

## Hubungan Kontrol Diri Dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja Di SMPN 29 Batam

Yulinda Laska<sup>1</sup>, Rici Gusti Maulani<sup>2</sup>, Siti Nurlela<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Sarjana dan Profesi Pendidikan Kebidanan, Universitas Awal Bros

Email: <sup>1</sup>yulinda2laska@gmail.com, <sup>2</sup>okerici345@gmail.com, <sup>3</sup>snurlela989@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: [yulinda2laska@gmail.com](mailto:yulinda2laska@gmail.com)

### Article History:

Received Aug 7<sup>th</sup>, 2024

Revised Aug 9<sup>th</sup>, 2024

Accepted Aug 14<sup>th</sup>, 2024

### Abstrak

**Latar Belakang:** Remaja identik dengan emosi yang bergejolak tetapi memiliki pengendalian diri belum sempurna. Belakangan ini kasus-kasus lepas kendali diri terjadi pada remaja akibat kurangnya kontrol diri. Rendahnya kontrol diri mengarah pada keterlibatan remaja dalam tindakan agresif seperti *bullying*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling (simple random sampling)* sebanyak 87 responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data menggunakan uji statistik *chi square*. **Hasil:** Dari penelitian ini didapatkan hasil dari 87 responden sebagian besar remaja yang memiliki kontrol diri rendah melakukan *bullying* dan bertindak sebagai pelaku *bullying* yaitu sebanyak 43 orang (91,5%), sedangkan remaja yang memiliki kontrol diri tinggi yang melakukan *bullying* sebanyak 1 orang (2,5%). Hasil uji *chi square* dengan *p* value 0,000 lebih kecil dari 0,05. **Kesimpulan dan Saran:** Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam. Saran pada penelitian ini diharapkan bagi remaja untuk dapat menambah informasi mengenai cara meningkatkan kontrol diri dan bagi institusi pendidikan dapat memberikan pendidikan mengenai kontrol diri kepada remaja sebagai bentuk edukasi untuk meningkatkan kontrol diri pada remaja dan pencegahan terjadinya *bullying*.

### Kata Kunci : Kontrol Diri, *Bullying*, Remaja

### Abstract

**Background:** Adolescents are synonymous with turbulent emotions but have imperfect self-control. Recently, cases of loss of self-control have occurred in adolescents due to lack of self-control. Low self-control leads to adolescent involvement in aggressive actions such as *bullying*. The aim of this research is to determine the relationship between self-control and *bullying* incidents in adolescents at SMPN 29 Batam. **Methods:** This research uses quantitative research methods with analytical correlation research with a *crosssectional* approach. The sampling technique used *probability sampling (simple random sampling)* with a total of 87 respondents. The research instrument used was a questionnaire. Data analysis used the *chi square* statistical test. **Result:** From this research, the results obtained from 87 respondents were that most teenagers who had low self-control carried out *bullying* and acted as perpetrators of *bullying*, namely 43 people (91.5%), while 1 teenager who had high self-control carried out *bullying* (2.5%). *Chi square* test results with *p* value 0.000 less than 0.05. **Conclusions:** It can be concluded that there is a significant relationship between self-control and the incidence of *bullying* in adolescents at SMPN 29 Batam. The suggestions in this research are expected for adolescents to be able to add information about how to increase self-control and for educational institutions to provide education about self-control to adolescents as a form of education to increase self-control in adolescents and prevent *bullying*.

**Keyword :** Self-Control, *Bullying*, Adolescents

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja identik dengan emosi yang bergejolak tetapi memiliki pengendalian diri yang belum sempurna [1]. Hal ini terjadi karena dimasa ini, remaja mengalami perubahan fisik dan hormonal sehingga remaja belum matang secara emosional dan belum mampu menyesuaikan diri di lingkungan. Belakangan ini kasus-kasus lepas kendali diri terjadi pada remaja akibat kurangnya kontrol diri. Individu yang memiliki pengendalian diri rendah tidak hanya lebih rentan terhadap situasi berisiko, tetapi mereka juga cenderung impulsif, tidak peka, berpikiran sempit, dan cepat marah yang menyebabkan mereka melakukan perilaku berisiko tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari tindakan mereka [2].

