

PENGARUH EMPATI DAN KONTROL DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU PERUNDUNGAN

Aulia Mycena Nova Equinea, Setia Asyanti
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak.

Pentingnya untuk memiliki karakter pribadi yang baik dalam diri individu untuk menanggulangi dan mengurangi kecenderungan perilaku perundungan. Siswa dengan karakter dan pribadi yang baik mampu untuk mengembangkan potensi agar siswa memiliki sifat rendah hati, peduli sosial, serta mampu untuk berperilaku sesuai moral dalam menentukan kehidupan di masa depan. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menguji ada tidaknya pengaruh empati dan kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku perundungan. Subjek dari penelitian ialah siswa SMA X di Surakarta sebanyak 310 yang berasal dari kelas XI dan XII. Alat ukur dalam penelitian ini berupa kuesioner yang berisi skala empati, kontrol diri dan kecenderungan perilaku perundungan. Hasil data dianalisis melalui analisis regresi linier berganda. Hasil data menunjukkan Sig. $p < 0,00 < 0,05$ dengan Fhitung 31,141 > Ftabel 3,025 yang menunjukkan bahwa variabel empati dan kontrol diri secara signifikan berpengaruh terhadap variabel kecenderungan perilaku perundungan. Pada hasil koefisien determinasi (R^2), variabel empati dan kontrol diri secara bersamaan menyumbang 0,169 atau sebesar 16,9 % dengan sisa 83,1% dipengaruhi oleh variabel faktor lain. Peneliti juga menemukan hasil kategorisasi jenis kelamin yang menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan memiliki kecenderungan perilaku perundungan lebih tinggi daripada jenis kelamin laki-laki.

Kata Kunci: empati, kecenderungan perilaku perundungan, kontrol diri.

Abstract.

It is important to have good personal character in individuals to overcome and reduce the tendency of bullying behavior. Students with good character and personality are able to develop their potential so that students have a humble nature, care socially, and are able to behave according to morals in determining their future lives. The aim of this research is to test whether there is an influence of empathy and self-control on the tendency to bully behavior. The subjects of the research were 310 SMA X students in Surakarta from classes XI and XII. The measuring tool in this research is a questionnaire containing scales of empathy, self-control and tendencies towards bullying behavior. The data results were analyzed through multiple linear regression analysis. The data results show Sig. $p < 0.00 < 0.05$ with Fcount 31.141 > Ftable 3.025 which shows that the variables of empathy and self-control significantly influence the variable of tendency towards bullying behavior. In the results of the coefficient of determination (R^2), the empathy and self-control variables simultaneously contributed 0.169 or 16.9% with the remaining 83.1% influenced by other variable factors. Researchers also found gender categorization results which showed that women had a higher tendency for bullying behavior than men.

Keywords: empathy, tendency to bully behavior, self-control.

1. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa untuk membangun karakter dan pribadi di masa depan karena pada masa ini seorang remaja berada pada fase peralihan anak menuju dewasa. Remaja dengan karakter dan pribadi yang baik mampu untuk mengembangkan potensi agar memiliki sifat rendah hati, peduli sosial, serta mampu untuk berperilaku sesuai moral. Tingkah laku remaja yang ingin menonjolkan diri merupakan bentuk perilaku yang dilakukan atas kehendak hati. Berdasarkan aspek dari segi psikologis, masa remaja lebih dipengaruhi oleh interaksi sosial. Individu yang berada pada lingkungan positif akan memiliki dampak terhadap timbulnya perilaku positif. Penentu sikap positif individu dilihat dari perilakunya terhadap orang lain. Jika perilaku tersebut merugikan orang lain maka hal tersebut disebut dengan perilaku negatif. Salah satu bentuk perilaku negatif adalah perundungan (perundungan).

Perundungan pada remaja bukanlah hal yang baru dikalangan masyarakat. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2021) mencatat tahun 2016-2020 kasus Perundungan mencapai 917 pelapor dengan rincian 480 orang sebagai korban perundungan dan 437 orang sebagai pelaku perundungan. Badan Pusat Statistika Provinsi Jawa Tengah (2021) mencatat 3 tahun terakhir (2019 – 2021) terjadi kasus kekerasan di kota Surakarta sebanyak 112 kasus.

Peneliti melakukan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA di kota Surakarta dari 156 siswa ditemukan sebanyak 38,7% siswa pernah melihat kejadian perundungan dan 52,6% responden pernah mengalami perilaku perundungan. Adapun perlakuan yang dilakukan oleh pelaku dalam melaksanakan perilaku perundungan tersebut yang mendominasi diantara lain, mengejek (25,6%), mengkritik berlebihan (16%), menghindari (14,7%), menghina (7,1%), dan merusak benda milik teman (7,1%). Selain itu juga terdapat minoritas perilaku yang dilakukan siswa diantara lain, memfitnah (3,8%), mencela (4,5%), melecehkan (1,3%), memukul (5,8%), menyikut (4,5%), menendang (3,2%), memiting (3,2%) meludahi (1,9%), dan mengucilkan (3,8%).

