

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DALAM MENGHADAPI *BULLYING*  
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2020 YANG MEMILIH BERSTATUS  
LAJANG DI PROGRAM STUDI BKI FAKULTAS DAKWAH UIN  
PROF.K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :  
**ARINDA OKTAVIANY**  
**NIM.1717101053**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
2023**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya:

Nama : Arinda Oktaviany

NIM : 1717101053

Jenjang : S1

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : **Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi *Bullying* Studi Pada Mahasiswa Program Bki Angkatan 2020 Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri kecuali bagian yang dirujuk sumbernya. Jika ada kutipan dalam skripsi ini ditulis sumber yang tepat.

Purwokerto, 11 Januari 2023  
Yang menyatakan



Arinda Oktaviany  
NIM.1717101053



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

HUBUNGAN KONTROL DIRI DALAM MENGHADAPI *BULLYING*  
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2020 YANG MEMILIH BERSTATUS LAJANG  
DI PROGRAM STUDI BKI FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO

Yang disusun oleh Arinda Oktaviany NIM. 1717101053 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam/ Jurusan Manajemen dan Komunikasi Islam\*) Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifudin Zuhri, telah diujikan pada hari Kamis tanggal 19 Januari 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Bimbingan dan Konseling oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Wanto, M.Kom

NIP 19811119 200604 1 004

Sekretaris Sidang/Penguji II

Muh. Hikamudin Suyuti, S.S., M.S.I

Penguji Utama

Dra. Amirotn Sholikhah, M.Si

NIP 19651006 199303 2 002

Mengesahkan,

Purwokerto, ..... 30-1-2023

Dekan,



Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag

NIP 19691219 199803 1 001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

*Assalamualaikum Warohmatullahi Wabarokatuh.*

Setelah melakukan bimbingan telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari :

Nama : Arinda Oktaviany  
NIM : 1717101053  
Jenjang : S-1  
Prodi/Fakultas : Bimbingan Konseling Islam/Dakwah  
Judul Skripsi : **Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi *Bullying* Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Yang Memilih Berstatus Lajang Di Program Studi BKI Fakultas Dakwah UIN Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). demikian atas perhatiannya kami sampaikan terimakasih.

*Wassalamualaikum Warohmatullahi Wabarokatuh.*

Purwokerto, 11 Januari 2023

Pembimbing



Warto, M.Kom

NIP. 198111192006041004

**Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi *Bullying* Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Yang Memilih Berstatus Lajang Di Program Studi BKI Fakultas Dakwah UIN Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

**Arinda Oktaviany  
Nim 1717101053**

**Email: [arindaarinda123@gmail.com](mailto:arindaarinda123@gmail.com)**

**Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Fakultas Dakwah  
Universitas Islam Negeri Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

**ABSTRAK**

Kontrol diri yaitu sebuah tindakan menahan diri agar tidak melakukan perbuatan yang akan merugikan individu masa sekarang maupun masa yang akan datang. *bullying* yaitu hasrat menyakiti, kemudian dorongan atau keinginan untuk menyakiti ini ditunjukkan dalam perilaku yang menyebabkan individu merasa menderita dan tertekan. Lajang merupakan seseorang yang memilih untuk tidak memiliki pasangan, karena keadaan maupun karena pilihan. Untuk mengetahui pengaruh kontrol diri dalam menghadapi *bullying* pada mahasiswa angkatan 2020 yang memilih berstatus lajang di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan rumus regresi linear sederhana. pengambilan sampel menggunakan teknik random sampel (*simple random sampling*). Sampel pada penelitian ini 33 mahasiswa bimbingan dan konseling. teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi, angket dan dokumentasi.

Kemudian tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kontrol diri dalam menghadapi *bullying* studi pada mahasiswa Program BKI Angkatan 2020 Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Data penelitian ini berdasarkan pada uji hipotesis menggunakan rumus yang ada pada program SPSS versi 20 disimpulkan pada uji korelasi product moment, variabel x dan variabel y memiliki korelasi dengan derajat hubungan yang sedang dan bentuk hubungannya ialah negatif (semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah *bullying*)

**Kata Kunci : Kontrol Diri, *Bullying*, Lajang**

## MOTTO

**Don't be afraid of being single, be afraid of being the same as everyone else**



## PERSEMBAHAN

Penulis mempersembahkan skripsi ini pada :

1. Orang tua peneliti, Bapak Agung Susanto dan Ibu Rini Maryati yang selalu melimpahkan kasih sayangnya, mendoakan penulis, dan memberikan semangat kepada penulis. Tidak lupa kepada Talitha Safa Widyadhana dan Almirah Syifa Malika adik penulis yang senantiasa selalu memberikan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Segenap keluarga besar yang turut memberikan doa dan dukungannya kepada penulis.
3. Almamater tercinta UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga akhirnya penulis dengan kemampuan dan kekurangan mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan lancar. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada pimpinan umat Nabi Muhammad SAW.

Penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi *Bullying* Studi Pada Mahasiswa Program BKI Angkatan 2020 Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto” sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos) program studi bimbingan dan konseling fakultas dakwah.

Berkenan dengan selesainya skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberi dukungan, motivasi, dan doa dalam penyusunan skripsi ini, terutama kepada :

1. Prof. Dr. K. H. Moh. Roqib, M.Ag., Rektor Universitas Negeri Islam Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. K. H. Abdul Basit , M. Ag., Dekan I Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Dr. Muskinul Fuad, M. Ag., Wakil Dekan II Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Hj. Khusnul Khotimah, M. Ag., Wakil Dekan II Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Musta'in, M.Si Sebagai Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Nur Azizah , M. Si Sebagai Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
7. Lutfi Faisol, M. Pd, Sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

8. Wardo, S. Kom Dosen Pembimbing yang telah memberi bimbingan, arahan, dan motivasi dalam penyusunan skripsi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Dosen dan Staff Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
10. Dosen Bimbingan dan Konseling Islam yang telah menuangkan dan membagi ilmunya selama perkuliahan.
11. Kedua orang tua terinta Bapak Agung Susanto dan Ibu Rini Maryati yang telah mencurahkan kasih sayangnya, dukungan, motivasi, serta doa yang selalu dipanjatkan untuk keberhasilan penulis.
12. Adik penulis Talitha Safa Widyadhana dan Almirah Syifa Malikha yang selalu memberikan dukungan dan semangatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Om penulis Sarlita Setyo Nugroho dan Hariyadi Tri Anggono yang selalu memberikan dukungan serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
14. Ayah Dr. H. Supani , MA dan Bunda Hj. Enung Asmaya, MA (Pengasuh Pondok Pesantren Mahasiswa Darul Falah Purwokerto) beserta seluruh Ustadz dan Ustadzah yang telah memberikan banyak ilmu dan pengalamannya.
15. Segenap teman penulis Lili Kiranti, Nur Dani, Nosi Nur Fadilah, Tiwi, Rizcha, Uti, Aurel, Mba Maula, Safira Alicia, Vera Cindy, Sidik Dwi yang telah memberikan semangat dan doa untuk menyelesaikan skripsi ini.
16. Terkhusus kepada teman penulis Ismi Afifah yang telah membimbing dari awal proses pengerjaan skripsi berlangsung hingga berakhir terima kasih dukungan, motivasi sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
17. Fahra Alifyna Syaputri sepupu penulis yang sudah banyak membantu penulis dalam mengerjakan skripsi sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
18. Segenap keluarga Pondok Pesantren Darul Falah Purwokerto terima kasih telah memberikan dukungannya.
19. Teman seperjuangan kelas BKI 2017, yang memberikan dukungan dan motivasi.