Lemahnya pengendalian diri mengarah pada keterlibatan seseorang dalam tindakan agresif seperti *bullying*, tawuran dan kekerasan lainnya [3]. Sejalan dengan data dari survey *American Psychological Association (APA)* yaitu 71% responden percaya bahwa pengendalian diri dapat dipelajari dan diperkuat [4]. Kontrol diri sangat diperlukan pada remaja mengingat kejadian *bullying* sering terjadi pada masa remaja. Pelaku *bullying* biasanya temperamental dan tidak memiliki kontrol diri yang baik [5]. Saat ini *bullying* menjadi perilaku kekerasan fisik maupun psikis yang paling sering dilakukan oleh remaja [6].

Hal ini sesuai dengan data dari *World Health Organization (WHO)* tahun 2024 melaporkan rata-rata 6% remaja melakukan *bullying* terhadap orang lain di sekolah dan sekitar 11% remaja mengalami perundungan di sekolah dan 12% remaja melaporkan adanya perundungan di internet [7]. Di Indonesia, data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Tahun 2020 kejadian *bullying* di pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan terus meningkat [8]. Kejadian *bullying* sering terjadi di sekolah dan paling banyak terjadi di Sekolah Menengah Pertama (SMP), hal ini didukung dari data Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) yang mencatat kasus perundungan di satuan pendidikan, 50% perundungan terjadi dijenjang SMP, 30% terjadi di jenjang SD, 10% terjadi dijenjang SMA dan 10% terjadi di jenjang SMK [9].

Di Provinsi Kepulauan Riau, persentase siswa yang mengalami perundungan pada tahun 2021 yaitu sebesar 16,96 % [10]. Tingginya kejadian *bullying* di Provinsi Kepulauan Riau mendorong peneliti untuk mencari data kasus *bullying* yang terjadi di Kota Batam. Kejadian *Bullying* di Kota Batam berdasarkan berita dari Tribun Batam, di kelurahan Tanjung Sengkuang terdapat kasus perundungan pada remaja berusia 15 tahun, korban mendapat pemukulan di bagian belakang kepala oleh teman sebaya. Sehingga berakibat mengalami cedera serius meninggal dunia [11].

Kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif sehingga remaja dapat berpikir sebelum bertindak. Remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan memperkecil peluang kejadian *bullying* [12]. Dengan kontrol diri yang tinggi, remaja mempertimbangkan konsekuensi yang dihadapi sehingga mereka tidak melakukan tindakan *bullying* terhadap temannya [13]. Oleh karena itu, kontrol diri sangat penting untuk mengurangi *bullying* [14]. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jane (2022) yang menunjukkan bahwa kontrol diri mempunyai hubungan signifikan terhadap kecenderungan berperilaku *bullying* [15].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMPN 29 Batam kepada 10 orang remaja didapatkan hasil bahwa 9 dari 10 orang remaja pernah melakukan *bullying* verbal, 7 dari 10 orang melakukan *bullying* relasional, 6 dari 10 orang pernah melakukan *cyber bullying* dan 3 dari 10 orang pernah melakukan *bullying* fisik. Serta mayoritas remaja bertindak sebagai pelaku *bullying*. Selain itu berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK, remaja telah diberikan pendidikan mengenai *bullying* tetapi kejadian *bullying* masih terjadi. Hal ini disebabkan karena rendahnya kontrol diri yang dimiliki oleh remaja.

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas, maka Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Kontrol Diri dengan Kejadian *Bullying* Remaja di SMPN 29 Batam. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam dan harapannya dengan adanya peningkatan kontrol diri, kejadian *bullying* dapat dicegah.