Perilaku perundungan memiliki makna suatu bentuk tindakan yang mengintimidasi individu/ kelompok secara agresif yang sengaja dan sadar dilakukan dengan maksud meyakini, menimbulkan ketakutan melalui ancaman agresi, hingga teror kepada orang lain baik secara fisik maupun verbal (Coloroso, 2003; Schott, 2014; Olweus, 1997). Sedangkan kecenderungan berperilaku menurut *American Psychological Association* (APA, 2013) merupakan suatu perilaku disertai dorongan emosi dalam mengekspresikan sesuatu. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kecenderungan atau ‘cenderung’ diartikan sebagai kecondongan, kesudian, maupun keinginan akan melakukan sesuatu. Sehingga, kecenderungan berperilaku perundungan merupakan dorongan emosi seseorang/ kelompok

untuk melakukan tindakan agresif kepada seseorang/ kelompok secara sengaja yang bertujuan mengintidasi serta menyakiti orang lain dengan status sosial berada dibawahnya. Sehingga berakibat pada perasaan tertekan, trauma, dan tak berdaya pada diri korban.

Kemudian pada konsepnya merujuk pada konsep perilaku perundungan dari Coloroso (2003) yang di antaranya: a) perundungan verbal, bentuk intimidasi yang paling umum digunakan/dilakukan dengan memberikan perkataan kepada orang lain (korban), berupa merendahkan, mengejek, mengkritik secara kejam, pencemaran nama baik, rasisme, ancaman kekerasan, tuduhan tidak benar, komentar sugestif atau pelecehan seksual dan pemerasan, b) perundungan fisik, bentuk intimidasi yang paling mudah untuk terdeteksi, berupa penindasan secara fisik yang tidak terbatas seperti menampar, memukul, mencekik, menyodok, meninju, menendang, menggigit, mencubit dan lain sebagainya, c) perundungan rasional/ sosial, bentuk intimidasi yang paling sulit di deteksi dan dapat mengurangi/menurunkan kepercayaan diri pada anak dengan bentuk intimidasi berupa pengabaian, pengucilan, pengecualian, atau menghindari dengan tujuan untuk mengasingkan atau menolak.

Selanjutnya, perlu diketahui bahwa penyebab terbentuknya perilaku perundungan tidak jauh dari aktor internal ataupun eksternal. Menurut Hoover, et al., (1998) menyatakan bahwa terdapat beberapa pembentuk dari perilaku perundungan yang terbagi menjadi dua yaitu faktor internal seperti: 1) kepribadian karakter, penting bagi individu dalam bersosial dengan memperhatikan dampak yang diakibatkan. Adapun beberapa karakter pembentuk perilaku perundungan berupa empati rendah, kontrol diri yang rendah, dan memiliki keinginan untuk mendominasi (Olweus, 1997). 2) pengalaman agresi masa lalu, pengalaman individu tidak akan dengan mudah untuk dilupakan, khususnya bagi seseorang yang mengalami tindakan. 3) Sikap keluarga, keluarga sebagai tempat belajar pertama seseorang tak jarang suatu keluarga akan tanpa sadar memanjakan anaknya sehingga tidak membentuk kepribadian yang matang dan sulit dalam mengontrol dirinya sendiri. Sedangkan faktor eksternal berupa: 1) lingkungan, individu dengan lingkungan positif akan mengakibatkan terbentuknya perilaku positif pula. 2) Budaya, keadaan lingkungan individu yang menanggapi suatu tindakan negatif sebagai hal yang biasa.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Rachmah, (2014) menyatakan bahwa pelaku perilaku perundungan, memiliki ketidakmampuan dalam beempati. Definisi dari empati menurut Davis ,(1983) kemampuan individu dalam berfikir, memahami, serta merasakan keadaan orang lain dengan sudut pandang orang tersebut, sehingga individu mampu mengetahui dan benar memahami perasaan dan pikiran orang tersebut. Kemudian menurut Hoffman (2003) menjelaskan bahwa empati merupakan keterlibatan individu dalam proses psikologis yang

membuat seseorang tersebut memiliki perasaan yang lebih terhadap situasi orang lain dibandingkan dengan situasinya sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian Gunawan, (2021) yang menunjukkan bahwa empati memiliki hubungan dengan pembentukan perilaku perundungan di internet (*cyberperundungan*). Rachmah, (2014) dalam penelitiannya menyatakan jika pelaku perundungan melakukan tindakan perundungan dikarenakan ketidakmampuan individu dalam memahami, mengenali perasaan dari perspektif orang lain, serta mengatasi kekhawatirannya dengan tepat Wibowo, dkk.. (2020) dalam penelitiannya menyebutkan empati memberikan pengaruh sebesar 15% terhadap munculnya perilaku perundungan.

