

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECENDERUNGAN PERILAKU *BULLYING* PADA SISWA KELAS XI
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 6 BANDARLAMPUNG
TAHUN AJARAN 2020/2021**

(Skripsi)

**Oleh
ANGELA ADIRATNASARI**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2021**

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU *BULLYING* PADA SISWA KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 6 BANDARLAMPUNG TAHUN AJARAN 2020/2021

Oleh

ANGELA ADIRATNASARI

Masalah penelitian ini adalah perilaku *bullying* siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021. Penelitian menggunakan metode Deskriptif Kuantitatif. Populasi sebanyak 192 siswa dan sampel berjumlah 75 siswa diambil menggunakan teknik *accidental sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kontrol diri dan skala kecenderungan perilaku *bullying*. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik korelasi *Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* siswa, hal ini ditunjukkan indeks korelasi yang diperoleh sebesar $r = -0.905^*$ $p = 0,000$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulannya terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecenderungan perilaku *bullying* siswa, dan sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kecenderungan perilaku *bullying* siswa.

Kata Kunci: kontrol diri, kecenderungan perilaku *bullying*, bimbingan dan konseling

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL WITH TENDENCY OF BULLYING BEHAVIOR IN CLASS XI STUDENTS OF SENIOR HIGH SCHOOL STATE 6 BANDARLAMPUNG YEAR 2020/2021

By

ANGELA ADIRATNASARI

The problem of this research is student bullying behavior. This study aims to determine the relationship between self-control with tendency of bullying behavior of students class XI SMA N 6 Bandarlampung year 2020/2021. The research uses a Quantitative Descriptive method. The population is 192 students and a sample is 75 students were taken using accidental sampling technique. The data collection techniques used a self-control scale and tendency of bullying behavior scale. Data analysis technique used Product Moment correlation statistical analysis. The results showed there was negative relationship between self-control with tendency of student bullying behavior, shown by the results was obtained with correlation index of $r = -0,905^$ $p = 0.000$ then H_0 rejected and H_a accepted. The conclusion of this research is there was a negative relationship between self-control with tendency of bullying behavior of students class XI SMA N 6 Bandarlampung year 2020/2021. It means the higher self-control, the lower tendency of student bullying behavior, and conversely, the lower self-control, the higher tendency of student bullying behavior.*

Keyword: *self-control, tendency of bullying behavior, guidance and counseling*

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECENDERUNGAN PERILAKU *BULLYING* PADA SISWA KELAS XI
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 6 BANDARLAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Oleh

ANGELA ADIRATNASARI

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

pada

Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2021**

Judul Skripsi : **HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECENDERUNGAN PERILAKU BULLYING PADA
SISWA KELAS XI SEKOLAH MENENGAH ATAS
NEGERI 6 BANDARLAMPUNG TAHUN AJARAN
2020/2021**

Nama Mahasiswa : *Angela Adiratnasari*

No. Pokok Mahasiswa : 1413052006

Program Studi : S-1 Bimbingan dan Konseling

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dosen Pembimbing I

Prof. Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd.
NIP19591110198603 1 005

Dosen Pembimbing II

Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi.
NIP19800501200812 2 002

2. Ketua Jurusan

Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP 19760808 200912 1 001

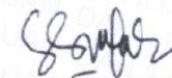
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

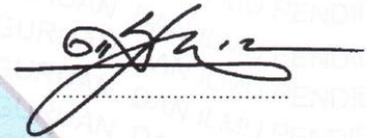
Ketua : **Prof. Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd.**



Sekretaris : **Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi.**



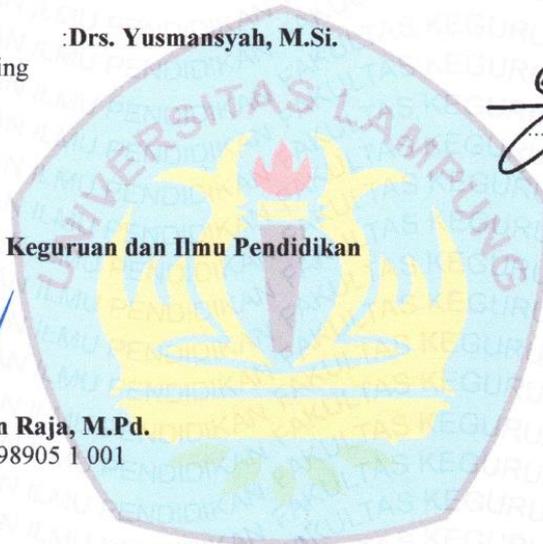
Penguji
Bukan Pendamping : **Drs. Yusmansyah, M.Si.**



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd.
NIP 19620804 198905 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Juli 2021

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Angela Adiratnasari
NPM : 1413052006
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung

Menyatakan bahwa skripsi dengan berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying* Pada Siswa Kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Bandarlampung Tahun Ajaran 2020/2021” tersebut adalah asli hasil penelitian saya kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila di kemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 20 Desember 2021

Yang membuat pernyataan,



Angela Adiratnasari

NPM 1413052006

RIWAYAT HIDUP



Peneliti bernama Angela Adiratnasari, lahir di Bandarlampung, 20 April 1996, sebagai putri ketiga dari tiga bersaudara. Dari pasangan Bapak VP. Sukirno dan Ibu Helena Sri Supadmi.

Peneliti menempuh pendidikan formal :

1. Taman Kanak-Kanak (TK) Seriwijaya Bandarlampung lulus tahun 2002.
2. Sekolah Dasar (SD) Sejahtera 1 Bandarlampung diselesaikan tahun 2008.
3. Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 5 Bandarlampung diselesaikan tahun 2011.
4. Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 6 Bandarlampung diselesaikan tahun 2014.

Pada Tahun 2014, peneliti terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). Pada tahun 2017 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sri Basuki, Kecamatan Negeri Besar, Kabupaten Way Kanan dan Praktik Profesi Kependidikan (PPK) di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Negeri Besar.

MOTO

“Memilihlah dengan tanpa penyesalan”

(Mary Anne Radmacher)

“Pedang terbaik yang dimiliki ialah sebuah
kesabaran tanpa batas”

PERSEMBAHAN

Segala puji pada Tuhan Yang Maha Esa atas segala nikmat dan anugrah dalam hidupku, sehingga aku dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Kupersembahkan karya kecilku ini kepada:

kedua orang tuaku tercinta

Bapak VP. Sukirno (Alm) dan Ibu Helena Sri Supadmi

Serta kedua kakakku

Yohanes Adityacandra dan Leo Adiwidiangga

Terimakasih sudah melahirkan, merawat, menyayangi, mendoakan, melindungi dan menyemangati hingga saat ini, semoga adik bisa membalas segala-galanya yang sudah bapak dan ibu berikan dengan membuat bapak dan ibu bangga.

Almamaterku tercinta Universitas Lampung.

SANWACANA

Puji Syukur kehadirat Tuhan YME. atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesainya skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan. Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying* Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 6 Bandarlampung Tahun Ajaran 2020/2021”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas Lampung. Dengan kerendahan hati yang tulus peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Karomani, M.Si., Rektor Universitas Lampung yang mengesahkan ijazah dan gelar sarjana kami, sehingga peneliti termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan surat guna syarat skripsi.
3. Bapak Drs. Riswandi, M.Pd., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan surat guna syarat skripsi.
4. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling.

5. Bapak Prof. Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd selaku Pembimbing Pertama. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, dan masukan berharga yang telah diberikan kepada peneliti.
6. Ibu Shinta Mayasari, M.Psi., Psi., selaku Pembimbing Pembantu. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, dan masukan berharga yang telah diberikan kepada peneliti.
7. Bapak Drs. Yumansyah, M.Si., selaku dosen penguji terima kasih atas kesediaannya memberikan bimbingan, saran, dan kritik yang membangun dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA terima kasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak ibu berikan selama perkuliahan.
9. Bapak dan Ibu Staff Administrasi FKIP UNILA, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan keperluan administrasi.
10. Ibu Ida Royani, M.Pd, selaku kepala SMA Negeri 6 Bandarlampung, Tim Guru BK Ibu Dra. Subainah, beserta para staff SMA Negeri 6 Bandarlampung yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian.
11. Orang tua ku tercinta, bapak VP. Sukirno (Alm) dan ibu Helena Sri Supadmi yang tak henti hentinya menyayangiku, memberikan doa, dukungan, dan mengajariku untuk senantiasa menjalani dan mensyukuri setiap proses yang kita lalui walaupun itu adalah kesakitan, sebab proses tidak akan mengingkari hasilnya dan Allah akan selalu bersama hambanya yang mau berusaha.
12. Sahabatku Yudhia Tristiannisa, Desak Nyoman Warsiki, A.A Nitya Dewi, Noer Safitri, Fitriyah Wulandari, Lucky Sukma Wardhani, Fajarasiwi Ismania

Olgatari, Fanny Yuliarmi, Siti Aminah, Dike Damayanti, Mai Linda Safitri, Siti Chairani, Zakia Nurul Jannaty, Tsalisatul Banat, Veronika Viviana, Yesika Manullang, Katarina Septiatika, Natalia Deby, terimakasih untuk cinta, dukungan dan kebersamaannya dari dulu hingga sekarang ini.

13. Teman-teman seperjuanganku BK 2014, kakak tingkat ku dan adik tingkat, serta semua mahasiswa bimbingan dan konseling yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih banyak atas masukan, saran, motivasi, serta semangatnya.
14. Adik-adik dari SMA Negeri 6 Bandarlampung khususnya kelas XI. terimakasih atas waktu, kerjasama dan dukungannya dalam penelitian di SMA Negeri 6 Bandarlampung.
15. Teman-teman KKN dan PPK Ni Made Chichi, Putu Endriyana Wijaya, Sri Wahyuni, Aulia Bagus Pratikna, Toni Saputra, Diana Permatasari, Fitri Wahyuni, Zulviana Latifa Sari, dan Qudwah Mutawakkilah.
16. Semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung.

Terimakasih atas bantuan, dukungan, kerjasama, kebersamaan, canda tawa, suka duka kita semua, semoga kita selalu mengingat kebersamaan ini. Peneliti menyadari skripsi ini jauh dari kesempurnaan, dan penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua. Amin.