20. Semua pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak dalam membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dan tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Tidak ada hal lain yang dapat penulis berikan menyampaikan rasa terima kasih melainkan hanya doa, semoga amal baik dari semua pihak tercatat sebagai amal ibadah dan mendapatkan pahala dari Allah SWT. Penulis juga menyadari bahwa penulisan ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat diharapkan penulis.

Purwokerto, 11 Januari 2023

Penyusun,



Arinda Oktaviany



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
PENGESAHAN .....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iv
ABSTRAK .....	v
MOTTO .....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
<b>BAB I     PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Definisi Operasional .....	4
C. Rumusan Masalah .....	7
D. Tujuan Penelitian .....	7
E. Manfaat Penelitian .....	8
F. Tinjauan Pustaka .....	8
G. Sistematika Penulisan .....	10
<b>BAB II    LANDASAN TEORI</b>	
A. Kontrol Diri .....	12
1. Pengertian Kontrol Diri .....	12
2. Beberapa Aspek Kontrol Diri .....	14
3. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri .....	15
4. Jenis Kontrol Diri .....	16
5. Fungsi Kontrol Diri .....	16
6. Ciri-ciri Kontrol Diri .....	17
B. <i>Bullying</i> .....	17
1. Pengertian <i>Bullying</i> .....	17
2. Unsur <i>Bullying</i> .....	19
3. Jenis-jenis <i>Bullying</i> .....	20

	4. Faktor Terjadinya <i>Bullying</i> .....	20
	5. Karakteristik Korban <i>Bullying</i> .....	21
	6. Tempat Terjadinya <i>Bullying</i> .....	21
	7. Dampak <i>Bullying</i> .....	22
	C. Pengaruh Kontrol Diri Dalam Menghadapi <i>Bullying</i> Pada Mahasiswa Yang Memilih Berstatus Lajang Mahasiswa .....	23
	D. Hipotesis .....	24
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b>	
	A. Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian .....	25
	B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	25
	C. Populasi dan Sampel .....	25
	D. Variabel dan Indikator .....	27
	E. Instrument Penelitian .....	28
	F. Metode Pengumpulan Data .....	29
	G. Metode Analisis .....	31
<b>BAB IV</b>	<b>PEMBAHASAN DAN HASIL PEMBAHASAN</b>	
	A. Deskripsi Penelitian .....	41
	B. Analisis Data .....	41
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan .....	74
	B. Saran .....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>		
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>		
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>		

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Mengacu pada Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, mahasiswa yaitu seorang peserta didik yang sedang berada pada jenjang pendidikan tinggi.<sup>1</sup> Dalam KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia), mahasiswa adalah individu yang menuntut ilmu dalam jenjang perguruan tinggi.<sup>2</sup> Budiman mengatakan mahasiswa yaitu seseorang yang belajar diperguruan tinggi untuk mempersiapkan keahlian sarjana. Kemudian, Jacinta menyatakan bahwa mahasiswa merupakan individu yang tengah menuntut ilmu di jenjang perguruan tinggi.<sup>3</sup>

Choirudin dalam Arfianto mengemukakan, mahasiswa merupakan individu yang menempuh pendidikan formal di universitas baik negeri atau swasta, mahasiswa tentunya memiliki keinginan untuk memiliki teman, pasangan, dan lingkungan yang mendukung.<sup>4</sup>

Seperti fenomena yang belakangan ini terjadi, banyak mahasiswa yang rata-rata memiliki pasangan atau kekasih dan ada sebagian mahasiswa yang tetap memilih melajang. Tidak jarang mahasiswa yang melajang di *bully* oleh teman sebaya atau seorang yang tidak memiliki pasangan atau kekasih dianggap tidak mampu beradaptasi dengan lingkungannya secara baik, dianggap kurang menarik lawan jenis, dan dianggap ketinggalan zaman.<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup>Susilo Sudirmanto, "Perilaku Mahasiswa Rantau di Pekanbaru (Studi Kasus Mahasiswa Perlawanan)", *Jurnal JOM FISIP Vol. 6 No. 2 (Pekanbaru: Fakultas Sosial dan Politik Universitas Riau, 2019)* hlm. 2 diakses Tanggal 26 November 2021 Pukul 09:30 WIB

<sup>2</sup>Dyah Ayu Noor Wulan dan Sri Muliati Abdullah, "Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi". *Jurnal Sosio-Humaniora Vol. 5 No.1 (Yogyakarta:Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana, 2014)* hlm. 55 diakses Tanggal 26 November 09.00 WIB

<sup>3</sup>Nidya Dudija,"Perbedaan Motivasi Menyelesaikan Skripsi antara Mahasiswa yang Bekerja dan Tidak Bekerja", *Jurnal Humanitas Vol 8 No 2 (Bandung: Institut Manajemen Telkom, 2011)* hlm. 200 diakses tanggal 02 November 2021 pukul 14:39 WIB

<sup>4</sup>Dyah Ayu Noor Wulan dan Sri Muliati Abdullah, "Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi". *Jurnal Sosio-Humaniora Vol. 5 No.1 (Yogyakarta:Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana, 2014)* hlm. 55 diakses Tanggal 26 November 09.00 WIB

<sup>5</sup>Christiana Hari Soetjningsih,"Kebahagiaan Pada Wanita Dewasa Madya Yang Melajang" *Jurnal Psikologi Konseling Vol. 16 No. 1 (Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2020)* hlm. 2 diakses 24 Maret 2022 Pukul 22.09 WIB.