Adapun konsep empati dalam penelitian ini menggunakan aspek empati dari Davis (1983) yaitu: a) *perspective taking*, kemampuan pengambilan perspektif untuk mengantisipasi perbuatan dan respons orang lain, agar hubungan antar individu lebih lancar dan lebih bermanfaat, b) fantasi, kemampuan individu memahami secara mendalam pada dunia fiktif (buku, film, maupun seni peran) yang dapat mempengaruhi hubungan sosial terhadap ukuran emosionalitas seseorang, c) *empathic concern*, kemampuan individu dalam merasakan kepedulian kepada individu lain terkait kepekaan dan kepedulian, d) *personal distress*, keyakinan individu dalam berhubungan sosial.

Selain empati, Masitah & Minauli (2012) menyebutkan faktor lain yang dapat membentuk perilaku perundungan yaitu kontrol diri. Siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah, kurang mampu mengarahkan ataupun mengatur perilakunya secara positif serta kurang mampu mempertimbangkan konsekuensi dari perilaku yang dilakukan sehingga cenderung bertindak agresif, mudah marah dan tidak dapat menghindari untuk melakukan kekerasan atau perundungan terhadap temannya. Hal ini sejalan dengan penelitian Pertiwi & Indrawati, (2020) pada 50 orang siswa di Bekasi menghasilkan adanya hubungan signifikan arah negatif terkait kontrol diri terhadap pelaku perundungan, dengan sumbangan sebesar 60,3%.

Perilaku kontrol diri merupakan kemampuan yang dilakukan oleh individu dalam mengolah informasi untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku sebagai pertimbangan perilaku yang sesuai atas kehendaknya (Averill, 1973; Endrianto, 2014).

Adapun konsep yang terdapat pada kontrol diri menurut Averill (1973), berupa: a) pengendalian perilaku (*behavior control*) adalah kemampuan seseorang untuk secara sengaja terlibat dalam perilaku yang dapat meningkatkan atau mengurangi situasi negatif. b) Kontrol kognitif (*kognitif control*) adalah kemampuan yang membantu orang memproses informasi yang tidak sesuai dengan yang mereka harapkan dengan memungkinkan mereka menafsirkan,

menilai, atau menghubungkan peristiwa tertentu dalam pikiran mereka sebagai adaptasi psikologis. c) Mengontrol keputusan (*decesional control*) adalah kemampuan yang memungkinkan seseorang untuk memilih hasil atau ide tertentu berdasarkan sesuatu yang nyata atau yang dibayangkan, dan mengontrol diri sendiri ketika memilih suatu tindakan akan berhasil dengan baik jika ada motivasi, kapasitas, atau potensi yang mendasari untuk melakukannya.

Maka penting pada setiap individu untuk mampu memiliki kontrol diri dan empati yang baik, sehingga akan menunjukkan karakter yang kuat dan bertanggung jawab. Apalagi bagaimana dampak dari perilaku perundungan sendiri memiliki pengaruh diberbagai sisi seperti; psikologis maupun sosial. Hal tersebut ditunjukkan pada hasil penelitian dari Nabila, Suryani & Hendrawati (2022) bahwa korban perundungan menjadi memiliki keinginan bunuh diri, tertekan akan ingatan di-*bully*, dan bermimpi buruk. Dan pernyataan dari Priyatna (2010) menunjukkan beberapa dampak yang dirasakan oleh korban perilaku perundungan berupa adanya perasaan cemas dan sepi, rendah diri, menarik diri dari lingkungan sosial, hingga depresi. Maka dari itu, penting bagi setiap individu untuk mengetahui dan menanamkan karakter yang baik agar tidak merugikan orang lain.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji ada atau tidak pengaruh empati dan kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku perundungan dengan rumusan masalah “adakah pengaruh empati dan kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku perundungan?”. Manfaat penelitian ini adalah memberikan kontribusi dalam bidang psikologi, terlebih untuk menjadikan referensi pada penelitian lainnya yang berkesinambungan sehingga dapat dijadikan sarana dalam menuangkan gagasan ilmiah. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai cara meningkatkan empati dan kontrol diri dalam menghadapi perundungan.

Peneliti membuat hipotesis yang terdiri dari hipotesis mayor dan hipotesis minor. Pada hipotesis mayor dalam penelitian ini ialah terdapat pengaruh empati dan kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku perundungan, serta hipotesis minor berupa; 1) terdapat pengaruh signifikan negatif empati terhadap kecenderungan perilaku perundungan, dan 2) terdapat pengaruh signifikan negatif kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku perundungan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif-korelasional untuk mengetahui signifikansi pengaruh antara variabel empati dan kontrol diri terhadap variabel kecenderungan perilaku perundungan. Pada pelaksanaan pengambilan data menggunakan metode kuesioner yang dilakukan kepada siswa SMA. Fokus penelitian ini antara lain, variabel independen (Y) yaitu

kecenderungan perilaku perundungan dan variable dependen (X) yaitu empati (X1) dan kontrol diri (X2).