Bandar Lampung, 20 Desember 2021,
Peneliti



Angela Adiratnasari
NPM 1413052006

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang dan Masalah	
1. Latar Belakang	1
2. Identifikasi Masalah	5
3. Pembatasan Masalah	5
4. Rumusan Masalah	6
B. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	6
1. Tujuan Penelitian.....	6
2. Manfaat Penelitian	6
C. Kerangka Pikir	7
D. Hipotesis	9
II. TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	10
1. Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	10
2. Aspek - Aspek <i>Bullying</i>	12
3. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	14
4. Dampak Perilaku <i>Bullying</i>	16
B. Kontrol Diri.....	18
1. Definisi Kontrol Diri	18
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri.....	20
3. Karakteristik Kontrol Diri.....	22
4. Jenis-Jenis Kontrol Diri	23
C. Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	24

III. METODOLOGI PENELITIAN	28
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
B. Metode Penelitian.....	28
C. Populasi dan Sampel.....	29
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	31
E. Teknik Pengumpulan Data.....	32
F. Uji Persyaratan Instrument	35
G. Teknik analisis Data	41
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Pelaksanaan Penelitian	44
1. Persiapan Penelitian.....	44
2. Deskripsi Pelaksanaan Penelitian	44
3. Paparan Hasil Penelitian	45
B. Analisis Hasil Penelitian.....	50
1. Uji Normalitas	50
2. Uji Linieritas	51
3. Uji Hipotesis.....	52
C. Pembahasan.....	53
V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
A. Kesimpulan	57
C. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1. Populasi Penelitian	30
3.2. Kisi-kisi Skala Kontrol Diri.....	32
3.3. Kisi-Kisi Skala Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	34
3.4. Skor Nilai Pilihan Jawaban.....	35
3.5 Daya Beda Aitem-Aitem Kontrol Diri	36
3.6 Muatan Faktor Item Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	39
3.7 Kriteria Evaluasi Reliabilitas	40
4.1 Kriteria Variable Skala Kontrol Diri.....	46
4.2 Kriteria Variable Skala Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	46
4.3 Kategorisasi Skor Penelitian Kontrol Diri.....	47
4.4 Kategorisasi Skor Tingkat Kontrol Diri	48
4.5 Kategorisasi Skor Penelitian Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	49
4.6 Kategorisasi Skor Tingkat kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	50
4.7 Hasil Uji Normalitas.....	51
4.8 Hasil Uji Linieritas	51
4.9 Hasil Uji Korelasi.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1. Kerangka Pikir	8
4.1 Kategorisasi Skor Kontrol Diri	48
4.2 Kategorisasi Skor Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Pernyataan Izin Skala Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	64
2. Surat Pernyataan Izin Skala Kontrol Diri.....	65
3. Skala Kontrol Diri.....	66
4. Skala Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	68
5. Data Hasil Uji Skala Kontrol Diri.....	70
6. Data Hasil Uji Skala Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	73
7. Skoring Skala Kecenderungan Perilaku <i>Bullying</i>	76
8. Skoring Skala Kontrol Diri.....	77
9. Uji Normalitas.....	79
10. Uji Linearitas.....	80
11. Uji Korelasi atau Uji Hipotesis.....	81
12. Surat Izin Penelitian Pendahuluan.....	82
13. Surat Izin Penelitian.....	83
14. Surat Balasan.....	84

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Sekolah sebagai salah satu lingkungan yang menjadi tempat belajar peserta didik. Sekolah adalah sarana pendidikan formal yang bahkan menjadi tempat wajib belajar yang ditetapkan oleh pemerintah. Sekolah merupakan salah satu tempat untuk mengembangkan pengetahuan, kreatifitas, dan potensi peserta didik. Dalam sehari peserta didik menghabiskan banyak waktunya di sekolah. Di lingkungan sekolah peserta didik berinteraksi dengan berbagai kalangan. Mulai dari interaksi dengan teman sebaya, senior atau kakak kelas, serta guru dan staf di sekolah tersebut. Peserta didik juga dapat mengembangkan kemampuan interpersonalnya dengan membiasakan diri berinteraksi dengan orang lain di lingkungan sekolah. Ada berbagai perilaku dan kebiasaan peserta didik yang ditampilkan ketika berada di sekolah. Perilaku yang tergolong baik maupun perilaku yang tergolong kurang baik. Perilaku yang baik dapat membantu proses belajar di sekolah dan akan berpengaruh baik pada hasil belajar peserta didik. Sedangkan perilaku yang kurang baik dapat mengganggu dan menghambat proses belajar di sekolah dan akan berpengaruh tidak baik pada hasil belajar peserta didik. Salah satu perilaku kurang baik di sekolah adalah perilaku kekerasan.

Saat ini pendidikan dunia tak terkecuali Indonesia tengah menyoroti kasus kekerasan yang dilakukan antarsiswa di sekolah. Berbagai media cetak dan elektronik pun diramaikan oleh kasus tawuran pelajar dan berbagai tindak kekerasan (*bullying*) antara senior dengan juniornya ataupun antara teman

sebaya. Maraknya kasus *bullying* di sekolah sangat memprihatinkan, terutama bagi korban yang sering menerima tindakan *bullying*. Sejiwa (Alvin, 2017) Individu yang sering menerima perlakuan *bullying* di sekolah, mengalami gangguan psikologis seperti cemas, kesepian, merasa dirinya terburuk korban dapat melakukan tindakan seperti bunuh diri karena merasa sangat terancam dan tertekan atas perlakuan kekerasan yang diterimanya. Mereka juga menjadi penganiaya ketika dewasa, menjadi agresif sampai bisa melakukan tindakan kriminal.

Terdapat beberapa kasus *bullying* di lingkungan sekolah dalam beberapa tahun terakhir diantaranya, tahun 2017 kasus *bullying* yang mengakibatkan siswi SMA N 1 Bangkinang Riau melakukan tindakan bunuh diri, karena tidak tahan diejek teman-temannya (www.news.detik.com, tanggal 1 Agustus 2017). Tahun 2016 kasus *bullying* di SMA N 3 Jakarta, yang dilakukan enam siswi kepada adik kelasnya di karenakan bertemu saat nonton acara hiburan malam. Siswi kelas 10 disuruh menunduk dan di maki-maki dengan kata-kata kasar. Bahkan salah satu senior sengaja menuang minuman ringan dan membuang abu rokok ke kepala siswa kelas 10 (www.youthmanual.com, tanggal 11 Mei 2016). Tahun 2015, siswa SMA N 18 Surabaya mogok sekolah karena merasa di *bully* atau diperlakukan tidak pantas saat Masa Orientasi Siswa (www.pojokpitu.com, tanggal 27 Juli 2015). Data di atas membuktikan bahwa lingkungan pendidikan sarat dengan perilaku *bullying*, Peneliti telah melakukan observasi dan wawancara terhadap siswa SMA, siswa mendorong dengan keras siswa lainnya, mengambil kursi yang akan diduduki oleh siswa lain, siswa yang mengolok-olok teman mereka baik dari fisiknya maupun perilakunya, memanggil dengan nama sebutan hewan sebagai sebuah ejekan, dan terdapat juga siswa yang enggan bermain atau duduk sebangku dengan teman yang dirasa lebih lemah, lebih miskin, atau kurang pintar.

Menurut Olweus (Widayanti, 2009) *bullying* adalah perilaku tidak menyenangkan yang mengakibatkan seseorang terluka secara fisik dan psikis dan biasanya terjadi berulang-ulang. *Bullying* merupakan fenomena yang

tersebar di seluruh dunia. Kim (Adilla, 2009) menyatakan bahwa *bullying* dapat dilakukan secara verbal, psikologis dan fisik. Bentuk fisik, seperti memukul, mencubit, menampar, dan memalak (meminta dengan paksa yang bukan miliknya). Bentuk verbal, seperti memaki, menggossip, atau mengejek. Bentuk psikologis, seperti mengintimidasi, mengecilkan, dan diskriminasi (Widayanti, 2009).

Menurut Santrock (2007) remaja mempunyai sifat yang cenderung lebih agresif, emosi tidak stabil, dan tidak bisa menahan dorongan nafsu. Remaja mengalami banyak pengaruh dari luar yang menyebabkan remaja tersebut terbawa pengaruh oleh lingkungan. Hal tersebut mengakibatkan remaja yang tidak bisa menyesuaikan atau beradaptasi dengan lingkungan yang selalu berubah-ubah, akan melakukan perilaku yang maladaptif, seperti perilaku agresif atau *bullying* yang dapat merugikan orang lain dan juga diri sendiri. Sejalan dengan pernyataan tersebut menurut Kartono (1990) masa remaja khususnya berusia 12-17 tahun (SMP-SMA) umumnya mengalami krisis. Manakala remaja merasa tidak bahagia, dipenuhi konflik batin, baik konflik yang berasal dari dalam dirinya, pergaulannya, maupun keluarganya. Dengan kondisi seperti itu remaja akan mengalami frustrasi dan akan menjadi sangat agresif. Menurut Verlenden, Herson dan Thomas (Yusuf & Fahrudin, 2012) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying*, diantaranya (1). faktor individu (2). faktor keluarga, (3). faktor teman sebaya, (4). faktor sekolah, (5). faktor media, dan (6) faktor kontrol diri.

Unnever & Cornell (2003) pernah melakukan penelitian tentang kontrol diri, ADHD dan *Bullying*, dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa kontrol diri yang rendah dan ADHD sebagai faktor kritis yang menyumbang kepada perilaku *bully* dan menjadi korban *bully*. Piquero, Pratt dan Cullen (Unnever & Cornell, 2003) menyatakan bahwa kontrol diri telah dikaitkan dengan berbagai perilaku nakal dan agresif. Unnever & Cornell (2003) juga menyatakan bahwa siswa dengan kontrol diri yang buruk lebih mungkin untuk menggertak teman

kelas mereka bahkan dampak dari kontrol diri ini akan mempengaruhi individu untuk melakukan tindakan *bullying*.

Denson (Aroma & Suminar, 2012) menyatakan bahwa kebanyakan teori dan jurnal yang berkaitan dengan agresi maupun perilaku menyimpang mengabaikan faktor internal dari dalam diri, ketika dorongan untuk berbuat menyimpang maupun agresi sedang mencapai puncaknya, kontrol diri dapat membantu individu menurunkan agresi dengan mempertimbangkan aspek aturan dan norma sosial yang berlaku. Setiap individu normal bertanggungjawab atas perilakunya. Individu harus memiliki kesadaran akan setiap hal yang dilakukannya, mencakup keputusan, kebiasaan, sikap, dan sebagainya. Kemampuan sadar akan setiap hal yang dilakukan individu dapat membantu agar perilaku individu lebih terarah.

Dengan kesadaran tersebut maka individu akan mampu mengontrol dirinya dengan baik. Individu dapat menilai, menginterpretasi, dan membatasi perilakunya. Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktifitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku (M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, 2014: 25-26). Sehingga kemampuan sadar untuk melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak sangat diperlukan, guna mampu melakukan kontrol diri.