Hurlock menyebutkan pada fase dewasa awal individu memiliki tugas yang diutamakan untuk memenuhi harapan masyarakat, contohnya mendapatkan pekerjaan, memilih pendamping hidup, belajar hidup dengan pasangan yang sah, kemudian membentuk suatu keluarga, dsb.<sup>6</sup>

Pacaran menjadi budaya yang biasa terjadi dalam kehidupan mahasiswa dengan adanya pasangan atau kekasih. Adapun mahasiswa yang memilih untuk tidak memiliki pasangan atau kekasih, karena suatu alasan tertentu. Terkadang hal tersebut yang memancing teman sebaya yang memiliki pasangan atau kekasih untuk mem-*bully* karena memilih melajang.

Kejadian yang sedang marak terjadi belakangan ini adalah kasus *bullying*, kasus *bullying* ini bisa terjadi dimana saja. Termasuk dalam lingkungan kampus atau universitas. Secara harfiah, *bully* artinya menggretak, dan mengganggu orang yang dianggap kurang memiliki *power*. Kemudian kata *bullying* digunakan untuk menggambarkan tingkah agresif kelompok maupun individu yang dilakukan secara terus menerus bertujuan menyakiti korban baik secara fisik maupun mental.<sup>7</sup>

KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) sendiri memberikan hasil penelitiannya pada tahun 2013 tentang kasus *bullying* di Indonesia tercatat ada 181 kasus *bullying*. Survey yang dilakukan tentang *bullying* pada 40 negara, Indonesia sendiri menempati nomor ke-2 dengan kasus *bullying* tertinggi.<sup>8</sup>

Didalam Al Qur'an sendiri dijelaskan Allah menghimbau hambanya supaya tidak mengolol-olok satu sama lain:

---

<sup>6</sup>Diah Putri Wardani dan Dyah Siti Septiningsih, "Kesepian Pada Middle Age yang Melajang (Fenomomenologis Tentang Tipe Kesepian)". *Jurnal Psycho Idea Vol. 14 No. 2* (Purwokerto: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2016) hlm. 27 diakses Tanggal 08 September 2022 21.04 WIB.

<sup>7</sup>Ahmad Baliyo Eko Prasetyo, "Bullying di Sekolah dan Dampaknya bagi Masa Depan Anak" *vol. 4 no. 1* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2011) hlm. 20 diakses Tanggal 08 April 2022 Pukul 10.15 WIB.

<sup>8</sup>Siti Qorrothu Aini, "Fenomena Kekerasan di Sekolah (School Bullying) Pada Remaja di Kabupaten Pati" *Jurnal Litbang Vol. 12 No. 1* (Pati: Kantor Penelitian dan Pengembangan Kabupaten Pati) hlm. 53 diakses 24 Januari 2022 Pukul 08.00 WIB.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الإِسْمُ الفُسُوقُ بَعْدَ الإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُم الظَّالِمُونَ

"Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) fasik) setelah beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah orang-orang zalim."

QS. Al-Hujurat[49]:11

Dengan peristiwa tersebut mahasiswa diharapkan mempunyai kontrol diri yang baik. Hurlock menyatakan bahwasannya kontrol diri adalah sesuatu yang berhubungan dengan bagaimana cara seseorang mengontrol emosi mereka serta adanya dorongan yang ada pada diri mereka sendiri.<sup>9</sup> Wenar dan Kerig juga mengatakan bahwa kontrol diri yaitu bentuk pengendalian seorang individu terhadap tingkah lakunya agar memenuhi standar sosial yang ada.<sup>10</sup>

Setiap individu memiliki batasan kontrol diri masing-masing. Maka pentingnya mempunyai kontrol diri yang baik yaitu mampu mengontrol diri sendiri agar tidak melakukan hal-hal yang dapat merugikan diri sendiri serta orang lain maupun lingkungannya. Kontrol diri yang rendah akan membuat diri sendiri tidak bisa mengontrol perilakunya<sup>11</sup>, kemudian juga sebaliknya, jika kita memiliki kontrol diri yang baik seorang individu akan mampu mengontrol dirinya

<sup>9</sup>Laila Faried, Fuad Nashori, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Kecemasan Menghadapi Masa Pembebasan Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Wirogunan Yogyakarta", *KHAZANAH Vol. 5 No. 2* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2016) hlm.68 diakses Tanggal 07 Januari 2022 Pukul 23.42.

<sup>10</sup>Fatia Nur Azizah, dkk, "Kontrol Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro", *Jurnal Empati Vol. 4 No. 4* (Semarang: Universitas Dponegoro, 2015) hlm. 158 diakses Tanggal 25 Mei 2022 pukul 13.05 WIB.

<sup>11</sup>Gretty C. Runtukahu, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Merokok Kalangan Remaja di SMKN 1 Bitung" *Vol. 3 No.1* (Manado: Universitas Sam Ratulangi, 2015) hlm. 85 diakses Tanggal 08 April 2022 Pukul 10.35 WIB.

sendiri dan dapat mengontrol kognitifnya dengan baik supaya dapat mengambil keputusan yang sesuai dengan masalah yang sedang dihadapi.<sup>12</sup>

Jadi, kontrol diri merupakan kemampuan yang setidaknya individu memiliki kontrol diri yang baik pada dirinya dengan sikap kontrol diri yang baik maka sikap individu akan terarah menjadi lebih *positif*, keadaan ini tidak serta merta terjadi begitu saja. Dan harus melewati banyak kejadian-kejadian yang terjadi dalam kehidupan, termasuk di kehidupan sehari-hari atau yang ada di lingkungan.

Penelitian ini difokuskan pada mahasiswa aktif BKI angkatan 2020 dari kelas A-E dikarenakan kelas F mayoritas sudah menikah sehingga tidak bisa diikuti sertakan untuk menjadi sampel dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil observasi terhadap beberapa mahasiswa aktif BKI angkatan 2020 kelas A-E dikarenakan kelas F sudah menikah sehingga tidak bisa diikuti sertakan dalam penelitian ini karena tidak memenuhi kriteria melajang, yang memilih melajang karena belum adanya keinginan dan kesiapan diri untuk memiliki pasangan akibatnya adanya teman sebaya yang *membully* karena hal tersebut. Tetapi karena kontrol diri yang baik membuatnya tidak terpengaruh akan *bully* yang dilakukan temannya tersebut sehingga tidak melakukan sesuatu yang bisa merugikan orang lain dan diri sendiri.

Dari permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti masalah tersebut dan peneliti memberi judul penelitian, dengan judul

## **B. Definisi Operasional**

### **1. Kontrol Diri**

Suryasa berpendapat, kontrol diri yaitu kemampuan individu untuk meminimalisir keinginan atau perilaku yang berlawanan pada norma sosial yang berlaku.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup>Agustina Eka Sari, dkk, "Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja" *Jurnal Fisip Vol 5 No. 2* (Bekasi: Universitas Islam 45, 2012) hlm. 59 diakses Tanggal 27 Mei 2022 Pukul 14.06 WIB.