Populasi pada penelitian ini ialah seluruh siswa dari SMA X di Surakarta yang sedang berada di kelas X, XI, dan XII berjumlah ± 1369 siswa. Untuk menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan rumus Slovin sebagai penentuan jumlah responden yang akan digunakan dalam penelitian sejumlah 310 responden.

Sampel dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* yang mana pengambilan data tersebut dilakukan berdasarkan kriteria responden; 1) Siswa/I SMA Batik 1 Surakarta, 2) siswa yang pernah melihat/ mengalami perilaku perundungan.

Pengambilan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner yang berisi skala empati, kontrol diri, dan kecenderungan perilaku perundungan kepada siswa kelas XI dan XII dengan jurusan IPA dan IPS dengan alat ukur berbentuk skala likert. Model skala Likert tersebut terdapat empat alternatif jawaban; sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS). Adapun skoring dalam membedakan pernyataan yang terbagi menjadi dua bentuk kelompok, yaitu kelompok aitem *favorable* dan kelompok aitem *unfavorable*

Dalam melakukan uji validitas aitem dari ketiga skala, peneliti menggunakan *expert judgement* yang terdiri dari 5 ahli profesional dibidang psikologi. Adapun batasan rentang yang digunakan dalam penelitian yang sesuai dengan tabel formula Aiken's V dengan nilai $V > 0,80$.

Pada skala kecenderungan perilaku perundungan yang digunakan pada penelitian ini di adaptasi dari Coloroso (2003) yang terdiri dari aspek perundungan verbal, perundungan fisik, dan perundungan rasional/ sosial. Apabila semakin tinggi skor individu pada skala kecenderungan perilaku perundungan maka semakin tinggi pula individu memiliki kecenderungan perilaku perundungan, begitupun sebaliknya. Validitas skala menghasilkan nilai koefisien korelasi 0,85 - 0,95 dan koefisien reliabilitas alpha 0,756.

Kemudian pada skala empati penelitian ini menggunakan alat ukur milik Davis (1983) yaitu *Interpersonal Reactivity Index (IRI)* dengan skala yang berdasar pada aspek *perspective taking, fantasy, empathic concern, dan personal distress*. Apabila semakin tinggi skor empati individu maka subjek memiliki empati yang tinggi pula, begitupun sebaliknya. Validitas skala ini menunjukkan hasil koefisien korelasi 0,85 - 0,95 dan koefisiensi reliabilitas alpha 0,814.

Serta menggunakan skala *self-control* yang berdasar pada aspek milik Averill (1973) berupa aspek mengontrol perilaku (*behavior control*), aspek kontrol kognitif (*cognitif*

control), serta aspek mengontrol keputusan (*decisional control*). Apabila skor skala kontrol diri tinggi, maka subjek memiliki kontrol diri yang tinggi pula, begitupun sebaliknya. Skala ini memiliki hasil koefisiensi korelasi antara 0,85 - 0,90, serta hasil koefisiensi reliabilitas alpha sebesar 0,784.

Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier berganda guna menguji ada tidaknya pengaruh dari sekumpulan variabel *independent* (IV) berupa empati dan *self-control* dengan variabel *dependent* (DV) yaitu perilaku Perundungan. Kemudian dilanjutkan dengan uji koefisiensi determinasi (R^2), dan terakhir uji hipotesisi (uji *t*, dan uji *F*). Pengujian dan pengolahan dalam menganalisis data akan dibantu dengan menggunakan program SPSS.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini berjumlah 310 siswa yang terdiri dari kelas XI dan XII. Pada pembagiannya, kelas XI terdiri dari 3 kelas dan kelas XII terdiri dari 7 kelas. Berdasarkan jumlah kategori jenis kelamin, perempuan memiliki jumlah 177 siswa dan laki-laki berjumlah 133 siswa.

Pada uji asumsi, perlu dilakukannya uji normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov* menghasilkan $p=0,200$ yang artinya berdistribusi normal. Selanjutnya uji linieritas yang menunjukkan variabel kecenderungan perilaku perundungan dengan empati bersifat linier yang menghasilkan $p=0,224$, serta variabel kecenderungan perilaku perundungan dengan kontrol diri bersifat linier yang menghasilkan $p=0,310$. Kemudian pada uji multikolinieritas menunjukkan bahwa empati dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku perundungan bersifat tidak multikolinieritas yang menghasilkan $VIF=1,087 < 10,00$ dan nilai tolransi $=0,920 > 0,10$. Dan terakhir uji heterokedastisitas pada variabel empati menghasilkan $p=0,895$ dan variabel kontrol diri menghasilkan $p=0,14$ yang artinya bersifat tidak heterokedastisitas.