Widodo (2013) menyebutkan bahwa kontrol diri berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi dirinya sendiri. Jika seseorang mampu mengevaluasi dirinya, maka dia akan mampu mengendalikan emosi dalam dirinya. Sementara individu yang memiliki kontrol diri yang rendah, cenderung bertingkah laku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku melanggar atau menyimpang, bertindak impulsif, lebih memilih tugas sederhana, melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko dan

mudah kehilangan kendali. Thalib (2010) menyatakan kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan baik dari dalam diri maupun luar diri individu. Selanjutnya Baumeister (2007) menyatakan kontrol diri mengacu pada kapasitas untuk mengubah respon seseorang, terutama untuk membawa mereka sesuai dengan standar seperti cita-cita, nilai, moral dan harapan sosial serta untuk mendukung pencapaian tujuan jangka panjang. Dapat dipahami kontrol diri berkaitan dengan kemampuan individu dalam menampilkan konsekuensi positif dari yang dilakukannya.

Berdasarkan paparan diatas, maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021.”

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut :

1. Terdapat siswa yang memanggil temannya dengan nama panggilan yang buruk atau hewan (doraemon, babi, anjing)
2. Terdapat siswa yang mengambil kursi yang akan diduduki oleh siswa yang lain, sehingga siswa tersebut jatuh dan tidak dapat duduk dikursinya
3. Terdapat siswa yang memaki/mencela temannya
4. Terdapat siswa yang dikucilkan oleh temannya, pada saat jam istirahat siswa tersebut tidak diajak bermain ataupun makan bersama
5. Terdapat siswa yan memberi julukan gemuk, bantet kepada siswa lain

3. Pembatasan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini adalah, “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying* pada siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021.”

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kontrol diri siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021?
2. Bagaimana kecenderungan perilaku *bullying* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021?
3. Adakah hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui tingkat kontrol diri siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021.
2. Untuk mengetahui kecenderungan perilaku *bullying* siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021.

2. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik secara praktis maupun teoritis sebagai berikut:

1) Manfaat teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai bahan untuk kegiatan penelitian berikutnya.
2. Menambah wawasan dan pengetahuan khususnya dalam masalah perundungan (*bullying*) di sekolah.
3. Menambah wawasan tentang kontrol diri pada peserta didik.

2) Manfaat Praktis

1. Bagi sekolah, penelitian ini dapat meminimalisir praktek perundungan (*bullying*) di lingkungan sekolah.
2. Bagi guru, penelitian ini dapat memberi pengarahan kepada peserta didik tentang dampak dari perundungan (*bullying*).
3. Bagi siswa, penelitian ini dapat mencegah terjadi praktek perundungan (*bullying*) di sekolah maupun lingkungan anak dan senantiasa siswa memiliki kontrol diri baik di sekolah maupun di luar sekolah

C. Kerangka Pikir

Pada umumnya pelaku melakukan tindakan kekerasan *bullying* ini dikarenakan selalu merasa dirinya diancam, tertekan dan terhina sehingga pelaku akan bertindak menyerang sebelum diserang. Kebanyakan dari para pelaku menjadi *pembully* karena sebagai bentuk balas dendam tentang apa yang pernah mereka rasakan pada masa lalu.

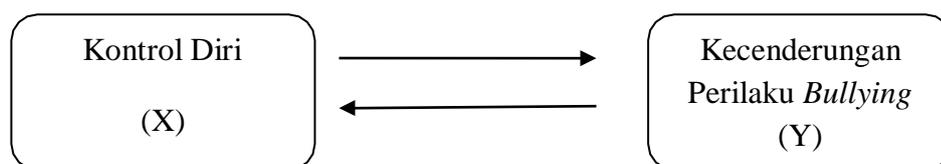
Menurut Olweus (Widayanti, 2009) *bullying* adalah perilaku tidak menyenangkan yang mengakibatkan seseorang terluka secara fisik dan psikis dan biasanya terjadi berulang-ulang. *Bullying* merupakan fenomena yang tersebar di seluruh dunia. Kim (Adilla, 2009) menyatakan bahwa *bullying* dapat dilakukan secara verbal, psikologis dan fisik. Bentuk fisik, seperti memukul, mencubit, menampar, dan memalak (meminta dengan paksa yang bukan miliknya). Bentuk verbal, seperti memaki, menggossip, atau mengejek.

Bentuk psikologis, seperti mengintimidasi, mengecilkan, dan diskriminasi (Widayanti, 2009).

Beberapa penelitian terdahulu berpendapat juga bahwa faktor seseorang melakukan agresivitas termasuk *bullying* merupakan akibat pengaruh dari eksternal dirinya dan lingkungan, sehingga mengabaikan faktor internal seperti kontrol diri pelaku. Individu yang memiliki kontrol diri yang rendah cenderung menjadi impulsif, senang melakukan perilaku yang beresiko dan berpikiran sempit (Aroma, 2012). Yusuf & Fahrudin (2012) juga mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* yaitu: faktor individu seperti *pembully* dan korban *bully*, faktor keluarga, faktor sekolah, faktor media dan faktor kontrol diri.

Unnever & Cornell (2003) pernah melakukan penelitian tentang kontrol diri, ADHD dan *Bullying*, dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa kontrol diri yang rendah dan ADHD sebagai faktor kritis yang menyumbang kepada perilaku *bully* dan menjadi korban *bully*. Unnever & Cornell (2003) juga menyatakan bahwa siswa dengan kontrol diri yang buruk lebih mungkin untuk menggertak teman kelas mereka bahkan dampak dari kontrol diri ini akan mempengaruhi individu untuk melakukan tindakan *bullying*.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1.1 Kerangka Pikir

D. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2015:96) Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Hipotesis statistik yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ho : Tidak adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Bandarlampung.

Ha : Adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Bandarlampung.

II. TINJAUAN PUSAKA

Berdasarkan dengan ruang lingkup permasalahan yang diteliti dalam penelitian ini maka dapat dijelaskan bahwa tinjauan pustaka adalah teori-teori yang relevan yang dapat digunakan untuk menjelaskan tentang objek yang akan diteliti. Dengan demikian, dalam penelitian diperlukan teori-teori yang mendukung objek yang akan diteliti. Berikut ini akan dibahas mengenai kecenderungan perilaku *bullying* dan kontrol diri siswa.

A. Kecenderungan Perilaku *Bullying*

1. Kecenderungan Perilaku *Bullying*

Kata *bullying* sudah sangat sering kita dengar dikehidupan kita sehari-hari. Kita tau bahwa *bullying* merupakan salah satu perbuatan atau perilaku yang tidak baik dan dilakukan baik itu secara verbal maupun non-verbal. Perilaku yang biasanya terjadi adalah pelaku *bullying* menganggap hal yang pelaku lakukan adalah hal yang biasa atau hanya dianggap gurauan, namun bagi korban *bullying* pasti akan merasa diolok-olok atau bahkan akan membuatnya malu dan terpojokan. *Bullying* merupakan suatu perilaku negatif yang dilakukan oleh perseorangan atau kelompok kepada orang lain, yang mana terkadang pelaku menganggapnya itu sebuah candaan dan tak menyadari apa yang ia lakukan termasuk dalam perilaku *bullying*. Menurut Olweus (Annisa, 2012) mendefinisikan *bullying* sebagai

“tindakan negatif dalam waktu yang cukup panjang dan berulang yang dilakukan oleh satu orang atau lebih terhadap orang lain, dimana terdapat ketidakseimbangan kekuatan dan korban tidak memiliki kemampuan untuk melindungi dirinya. Olweus (Annisa, 2012) melengkapi definisi *bullying*

dengan menambahkan bentuk dalam *bullying*. Menurutnya *bullying* dapat terjadi dalam bentuk verbal, fisik, dan relasional.”

Perilaku *bullying* dapat berupa memukul, menendang, mengancam, menggoda, atau mengirim catatan atau email, dilakukan bukan hanya sekali tetapi berulang-ulang, dari waktu ke waktu dan terjadi setidaknya sekali seminggu selama satu bulan atau lebih. Bahwa hal penting dalam definisi *bullying* adalah adanya ketidakseimbangan kekuasaan. Perilaku *bullying* tersebut seolah sudah menjadi sebuah kebiasaan tak mengenal hari untuk melakukan perilaku *bullying* tersebut.

Sullivan (Annisa, 2012) menjelaskan bahwa *bullying* termasuk dalam bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan sadar oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap orang atau sekelompok lain dengan tujuan menyakiti. Pelaku *bullying* (*bully*) dianggap lebih kuat dari korban, disengaja dan dapat menimbulkan luka fisik dan atau tekanan psikologis pada satu atau lebih korban. *Bullying* dapat terjadi secara langsung, tatap muka fisik atau adu mulut, melibatkan relasional, intimidasi seperti menyebarkan rumor atau pengucilan sosial. “*bullying*” merupakan sebuah hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan dalam aksi, menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau sekelompok orang yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang dan dilakukan dengan perasaan senang. Rigby (Annisa, 2012) menyatakan bahwa *bullying* merupakan penyalahgunaan kekuatan secara sistematis dalam berhubungan dengan orang lain.

Bullying adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok. Perilaku *bullying* adalah perilaku yang disengaja yang menyebabkan orang lain terganggu baik melalui kekerasan verbal, serangan secara fisik, maupun pemaksaan dengan cara-cara halus seperti manipulasi. Menurut Sejiwa (2008) perilaku *bullying* diartikan sebagai situasi di mana seseorang yang kuat (bisa secara fisik maupun mental) menekan, memojokkan, melecehkan, menyakiti

seseorang yang lemah dengan sengaja dan berulang-ulang untuk menunjukkan kekuasaannya sehingga korban merasa tertekan dan trauma serta tak berdaya.

Poerwadarminta (2007) mengartikan kecenderungan sebagai kecondongan atau keinginan akan sesuatu. Kecenderungan adalah hasrat yang aktif untuk dapat segera bertindak atau melakukan suatu perbuatan (Sujanto, 2004). Menurut Ajzen (2005) ada hubungan antara kecenderungan dengan munculnya perilaku, individu akan melakukan perilaku tersebut ketika sudah memiliki kecenderungan sebelumnya.

Dalam beberapa definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecenderungan perilaku *bullying* adalah kecenderungan/keinginan untuk melakukan tindakan yang bertujuan menyakiti orang lain yang lebih lemah (terdapat ketidakseimbangan kekuatan), baik secara verbal, fisik, dan psikologis yang dilakukan secara berulang ulang dalam waktu yang relative lama.