<sup>13</sup>Djuwariyah, "Hubungan Kontrol Diri Guru Dengan Intensi Melakukan Kekerasan Terhadap Siswa" *Jurnal El Tarbawi Vol. 1 No. 4*, (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2011) hlm. 37 diakses Tanggal 20 Januari 2022 Pukul 22.00 WIB.

Chaplin mengatakan kontrol diri ialah kemampuan seseorang dalam membimbing tingkah laku, dan kemampuan untuk mengontrol tingkah laku yang implusif.<sup>14</sup>

Logue mengemukakan kontrol diri yaitu suatu perilaku yang memberi manfaat dan keuntungan lebih luas dengan menunda kepuasan sesaat.<sup>15</sup>

Juntika mengatakan dengan demikian kontrol diri yaitu sebuah tindakan menahan diri agar tidak melakukan perbuatan yang akan merugikan individu masa sekarang maupun masa yang akan datang. Kerugian tersebut memiliki berbagai macam bentuknya, contohnya seperti gagal mencapai cita-cita, sakit hati, dan bangkrut.<sup>16</sup>

Calhoun dan Acocella mengemukakan gagasan bahwa kontrol diri yaitu pengaturan proses fisik, psikologis, dan perilaku individu bisa dikatakan sebagai rangkaian proses yang membentuk diri sendiri.<sup>17</sup>

Kontrol diri yang dimaksud peneliti yaitu kemampuan seseorang dalam mengendalikan dan mengatur respon diri untuk menghindari perilaku yang tidak diinginkan.

## 2. Bullying

Nasel mengatakan *bullying* adalah suatu tindakan mengganggu seseorang yang lebih lemah.<sup>18</sup>

Ken Rigby mengungkapkan *bullying* yaitu hasrat menyakiti, kemudian dorongan atau keinginan untuk menyakiti ini ditunjukkan dalam

<sup>14</sup>Djuwariyah, "Hubungan Kontrol Diri Guru Dengan Intensi Melakukan Kekerasan Terhadap Siswa" *Jurnal El Tarbawi Vol. 1 No. 4*, (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2011) hlm. 38 diakses Tanggal 20 Januari 2022 Pukul 22.30 WIB.

<sup>15</sup>Zulvia Trinova, Een Rasullu, "Kontrol Diri dan Motivasi Berprestasi Peserta Didik" *Jurnal Al-Taujih Vol. 5 No. 2* (Padang: Universitas Islam Negeri Imam Bonjol, 2019) hlm. 126 diakses 22 Januari 2022 Pukul 13.00 WIB

<sup>16</sup>Zulvia Trinova, Een Rasullu, "Kontrol Diri dan Motivasi Berprestasi Peserta Didik" *Jurnal Al-Taujih Vol. 5 No. 2* (Padang: Universitas Islam Negeri Imam Bonjol, 2019) hlm. 126 diakses 22 Januari 2022 Pukul 13.15 WIB

<sup>17</sup>Nurul Huda, Basuki, dkk, "Kontrol Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interprsonal Pada Pramuwisata" *Jurnal Ilmu Komunikasi Vol. 7 No. 2* (Yogyakarta: Universitas Pembangunan Negeri "Veteran", 2009)hlm. 2 diakses Tanggal 22 Januari 2022 Pukul 15.00 WIB.

<sup>18</sup>Siti Qorrotu Aini,"Fenomena Kekerasan di Sekolah (*School Bullying*) Pada Remaja di Kabupaten Pati" *Jurnal Litbang Vol. 12 No. 1* (Pati: Kantor Penelitian dan Pengembangan Kabupaten Pati)hlm. 53 diakses 24 Januari 2022 Pukul 08.00 WIB.

perilaku yang menyebabkan individu merasa menderita dan tertekan. Tindakan ini dilakukan oleh seorang individu atau suatu kelompok yang dianggap lebih kuat dan kemudian melakukan perilaku tersebut dengan rasa senang.<sup>19</sup>

*Bullying* yang dimaksud oleh peneliti adalah tindakan mengganggu seseorang yang dianggap lemah, perilaku tersebut dilakukan oleh individu atau sekumpulan individu.

### 3. Lajang

Seseorang yang memilih untuk tidak memiliki pasangan, karena keadaan maupun karena pilihan.<sup>20</sup>

DePaulo dan Morris menyebutkan dalam hasil penelitiannya yang mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kecenderungan mendeskripsikan seseorang yang memilih untuk lajang yaitu, seseorang yang kesepian, tidak fleksibel, dan tidak bahagia.<sup>21</sup>

Dalam penelitian ini lajang yang dimaksud peneliti yaitu kondisi seseorang yang memilih untuk tidak memiliki pasangan dikarenakan suatu hal atau memiliki alasan tertentu.

### 4. Mahasiswa

Jika melihat Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, mahasiswa yaitu seorang peserta didik yang sedang berada pada jenjang pendidikan tinggi.<sup>22</sup>

Dalam KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia), mahasiswa merupakan peserta didik dalam jenjang perguruan tinggi.<sup>23</sup>

---

<sup>19</sup>Ela Zain Ziyah, Sahadi Humadi, dkk. "Faktor Yang Menyebabkan Remaja Dalam Melakukan Bullying" *Jurnal Penelitian dan PPM Vol. 4 No. 2* (Bandung: Universitas Padjadjaran, 2017) hlm. 326 diakses 25 Januari 2022 Pukul 08.00 WIB.

<sup>20</sup>Christiana Hari Soetjningsih, "Kebahagiaan Pada Wanita Dewasa Madya Yang Melajang" *Jurnal Psikologi Konseling Vol. 16 No. 1* (Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2020) hlm. 2 diakses 24 Maret 2022 Pukul 22.09 WIB.

<sup>21</sup>Ni Made Diah Primanita dan Made Diah Lestari, "Proses Penyesuaian Diri Dan Sosial Pada Perempuan Usia Dewasa Madya Yang Hidup Melajang" *Jurnal Psikologi Udayana Vol. 5 No. 1* (Bali: Universitas Udayana, 2018) hlm. 88 diakses 24 Maret 2022 Pukul 22.30 WIB.