Karena seluruh uji asumsi telah terpenuhi, maka hasil uji hipotesis menggunakan uji parsial dan uji simultan menunjukkan data sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Simultan Pada Uji Regresi Berganda

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Regression</i>	3435,246	2	1717,623	31,141	0,000
<i>Residual</i>	16933,129	307	55,157		
	20368,374	309			

Tabel 1 menunjukkan hasil $p(0,00) < 0,05$ dan F hitung $(31,141) > F$ tabel $(3,025)$ yang menunjukkan bahwa variabel empati dan kontrol diri secara signifikan berpengaruh terhadap variabel kecenderungan perilaku perundungan. Sehingga hipotesis mayor diterima. Artinya empati dan kontrol diri secara simultan memberikan pengaruh terhadap kecenderungan

perilaku perundungan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Hoover, (1998) bahwa penting bagi seseorang untuk memiliki karakter pribadi yang baik dalam bersosial. Sebab pada karakteristik dari perilaku perundungan ialah seseorang yang memiliki empati dan kontrol diri yang rendah (Olweus, 1997). Dengan demikian, kecenderungan perilaku perundungan pada individu juga perlu didasari oleh karakter dari individu itu sendiri.

Tabel 2. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R²)

Variabel	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
Empati* Kontrol Diri	0,411	0,169	0,163	7,427

Sumbangan efektif (SE) kedua variabel dapat di lihat pada tabel 2 kolom R square (0,163) artinya persepsi empati (X1) dan kontrol diri (X2) secara simultan (bersama-sama) mempengaruhi variabel kecenderungan perilaku perundungan (Y) di SMA X Surakarta sebesar 16,3%. Penelitian lain mengungkapkan bahwa bahwa empati dan kontrol diri mampu mempengaruhi terbentuknya perilaku agresif sebesar 12%, diaman salah satu perilaku agresif ini adalah perundungan (Nasution & Yusuf, 2023).

Tabel 3. Hasil Uji Parsial Pada Uji Regresi Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	p
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	75,15	4.531		16,58	0.00
Empati	-0,26	0.066	-0.212	-3,907	0.00
Kontrol Diri	-0,37	0.069	-0.297	-0,470	0.00

Tabel 3 menghasilkan nilai $p(0,00) < 0,05$ dengan $\beta = -0,212$ pada variabel empati, menunjukkan bahwa empati (X1) berpengaruh terhadap kecenderungan perilaku perundungan (Y) secara signifikan. Sehingga, hipotesis minor pertama diterima. Artinya, semakin baik empati individu maka kecenderungan perilaku perundungan disekolah tersebut cenderung rendah.

Hal tersebut juga di ungkapkan oleh Leleang, dkk (2021) bahwa kemampuan individu dalam berempati yang tinggi mampu untuk mengendalikan kemungkinan perilaku

perundungan. Individu tidak hanya akan memahami dan tau akan emosi orang lain saja, melainkan juga perlu merasakan dan mengerti kondisi diri sendiri maupun orang lain. Hal tersebut juga dikatakan oleh pelaku perundungan memiliki ciri rendah dalam merasakan perasaan orang lain (afeksi). Namun sebaliknya, memiliki kelebihan dalam memahami sudut pandang orang lain (kognitif) yang hanya sekedar mengetahui bagaimana dan mengapa harus berempati (Jolliffe, D., & Farington, D. P., 2006). Pernyataan tersebut membuktikan bahwa individu dengan empati yang tinggi dalam artian memiliki kognitif dan afektif mampu membantu menurunkan kecenderungan terbentuknya perilaku perundungan.

Menurut Goelman (dalam Pamungkas & Muslikah, 2019) menunjukkan ciri seseorang dengan empati yang tinggi perlu untuk memiliki kemampuan memahami perasaan orang lain dan sekitar, mampu memahami akan diri sendiri, mampu menunjukkan refleksi emosi dari seseorang serta tidak mudah larut dalam emosi orang lain hingga hilang akan kendali diri sendiri.

Pada variabel kontrol diri menghasilkan nilai $p < 0,05$ dengan $\beta = -0,297$ menunjukkan bahwa kontrol diri (X1) berpengaruh terhadap kecenderungan perilaku perundungan (Y) secara signifikan. Sehingga, hipotesis minor kedua diterima. Artinya, semakin baik kontrol diri individu maka kecenderungan perilaku perundungan disekolah tersebut cenderung rendah.

Menurut Borba (2008) jika seseorang memiliki kontrol diri, mereka akan memiliki karakter yang kuat dan bertanggung jawab. Dengan demikian, individu akan menyadari bahwa setiap tindakan yang mereka lakukan akan memiliki konsekuensi bahaya, dan mereka secara sadar mempertimbangkan konsekuensi dari apa yang akan dilakukan.

Hal ini sesuai dengan penelitian Fairuz dan Rinaldi, (2021) bahwa kontrol diri siswa yang tinggi dapat mengendalikan dan mengarahkan perilaku untuk berfikir sebelum bertindak, sehingga siswa mampu mempertimbangkan akibat dari apa yang akan terjadi dari perbuatannya. Contohnya terhindar untuk melakukan perilaku perundungan. Adanya kontrol diri yang tinggi akan membentuk individu untuk mengarahkan pikiran dan perilaku yang sesuai dengan norma dimasyarakat. Terlebih apabila individu tersebut merupakan pelajar. Sehingga, perlu diperhatikan bahwa semakin tinggi seseorang dalam mengontrol dirinya, maka akan semakin rendah seseorang dalam melakukan perilaku perundungan.