2. Aspek-Aspek *Bullying*

Bullying merupakan kecenderungan agresif yang bertujuan untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun psikis. Pelaku akan menggunakan berbagai cara agar tujuannya itu tercapai. Salah satu faktor besar dari perilaku *bullying* pada remaja disebabkan oleh adanya teman sebaya yang memberikan pengaruh negatif dengan cara menyebarkan ide (baik secara aktif maupun pasif) bahwa *bullying* bukanlah suatu masalah besar dan merupakan suatu hal yang wajar untuk dilakukan. Oleh karena itu ada banyak kecenderungan yang dapat dikategorikan pada aspek-aspek *bullying*, begitu luasnya hingga para ahli mengelompokkannya dalam beberapa bagian. Berdasarkan aspek-aspeknya, Olweus (Annisa, 2012) *bullying* dibagi kedalam tiga kategori, yaitu *bullying* secara verbal, fisik dan psikologis.

- a. Verbal, bentuk *bullying* ini berhubungan dengan verbal atau kata-kata. Tindakan yang termasuk di dalamnya adalah memaki, menghina, mengejek, memfitnah, member julukan yang tidak menyenangkan,

mempermalukan di depan umum, menuduh, menyoraki, menyebarkan gossip yang negatif dan membentak.

- b. Fisik, bentuk *bullying* ini yang paling terlihat karena bersifat langsung dan terdapat kontak fisik antara korban dan pelaku. Contoh perilakunya seperti memukul, meludahi, menampar, mendorong, menjambak, menjewer, menimpuk, menendang, dan berbagai macam kontak fisik lainnya.
- c. Psikologis, bentuk *bullying* ini berhubungan dengan semua perilaku yang bersifat merusak hubungan dengan orang lain. Tindakan yang termasuk dengan sengaja mendiamkan seseorang, mengucilkan seseorang, penolakan kelompok, pemberian gesture yang tidak menyenangkan seperti memandang sinis, merendahkan dan penuh ancaman.

Astuti (Alvin, 2017) juga mengemukakan mengenai bentuk-bentuk *bullying*, antara lain:

- a. Fisik, contohnya adalah menggigit, menarik rambut, memukul, menendang, mengunci, dan mengintimidasi korban di ruangan atau dengan mengitari, memelintir, menonjok, mendorong, mencakar, meludahi, mengancam, dan merusak barang-barang milik korban, penggunaan senjata dan perbuatan kriminal.
- b. Non-fisik, terbagi dalam bentuk verbal dan non-verbal. Verbal contohnya panggilan telpon yang meledek, pemalakan, pemerasan, mengancam, atau intimidasi, menghasut, berkata jorok pada korban, berkata menekan, dan menyebarluaskan kejelekan korban. Sedangkan non-verbal terbagi menjadi langsung dan tidak langsung. Non-verbal tidak langsung diantaranya adalah manipulasi pertemanan, mengasingkan, tidak mengikutsertakan, mengirim pesan menghasut, curang, dan sembunyi-sembunyi. Non-verbal langsung contohnya gerakan kasar atau mengancam, menatap, muak mengancam, menggeram, hentakan mengancam atau menakuti.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecenderungan Perilaku *Bullying*

Usman (2013) menyebutkan ada empat faktor yang mempengaruhi *bullying*, diantaranya adalah :

a. Kepribadian

Faktor kepribadian memiliki pengaruh yang besar baik bagi pelaku maupun bagi korban *bullying*. Menurut Benitez dan Justicia, pelaku *bullying* cenderung memiliki empati yang rendah, impulsif dan tidak bersahabat. Selain itu, menurut Novianti salah satu faktor yang menyebabkan siswa melakukan *bullying* adalah tempramen yaitu sifat yang terbentuk dari respon emosional. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang memiliki empati rendah dan impulsif memiliki kecenderungan untuk melakukan *bullying* daripada siswa dengan kepribadian yang pasif atau pemalu.

b. Komunikasi interpersonal siswa dengan orangtua

Siswa yang dibesarkan dalam keluarga yang terbiasa menggunakan pola komunikasi sarkasme akan cenderung meniru dan menerapkan apa yang sering ia dengar di rumah dan kemudian di terapkan di sekolah ataupun di kesehariannya. Selain itu, kurangnya kehangatan, kasih sayang, serta pengarahan dan dukungan dari orangtua akan menambah kecenderungan siswa melakukan *bullying*.

c. Pengaruh dari kelompok teman sebaya

Menurut Benitez dan Justicia (Usman, 2013) kelompok teman sebaya yang memiliki masalah di sekolah akan melakukan hal-hal negatif seperti kekerasan, membolos serta rendahnya sikap menghormati guru dan menghargai teman. Idealnya teman di sekolah menjadi rekan untuk saling mencapai tujuan-tujuan pendidikan. Namun, pada kenyataan banyak siswa yang melakukan *bullying* akibat dorongan dari kelompok teman sebayanya.

d. Iklim Sekolah

Iklim sekolah memberikan pengaruh bagi siswa untuk melakukan perilaku *bullying*. Menurut Setiawati (Usman, 2013) sikap sekolah yang cenderung membiarkan dan mengabaikan perilaku *bullying* menjadikan pelaku merasa apa yang dilakukannya tidak melanggar dan boleh melakukan intimidasi pada siswa lain yang kurang memiliki kekuatan. Menurut Novianti (Usman, 2013), tingkat pengawasan pihak sekolah menentukan intensitas peristiwa *bullying* terjadi. Rendahnya pengawasan di sekolah berkaitan erat dengan berkembangnya perilaku *bullying* di kalangan siswa. Karakteristik sekolah yang mayoritasnya memiliki jenis kelamin yang sama juga menjadi faktor terjadinya perilaku *bullying* di sekolah (Annisa, 2012).

e. Kontrol diri

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan yang bertentangan dengan tingkah laku yang sesuai dengan norma sosial yang berlaku. Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama, ada individu memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Salah satu sebab siswa melakukan *bullying* yaitu rendahnya kontrol diri pada siswa. Individu dengan kontrol diri yang rendah memiliki kecenderungan menjadi impulsif, senang melakukan perbuatan yang berisiko, dan berpikiran sempit. Banyak faktor yang menyebabkan siswa melakukan tindakan *bullying*, baik faktor internal maupun eksternal. Salah satu sebab siswa melakukan *bullying* yaitu rendahnya kontrol diri pada siswa. Individu dengan kontrol diri yang rendah memiliki kecenderungan menjadi impulsif, senang melakukan perbuatan yang berisiko, dan berpikiran sempit.

4. Dampak Perilaku *Bullying*

Bullying yang kerap kali terjadi di sekolah seringkali diabaikan, padahal *bullying* sangat perlu ditanggulangi. Hal tersebut karena *bullying* dapat menimbulkan akibat yang sangat besar bagi siswa yang terlibat, baik sebagai korban ataupun pelaku. *Bullying* memiliki dampak fisik dan psikologis, secara fisik Sullivan (2000:27) menjelaskan bahwa

“perilaku *bullying* diantaranya adalah dampak yang mengakibatkan sakit secara fisik seperti patah tulang, gigi rusak, gegar otak, luka dimata bahkan kerusakan otak permanen. Perilaku *bullying* yang dirasakan oleh korban akan memberikan dampak yang tidak baik bagi perkembangan korban. Ketika siswa menjadi korban *bullying* mengakui bahwa mereka sangat terganggu dengan perlakuan *bullying*.”

Oleh karena itu perilaku *bullying* harus dijauhkan dari lingkungan sekitar agar tidak ada lagi banyak korban yang menjadi dampak dari perilaku *bullying*.

Dampak psikologis *bullying* menurut Rigby (2007:47-57) adalah “harga diri, dikucilkan, ketidakhadiran, reaksi emosional, efek domino, dampak dalam pendidikan dan bunuh diri.” Sementara dampak negatif bagi korbannya adalah akan timbul perasaan depresi dan marah. Mereka marah terhadap diri sendiri, pelaku *bullying*, orang dewasa dan orang-orang di sekitarnya karena tidak dapat atau tidak mau menolongnya.

Hal tersebut kemudian mulai mempengaruhi prestasi akademik para korbannya. Dampak *bullying* yang paling cepat terlihat dan terkena dampaknya adalah *bullying* fisik. Contohnya jika anak mendapatkan *bullying* fisik, akan mendatangkan kerugian fisik seperti sakit di bagian tubuh yang di pukul, memar-memar, hingga pada kasus ekstrim mendatangkan kematian. Selain itu, Dampak lain yang kurang terlihat *bullying* juga mendatangkan efek jangka panjang yaitu, menurunnya kesejahteraan psikologis korban dan penyesuaian sosial yang buruk. Dari penelitian yang dilakukan Riauskina (dalam Trevi, 2010) yaitu

“ketika mengalami *bullying*, korban merasakan banyak emosi negatif (marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman, terancam), namun karena korban tidak memiliki kemampuan untuk mempertahankan dirinya sehingga tidak berdaya untuk melawan.”

Hal ini dalam jangka panjang akan menyebabkan turunnya harga diri (*self-esteem*) korban karena korban merasa dirinya tidak berharga lagi. Djuwita (2006, dalam Trevi, 2010) menegaskan bahwa konsep diri dari korban *bullying* menjadi negatif karena korban merasa tidak diterima oleh teman-temannya, selain itu, dirinya juga mempunyai pengalaman selalu gagal secara terus menerus dalam membina pertemanan. Korban yang merasa tidak diterima oleh temannya akan menyebabkan berkurangnya kemampuan untuk menyesuaikan diri serta bersosialisasi dengan teman sebayanya. Sehingga dalam jangka panjang akan menyebabkan korban mengasingkan dirinya sendiri.

Berdasarkan penjelasan mengenai akibat yang ditimbulkan kecenderungan *bullying* diatas, maka diketahui bahwa kecenderungan *bullying* dapat menimbulkan banyak dampak negatif baik bagi korban maupun bagi pelaku. Bagi korban akibat negatif dapat berbentuk fisik maupun psikis. Akibat fisik seperti memar, lebam, atau luka. Sedangkan dampak psikis seperti kepercayaan diri siswa menurun, malu, trauma, merasa sendiri, serba salah, mengasingkan diri dari sekolah, mengalami ketakutan sosial, bahkan cenderung ingin bunuh diri. Akibat fisik cenderung dapat langsung terlihat, berbeda dengan dampak psikis yang pada awalnya akan terlihat wajar akan tetapi semakin memburuk jika dibiarkan saja, sehingga menimbulkan dampak dalam jangka waktu yang panjang. Bagi pelaku akibat negatifnya akan menjadikan suatu kebiasaan yang sulit dihindari sehingga menyebabkan rasa empati yang berkurang dan mengalami kesulitan dalam hidup bersosial.

B. Kontrol Diri

1. Definisi Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengolah faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi, kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kemampuan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu menutupi perasaannya.