<sup>22</sup>Susilo Sudirmanto, "Perilaku Mahasiswa Rantau di Pekanbaru (Studi Kasus Mahasiswa Perlawanan)", *Jurnal JOM FISIP Vol. 6 No. 2* (Pekanbaru: Fakultas Sosial dan Politik Universitas Riau, 2019) hlm. 2 diakses Tanggal 26 November 2021 Pukul 09:30 WIB

Budiman mengatakan mahasiswa yaitu seseorang yang belajar diperguruan tinggi untuk mempersiapkan keahlian sarjana. Kemudian, Jacinta menyampaikan mahasiswa yaitu seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi.<sup>24</sup>

Choirudin dalam Arfianto mengatakan, mahasiswa merupakan seseorang yang sedang menempuh pendidikan formal di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta.<sup>25</sup>

Mahasiswa yang dimaksud peneliti yaitu mahasiswa UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto prodi Bimbingan dan Konseling Islam.

### **C. Rumusan Masalah**

Setelah mengetahui uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian yang akan diangkat peneliti yaitu:

Apakah ada Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi *Bullying* Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Yang Memilih Berstatus Lajang Di Program Studi Bki Fakultas Dakwah Uin Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

### **D. Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah diatas, maka penelitian ini memiliki tujuan yang diharapkan memberikan pemahaman, adapun tujuan penelitian ini yaitu:

Untuk mengetahui Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi *Bullying* Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Yang Memilih Berstatus Lajang Di Program Studi Bki Fakultas Dakwah UIN Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

### **E. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian yang akan dilakukan, diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

---

<sup>23</sup>Dyah Ayu Noor Wulan dan Sri Muliati Abdullah, "Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi". *Jurnal Sosio-Humaniora Vol. 5 No.1* (Yogyakarta:Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana, 2014) hlm. 55 diakses Tanggal 26 November 09.00 WIB

<sup>24</sup>Nidya Dudija,"Perbedaan Motivasi Menyelesaikan Skripsi antara Mahasiswa yang Bekerja dan Tidak Bekerja", *Jurnal Humanitas Vol 8 No 2* (Bandung: Institut Manajemen Telkom, 2011) hlm. 200 diakses tanggal 02 November 2021 pukul 14:39 WIB

<sup>25</sup>Salamiah Sari Dewi dan Laili Alfita,"Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa yang Berpacaran Dan Tidak Berpacaran", *Jurnal Diversita Vol. 1 No. 1* (Medan: Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, 2015) hlm. 8 diakses tanggal 02 November 2021 pukul 12.08 WIB

### 1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini mampu memberikan kontribusi positif dan menambah ilmu pengetahuan serta menambah wawasan bagi mahasiswa dan masyarakat tentang Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi *Bullying* Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Yang Memilih Berstatus Lajang Di Program Studi BKI Fakultas Dakwah UIN Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, diharapkan penelitian ini bermanfaat untuk bahan acuan penelitian-penelitian di bidang yang sama atau serupa dan akan memberikan sumbangan ilmu yang dapat dijadikan masukan bagi para mahasiswa yang diharapkan lebih produktif dan tidak melakukan tindakan *bullying* kepada mahasiswa yang memilih berstatus lajang.
- b. Bagi penulis, diharapkan penelitian ini memberikan manfaat berupa pengetahuan tentang bagaimana kontrol diri mahasiswa dalam menghadapi *bullying* karena memilih berstatus lajang.

## F. Tinjauan Pustaka

**Pertama**, Agustina Ekasari dan Suhertin Yuliyana FISIP Universitas Islam 45 Bekasi Tahun 2012 dengan judul “*Kontrol Diri dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja*”. Dalam penelitian ini menjelaskan korelasi kontrol diri dan dukungan teman sebaya dengan *coping stress* yang terjadi pada remaja.<sup>26</sup> Kontrol diri itu sendiri yaitu kemampuan seseorang dalam mengendalikan dan mengatur respon diri untuk menghindari perilaku yang tidak diinginkan. Keterkaitan penelitian ini dengan peneliti yaitu membahas tentang kontrol diri. Kemudian perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah, penelitian ini membahas tentang bagaimana hubungan atau korelasi antara kontrol diri dan dukungan teman sebaya terhadap *coping stress* pada remaja sedangkan penelitian yang akan

---

<sup>26</sup>Agustina Eka Sari, dkk, “Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja” *Jurnal Fisip Vol 5 No. 2* (Bekasi: Universitas Islam 45, 2012) diakses Tanggal 27 Mei 2022 Pukul 14.06 WIB.

peneliti lakukan adalah membahas kontrol diri terhadap bullying mahasiswa yang memilih melajang.

**Kedua,** Ahmad Baliyo Eko Prasetyo Universitas Islam Indonesia Yogyakarta tahun 2011 dengan judul “*Bullying di Sekolah dan Dampaknya bagi Masa Depan Anak*”. Yang dimaksud *bullying* yaitu tindakan mengganggu seseorang yang dianggap lemah, tindakan tersebut dilakukan oleh individu atau kelompok.<sup>27</sup> Keterkaitan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu sama-sama membahas tentang *bullying*. Perbedaan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu, penelitian ini membahas tentang *bullying* yang terjadi pada anak dan bagaimana dampaknya pada anak yang terkena *bullying*, penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu membahas tentang *bullying* pada mahasiswa yang memilih berstatus lajang.

**Ketiga,** Salmi dan Rezki Hariko Universitas Negeri Padang tahun 2018 dengan judul penelitian “*Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Bullying Siswa*” dalam penelitian ini menjelaskan adanya korelasi yang signifikan antara kontrol diri dan *bullying* siswa dan hasil penelitian menyebutkan jika adanya kontrol diri yang baik maka dapat mencegah terjadinya *bullying*.<sup>28</sup> Keterkaitan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu sama-sama membahas tentang kontrol diri dan *bullying*. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah penelitian ini dilakukan pada siswa sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan pada mahasiswa yang memilih berstatus lajang

**Keempat,** Tika Dianita Sari FISIP Universitas Sebelas Maret Surakarta Tahun 2015 dengan judul “*Aksi Bullying di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas Wilayah Surakarta Tahun 2014/2015*” dalam penelitian ini menjelaskan macam-macam *bullying*, dalam contoh *bullying verbal*. Yang dimaksud *bullying verbal* yaitu kekerasan yang paling umum

---

<sup>27</sup>Ahmad Baliyo Eko Prasetyo, “Bullying di Sekolah dan Dampaknya bagi Masa Depan Anak” *Vol. 4 No. 1* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2011) diakses Tanggal 08 April 2022 Pukul 10.15 WIB.

<sup>28</sup>Salmi, Rezki Hariko “Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Bullying Siswa” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol. 8 No. 2* (Padang: Universitas Negeri Padang, 2018) diakses Tanggal 26 Januari 2022 Pukul 23.00 WIB.

digunakan baik laki-laki atau perempuan berupa fitnah, celaan, kritik tajam.<sup>29</sup> Keterkaitan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian ini yaitu membahas perilaku *bullying* di lingkungan pendidikan. Sedangkan perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dengan penelitian ini yaitu membahas *bullying* mahasiswa yang memilih berstatus lajang.