Terdapat beberapa ciri dari seseorang yang memiliki pengendalian diri tinggi menurut Logue dan Forzano (dalam Titisari, 2017) yaitu apabila individu mampu dan konsisten dalam menyelesaikan tugas tanpa mengganggu orang lain, mampu menyesuaikan perilaku sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku,, mampu mengontrol emosi sehingga tidak akan

menunjukkan emosional yang berlebih atau meledak-ledak, serta mampu menyesuaikan diri dan toleran akan situasi yang tidak dikehendaki.

Maka dengan demikian, individu yang dapat mengaplikasikan atau menerapkan ciri-ciri empati dan kontrol diri yang tinggi akan mampu untuk mengurangi kemungkinan terbentuknya perilaku perundungan. Hal tersebut dikarenakan, individu yang dapat memahami dan merasakan kondisi maupun situasi orang lain akan membantu dirinya untuk berpikir dan bertindak yang sepatasnya tanpa harus merugikan orang lain.

Sumbangan efektif (SE) dari masing-masing variabel menunjukkan variabel empati (X1) yaitu 6,3% dan variabel kontrol diri (X2) sebesar 10,6%. Maka dapat disimpulkan bahwa, variabel kontrol diri (X1) mempunyai pengaruh yang lebih dominan terhadap variabel kecenderungan perilaku perundungan (Y), dibandingkan dengan variabel empati (X2) terhadap variabel kecenderungan perilaku perundungan.

Sehingga hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fairuz dan Rinaldi (2021); Akollo (2022) kontrol diri secara signifikan memberikan pengaruhnya sebesar 50,3% terhadap perilaku perundungan, kontrol diri memberikan pengaruh sebesar 9,5% terhadap perilaku perundungan. Sebab, setiap individu mempunyai cara yang berbeda-beda dalam mengelola empati dan mengontrol dirinya (Powell & Roberts, 2017).

Hasil pengkategorisasian berdasarkan data jenis kelamin yang dibagi menjadi tiga kategori rendah, sedang, dan tinggi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Kategori Jenis Kelamin

Variabel	Data	Tingkatan Kategori			
		Rendah %	Sedang %	Tinggi %	
Kecenderungan perilaku perundungan	Jenis Kelamin	L	21 (7%)	93 (30%)	19 (6%)
		P	37 (12%)	108 (35%)	32 (10%)
Empati	Jenis Kelamin	L	14 (5%)	96 (31%)	23 (7%)
		P	29 (9%)	117 (38%)	31 (10%)
Kontrol diri	Jenis Kelamin	L	18 (6%)	87 (28%)	28 (9%)
		P	23 (7%)	119 (38%)	35 (11%)

Tabel 4 menjelaskan bahwa di SMA X Surakarta 30% (93 siswa) dari siswa laki-laki dan 35% (108 siswa) dari siswa perempuan memiliki kecenderungan perilaku perundungan pada kategori sedang. Kemudian, tingkat empati berada pada kategori sedang dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 96 siswa (31%) dan siswa perempuan sebanyak 117 siswa (38%). Selanjutnya, kontrol diri pada siswa laki-laki maupun perempuan berada pada kategori sedang dengan siswa laki-laki berjumlah 87 (28%) dan siswa perempuan 119 (38%),

Berdasarkan pengkategorisasian tersebut menunjukkan pada kecenderungan perilaku perundungan mayoritas laki-laki dan perempuan berada pada kategori sedang. Namun, frekuensi antara laki-laki dan perempuan menunjukkan jumlah lebih besar pada jenis kelamin Perempuan, hal tersebut dapat dikarenakan jumlah subjek perempuan lebih banyak daripada subjek laki-laki. Hasil tergorisasi menunjukkan bahwa persentase kecenderungan perilaku perundungan pada siswa perempuan memiliki kategorisasi lebih tinggi (10%) dibandingkan dengan persentase siswa laki-laki (6%).

Secara khusus, hubungan agresi di antara perempuan sering mengambil bentuk gosip atau menyebarkan rumor, pengkhianatan persahabatan, pengucilan, dan perilaku manipulatif lainnya yang mempengaruhi hubungan. Banyak dari perilaku ini dapat dengan mudah difasilitasi melalui jejaring soaial atau disebut cyberperundungan (Raskauskas & Stoltz, 2007). Hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari Lestari & Mamnu'ah, (2016) bahwa jenis kelamin memainkan peran yang lebih besar dalam menentukan jenis pelecehan, dengan laki-laki lebih cenderung melakukan pelecehan fisik daripada perempuan, dan perempuan lebih cenderung melakukan pelecehan psikologis daripada laki-laki.