“Menurut Becker (Aroma, 2012) menyatakan bahwa pada dasarnya setiap manusia memiliki dorongan untuk melanggar aturan pada situasi tertentu.”

Tetapi pada kebanyakan orang dorongan-dorongan tersebut biasanya tidak menjadi kenyataan yang berwujud penyimpangan. Hal tersebut karena orang normal biasanya dapat menahan diri dari dorongan-dorongan untuk berperilaku menyimpang. Kemampuan menahan diri inilah yang seharusnya dipelajari individu selama masa remaja. Selain itu Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) menyarankan bahwa *self-control* memiliki kapasitas besar dalam memberikan perubahan positif pada kehidupan seseorang.

Lebih lanjut Ray (2011), bahwa secara umum *self-control* yang rendah mengacu pada ketidakmampuan individu menahan diri dalam melakukan sesuatu serta tidak memedulikan konsekuensi jangka panjang. Sebaliknya, individu dengan *self-control* yang tinggi dapat menahan diri dari hal-hal yang berbahaya dengan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Di sisi lain, Hurlock (Khairunnisa, 2013) mengatakan kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Menurut konsep ilmiah, pengendalian berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Konsep ilmiah menitikberatkan pada pengendalian tetapi tidak sama dengan penekanan. Ada dua kriteria yang menentukan apakah kontrol diri dapat

diterima secara sosial atau tidak. Kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun, reaksi positif saja tidaklah cukup karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis individu. Artinya, dengan mengontrol emosi kondisi fisik dan psikis individu harus membaik.

“Kazdin (Khairunnisa, 2013) menambahkan bahwa kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan membantu mengatasi berbagai hal merugikan yang dimungkinkan berasal dari luar.”

Setiap individu normal bertanggungjawab atas perilakunya. Individu harus memiliki kesadaran akan setiap hal yang dilakukannya, mencakup keputusan, kebiasaan, sikap, dan sebagainya. Kemampuan sadar akan setiap hal yang dilakukan individu dapat membantu agar perilaku individu lebih terarah. Dengan kesadaran tersebut maka individu akan mampu mengontrol dirinya dengan baik. Individu dapat menilai, menginterpretasi, dan membatasi perilakunya. Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktifitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku (M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S, 2014: 25-26). Sehingga kemampuan sadar untuk melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak sangat diperlukan, guna mampu melakukan kontrol diri.

Berdasarkan beberapa teori yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat peneliti simpulkan bahwa kontrol diri adalah pengendalian tingkah laku, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak.

2. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Averill dalam Ghufraan (Khairunnisa, 2013) berpendapat terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu:

a. Kontrol perilaku (*behavioral control*)

Kontrol perilaku merupakan kemampuan individu untuk merespon situasi atau memodifikasi keadaan yang dianggap tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Sedangkan, kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*) merupakan kemampuan untuk mengatasi bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki untuk dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, antara lain: mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif adalah kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menghubungkan suatu kejadian sebagai usaha untuk mengurangi tekanan. Kontrol kognitif (*cognitive control*) terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Memperoleh informasi (*information gain*) yang dimaksudkan disini adalah dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu tersebut dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Sedangkan yang

dimaksud melakukan penilaian (*appraisal*) adalah individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Kontrol keputusan (*decisional control*).

Kontrol keputusan merupakan kemampuan individu untuk memilih dan memutuskan suatu tindakan yang akan dilakukan berdasarkan yang diyakininya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Berdasarkan pemaparan aspek-aspek kontrol diri yang telah dijelaskan, dapat ditarik kesimpulan bahwa kontrol diri dapat dilakukan dengan mengontrol perilaku ketika dihadapkan dengan situasi yang tidak menyenangkan, mengontrol kemampuan kognitif untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dan mengontrol keputusan sebelum memutuskan tindakan yang akan dilakukan.

Sedangkan menurut Tangney dkk (2004), terdapat 5 aspek kontrol diri, yaitu (a) *self-discipline* (kedisiplinan diri), (b) *deliberate/non-impulsive* (aksi yang tidak impulsif), (c) *healthy habits* (pola hidup sehat), (d) *work ethic* (etika kerja), (e) *reliability* (kehandalan). Penjelasan dari aspek-aspek tersebut adalah sebagai berikut :

- a. *Self-discipline*, yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri pada saat melakukan tugas. Individu dengan *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.
- b. *Deliberate/nonimpulsive*, yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong *non-impulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak.

- c. *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu. Oleh karena itu, individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung.
- d. *Work ethic*, yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja. Individu mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal di luar tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan *work ethic* mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan.
- e. *Reliability*, yaitu aspek yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan aspek-aspek kontrol diri terdiri atas *self-discipline* (kedisiplinan diri), *deliberate/non-impulsive* (aksi yang tidak impulsif), *healthy habits* (pola hidup sehat), *work ethic* (etika kerja), *reliability* (kehandalan).

3. Karakteristik Kontrol Diri

Individu dengan kontrol diri rendah, menurut Gottfredson dan Hirschi (Yusuf, 2011), menunjukkan karakteristik sebagai berikut: *impulsivity*, *preference simple task*, *risk seeking potential*, *preference for physical activities*, *self centeredness*, dan *possession of a volatile temper*.

- a. *Impulsivity*, kecenderungan untuk bertindak spontan dalam rangka memenuhi keinginan sesaat dan dengan tujuan jangka pendek.

- b. *Preference for Simple Task*, kurangnya ketekunan, keuletan, atau kegigihan dalam melakukan sesuatu. Sebagai akibatnya, individu dengan kontrol diri yang rendah lebih memilih tugas yang mudah dan sederhana.
- c. *Risk Seeking Potential*, individu dengan kontrol diri yang rendah cenderung untuk menjadi petualang, aktif dan mengutamakan fisik yang menentang peringatan, pikiran dan ucapan. Individu dengan kontrol diri yang rendah terlibat dalam kegiatan yang menyenangkan, berbahaya, dan menegangkan.
- d. *Preference for physical activities*, individu dengan kontrol diri yang rendah lebih menyukai kegiatan dengan aktivitas fisik daripada pikiran atau dialog.
- e. *Self Centeredness*, kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku yang mengakibatkan penderitaan atau ketidaknyamanan bagi orang lain. Individu dengan kontrol diri yang rendah cenderung menjadi egois, tidak peka dan tidak peduli terhadap orang lain serta mementingkan diri sendiri.
- f. *Possession of a volatile temper*, kontrol diri yang rendah berkaitan dengan rendahnya toleransi terhadap frustrasi dan kecenderungan untuk menyelesaikan konflik melalui konfrontasi dan aktivitas fisik.

4. Jenis-jenis Kontrol Diri

Menurut Block & Block (dalam Ghufroon & Risnawati, 2011), ada tiga jenis kontrol diri, yaitu :

- a. *Over control*, yaitu kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.
- b. *Under control*, yaitu suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak.
- c. *Appropriate control*, yaitu kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

Berdasarkan jenis-jenis kontrol diri diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara kontrol diri yang dilakukan individu satu dengan individu yang lainnya. Ada individu yang mengendalikan dirinya secara berlebihan, ada yang cenderung melakukan sesuatu tanpa mempertimbangkan terlebih dahulu, dan ada pula yang dapat mengendalikan dirinya secara tepat.

C. Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying*

Agresifitas di kalangan remaja bukanlah suatu hal yang baru dalam dunia pendidikan sejak dahulu bahkan hingga sekarang. Salah satu bentuk dari agresifitas tersebut adalah *bullying*. *Bullying* dapat dilakukan secara verbal seperti mengejek, memaki, berkata kasar, secara fisik seperti menampar, memukul, menendang, serta secara psikologis seperti mengancam, meneror, meremehkan. *Bullying* dilakukan secara berulang-ulang kepada korban *bullying*. Menurut Widayanti (2009) *bullying* merupakan merupakan salah satu bentuk agresi. Bentuk *bullying* secara verbal, fisik dan psikologis merupakan pemicu yang dapat berakibat pada tindakan agresifitas. Perasaan sakit hati, marah dan kecewa dari korban *bullying* menimbulkan keinginan untuk membalas perbuatan yang sama.

Menurut Ahmed dan Braithwaite (Wahyuni, 2014) *Bullying* bukan hanya menjadi masalah sekolah yang serius, tapi juga sudah menjadi masalah sosial. *Bullying* memiliki beberapa dampak seperti mengakibatkan kerugian, tekanan, gangguan emosi, gangguan perkembangan hingga remaja dan dewasa pada anak yang menjadi korban. *Bullying* juga cenderung melakukan tindakan kriminal saat dewasa.

Berk (Shohibullana, 2014) berpendapat bahwa kontrol diri adalah mengendalikan keinginan atau dorongan sesaat yang tidak sesuai dengan aturan atau norma sosial, yang juga menjadi acuan bagi kontrol diri adalah moralitas otonom. Moralitas otonom adalah tahap kedua dari perkembangan moral dalam teori Piaget, bahwa anak remaja mulai menyadari aturan-aturan dan hukum-hukum yang berlaku, juga memutuskan tindakan berdasarkan konsekuensi yang diterimanya. Pengendalian diri menjadi dasar bagi

menyatunya pikiran, kebiasaan, impuls, emosi dan tingkah laku yang berasal dari diri sendiri atau yang berasal dari masyarakat. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik akan cenderung untuk menjauhi perilaku negatif. Sebaliknya, individu dengan kontrol diri yang rendah akan lebih sering atau cenderung memunculkan perilaku negatif juga menunjukkan perilaku yang melanggar aturan. (Widodo, 2013).

Adanya kontrol diri dapat mengarahkan, memandu, serta mengatur perilaku individu agar menuju pada perilaku yang lebih positif. Proses terbentuknya adalah kontrol diri menolak respon negatif dan menggantinya dengan respon positif. Respon positif tersebut terdiri dari penggunaan pemikiran, perubahan emosi, pengaturan dorongan dan perubahan tingkah laku.

Synder dan Gangsted berpendapat bahwa konsep kontrol diri dapat digunakan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan masyarakat dalam bertindak dan berpendirian yang efektif. (Ruhban, 2013).

Kontrol diri pada remaja merupakan kemampuan pada diri sendiri yang digunakan untuk mengendalikan pengaruh dari luar dirinya yang menentukan tingkah laku. Namun, walaupun pengaruh dari luar diri tersebut menuntukan perilaku, pengaruh dari dalam diri seperti kontrol diri juga tetap ada seperti yang dijelaskan oleh Skinner bahwa tingkah laku disebabkan dan dipengaruhi oleh pengaruh eksternal, namun betapa pun kuatnya pengaruh eksternal, individu masih dapat mengubah dan menggunakan proses kontrol diri. Kemampuan kontrol diri ini akan terus meningkat seiring dengan bertambahnya usia. (Shohibullana, 2014).