**Kelima**, Diah Putri Wardani dan Dyah Siti Septiningsih Universitas Muhammadiyah Purwokerto Tahun 2016 dengan judul “*Kesepian pada Middle Age yang Melajang (Fenomenologis tentang tipe Kesepian)*” penelitian ini bertujuan untuk mengkaji tipe-tipe kesepian pada *middle age* di Purwokerto. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu meneliti tentang mahasiswa yang mengalami *bullying* karena memilih melajang sedangkan penelitian di atas meneliti tentang tipe-tipe kesepian pada *middle age* yang melajang.<sup>30</sup>

## G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan merupakan kerangka dari penelitian yang memberikan petunjuk mengenai pokok-pokok yang akan dibahas dalam penelitian, penelitian ini secara sistematis terdiri dari beberapa bab yaitu :

Bab I. PENDAHULUAN. Membahas tentang latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka dan sistematika penulisan.

Bab II. LANDASAN TEORI. Dalam bab ini akan mengungkapkan teori-teori yang akan menjadi dasar dalam penelitian ini yaitu teori kontrol diri dan teori *bullying*.

---

<sup>29</sup>Tika Dianita Sari, “Aksi Bullying di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas Wilayah Surakarta Tahun 2014/2015” *Jurnal FISIP Vol. 2 No.5* (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2015) diakses Tanggal 8 Juni 2022 Pukul 11.00 WIB.

<sup>30</sup>Diah Putri Wardani dan Dyah Siti Septiningsih, “Kesepian Pada Middle Age yang Melajang (Fenomenologis Tentang Tipe Kesepian)”. *Jurnal Psycho Idea Vol. 14 No. 2* (Purwokerto: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2016) hlm. 27 diakses Tanggal 08 September 2022 21.04 WIB.

Bab III. METODE PENELITIAN. Terdiri dari pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data dan sumber data.

Bab IV. PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA. Terdiri dari gambaran umum mahasiswa yang melajang, penyajian data, pembahasan.

Bab V. PENUTUP. Terdiri dari kesimpulan, saran-saran dan penutup. di dalamnya akan disertakan daftar pustaka dan lampiran-lampiran.



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kontrol Diri

##### 1. Pengertian Kontrol Diri

Willem mengatakan kontrol diri yaitu kemampuan dalam mengendalikan impuls dalam diri individu ketika sedang dihadapkan tantangan dan godaan yang kemudian dikaitkan dengan kesejahteraan fisik dan psikis, kemudian mampu mengubah impuls dan keinginan.<sup>31</sup>

Menurut Messina & Messina menyebutkan istilah kontrol diri yaitu sebuah tingkah laku yang memiliki fokus pada keberhasilan mengendalikan diri agar tidak melakukan suatu hal yang negatif sehingga dapat merugikan diri sendiri, perasaan mandiri atau bebas dari pengaruh orang lain, kemampuan untuk memilah antara perasaan dan pikiran rasional, fokus kepada diri sendiri untuk berubah ke arah yang lebih baik.<sup>32</sup>

Menurut Olds dan Feldman menyebutkan kontrol diri sebagai kemampuan individu mengendalikan tingkah lakunya dengan norma sosial yang berlaku dimasyarakat.<sup>33</sup>

Suyasa mengemukakan bahwa kontrol diri yaitu kemampuan seseorang dalam menahan keinginan yang bertentangan dengan norma sosial yang berlaku.<sup>34</sup>

Thalib mengatakan kontrol diri merupakan keahlian individu dalam mengatur dorongan baik dari luar diri ataupun dari dalam diri.<sup>35</sup>

---

<sup>31</sup>Willem, et al. "The Heritability of Self Control: A Meta Analysis" *Journal Neuroscience and Biobehavioral* (Amsterdam Public Health Research Institute, Amsterdam University Medical Centers, the Netherlands, 2019) hlm 324 diakses Tanggal 19 Desember 2022 Pukul 21.38 WIB.

<sup>32</sup>Yuniar Rachdianti, "Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Penggunaan Internet Remaja Akhir" *Skripsi* (Jakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Jakarta, 2011)hlm. 19

<sup>33</sup>Lita Widya Hastuti "Kontrol Diri dan Agresi: Tinjauan Meta Analisis" *Jurnal Buletin Psikologi Vol. 26 No. 1* (Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata, 2018) hlm. 43 diakses Tanggal 25 Januari 2022 Pukul 09.00 WIB.

<sup>34</sup>Djuwariyah "Hubungan Kontrol Diri Dengan Intensi Melakukan Kekerasan Pada Siswa" *Jurnal Tarbawi Vol. 1 No. 4* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2011) hlm 37. Diakses Tanggal 13 Desember 2022 Pukul 17.43 WIB.

Baumeister menyatakan bahwa kontrol diri merupakan tindakan yang mengacu pada seseorang atau individu dalam merubah respon.<sup>36</sup>

Menurut Chaplin yang dikutip oleh Yuniar dalam skripsi berjudul “Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Penggunaan Internet Remaja Akhir” berpendapat kontrol diri merupakan kemampuan menekan tingkah laku yang implusif, mampu menekan tingkah laku diri sendiri. Menurut Kartini Kartono menyebutkan bahwa kontrol diri adalah dapat mengatur dan mentukan sikap serta perilaku pada diri sendiri.

Kemudian Berka mengatkan bahwa kontrol diri adalah sebuah pengendalian kepada diri sendiri untuk dorongan atau keinginan untuk melakukan sesuatu hal yang melanggar norma sosial.<sup>37</sup> Disebutkan oleh Merbaun dan Goldfried, kontrol diri yaitu dimana sebuah proses seorang individu menjadi pemeran utama dalam membentuk, mengarahkan, dan perilaku ke arah yang lebih *positive* atau lebih baik.<sup>38</sup>

Imam mengemukakan bahwa sejatinya kontrol diri yaitu sesuatu yang difokuskan pada penguatan diri secara positif, memonitor diri sehingga mampu mengendalikan kecemasan yang terdiri dari gelisah, tdak percaya akan kemampuan diri sendiri, memikirkan sesuatu yang berbahaya, dan khawatir.<sup>39</sup>

Menurut Ubaedy kontrol diri adalah bagaimana cara kita untuk menangkap (*to treat*) dan meciptakan (*to create*) untuk respon yang cocok

---

<sup>35</sup>Salmi, Rezki Hariko “Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Bullying Siswa” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol. 8 No. 2* (Padang: Universitas Negeri Padang, 2018) hlm. 89 diakses Tanggal 26 Januari 2022 Pukul 23.00 WIB.