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi analitik untuk mengkaji hubungan antara kontrol diri dengan kejadian *bullying* tanpa melakukan intervensi pada subjek yang diteliti [16]. Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dimana waktu pengukuran dan pengambilan data dilakukan secara bersamaan dalam satu waktu melalui pengisian kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 29 Batam yang berjumlah 653 siswa. Berdasarkan perhitungan dari rumus slovin didapatkan jumlah sampel sebanyak 87 siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 29 Batam. Teknik sampling yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Data yang telah dikumpulkan kemudian dilakukan analisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Analisis Univariat

#### a. Kontrol Diri Remaja di SMPN 29 Batam

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kontrol Diri Remaja di SMPN 29 Batam

No	Kontrol Diri	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Rendah	47	54%
2	Tinggi	40	46%
<b>Total</b>		<b>87</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1. diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kontrol diri yang rendah sebanyak 47 orang (54%) sedangkan responden yang memiliki kontrol diri tinggi sebanyak 40 orang (46%).

#### b. Kejadian *Bullying* pada Remaja di SMPN 29 Batam

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian *Bullying* Pada Remaja di SMPN 29 Batam

No	Kejadian <i>Bullying</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Pelaku <i>Bullying</i>	44	50,6%
2	Korban <i>Bullying</i>	43	49,4%
<b>Total</b>		<b>87</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2. diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden melakukan *bullying* atau bertindak sebagai pelaku *bullying* sebanyak 44 orang (50,6%) sedangkan responden yang mengalami *bullying* atau menjadi korban *bullying* sebanyak 43 orang (49,4%).

## 3.2 Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Kontrol Diri Dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja di SMPN 29 Batam

Kontrol Diri	Kejadian <i>Bullying</i>				Total		PValue	OR
	Pelaku		Korban		f	%		
	f	%	f	%				
Rendah	43	91,5%	4	8,5%	47	100%	0,000	Lower 3,805
Tinggi	1	2,5%	39	97,5%	40	100%		Upper 8,272
Total	44	50,6%	43	49,4%	87	100%		

Berdasarkan tabel 3. diatas didapatkan bahwa sebagian besar remaja yang memiliki kontrol diri rendah melakukan *bullying* dan bertindak sebagai pelaku *bullying* yaitu sebanyak 43 orang (91,5%) dan sebagian kecil remaja dengan kontrol diri rendah mengalami *bullying* sebanyak 4 orang (8,5%), sedangkan remaja yang memiliki kontrol diri tinggi yang melakukan *bullying* sebanyak 1 orang (2,5%).

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* didapatkan nilai *Pvalue*  $0,000 < 0,05$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam dengan mayoritas remaja yang memiliki kontrol diri rendah bertindak sebagai pelaku *bullying*. Remaja yang memiliki kontrol diri rendah lebih beresiko 3,805 kali lipat menjadi pelaku *bullying* dan paling besar lebih beresiko sebesar 8,272 kali lipat menjadi pelaku *bullying* dibandingkan dengan remaja yang memiliki kontrol diri tinggi.

## 3.3 Pembahasan

### a. Kontrol Diri Remaja di SMPN 29 Batam

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki kontrol diri yang rendah. Individu dengan pengendalian diri yang rendah akan memiliki performa kerja yang lebih buruk, implusivitas yang lebih rendah, stabilitas harga diri yang rendah, dan kurangnya hubungan interpersonal yang baik [3]. Kontrol diri rendah bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, pola asuh orang tua, dukungan keluarga dan lingkungan sosial ekonomi. Usia remaja yang belum memiliki banyak pengalaman dan memiliki keterbatasan dalam pengaturan diri pada proses perkembangan psikososial pada masa remaja membuat remaja lebih rentan terpengaruh dengan lingkungan diluar dirinya sehingga cenderung memiliki kontrol diri yang rendah. Pada lingkungan remaja sebagai seorang pelajar terdapat beberapa elemen yang akan mempengaruhi proses kontrol diri remaja diantaranya pola pengasuhan yang diterapkan orang tua, kondisi sosial teman-teman sebayanya serta kebudayaan yang diterapkan di lingkungan sekitar rumah secara tidak langsung akan memberikan pengaruh pada proses kontrol diri yang dimiliki remaja [17].