Aspek-aspek dari kontrol diri Tangney dkk (2004) adalah aspek *self-discipline* (kedisiplinan diri), *deliberate/non-impulsive* (aksi yang tidak impulsif), *healthy habits* (pola hidup sehat), *work ethic* (etika kerja), *reliability* (kehandalan). Adapun aspek-aspek yang berhubungan dan terkait dengan munculnya kecenderungan *bullying* yang pertama adalah aspek *self-discipline* (kedisiplinan diri). *Self-discipline*, yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri, hal ini berarti individu mampu memfokuskan

diri pada saat melakukan tugas. Individu yang memiliki *self-discipline* yang tinggi mampu mengerjakan atau melakukan tugasnya sendiri, mampu menghilangkan kebiasaan buruk yang dilakukannya, mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya. Sebaliknya individu yang memiliki *self-discipline* yang rendah konsentrasinya dapat dengan mudah teralihkan dan tidak dapat menghilangkan kebiasaannya sehingga langsung memunculkan perilaku yang sering kali kearah negatif.

Aspek yang kedua adalah aspek *deliberate/non-impulsive* (aksi yang tidak impulsif). *Deliberate/non-impulsive*, yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Individu yang memiliki *deliberate/non-impulsive* tinggi perilakunya tidak impulsif, sehingga bila ada impuls dari luar atau dalam dirinya tidak langsung bertindak mengikuti emosi pada saat itu. Sebaliknya, individu yang memiliki *deliberate/non-impulsive* yang rendah, sulit untuk mengendalikan perilakunya sehingga langsung memunculkan perilaku yang sering kali kearah negatif. Oleh karena itu, dengan memiliki *deliberate/non-impulsive* yang tinggi, perilaku *bullying* dapat diminimalisir.

Aspek-aspek dari kontrol diri Averill (Khairunnisa, 2013) adalah aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Adapun aspek-aspek yang berhubungan dan terkait dengan munculnya perilaku *bullying*, yang pertama adalah aspek kontrol perilaku. Kontrol perilaku merupakan kemampuan individu untuk merespon situasi atau memodifikasi keadaan yang dianggap tidak menyenangkan. Individu yang memiliki kontrol perilaku yang tinggi, perilakunya tidak impulsif, sehingga bila ada impuls dari luar atau dalam dirinya tidak langsung bertindak mengikuti emosi pada saat itu. Sebaliknya, individu yang memiliki kontrol perilaku yang rendah, sulit untuk mengendalikan perilakunya sehingga langsung memunculkan perilaku yang sering kali kearah negatif. Oleh karena itu, dengan memiliki kontrol perilaku yang tinggi, perilaku *bullying* dapat diminimalisir.

Aspek yang kedua adalah aspek kontrol kognitif. Kontrol kognitif adalah kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan

cara menginterpretasi, menilai atau menghubungkan suatu kejadian sebagai usaha untuk mengurangi tekanan. Individu yang memiliki kontrol kognitif yang tinggi akan mempertimbangkan secara matang informasi yang tidak diinginkan, mencari penyebab serta solusi agar permasalahan tersebut dapat diselesaikan. Sebaliknya, individu yang memiliki kontrol kognitif yang rendah cenderung tidak memikirkan dan tidak menyaring terlebih dahulu informasi yang diterima. Oleh karena itu, individu yang memiliki kontrol kognitif yang rendah biasanya melakukan perilaku-perilaku agresif seperti *bullying*.

Aspek ketiga adalah aspek kontrol keputusan. Kontrol keputusan merupakan kemampuan individu untuk memilih dan memutuskan suatu tindakan yang akan dilakukan berdasarkan yang diyakininya. Seharusnya individu yang memiliki kontrol kognitif yang baik akan berdampak pula pada kontrol keputusan yang baik. Informasi yang telah diolah lalu menghasilkan keputusan yang tepat untuk menyelesaikan masalah yang sedang terjadi. Dengan begitu, individu yang memiliki kontrol keputusan yang baik biasanya tidak terlibat dalam melakukan perbuatan negatif seperti *bullying*.

III. METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2015 : 4). Dalam metodologi penelitian memuat langkah-langkah yang ditempuh guna menemukan, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu pengetahuan, berikut akan dijelaskan secara terperinci.

A. Tempat dan waktu penelitian

Tempat penelitian adalah lokasi tertentu yang digunakan untuk objek dan subjek yang akan diteliti dalam penelitian. Sesuai dengan judul penelitian ini, maka peneliti akan mengadakan penelitian dengan mengambil lokasi penelitian di SMA Negeri 6 Bandar Lampung. Waktu penelitian ini adalah tahun ajaran 2020/2021.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian sangat berpengaruh besar terhadap kualitas hasil penelitian. Semakin tepat suatu metode penelitian maka akan semakin berhasil penelitian yang dilaksanakan. Metode penelitian pendidikan menurut Sugiyono (2015) dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan dan mengantisipasi masalah.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif menurut Sugiyono (2015) adalah penelitian yang bekerja dengan angka, berupa data bilangan (skor atau nilai, peringkat, atau frekuensi), yang dianalisis dengan menggunakan statistik untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian yang bersifat spesifik dan untuk melakukan prediksi bahwa suatu penelitian tertentu mempengaruhi variable yang lain. Metode kuantitatif menggunakan statistik sebagai alat analisis data, sehingga analisis kuantitatif dinamakan juga analisis statistik karena menggunakan statistik sebagai alat bantu untuk menganalisis data.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi. Kemudian menurut Sumanto penelitian korelasi berkaitan dengan pengumpulan data untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih dan seberapa tingkat hubungannya, sehingga metode penelitian ini sangat tepat digunakan untuk meneliti permasalahan yang ada.

Dalam penelitian ini, peneliti ingin melihat tingkat hubungan 2 variabel yaitu variabel kontrol diri dan variabel kecenderungan perilaku *bullying*, tanpa mencoba mengubah atau mengadakan perlakuan terhadap variabel-variabel tersebut.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sugiyono (2015: 117) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2020/2021 yang terdiri dari jurusan IPA dan IPS yang berjumlah 192 siswa

Tabel 3.1. Populasi penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1.	XI IPA 1	27 Siswa
2.	XI IPA 2	28 Siswa
3.	XI IPA 3	27 Siswa
4.	XI IPA 4	27 Siswa
5.	XI IPS 1	28 Siswa
6.	XI IPS 2	28 Siswa
7.	XI IPS 3	27 Siswa
	Jumlah seluruh siswa kelas XI	192 Siswa

2. Sampel

Sugiyono (2015: 118) mengemukakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang di pandang mewakili populasi target. Jadi, sampel adalah sebagian dari populasi yang dianggap dapat mewakili populasi untuk dijadikan subjek dalam penelitian.

Sampel dalam penilitian ini yaitu siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandarlampung. Sampel diambil sebanyak 75 siswa dengan menggunakan metode *accidental sampling* yakni siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandarlampung jurusan IPA dan IPS

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* dengan menggunakan metode teknik memilih sample secara kebetulan atau *accidental sampling*, artinya teknik ini dikatakan siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui pada tempat, waktu, dan cara yang telah ditentukan cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2015).

D. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015:38) Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini di laksanakan oleh 2 variabel yaitu:

- a. Variabel bebas adalah sebab yang diperkirakan dari beberapa perubahan dari variable terikat, biasanya dinotasikan dengan simbol X (Noor, 2012:48). Dengan kata lain, variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat. Variabel ini yaitu kontrol diri.
- b. Variabel terikat adalah faktor utama yang ingin dijelaskan atau diprediksi dan dipengaruhi oleh beberapa faktor lain, biasa disimbolkan dengan Y (Noor, 2012 : 49). Dengan kata lain, variabel terikat ini adalah variabel yang harus dijelaskan secara lebih terperinci. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecenderungan perilaku *bullying*.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan bagian yang mendefinisikan sebuah konsep atau variabel agar dapat diukur, dengan cara melihat dalam dimensi (indikator) dari suatu konsep atau variabel. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu Kontrol Diri dan Kecenderungan Perilaku *Bullying*. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kontrol Diri

Kontrol diri adalah pengendalian tingkah laku, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak dimana hal meliputi, *self-discipline* (kedisiplinan diri), *deliberate/non-impulsive* (aksi yang tidak impulsif), *healthy habits* (pola hidup sehat), *work ethic* (etika kerja), *reliability* (kehandalan).

2. Kecenderungan Perilaku *Bullying*

Kecenderungan perilaku *bullying* adalah kecenderungan/keinginan untuk melakukan tindakan yang menyakiti orang lain yang lebih lemah (terdapat ketidakseimbangan kekuatan), baik secara verbal, fisik, dan psikologis yang dilakukan secara berulang ulang dalam waktu yang relative lama.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan guna mencapai objektivitas yang tinggi. Beberapa teknik yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah skala. Skala adalah salah satu alat ukur dalam penelitian kuantitatif. Dalam penelitian ini akan menggunakan 2 skala yaitu skala kontrol diri dan skala kecenderungan perilaku *bullying* sebagai berikut :

1. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri, peneliti menggunakan dari skala kontrol diri milik Tangney dkk dalam Munazzah (2016)

Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala Kontrol Diri

Variabel	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
Kontrol Diri	<i>Self-Discipline</i> (kedisiplinan diri)	- Mampu menghilangkan kebiasaan buruk		1,2,3	9
		- Mampu mengontrol diri	34	29,31	
		- Memiliki sifat disiplin	35, 36	32	
	<i>Deliberate/nonimpulsive</i> (aksi yang tidak impulsive)	- Berfikir sebelum bertindak	33	4,5,6	8

		- Tidak mudah dipengaruhi	27	28	
		- Tidak terbawa perasaan	30	26	
	<i>Healthy habit</i> (pola hidup sehat)	- Makan makanan sehat	10, 17		6
		- Berolahraga	11,18		
		- Tidak mengkonsumsi sesuatu yang mengganggu kesehatan	19	12	
	<i>Work ethic</i> (etika kerja)	- Tidak bekerja secara mendadak	20	7	6
		- Giat dalam menyelesaikan tugas/pekerjaan	21	8	
		- Memiliki konsentrasi yang baik	22	9	
	<i>Reliability</i> (kehandalan)	- Merasa handal	23	15	7
		- Memiliki sifat konsisten	13, 14	16	
		- Dapat dipercaya	24	25	
Jumlah					36

2. Skala Kecenderungan Perilaku *Bullying*

Skala Kecenderungan perilaku *bullying*. Peneliti menggunakan dari skala baku milik Espealge dalam Eldiorita (2016).