<sup>36</sup>Salmi, Rezki Hariko “Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Bullying Siswa” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol. 8 No. 2* (Padang: Universitas Negeri Padang, 2018) hlm. 89 diakses Tanggal 26 Januari 2022 Pukul 23.00 WIB.

<sup>37</sup>Yuniar Rachdianti, “Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Penggunaan Internet Remaja Akhir” *Skripsi* (Jakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Jakarta, 2011)hlm. 19

<sup>38</sup>Yuniar Rachdianti, “Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Penggunaan Internet Remaja Akhir” *Skripsi* (Jakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Jakarta, 2011)hlm. 19

<sup>39</sup>Laila Faried, Fuad Nashori “Hubungan Anatara Kontrol Diri Dan Kecemasan Menghadapi Masa Pembebasan Pada Narapidana Di Lembaga Pemasarakatan Wirogunan Yogyakarta” *Jurnal Khazanah Vol. 5 No. 2* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2012) hlm. 66 diakses Tanggal 15 Desember 2022 Pukul 14.02 WIB.

dengan kebutuhan dan kepentingan diri. Kontrol diri juga berperan untuk menciptakan kehidupan yang lebih seimbang.<sup>40</sup>

Wenar dan Kerig menjelaskan bahwasannya kontrol diri merupakan bentuk pengendalian dari individu untuk memenuhi harapan sosial. Kontrol diri yang relatif stabil akan memberikan dampak yang positif kepada diri sendiri maupun lingkungan sosial.<sup>41</sup>

Dalam penelitian ini kontrol diri yang dimaksud peneliti yaitu sebuah kondisi dimana seseorang atau individu untuk mengendalikan diri sendiri agar tidak melakukan sesuatu yang melanggar norma.

## 2. Beberapa Aspek Kontrol Diri

Aspek kontrol diri dalam penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Averill. Kemudian kontrol diri bisa dikatakan dengan kontrol personal yaitu keterampilan seseorang dalam mengendalikan dirinya yang meliputi mengontrol kognitif (*cognitive control*), mengontrol perilaku (*behavior control*), mengontrol keputusan (*decisional control*).

### a. Mengontrol Kognitif

Yaitu keahlian seseorang dalam mengelolah suatu informasi yang tidak diingankan memberi pendapat, menilai, atau menggabungkan suatu peristiwa kedalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Kemudian aspek ini terdiri dari 2 (dua) komponen, yaitu melakukan penilaian (*appraisal*), memperoleh informasi (*information gain*). Dengan informasi yang sudah dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang kurang menyenangkan, individu juga dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Setelah melaksanakan penelitian, individu berupaya memperhitungkan dan

---

<sup>40</sup>Zulva Trinova, Een Rasullu “Kontrol Diri Dan Motivasi Prestasi Peserta Didik” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam Vol. 5 No. 2* (Padang: Universitas Islam Negeri Imam Bonjol) hlm. 126 diakses Tanggal 15 Desember 2022 Pukul 14.51 WIB.

<sup>41</sup>Fatia Nur Azizah, Endang Sri Indrawati “Kontrol Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika Dan Bisnis Universitas Diponegoro” *Jurnal Empati Vol. 4 No. 4* (Semarang: Universitas Diponegoro, 2015) hlm 158 diakses Tanggal 15 Desember 2022 Pukul 15.17 WIB.

mengartikan suatu kondisi ataupun peristiwa dengan cara mengamati segi positif secara subjektif.

b. Mengontrol Perilaku (*Behavioral control*)

Yaitu kesiapan ataupun tersedianya suatu respons yang bisa mempengaruhi suatu kondisi yang kurang menyenangkan. Dalam mengontrol perilaku ini dibedakan menjadi 2 tipe yaitu, kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*), dan mengatur pelaksanaan (*regulated administrasion*). Kemahiran memodifikasi stimulus yaitu, kemampuan untuk mengetahui kapan dan bagaimana suatu stimulus yang tidak diinginkan harus dihadapi. Kemudian yang dimaksud dengan mengatur pelaksanaan (*regulated administrasion*) yaitu, kemampuan individu untuk mengontrol atau mengendalikan situasi ataupun keadaan, diri sendiri atau sesuatu yang ada diluar dirinya. Jika individu memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengatur tingkah lakunya dengan baik, namun sebaliknya jika seorang individu mempunyai kontrol diri yang buruk terhadap diri sendiri maka akan sulit mengatur tingkah laku diri sendiri.

c. Mengontrol Keputusan (*Decisional control*)

Yaitu sebuah keahlian yang dimiliki seseorang untuk memilah suatu tindakan atau hasil yang berlandaskan suatu yang disetujui atau diyakini. Kontrol diri sangat berpengaruh dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya kemungkinan, kebebasan, dan kesempatan pada diri sendiri untuk memilih berbagai kemungkinan yang ada.<sup>42</sup>

3. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Beberapa faktor kontrol diri menurut Risnawati, sebagaimana faktor psikologis, kontrol diri dipengaruhi beberapa diantaranya adalah:

---

<sup>42</sup>Yuniar Rachdianti, "Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Penggunaan Internet Remaja Akhir" *Skripsi* (Jakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Jakarta, 2011)hlm. 20

a. Faktor internal

Faktor internal, sesuatu yang mampu mempengaruhi kontrol diri yaitu usia. Karena semakin bertambahnya usia seseorang, jika semakin baik juga kemampuan dalam kontrol dirinya. Kemudian kematangan berfikir secara psikologis bisa membantu dalam menentukan baik dan buruknya.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal, antara lain yaitu lingkungan keluarga terutama orang tua yang dimana menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seorang anak.<sup>43</sup>

4. Jenis Kontrol Diri

- a. *Appropriate control* yaitu, kendali individu dalam berupaya mengendalikan implusnya secara tepat.
- b. *Over control* yaitu, pengendalian diri seseorang yang dilakukan secara berlebihan kemudian menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap keadaan atau situasi.
- c. *Under control* yaitu, kecenderungan melepaskan implus independen tanpa perhitungan yang matang.<sup>44</sup>

5. Fungsi Kontrol Diri

Fungsi kontrol diri dibagi menjadi 4 yaitu:

- a. Membantu individu dalam memenuhi kebutuhan yang seimbang.
- b. Memberikan batasan terhadap orang lain.
- c. Membatasi diri untuk tidak memiliki keinginan mengendalikan orang lain.
- d. Membatasi diri untuk mencegah berperilaku laku negatif.<sup>45</sup>

---

<sup>43</sup>Yuniar Rachdianti, "Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Penggunaan Internet Remaja Akhir" *Skripsi* (Jakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Jakarta, 2011) hlm. 21

<sup>44</sup>Gretty C. Runtukahu, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Merokok Kalangan Remaja di SMKN 1 Bitung" *Vol. 3 No.1* (Manado: Universitas Sam Ratulangi, 2015) hlm. 85 diakses Tanggal 10 April 2022 Pukul 00.35 WIB.