Oleh karena itu, untuk mengontrol diri dari perilaku menyimpang ada peran dari orang-orang terdekat yaitu orangtua dan keluarga. Pengasuhan positif akan membentuk

kontrol diri yang positif juga bagi anak. Salah satu penyebab kurangnya kontrol diri pada individu adalah lingkungan keluarga salah satunya dengan metode pola asuh otoriter yang diberikan orang tua pada anak. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan kontrol diri seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian Ulfa (2021) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi pola asuh otoriter maka semakin rendah kontrol diri seseorang.

Kontrol diri yang kurang baik dalam diri seorang individu akan menciptakan proses untuk merespon suatu kejadian yang negatif, karena ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi dan melihat kejadian secara rasional dan obyektif [18]. Individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung impulsif, tidak peka, berpikiran sempit, cepat marah sehingga melakukan perilaku berisiko tanpa mempertimbangkan potensi konsekuensi jangka panjang dari tindakan mereka. Para peneliti berpendapat bahwa mereka yang memiliki pengendalian diri yang rendah tidak hanya lebih rentan terhadap situasi berisiko namun juga terlibat dalam perilaku provokatif [2].

Beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kontrol diri yaitu dengan *self management*, cara yang bisa dipraktikkan adalah seperti membuat daftar tugas dan jadwal yang mengatur kegiatan agar kegiatan yang dilakukan lebih terorganisir dan lebih efektif, latihan pengaturan emosi dengan teknik meditasi dan pernapasan saat dalam kondisi marah, kecewa, berduka, sedih dan lainnya [19].

Selain itu konseling sebaya dalam Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIKR) juga dapat dilakukan sebagai upaya untuk saling mengingatkan, saling mengontrol antar teman sebaya terhadap permasalahan remaja yang dihadapi. Hal ini sangatlah efektif mengingat remaja pada umumnya lebih terbuka dengan teman sebayanya dibandingkan dengan guru atau orang tuanya. Sehingga dengan model konselor sebaya diharapkan proses konseling yang ada dalam PIKR bisa lebih optimal dalam meningkatkan kontrol diri remaja [20].

Alternatif lain untuk pelaksanaan layanan disekolah yang dapat digunakan untuk mengatasi rendahnya kontrol diri siswa diantaranya melalui bimbingan klasikal. Fungsi dari bimbingan klasikal adalah sebagai bentuk preventif atau pencegahan untuk menghindari diri dari terjadinya tingkah laku yang tidak diharapkan ataupun membahayakan diri sendiri maupun orang lain. Layanan bimbingan klasikal mampu efektif dalam meningkatkan konsep diri, percaya diri, dan kontrol diri siswa [21].

Peneliti mengasumsikan bahwa kontrol diri mempengaruhi cara seseorang berperilaku. Semakin tinggi kemampuan kontrol diri maka semakin tinggi pengendalian tingkah laku individu. Kontrol diri yang tinggi dapat membantu remaja untuk mengatur dan mengontrol dorongan dari dalam diri sehingga menghasilkan tindakan yang tidak menyimpang.

## b. Kejadian *Bullying* pada Remaja di SMPN 29 Batam

Kejadian *bullying* melibatkan ketidakseimbangan kekuatan dan kekuasaan, jika salah satu dari berikut terjadi pada seorang siswa, maka dianggap sebagai pelaku *bullying* : pertama, remaja mengucapkan kata-kata yang dapat menyakiti atau memperlakukan orang lain dengan tidak menyenangkan dan hanya untuk kesenangan diri sendiri; kedua, mengabaikan atau mengucilkan orang lain dalam kelompoknya; ketiga, memukul, menendang, mendorong, mengguncang, atau mengancam orang lain atau keempat, berbohong dan menyebarkan bohong agar orang tidak disukai atau terluka [22]

Pelaku *bullying* umumnya seorang anak yang berfisik besar dan kuat, namun tidak jarang juga bertubuh kecil namun memiliki dominasi psikologis yang besar di kalangan

teman-temannya. Pelaku mempunyai kekuatan dan kekuasaan di atas korbannya. Pelaku *bullying* umumnya temperamental, mereka melakukan *bullying* terhadap anak lain sebagai pelampiasan kekesalan dan kekecewaan [23].