Tabel 3.3 Kisi-kisi Skala Kecenderungan Perilaku *Bullying*

Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Bullying	1,2,3,4,5,6,7,8,9		9
Jumlah			9

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah model *likert*. Menurut Azwar (2013 :62) menyatakan bahwa model *likert* merupakan perangkat pertanyaan atau pernyataan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan atau pernyataan tersebut. Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model *likert*.

Dengan model *likert*, variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut sebagai acuan untuk menyusun instrument yang digunakan berupa pertanyaan atau pernyataan yang dibuat. Sumanto (2014:102) juga mengungkapkan dalam skala *likert* terdapat dua bentuk pernyataan, yaitu pernyataan bentuk positif (*favorable*) yang berfungsi untuk mengukur sikap positif, dan bentuk pernyataan negatif (*unfavorable*) yang berfungsi untuk mengukur sikap negatif. Penggunaan skala *likert*, responden akan di berikan pernyataan-pernyataan dengan alternatif. Penelitian ini, peneliti memberikan empat pilihan pernyataan alternatif karena berdasarkan pengalaman di masyarakat Indonesia, ada kecenderungan seseorang atau responden memberikan jawaban kategori tengah karena alasan kemanusiaan. Kemudian untuk pemberian skor, pernyataan positif diberi skor 4, 3, 2 dan 1; sedangkan bentuk pernyataan

negatif diberi skor 1, 2, 3, dan 4. Adapun bentuk pilihan jawaban dan skornya seperti berikut ini:

Tabel 3.4 Skor Nilai Pilihan Jawaban

Pernyataan	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sering (SR)	4	1
Kadang-kadang (KD)	3	2
Jarang (JR)	2	3
Tidak Pernah (TP)	1	4

Peneliti menggunakan angket ini karena indikator menjadi titik tolak untuk menyusun instrumen berupa pernyataan, kemudian dijabarkan menjadi deskriptor, dan kemudian dibuatlah beberapa item pernyataan. Penggunaan item pada angket ini bisa secara tidak langsung menggambarkan keadaan diri siswa. Disamping itu untuk mendapatkan data yang tepat, peneliti secara sengaja memberikan kategori jawaban negatif dengan susunan bobot nilai yang terbalik. Sehingga nantinya siswa tidak akan takut atau menutup-nutupi keadaan dirinya yang sebenarnya dalam memberikan pernyataan pada skala yang diberikan.

F. Uji Persyaratan Instrumen

Berdasarkan penelitian hendaknya peneliti melakukan pengujian terhadap yang akan digunakan. Tujuannya adalah untuk mengetahui valid dan reliabel atau tidaknya instrumen yang akan digunakan. Instrumen yang akan diuji dalam penelitian ini adalah skala kontrol diri dan skala kecenderungan perilaku *bullying*.

1. Validitas instrument

Agar tidak terjadi kesalahan dalam pengukuran data, maka alat ukur harus memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi, karena tingkat validitas yang rendah akan memberikan kesimpulan yang tidak jelas atau bias.

Menurut Arikunto (2010:144) alat ukur atau pengukur yang berfungsi dengan baik itu akan mampu mengukur dengan tepat mengenai gejala sosial tertentu. Alat ukur tersebut menunjukkan kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen. Suatu instrumen dikatakan valid apabila instrumen tersebut mengukur apa yang semestinya diukur dan derajat ketepatannya benar, jika hal tersebut sudah tercapai maka instrumen tersebut validitasnya tinggi. Untuk mengukur analisis butir soal secara keseluruhan dengan mengkorelasikan setiap butir alat ukur dengan skor total terlebih dahulu dicari validitas alat ukurnya.

1. Validitas Instrumen Skala Kontrol Diri

Dalam penelitian ini, menggunakan validitas dan daya beda. Menggunakan validasi oleh para ahli. Cara ini biasa disebut dengan *expert judgment*. Instrumen yang divalidasi akan diperiksa dan dievaluasi. Daya beda hasil pengukuran variable kontrol diri yang diperoleh dari peneliti Munazzah (2016) dari 36 aitem terdapat 20 aitem dikatakan valid karena menunjukkan rentan 0.308-0.528. Sedangkan 16 aitem pernyataan lainnya yang memiliki koefisien < 0.308 dinyatakan tidak valid.

Tabel 3.5 Daya Beda Aitem-Aitem Kontrol Diri

Aspek	Aitem	Rentan	Aitem Gugur	Jumlah
<i>Self-Discipline</i> (kedisiplinan diri)	1,2,3,29,31,3 5,36	0.349- 0.467	32,34	9
<i>Deliberate/non-impulsive</i> (aksi yang tidak impulsive)	4,26,27,28	0.350- 0.406	5,6,30,33	8
<i>Healthy habit</i> (pola hidup sehat)	10,17	0.308- 0.451	11,12,18,19	6

<i>Work ethic</i> (etika kerja)	7,8,20	0.451- 0.528	9,21,22	6
<i>Reliability</i> (kehandalan)	13,14,15,16	0.347- 0.507	23,24,25	7
Jumlah	20		16	36

2. Validitas Instrumen Skala Kecenderungan Perilaku *Bullying*

Dalam penelitian ini, menggunakan validitas konstruk. Validitas Konstruk adalah validitas yang permasalahan seberapa jauh butir-butir tes mampu mengukur apa yang benar-benar hendak diukur sesuai dengan konsep khusus atau definisi konseptual yang telah ditetapkan.

Validitas konstruk yang merupakan tipe validitas yang mempertanyakan apakah konstruk atau karakteristik dapat diukur secara akurat oleh indikator-indikatornya. Validitas konstruk diukur dengan koefisien korelasi antara skor masing-masing indikator/item pertanyaan (x) dengan skor totalnya/faktor (y). Koefisien validitas diukur dari korelasi product moment kasar atau korelasi Pearson yang dirumuskan sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{n \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi variabel X dan Y

X = Skor butir soal

Y = Skor total

n = Jumlah responden/sampel

$\sum xy$ = Skor rata-rata dari X dan Y

$\sum X$ = Jumlah skor item X

$\sum Y$ = Jumlah skor item Y

Item pertanyaan (indikator) secara empiris dikatakan valid jika koefisien korelasi (r) $> 0,50$. Secara teori, indikator dikatakan valid jika korelasi (r) $\geq r_{\text{tabel}}$ dengan rumus r_{tabel} sebagai berikut.

Nilai df adalah *degree of freedom* ($v = n-2$) dengan n adalah banyaknya pengamatan. Nilai t_{tabel} adalah nilai $t_{(\alpha, v)}$ yang merupakan nilai kuantil dengan luasan kanan sebesar α dibawah kurva distribusi *student-t* dengan $v = n-2$. Ada juga peneliti menggunakan kriteria lain, yaitu item pertanyaan (indikator) dapat dikatakan valid jika $P\text{-value} \leq \alpha$ dengan α adalah probabilitas kesalahan yang ditentukan peneliti sebesar 1%, 5%, atau 10%. Terdapat perbedaan antara $P\text{-value}$ dan α , yaitu $P\text{-value}$ adalah probabilitas kesalahan yang dihasilkan dari proses pengujian sedangkan α adalah probabilitas kesalahan yang ditentukan oleh peneliti sebagai tolak ukur kesalahan yang ditoleransi. $P\text{-value}$ adalah probabilitas kesalahan ketika H_0 dapat ditolak berdasarkan Statistik Uji yang mana dirumuskan $P\text{-value} = P(t \geq t_{\text{hit}})$ dengan t_{hit} adalah nilai statistik uji t . Pada software tertentu seperti SPSS, $P\text{-value}$ dijelaskan dengan nilai *Significant (Sig.)*.

Dalam subbab ini peneliti Eldiorita (2016) menguji apakah 9 item yang ada bersifat unidimensional, artinya item-item tersebut benar-benar hanya mengukur *bullying*. Dari hasil CFA dengan model satu faktor, ternyata tidak fit dengan Chi-square = 323.82, $df = 27$, $P\text{-Value} = 0.00000$ dan nilai RMSEA = 0.232. Oleh sebab itu, peneliti melakukan modifikasi terhadap model, dimana kesalahan pengukuran pada beberapa item dibebaskan berkorelasi satu sama lainnya, maka diperoleh model fit dengan Chi-square = 19.88, $df = 14$, $P\text{-Value} = 0.13409$ dan nilai RMSEA = 0.045.

Tahapan selanjutnya, peneliti melihat apakah signifikan item tersebut mengukur faktor yang hendak diukur, sekaligus menentukan apakah item tersebut perlu digugurkan atau tidak, maka dilakukan pengujian hipotesis nihil tentang koefisien muatan faktor dari item. Pengujianya dilakukan dengan melihat nilai t bagi setiap koefisien muatan faktor, jika nilai $t >$

1.96, maka item tersebut signifikan dan begitu juga sebaliknya. Koefisien muatan faktor untuk item kecenderungan perilaku *bullying* dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.6 Muatan Faktor Item Kecenderungan Perilaku *Bullying*

No.Item	Item	Lambda	Standart Error	Nilai T	Signifikan
1	1	0.62	0.07	8.93	√
2	2	0.56	0.07	8.01	√
3	3	0.83	0.08	10.24	√
4	4	0.94	0.07	13.86	√
5	5	0.48	0.07	6.73	√
6	6	0.26	0.07	3.57	√
7	7	0.59	0.07	8.51	√
8	8	0.52	0.09	6.03	√
9	9	0.25	0.07	3.46	√

Keterangan : tanda \checkmark = Signifikan ($t > 1.96$), \times = Tidak Signifikan
Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa dari 9 item yang mengukur *bullying*, semua item signifikan ($T > 1.96$) dengan demikian tidak ada item yang digugurkan.

