

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja menjadi peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja identik dengan emosi yang bergejolak tetapi memiliki pengendalian diri yang belum sempurna (Malfasari *et al.*, 2020). 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 (Kwak and Kim, 2022).

Pengendalian diri yang rendah cenderung memicu antagonisme, individu yang impulsif dan tidak peka terhadap orang lain lebih cenderung menggunakan kata-kata kasar di tempat umum, yang dapat meningkatkan risiko mereka menjadi korban dengan memprovokasi respons antarpribadi. Dengan kata lain, pengendalian diri yang rendah mempengaruhi pilihan gaya hidup seseorang dan cara orang berperilaku, menempatkan mereka dalam lingkungan sosial yang berisiko dan situasi berbahaya yang pada akhirnya dapat menimbulkan risiko menjadi pelaku maupun korban (Kwak and Kim, 2022).

Kemampuan seseorang untuk mengendalikan perilaku mereka dikenal sebagai kontrol diri. Perencanaan yang baik dalam bertindak memengaruhi kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri. Para peneliti mencoba memahami penyebab gangguan kontrol diri, termasuk keinginan untuk mendapatkan keuntungan jangka pendek, tekanan emosional, dan kurangnya agency personal (Khoiruddin, 2022).

Lemahnya pengendalian diri mengarah pada keterlibatan seseorang dalam tindakan agresif seperti *bullying*, tawuran dan kekerasan lainnya. Sedangkan seseorang yang memiliki pengendalian diri yang tinggi akan berdampak pada pengendalian implus yang baik, penyesuaian dan stabilitas harga diri, hubungan interpersonal yang baik dan kurangnya perilaku agresif (Sabrina, 2022). Kontrol diri perlu diajarkan kepada remaja agar tindakan agresif seperti kejadian *bullying* dapat diantisipasi.

Sejalan dengan data dari survey *American Psychological Association* (APA) yaitu 71% responden percaya bahwa pengendalian diri dapat dipelajari dan diperkuat (Khoiruddin, 2022). 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 (Isabela and Anggraini, 2024). Saat ini *bullying* menjadi perilaku kekerasan fisik maupun psikis yang paling sering dilakukan oleh remaja (Agisyaputri, Nadhirah and Saripah, 2023).

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 (WHO, 2024). Remaja berusia 11-15 tahun yang mengalami *bullying* di sekolah 13% lebih kecil kemungkinannya untuk lulus sekolah (WHO, 2020).

Di Indonesia, prevalensi *bullying* menurut *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2020 terdapat 41% pelajar berusia 15 tahun pernah mengalami *bullying*, 22% remaja pernah diejek dan 19% remaja dipukul oleh murid lainnya (UNICEF, 2020). Sejalan dengan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Tahun 2020 kejadian *bullying* di pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan terus meningkat (KPAI, 2020).

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 (Fahlevi, 2024).

Di Provinsi Kepulauan Riau, persentase siswa yang mengalami perundungan pada tahun 2021 yaitu sebesar 16,96 % (BPS, 2023). 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 (TribunBatam, 2020).

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* (Ahmad, 2022). Dengan kontrol diri yang tinggi, remaja mempertimbangkan konsekuensi yang dihadapi sehingga mereka tidak melakukan tindakan *bullying* terhadap temannya (Zain, 2021). Oleh karena itu, kontrol diri sangat penting untuk mengurangi *bullying* (Prastyaa and Astuti, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jane (2022) yang menunjukkan bahwa kontrol diri mempunyai hubungan signifikan terhadap kecenderungan berperilaku *bullying* (Akollo, 2022).

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.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur
- 2) Untuk mengetahui distribusi frekuensi kontrol diri pada remaja di SMPN 29 Batam.
- 3) Untuk mengetahui distribusi frekuensi kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam.
- 4) Untuk mengetahui adanya hubungan kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja di SMPN 29 Batam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu kesehatan dan psikologi serta dapat membantu dan memperluas pemahaman mengenai adanya hubungan kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Remaja

Hasil Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah pengetahuan remaja mengenai hubungan kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja sehingga remaja dapat mengontrol dirinya dengan baik dan kejadian *bullying* dapat dicegah.

2) Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber informasi bagi institusi pendidikan mengenai hubungan kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja, sehingga diharapkan kejadian *bullying* di sekolah dapat dicegah dengan cara meningkatkan kontrol diri pada remaja.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi peneliti selanjutnya mengenai hubungan kontrol diri dengan kejadian *bullying* pada remaja.

1.5 Resiko Penelitian

Resiko pada penelitian ini dapat terjadi apabila responden mengisi kuesioner dengan jawaban yang tidak sebenarnya sehingga didapatkan data yang tidak valid yang menyebabkan data bias pada penelitian.