Hal ini sejalan dengan penelitian Syam (2019) yang menyatakan bahwa *bullying* biasanya terdiri dari dua elemen utama yaitu pelaku dan korban. Pelaku *bullying* memiliki karakteristik yaitu mereka lebih kuat secara fisik dibandingkan korban, mereka tidak mengalami empati, melihat kekerasan dengan cara yang positif, agresif terhadap teman sebaya dan orang dewasa, tidak memiliki kemampuan untuk mengontrol diri, sering memaksa korban, berada dalam kelompok negatif, dan mereka berasal dari keluarga yang mengabaikan, keras, dan otoriter.

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan remaja menjadi pelaku *bullying* antara lain perbedaan berdasarkan kelas sosial, ekonomi, agama, gender, etnis, atau rasisme, senioritas, lingkungan keluarga dan karakteristik individu itu sendiri. Pada dasarnya, perbedaan individu dengan kelompoknya dapat mengarah pada kejadian *bullying*, senioritas sering disalahartikan dan digunakan sebagai alasan untuk membully junior. Selain itu, masalah-masalah dalam keluarga yang begitu kompleks, seperti ketidakhadiran ayah, ibu mengalami depresi, kurangnya komunikasi antara orang tua dan anak, perceraian, ketidakharmonisan antara hubungan kedua orang tua dapat menyebabkan tindakan agresi yang signifikan. Kemudian karakteristik Individu seperti perasaan dendam atau iri hati kepada korban, adanya semangat untuk bisa menguasai korban dengan kekuasaan fisik dan untuk meningkatkan popularitas di kalangan teman sepermainan juga menjadi salah satu alasan melakukan *bullying* [22].

Dampak *bullying* tidak hanya berdampak negatif bagi korban, tetapi juga berdampak bagi pelaku *bullying*. Hal ini sejalan dengan penelitian Zain (2021) yaitu pelaku *bullying* akan menumbuhkan perasaan arogan dan merasa kuat, sehingga pelaku *bullying* menjadi pribadi yang tidak mengenal tenggang rasa. Selain itu pelaku *bullying* berpotensi menjadi pelaku kriminal di kemudian hari. Sedangkan korban perilaku *bullying* dapat mengalami berbagai macam gangguan yaitu meliputi kesejahteraan psikologis yang rendah dimana terjadinya rasa tidak nyaman pada korban, rendah diri, adanya rasa takut ke sekolah, jauh dari pergaulan, bahkan mempunyai keinginan untuk bunuh diri daripada harus menghadapi tekanan dan hinaan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Agisyaputri (2023) yaitu dampak dari *bullying* adalah kesehatan mental korban menjadi buruk seperti rasa cemas yang tinggi bahkan menyebabkan depresi. Depresi pada remaja dapat berdampak buruk, salah satunya seperti perubahan pikiran yaitu adanya ide untuk bunuh diri.

Upaya yang dapat dilakukan untuk menangani kejadian *bullying* antara lain melalui kerjasama antara sekolah, guru, orang tua dan masyarakat untuk mengatasi tindakan *bullying* terhadap remaja. Diantara upaya yang bisa dilakukan diantaranya: Pertama, sekolah dapat membuat suasana yang kondusif untuk dapat mencegah tindakan *bullying*. Membuat konsep sekolah tanpa *bullying* perlu digaungkan sedini mungkin kepada siswa dan juga kepada orang tua siswa [24].

