghargai perbedaan keyakinan teman lainnya.

Hasil skala perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, diketahui bahwa terdapat siswa yang cukup sering memukul teman di sekolah karena tidak menyukainya. Siswa juga cukup sering menampar teman satu kelas karena tidak memberikan contekan. Siswa cukup sering memukul orangtua karena tidak memberikan uang saku. Selain itu, siswa cukup sering menendang teman lain karena tidak membagi uang saku. Terdapat siswa cukup sering memberikan nama julukan kepada teman lainnya. Siswa cukup sering memaki teman karena berbeda pendapat. Siswa juga cukup sering menghina teman lainnya ketika memakai pakaian yang kusam. Selain itu, siswa cukup sering memaki teman ketika nilai yang diperolehnya jelek. Terdapat siswa mengucilkan teman satu kelas karena kurang bergaul. Siswa juga memfitnah teman bolos sekolah tanpa adanya bukti yang jelas. Selain itu, siswa mengancam teman jika tidak memberikan jawaban dari tugas yang diberikan oleh guru.

Hasil uji normalitas dengan taraf kesalahan 5% atau 0,05 menunjukkan bahwa nilai *Sig.* data hasil instrumen skala kontrol diri dan skala perilaku *bullying* siswa

kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, sebesar $0,200 > 0,05$, maka dapat dikatakan berdistribusi normal. Dapat disimpulkan bahwa data instrumen skala kontrol diri dan skala perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, dikatakan berdistribusi normal.

Hasil uji linearitas data instrumen skala kontrol diri dan skala perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, diperoleh nilai signifikansi (*Sig.*) sebesar $0,062 > 0,05$, maka dapat dikatakan linear. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati.

Hasil uji korelasi *Pearson* yang telah dilakukan antara variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati, diperoleh nilai signifikansi *2-tailed* $0,000 < 0,05$, maka dapat dikatakan berkorelasi. Bentuk hubungan antara variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *bullying* adalah negatif. Derajat hubungan variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *bullying* dalam uji korelasi *Pearson* dengan nilai *Pearson Correlation* $-0,765 > 0,61$, maka variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *bullying* berkorelasi dengan kategori kuat dalam bentuk hubungan negatif. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati. Semakin tinggi variabel kontrol diri, maka semakin rendah variabel perilaku *bullying*. Begitupun sebaliknya semakin tinggi variabel perilaku *bullying*, maka semakin rendah variabel kontrol diri siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Azzahra, *et al.*, (2024) bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan berperilaku *bullying*. Siswa dengan kontrol diri rendah memiliki kelemahan dalam mengontrol, mengarahkan, mengatur dan mengendalikan dorongan-dorongan dari dalam diri, sehingga dapat memunculkan perilaku menyimpang, seperti kecenderungan berperilaku *bullying*. Sebaliknya kontrol diri tinggi siswa dapat mengurangi ataupun menurunkan kecenderungan untuk berperilaku *bullying*. Selanjutnya, hasil penelitian Annisa (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan

perilaku *bullying*. Semakin rendah kontrol diri pada siswa maka semakin tinggi perilaku *bullying* pada diri siswa.

Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Setiawan (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying*. Semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku *bullying* siswa. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kontrol diri siswa, semakin tinggi kecenderungan perilaku *bullying* siswa. Sedangkan dalam penelitian ini, terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati. Semakin tinggi variabel kontrol diri, maka semakin rendah variabel perilaku *bullying*. Begitupun sebaliknya, semakin tinggi variabel perilaku *bullying* maka semakin rendah variabel kontrol diri siswa.

F. PENUTUP

Hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati dengan nilai signifikansi *2-tailed* $0,000 < 0,05$. Derajat hubungan variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *bullying* dalam uji korelasi *Pearson* dengan nilai *Pearson Correlation* $- 0,765 > 0,61$, maka variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *bullying* berkorelasi dengan kategori kuat dalam bentuk hubungan negatif. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tlogowungu Pati. Semakin tinggi variabel kontrol diri, maka semakin rendah variabel perilaku *bullying*. Begitupun sebaliknya semakin tinggi variabel perilaku *bullying*, maka semakin rendah variabel kontrol diri siswa.

G. DAFTAR RUJUKAN

- Akollo, Jane Gresia. 2022. *Hubungan Antara Kontrol Diri Siswa dengan Kecenderungan Berperilaku Bullying*. Tangkoleh Putai. Vol.19, No.1.
- Annisa, Winda. 2022. *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Bullying Pada Siswa SMA Setia Budi Abadi Perbaungan*. Medan: Universitas Medan Area.
- Azzahrah, Alwi, dan Halima. 2024. *Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar*. *Social Philantropic: Jurnal Kajian Ilmu Sosial dan Psikologi*. Vol.2, No.2. ISSN: 3025-8669.
- Caniago, Deni Oktariska. 2018. *Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa SMAN 1 Pariangan*. Skripsi. Batusangkar: Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.
- Noviandari, Padillah, dan Rhomadoni. 2022. *Hubungan Self Control terhadap Perilaku Bullying pada Remaja di SMP Negeri 2 Banyuputih*. *Bimbingan dan Konseling Banyuwangi*. Vol.1, No.1. <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/bikangwangi>.
- Paragita, Annisa. 2022. *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI di SMA Nurul Amaliyah Tanjung Morawa*. Medan: Universitas Medan Area.
- Permatasari, Kusdaryani, dan Setiawan. 2024. *Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Perundungan pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Bangsri*. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*. Volume 4 Nomor 1.
- Sari, Siti Komala. 2020. *Pengaruh Perilaku Bullying terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII MTs Esa Nusa Islamic School Binong-Tangerang*. *JM2PI: Jurnal Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam*. Vol.01, No.02. <http://e-journal.stit-islamic-village.ac.id/index.php/JM2PI>.
- Setiawan, Andre. 2019. *Hubungan Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku Bullying pada Siswa SMP N 15 Padang*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.