2. Reliabilitas Instrumen

Instrumen bisa dikatakan reliabel apabila instrumen tersebut digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama akan menghasilkan data yang sama pula. Menurut Arikunto (2010: 59) reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Reliabilitas merujuk pada tingkat keterandalan suatu instrumen. Pengujian reliabilitas diolah dengan bantuan SPSS 22.0 for windows. dengan menggunakan koefisien *alpha* (α) dari *Cronbach* dengan rumus :

$$r_{11} = \left[\frac{n}{(n-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

- r_{11} = reliabilitas instrumen
 n = banyaknya butir pertanyaan
 $\sum \sigma_i^2$ = jumlah varian butir
 σ_t^2 = varian total

Kriteria penilaian reliabilitas menurut DeVellis (dalam Munazzah, 2016) disajikan pada:

Tabel 3.7 Kriteria Evaluasi Reliabilitas

Reliabilitas (r_{11})	Evaluasi
$r_{11} < 0.60$	Tidak diterima
$0.60 \leq r_{11} < 0.65$	Tidak diharapkan
$0.65 \leq r_{11} < 0.70$	Diterima namun minimal
$0.70 \leq r_{11} < 0.80$	Diharapkan
$0.80 \leq r_{11} < 0.90$	Bagus
$r_{11} \geq 0.90$	Sangat bagus

Hasil uji reliabilitas dalam penelitian ini dibantu dengan bantuan *Microsoft Excel 2010* dan *SPSS 22.00 for windows*, menunjukkan hasil koefisien realibilitas pada variable kontrol diri sebesar 0.841. Angka tersebut mampu menggambarkan bahwa instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliable karena menunjukkan angka > 0.60 . Sedangkan untuk realibilitas skala kecenderungan perilaku *bullying* berdasarkan keterangan peneliti pendahulu Eldiorita (2016), Beliau menguji validitas skala menggunakan CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) sehingga tidak menghitung realibilitas.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Analisis data dilakukan untuk membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan tentang masalah yang akan diteliti. Analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk dapat mendeskripsikan atau menggambarkan objek yang diteliti melalui data yang diperoleh. Selain itu peneliti menggunakan analisis statistik korelasi untuk mengetahui gambaran dari variabel yang akan diteliti.

1. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan *one-sample kolmogorof-smimov tes*. Data dapat dikatakan normal memiliki kriteria pengujian yaitu jika signifikan $>0,05$ maka data normal dan sebaliknya jika signifikan $<0,05$ maka data tidak normal.

Dalam uji *kolmogorof of smornov* di asumsikan bahwa distribusi variabel yang sedang diuji mempunyai sebaran yang kontinyu. Kelebihan menggunakan uji *kolmogorof of smirnov* dengan uji normalitas yang lain adalah sederhana dan tidak menimbulkan perbedaan persepsi di antara satu pengamatan dengan pengamatan yang lain.

2. Uji linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat berbentuk linear atau tidak. Dalam penelitian yang dilakukan ini menggunakan *tes of linearity* dengan taraf signifikansi 5% yang dilakukan perhitungan dengan menggunakan bantuan program SPSS.

Dasar pengambilan keputusan pada uji linearitas yaitu jika nilai signifikansi pada $linearity < 0,05$, maka terdapat hubungan antar variabel adalah linear dan sebaliknya apabila nilai signifikansi pada $linearity > 0,05$ maka hubungan kedua variabel tidak linear.

3. Uji korelasi atau Uji Hipotesis

Teknik Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis korelasi *Pearson Product Moment* untuk melihat hubungan Kontrol Diri (X) dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying* (Y) pada siswa kelas XI SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020. Teknik korelasi *pearson product moment* digunakan untuk mengukur keeratan dan membuktikan hipotesis hubungan antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y).

Untuk mencari koefisien korelasi dapat menggunakan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{n \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi variabel X dan Y

X = Skor butir soal

Y = Skor total

n = jumlah responden/sampel

$\sum xy$ = Skor rata-rata dari X dan Y

$\sum X$ = Jumlah skor item X

$\sum Y$ = Jumlah skor item Y

Kriteria pengujian jika harga r hitung > rtabel dengan taraf signifikan 0.05 maka alat tersebut Silaen (2013: 224) menjelaskan langkah-langkah atau prosedur pengujian hipotesis dengan menggunakan r tabel sebagai berikut:

1. Rumuskan hipotesis yang mencakup H_0 dan H_a

$H_0 = 0$: tidak ada hubungan antara variabel X dengan variabel Y

$H_a \neq 0$: terdapat hubungan signifikan antara variabel X dengan variabel Y

2. Hitung nilai r hitung dengan menggunakan rumus
3. Tentukan tingkat signifikansi (α) = 0,05.
4. Pada tabel r pearson, tarik kekanan (baris) dari jumlah n, bersamaan dengan itu tarik garis kebawah (kolom) dari $\alpha = 0,05$. Perpotongan kedua garis tersebut adalah nilai r tabel.
5. Bandingkan nilai r hitung dengan nilai r tabel. Bila nilai r hitung > nilai r tabel maka H_0 ditolak, artinya H_a diterima. Sebaliknya, bila nilai r hitung < r tabel maka H_0 diterima dan H_a di tolak.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Negeri 6 Bandarlampung, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat tingkat kontrol diri yang rendah pada siswa kelas XI SMA N 6 Bandarlampung yakni 44%. Ini artinya siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah adalah siswa yang tidak terlalu baik dalam mengontrol dirinya, bertindak impulsif, bersifat agresif, dll. Sedangkan tingkat kecenderungan perilaku *bullying* siswa kelas XI SMA N 6 Bandarlampung tergolong tinggi yakni 45%. Ini artinya siswa memiliki kecenderungan perilaku *bullying*, siswa mengganggu, mengolok-olok teman, mengabaikan temannya, menyebarkan rumor, dll.

Berdasarkan hasil uji korelasi antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* menunjukkan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI SMA N 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2020/2021. Hasil perolehan korelasi yakni $r = -.905^*$ $p = 0.000$, artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa kelas XI SMA N 6 Bandar Lampung, dan berlaku sebaliknya. Siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi memiliki kecenderungan perilaku *bullying* yang rendah, dan sebaliknya siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah memiliki kecenderungan perilaku *bullying*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disarankan yakni sebagai berikut :

1. Berdasarkan kesimpulan yang pertama, peneliti menyarankan kepada semua siswa SMA N 6 Bandar Lampung terutama siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah hendaknya mampu mengontrol perilaku diri dan emosi diri sendiri, mempertimbangkan terlebih dahulu sebelum mengambil keputusan/bertindak, tidak impulsif. Siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi untuk meningkatkan dan memelihara kontrol diri yang sudah dimiliki. Siswa yang memiliki kecenderungan perilaku *bullying* tinggi dapat pergi keruang BK untuk dapat diberikan pelayanan menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* oleh guru BK.
2. Guru Bimbingan dan Konseling hendaknya dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling, khususnya layanan bimbingan dan konseling pribadi sosial yang dapat meningkatkan kontrol diri dan untuk mengurangi kecenderungan perilaku *bullying*, memberikan pelatihan menurunkan kecenderungan perilaku *bullying* pada siswa.
3. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengetahui kontrol diri dengan kecenderungan perilaku *bullying* dan diharapkan dapat mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi agar hasil penelitian lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adilla, N. 2009. *Pengaruh Kontrol Sosial Terhadap Perilaku Bullying Pelajar di Sekolah Menengah Pertama*. Jurnal Kriminologi Indonesia. 5 (1), 56-66
- Ajzen, I. 2005. *Attitudes, personality and behaviour*. Berkshire: Open University Press.
- Alvin, 2017. *Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Perilaku Bullying Di Sekolah*. Jurnal Psikologi
- Annisa. 2012. *Hubungan Antara Pola Asuh Ibu dengan Perilaku Bullying Remaja*. Skripsi (Tidak Diterbitkan). Jakarta : Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Aroma, I., Suminar, Dewi. 2012. *Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan. 01 (02), 1-6
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. 2007. *The Strength Model of Self-Control*. Current Directions in Psychological Science,
- Eldiorita, Indri. 2016. *Effect of Social Competence and School Stress on Bullying Behaviour in Adolescent*. eJournal Psikologi.

- Ghufron, M. dan Risnawati, N.R. 2014. *Teori - Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- John W. Santrock, 2007. *Perkembangan Anak. Jilid 1 Edisi kesebelas*. Jakarta : PT. Erlangga.
- Kartini Kartono. 1990. *Psikologi Perkembangan Anak*. Bandung : CV. Mandar
- Khairunnisa, A. 2013. *Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda*. eJournal Psikologi. 01 (02), 17
- Munazzah, Zinti. 2016. *Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Komsumtif Pada Mahasiswa S1 Perbankan Syariah UIN Maluna Malik Ibrahim Malang*. eJournal Psikologi.
- Noor, Juliansyah. 2012. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Poerwadarminta. 2007. *Kamus umum bahasa indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Ray, J.V. 2011. *Developmental Trajectories of Self-Control: Assessing The Stability Hypothesis*. South Florida : University of South Florida.
- Rigby, Ken. 2007. *Bullying in schools: and what to do about it*. Acer Press: Camberwell Australia.
- Ruhban, A. 2013. *Kontrol Diri Dan Intensitas Penggunaan Facebook Pada Remaja*. Jurnal Online Psikologi. 01 (02), 629-641
- Sejiwa, 2008. *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*. Jakarta: Grasindo
- Shohibullana, Imam Hoyri. 2014. *Kontrol Diri Dan Perilaku Konsumtif Pada Siswa SMA (Ditinjau Dari Lokasi Sekolah)*. Jurnal Online Psikologi. 02 (01), 46-61

- Sugiyono, 2015. *Metodepenelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Afabeta.
- Sujanto, 2004. *Psikologi umum*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sullivan, 2000. *The Anti-Bullying Handbook*. Oxford University Press
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L, 2004. *High self control predicts good adjusment, less pathology , better grades, and interpersonal succes*. Journal of Personality. Vol 72 (2). 271-322.
- Thalib, S.B. 2010. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Trevi & Respati, W. S, 2010. *Sikap Siswa Kelas X Smk Y Tangerang Terhadap Bullying*. Jurnal Psikologi. 5: 14-26.
- Unnever, J. D. & Cornell, D. G, 2003. *Bullying, self control and ADHD*. Journal of Interpersonal Violence. Vol 18 (2), 129-147.
- Usman, I. 2013. *Kepribadian, Komunikasi, Kelompok Teman Sebaya, Iklim Sekolah dan Perilaku Bullying*. Jurnal Humanitas. 10 (1), 49-60
- Wahyuni, S., Asra. 2014. *Kecenderungan Anak Menjadi Pelaku Dan Korban Bullying Ditinjau Dari Kualitas Kelekatan Dengan Ibu Yang Bekerja*. Jurnal Marwah. 13 (1), 106-118
- Widayanti. 2009. *Fenomena Bullying di Sekolah Dasar Negeri di Semarang*. Jurnal Psikologi Undip. 5 (02), 1-7
- Widodo, Bernadus. 2013. *Perilaku Disiplin Siswa Ditinjau Dari Aspek Pengendalian Diri (Self Control) dan Keterbukaan Diri (Self Disclosure) pada Siswa Smkwonoasri Caruban Kabupaten Madiun*. Jurnal Widya Warta. 01 (35), 1-8
- Yusuf, H. & Fahrudin, A, 2012. *Perilaku bullying: Asesmen multidimensi dan intervensi sosial*. Jurnal Psikologi Undip. Vol 11 (2), 1-10.

Yusuf, Syamsu. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung
: PT. Remaja Rosdakarya.