Kedua, langkah-langkah yang harus diambil oleh guru untuk menangani insiden *bullying* termasuk melihat gejala-gejala perubahan pada siswa, tetap tenang sambil meyakinkan bahwa ia telah mendapat perlindungan dari pelaku, melaporkan kepada pihak sekolah untuk segera dilakukan penyelidikan, meminta guru BK di sekolah untuk menyelidiki apa yang telah terjadi, dan mengajarkan siswa cara menghadapi *bullying*, seperti berani memandang mata si pembully, tidak berjalan sendirian, tetap tenang dalam situasi apapun.

Ketiga, orang tua memiliki juga peran yang sangat penting dalam mencegah dan menangani *bullying*. Menaruh rasa percaya pada anak adalah cara yang efektif untuk mencegah *bullying* karena dapat menciptakan rasa saling percaya dan keterbukaan antara anak dan orang tua. Selain itu, tetaplah menjadi pendengar yang baik, komunikasi antara orang tua dan anak sangat penting untuk mencegah kejadian *bullying*.

Peneliti mengasumsikan bahwa remaja yang menjadi pelaku *bullying* cenderung tidak memiliki empati kepada orang lain, melihat kekerasan dengan cara yang positif, agresif terhadap teman sebaya, tidak memiliki kemampuan mengontrol diri yang baik, dan tidak berpikir sebelum bertindak.

### c. Hubungan Kontrol Diri Dengan Kejadian *Bullying* Pada Remaja di SMPN 29 Batam

Remaja dengan kontrol diri yang rendah senang melakukan perilaku berisiko dan melanggar peraturan tanpa memikirkan dampak yang akan timbul dari perilaku tersebut. Remaja dengan karakter seperti itu memiliki kemungkinan untuk terlibat dalam tindakan kriminal dan melakukan perilaku menyimpang seperti *bullying* dibandingkan individu yang mempunyai kontrol diri yang tinggi [25]. Remaja yang memiliki kontrol diri 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 tindakan *bullying* [13].

Kejadian *bullying* dipengaruhi oleh kontrol diri, jika remaja mampu mengontrol dirinya maka kejadian *bullying* pada remaja akan cenderung rendah. Kemudian, kemampuan mengontrol diri dapat dijadikan upaya dalam mengurangi bahkan menghilangkan kejadian *bullying*. Dengan demikian, *bullying* yang terjadi dalam kekerasan secara fisik, verbal, cyber maupun relasional dapat dicegah dengan meningkatkan kontrol diri [26]. Ketika keinginan atau dorongan muncul dalam diri individu untuk melakukan perbuatan menyimpang seperti *bullying*, kontrol diri dapat membantu individu untuk menahan dan meredam hal tersebut dengan mempertimbangkan norma-norma sosial serta aturan yang berlaku dimasyarakat. Apabila remaja gagal dalam mengontrol diri maka akan menimbulkan perilaku yang buruk, seperti *bullying*. Kontrol diri memberikan pengaruh positif dalam mencegah terjadinya perilaku *bullying*.

Inilah letak hubungan antara kontrol diri remaja dengan kejadian *bullying*, *bullying* adalah salah satu tindakan menyimpang yang diakibatkan oleh faktor eksternal maupun internal dari individu. Salah satu faktor internal yang dapat menimbulkan *bullying* adalah kontrol diri yang rendah, karena kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya [15].