4. PENUTUP

Berdasarkan pemaparan hasil analisis dan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa empati dan kontrol diri memiliki pengaruh signifikan terhadap kecenderungan perilaku perundungan. Perolehan kontribusi sumbangan pada empati sebesar 6,3% dan kontrol diri sebesar 10,6%, sehingga total keseluruhan $R^2 = 0,169$ atau sebesar 16,9 % dengan sisa 83,1% dipengaruhi oleh variabel faktor lain. Terdapat pula hasil kategorisasi sesuai dengan jenis kelamin menyatakan bahwa kecenderungan perundungan dalam kategori tinggi ada pada siswa perempuan sebanyak 10% pada siswa SMA X Surakarta, yang mana siswa perempuan memiliki kemungkinan untuk menjadi pelaku dalam perilaku perundungan (perundungan) dibandingkan dengan siswa laki-laki sebanyak 6%.

Saran yang diberikan dari peneliti ialah mengingatkan bahwa pentingnya bersosialisasi, dimana setiap individu perlu menjalin kesejahteraan dan keharmonisan antar individu. Kemudian saran yang diberikan oleh peneliti kepada instansi untuk mengurangi

kecenderungan perilaku perundungan dengan diberikan monitoring siswa sebagai bentuk kepekaan guru terhadap siswa serta membuat program meditasi *mindfulness* dalam membantu siswa untuk menghadapi kesulitan pengelolaan emosi dan regulasi diri.

Pada keterbatasan penelitian ini adapun saran yang diberikan untuk penelitian selanjutnya untuk memperkaya kriteria data secara lebih luas, misalnya populasi pada remaja di suatu daerah. Menambahkan variabel bebas lain untuk mengetahui besaran pengaruh dari variabel dependen pada variabel kecenderungan perilaku perundungan, misalnya variabel iklim sekolah, teman sebaya, dan lainnya. Serta mempertimbangkan jumlah responden yang setara apabila ingin mencari pengaruh variabel dalam jenis kelamin atau usia, misalnya jumlah responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 50% dan responden perempuan 50%.

DAFTAR PUSTAKA

Book:

- Abdullah, M. R. (2015). *Metode penelitian kuantitatif*. Aswaja Pressindo.
- Azwar, S. (2001). *Reabilitas dan validitas*. Penerbit Andi.
- Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Borba, M. (2008). *Membangun kecerdasan moral*. Gramedia Pustaka Utama.
- Coloroso, B. (2007). *Stop perundungan! : memutus rantai kekerasan anak dari prasekolah hingga SMU*. Serambi Ilmu Semesta.
- Coloroso, B. (2015). *The bully, the bullied, and the not-so-innocent bystander: from preschool to high school and beyond*. Harper Collins.
- Guilford, J.P. (1956). *Fundamental Statistic in Psychology and Education 3rd Ed*. McGraw-Hill Book Company, Inc.
- Hoffman, M. L. (2003). *Empathy and moral development: implications for caring and justice*. Cambridge University Press.
- Priyatna, A. (2010). *Lets End Perundungan: Memahami, Mencegah, dan Mengatasi Perundungan*. PT Elex Media Komputindo.
- Schott, R. M., & Søndergaard, D. M. (2014). *School perundungan: new theories in context*. Cambridge University Press.
- Taufik. (2012). *Empati : pendekatan psikologi sosial*. Raja Grafindo Persada.

Journal article

- Akollo, J. (2022). Hubungan antara kontrol diri siswa dengan kecenderungan berperilaku perundungan. *Jurnal Ilmiah Tangkoleh Putai*, 19(1), 36-53. <https://doi.org/10.37196/tp.v19i1.114>

- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286-303. <https://doi.org/10.1037/h0034845>
- Baumeister, R. F., & Boden, J. M. (1998). Aggression and the Self. *Academic Press*, 111–137. <https://doi.org/10.1016/B978-012278805-5/50006-7>
- Bulu, Y., Maemunah, N., & Sulasmini. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku perundungan pada remaja awal. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4(1). <https://doi.org/10.33366/mn.v4i1.1473>
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113>
- Endrianto, C. (2014). Hubungan antara self control dan prokrastinasi akademik berdasarkan TMT. *CALYPTRA*, 3(1), 1-11. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1501>
- Fairuz, F. J., & Rinaldi, R. (2021). Pengaruh kontrol diri terhadap perilaku perundungan pada siswa di SMP “X” Bukittinggi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 558-565. <https://doi.org/10.31004/jptam.v5i1.981>
- Fatimatuzzahro, A., Suseno, M., N., & Irwanto. (2017). Menurunkan perilaku perundungan. *Jurnal PETIK*, 3(2), 1–12. <https://journal.institutpendidikan.ac.id/index.php/petik/article/view/145>
- Grasmick, H. G., Kinsey, K., & Cochran, J. K. (1991). Denomination, Religiosity and Compliance With the Law: A Study of Adults. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 30(1), 99–107. <https://doi.org/10.2307/1387152>
- Gunawan, I. M. S. (2021). Korelasi antara empati dengan perilaku cyberperundungan pada siswa di SMA negeri 3 mataram. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1). <https://doi.org/10.33394/realita.v6i1.3859>
- Harahap, E., & Saputri, N. M. I. (2019). Dampak psikologis siswa korban perundungan di sma negeri 1 barumun. *RISTEKDIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 68-75. <http://dx.doi.org/10.31604/ristekdik.v4i1.68-75>
- Jolliffe, D., & Farington, D. P. (2006). Examining the relationship between low empathy and perundungan. *Aggressive Behavior*, 32, 540-550. <https://doi.org/10.1002/ab.20154>
- Komisi Perlindungan Anak. (2021). Rincian data kasus berdasarkan klaster perlindungan anak, 2016-2020 [Tabel Ilustrasi KPAI Mei 18, 2021]. Retrieved from <https://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-perlindungan-anak-2016-2020>
- Logue, A.W., & Forzano, L.B. (1995). Self control and impulsiveness in children and adults of food preferences. *Journal of The Experimental Analysis of Behavior*, 64 (1), 33-46. <https://doi.org/10.1901/jeab.1995.64-33>
- Nasution, D. S., & Yusuf, A. M. (2023). Hubungan empati dan control diri dengan perilaku agresif pada siswa SMA N 5 Padang. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5 (1), 2855-2860. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11343>

- Raskauskas J, Stoltz A. (2007). Involvement in traditional and electronic perundungan among adolescents. *Developmental Psychology*, 43(3):564–575. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.3.564>
- Trianita, E., dkk. (2020). Hubungan antara empati dengan kecenderungan perilaku perundungan pada siswa kelas XI SMK Puri 1 Yogyakarta. http://eprints.uad.ac.id/21165/1/T1_1300001088_NASKAH_PUBLIKASI_200824020708.pdf
- Wibowo, D. P., Asri, D. N., & Trisnani, R. P. (2022). Pengaruh empati dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku perundungan pada siswa. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling* 4(1), 18-25. <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/view/2290/1895>
- Marela, G., Wahab, A., & Marchira, C. R. (2017). Perundungan verbal menyebabkan depresi remaja SMA kota yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(1), 43-48. <https://doi.org/10.22146/bkm.8183>
- Masitah, M., & Minauli, I. (2012). Hubungan Kontrol Diri dan Iklim Sekolah dengan Perilaku Perundungan. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 4(2), 69-77. <https://doi.org/10.31289/analitika.v4i2.778>
- Nabila, . P. A., Suryani, S., & Hendrawati, S. (2022). Perilaku perundungan dan dampak yang dialami remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 5(2), 1–12. <https://doi.org/10.32584/jika.v5i2.1246>
- OECD. (2019). PISA 2018 Results (Volume III): What school life means for students' lives, PISA, OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/acd78851-en>
- Olweus, D. (1997). Bully/victim problems in school: facts dan intervention. *European Journal of Psychology of Education*, (12), 495-510. <https://doi.org/10.1007/BF03172807>
- Pamungkas, I. M., & Muslikah. (2019). Hubungan antara kecerdasan emosi dan empati dengan altruisme pada siswa kelas XI MIPA N 3 Demak. *Jurnal Edukasi: Media Kajian Bimbingan Konseling*, 5(2). DOI: <http://dx.doi.org/10.22373/je.v5i2.5093>
- Pertiwi, F. A., & Indrawati, E. (2020). Hubungan kontrol diri dan pola asuh otoritarian pada pelaku perundungan. *Human Behavior in the New Normal Post Pandemic: Challenges and Opportunities for Psychology in the Archipelago*, 24-29. https://www.researchgate.net/profile/Dewi-Kumalasari-3/publication/349198066_DAMPAK_COVID-19_DAN_HARSH_PARENTING_PADA_IBU_PERAN_MEDIASI_STRES_PENGAS_UHAN/links/6024be11299bf1cc26b963b9/DAMPAK-COVID-19-DAN-HARSH-PARENTING-PADA-IBU-PERAN-MEDIASI-STRES-PENGASUHAN.pdf#page=23doi:10.1080/15402002.2016.1163702
- Powell, P.A., & Roberts, J. (2017). Situational determinants of cognitive, affective, and compassionate empathy in naturalistic digital interactions. *Computers in Human Behavior*. 68, 137-148. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.024>
- Rachmah, D. N. (2014). Empati pada pelaku perundungan. *Jurnal Ecopsy*, 1(2). 51-58 <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v1i2.487>

- Smith, A. (2006). Cognitive empathy and emotional empathy in human behavior and evolution. *The Psychological Record*. 56, 3-21. <https://doi.org/10.1007/BF03395534>
- Wai, M., & Tiliopoulos, N. (2012). The affective and cognitive empathic nature of the dark triad of personality. *Personality and Individual Differences*. Vol. 52(7), 794-799. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.01.008>