Perlu dilakukan upaya-upaya peningkatan kontrol diri siswa yang diharapkan akan menurunkan terjadinya *bullying*. Upaya ini dilakukan oleh segenap elemen yang ada di sekolah. Sebagai salah satu elemen terpenting sekolah, konselor sekolah dapat melakukan upaya-upaya tersebut melalui penyelenggaraan berbagai pelayanan bimbingan dan konseling, baik secara perorangan, klasikal maupun kelompok.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zain (2021) dengan hasil penelitian melalui analisis korelasi *spearman rank* menunjukkan terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* pada siswa SMA "X" dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan koefisien korelasi sebesar  $-0,325$ . Hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa. Semakin tinggi kontrol diri,

maka semakin rendah perilaku *bullying* siswa, sebaliknya semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi perilaku *bullying* siswa.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Setiawan, 2019) bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* dengan koefisien sebesar -0,401 nilai signifikan Sig. sebesar 0,000. Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying*, semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecenderungan perilaku *bullying* siswa dan sebaliknya, semakin rendah kontrol diri siswa, semakin tinggi kecenderungan perilaku *bullying* siswa.

Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa remaja yang memiliki kontrol diri rendah lebih beresiko melakukan *bullying* dibandingkan remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi. Semakin rendah kontrol diri pada remaja maka akan memperbesar peluang remaja menjadi pelaku *bullying*.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam dengan mayoritas remaja yang memiliki kontrol diri rendah bertindak sebagai pelaku *bullying*. Remaja yang memiliki kontrol diri rendah lebih beresiko 3,805 kali lipat menjadi pelaku *bullying* dan paling besar lebih beresiko sebesar 8,272 kali lipat menjadi pelaku *bullying* dibandingkan dengan remaja yang memiliki kontrol diri tinggi.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini. Terima kasih Kepala Sekolah SMPN 29 Batam atas izin penelitian yang diberikan. Terima kasih kepada yayasan dan civitas akademika Universitas Awal Bros atas bantuan dan dukungan yang diberikan dalam melaksanakan penelitian

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] E. Malfasari *et al.*, “Kondisi Mental Emosional pada Remaja,” *J. Keperawatan Jiwa*, vol. 8, no. 3, pp. 241–246, 2020.
- [2] H. Kwak and E. Kim, “Peran Kontrol Diri yang Rendah dan Gaya Hidup Berisiko dalam Korban Kriminal : Sebuah Studi terhadap Remaja di Korea Selatan,” 2022.
- [3] O. Sabrina, *SELF CONTROL*. Temanggung: Teman Baik, 2022.
- [4] B. Khoiruddin, “Gangguan pengendalian Diri,” 2022. [Online]. Available: <https://mediaindonesia-com.cdn.ampproject.org/v/s/mediaindonesia.com/amp/opini/518310/gangguan-pengendalian-diri>
- [5] M. Isabela and S. Anggraini, “Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku *Bullying* pada Siswa,” vol. 06, no. 03, pp. 16998–17009, 2024.
- [6] E. Agisyaputri, N. A. Nadhirah, and I. Saripah, “Identifikasi fenomena perilaku *bullying* pada remaja,” *J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 3, pp. 19–30, 2023, [Online]. Available:

- <https://jurnal.stkipmb.ac.id/index.php/jubikops/article/view/201/152>
- [7] World Health Organization, “One in Six School-aged Children Experiences Cyberbullying, Finds New WHO/Europe Study.” [Online]. Available: <https://www.who.int/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study>
- [8] KPAI, “Sejumlah Kasus *Bullying* Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020,” 2020. [Online]. Available: <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai>
- [9] F. Fahlevi, “FSGI : Kasus Perundungan di Sekolah Meningkat Sepanjang 2023,” *Tribunnews*. [Online]. Available: <https://www.tribunnews.com/nasional/2024/01/01/fsgi-kasus-perundungan-di-sekolah-meningkat-sepanjang-2023>
- [10] Badan Pusat Statistik, *Indikator Tujuan Pembangunan Berkelanjutan Indonesia 2023*, vol. 7. 2023.
- [11] *TribunBatam*, “Siswa SMP Batam Tewas Diduga Dianiaya Temannya Masuk *Bullying*, KPPAD Kepri Catat 10 Kasus di 2020,” *TribunBatam*, Batam, 2020. [Online]. Available: <https://batam.tribunnews.com/2020/08/18/siswa-smp-batam-tewas-diduga-dianiaya-temannya-masuk-bullying-kppad-kepri-catat-10-kasus-di-2020>
- [12] H. Ahmad, “Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama,” *Realita J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 6, no. 2, 2022, doi: 10.33394/realita.v6i2.4495.
- [13] A. Q. Zain, “Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Konformitas Dengan Perilaku *Bullying* Pada Siswa SMA ‘X’ di Sleman.,” *At-Taujih Bimbing. dan Konseling Islam*, vol. 4, no. 1, p. 49, 2021, doi: 10.22373/taujih.v4i1.10641.
- [14] F. A. Prastyaa and K. Astuti, “Mengapa Perilaku *Bullying* Pada Siswa Dapat Dipengaruhi Oleh Kontrol Diri ?,” *PUBLIK Publ. Layanan Bimbing. dan Konseling Islam*, vol. 1, no. 2, pp. 1–9, 2022, doi: 10.47945/publik.v1i2.728.
- [15] J. G. Akollo, “Hubungan Aantara Kontrol Diri SISWA Dengan KECENDERUNGAN BERPERILAKU *BULLYING*,” *TANGKOLEH PUTAI*, vol. 19, no. 1, pp. 36–53, 2022.
- [16] S. Wirawan, *Metodologi Penelitian Untuk Tenaga Kesehatan*. Yogyakarta: Thema Publishing, 2023.
- [17] A. Nurhanifa *et al.*, “Kontrol Diri Dalam Penggunaan Media Sosial Pada Remaja,” vol. 3, no. 4, pp. 527–540, 2020.
- [18] N. Ulfa, “Hubungan Pola Asuh Otoriter Dengan Kontrol Diri Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh,” vol. 21, no. 1, pp. 1–9, 2021, [Online]. Available: <https://doi.org/10.1016/j.solener.2019.02.027%0Ahttps://www.golder.com/insights/block-caving-a-viable-alternative/%0A??>
- [19] U. Abellia, “Pengendalian Diri (Self Control),” *Insan Cita*, 2023. [Online]. Available: [https://issuu.com/abelliaulandari/docs/modul\\_pelatihan\\_upload\\_issu.com](https://issuu.com/abelliaulandari/docs/modul_pelatihan_upload_issu.com)
- [20] L. Faishol and A. Budiyo, “Peran Pusat Informasi Konseling Remaja (PIK-R) Dalam Meningkatkan Kemampuan Kontrol Diri Perilaku Menyimpang Remaja,” *Coution J. Couns. Educ.*, vol. 1, no. 2, p. 50, 2020, doi: 10.47453/coution.v1i2.154.
- [21] A. Himawan, “PENGARUH BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN METODE JIGSAW TERHADAP KONTROL DIRI SISWA DALAM PENGGUNAAN HANDPHONE DI SEKOLAH PADA KELAS IX SMP NEGERI 7 PEMALANG,” no. December, pp. 70–81, 2020.
- [22] M. U. H. A. Syam, “Analisis Perilaku *Bullying* dan Penanganannya,” 2019.
- [23] S. Budhi, “Kill *Bullying*,” no. March, pp. 1–140, 2020.

- [24] S. N. E. L. Lusiana and Siful Arifin, “Dampak *Bullying* Terhadap Kepribadian Dan Pendidikan Seorang Anak,” *Kariman J. Pendidik. Keislam.*, vol. 10, no. 2, pp. 337–350, 2022, doi: 10.52185/kariman.v10i2.252.
- [25] & R. Fairuz, F.J, “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku *Bullying* Pada Siswa Di SMP ‘ X ’ Bukittinggi,” *J. Pendidik. Tambusa*, vol. 5, no. 1, pp. 558–565, 2021.
- [26] S. Salmi, R. Hariko, and A. Afdal, “Hubungan kontrol diri dengan perilaku *bullying* siswa,” *Couns. J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 8, no. 2, p. 88, 2019, doi: 10.25273/counsellia.v8i2.2693.