<sup>45</sup>Gretty C. Runtukahu, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Merokok Kalangan Remaja di SMKN 1 Bitung" *Vol. 3 No.1* (Manado: Universitas Sam Ratulangi, 2015) hlm. 85 diakses Tanggal 10 April 2022 Pukul 00.35 WIB.

## 6. Ciri-ciri Kontrol Diri

Berikut ciri-ciri kontrol diri menurut Ubaedy :

- a. Mengoreksi sesuatu yang tidak sesuai dengan norma.
- b. Menarik diri dari norma yang menyimpang atau tidak sesuai.
- c. Berpedoman pada norma yang sesuai.<sup>46</sup>

## B. *Bullying*

### 1. Pengertian *Bullying*

Secara harfiah, *bully* disebut menggretak atau mengganggu orang lain yang dianggap lemah. Kemudian *bullying* merujuk pada perilaku yang agresif seseorang atau kelompok yang dilakukan secara terus menerus kepada individu yang dianggap lemah supaya bisa menyakiti baik secara mental atau fisik.<sup>47</sup> Istilah *bullying* masih dianggap suatu hal baru atau asing dikalangan masyarakat Indonesia, walaupun sejatinya perilaku *bullying* sudah terjadi sejak lama didalam kehidupan sehari-hari maupun pendidikan. Tindakan *bullying* suatu fenomena yang sudah terjadi diberbagai belahan wilayah didunia, Olweus menyatakan bahwa dinegara-negara Skandinavia (Noerwegia dan Denmark) yang dikenal dengan *mobbing* atau *mobning* (Swedia dan Finlandia). Kemudian dalam bahasa Inggris *mob* yang berarti seseorang yang melakukan penekanan terhadap orang lain. *Bullying* merupakan suatu tindakan yang bersifat negatif yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tujuan yang negatif juga.<sup>48</sup>

*Bullying* menurut Olweus yaitu sebuah perilaku yang negatif kemudian dilakukan secara berulang untuk menyakiti orang lain.<sup>49</sup>

<sup>46</sup>Zulva Trinova, Een Rasullu "Kontrol Diri Dan Motivasi Prestasi Peserta Didik" Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam Vol. 5 No. 2 (Padang: Universitas Islam Negeri Imam Bonjol) hlm. 127 diakses Tanggal 15 Desember 2022 Pukul 14.51 WIB.

<sup>47</sup>Ahmad Baliyo Eko Prasetyo, "Bullying di Sekolah dan Dampaknya Bagi Masa Depan Anak" *Jurnal El Tabawi Vol. 4 No. 1* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2011) hlm. 19 diakses Tanggal 25 Januari 2022 00.20 WIB.

<sup>48</sup>Teguh Nugroho Eko "Pengaruh Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang" *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Malang, 2019) hlm. 10

<sup>49</sup>Olweus "Bullying At School" (Australia: Blackwell, 1994) hlm. 9 diakses Tanggal 16 Desember 2022 Pukul 15.59 WIB.

Smith dan Thompson mengemukakan *bully* yaitu sebuah tingkah laku yang dilakukan secara sengaja bertujuan untuk menyakiti korban baik secara fisik maupun psikis yang dilakukan secara berulang-ulang.<sup>50</sup>

Tatum mengatakan bahwa *bullying* yaitu keinginan untuk melukai korban dalam keadaan atau situasi tertekan.<sup>51</sup>

*Bullying* biasanya tidak dilakukan hanya satu individu pada individu lain, akan tetapi bisa juga dilakukan oleh kelompok, seperti yang dikatakan Rigby, K. “*Bullying*, merupakan penindasan yang dilakukan secara berulang-ulang, fisik maupun psikologis terhadap orang yang dianggap lemah oleh individu atau sekelompok individu yang lebih mendominasi.”

Coy, D. R mengatakan “*Bullying* merupakan kekerasan yang dilakukan secara berulang untuk mendominasi dan mendapatkan kekuasaan baik secara langsung maupun menunjukkan tindakan, bertujuan menimbulkan ketakutan dan penindasan terhadap orang lain.”

Coloroso mengemukakan bahwa *bullying* atau perundungan merupakan suatu tindakan yang dilakukan kelompok atau individu yang dianggap lebih kuat kepada pihak yang lebih lemah, dilakukan secara sengaja yang bertujuan untuk melukai korbannya baik secara emosional maupun fisik.<sup>52</sup>

Djuwita mengatakan bahwa *bullying* yaitu situasi dimana tindak kekerasan terjadi baik psikologis maupun fisik, yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok kepada orang lain yang dianggap lebih lemah.<sup>53</sup>

---

<sup>50</sup>Nunuk Sulisrudatin “Kasus Bullying Dalam Kalangan Pelajar (Suatu Tinjauan Kriminologi) *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara Vol. 5 No.2* (Jakarta: Universitas Suryadarma, 2015) hlm. 60 diakses Tanggal 16 Desember 2022 Pukul 11.59 WIB.

<sup>51</sup>Nunuk Sulisrudatin “Kasus Bullying Dalam Kalangan Pelajar (Suatu Tinjauan Kriminologi) *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara Vol. 5 No.2* (Jakarta: Universitas Suryadarma, 2015) hlm. 60 diakses Tanggal 16 Desember 2022 Pukul 13.38 WIB.

<sup>52</sup>Teguh Nugroho Eko “Pengaruh Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang” *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Malang, 2019) hlm. 11

<sup>53</sup>Ela Zain Zakiyah, Sahadi Humaedi, dkk “Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying” *Jurnal Penelitian & PPM Vol. 4 No. 2* (Bandung: Universitas Padjajaran, 2017) hlm. 327 diakses Tanggal 15 Desember 2022 Pukul 18:39 WIB.

Menurut psikolog Andrew Mellor yang mengatakan bahwa *bullying* suatu tindakan seseorang yang merasa tersakiti baik fisik maupun psikologis, kemudian korban merasa takut untuk melawan karena adanya kesenjangan *power* antara korban dan pelaku. Dan tindakan tersebut terjadi secara berulang.<sup>54</sup>

Sarazen menyatakan *bullying* merupakan tindakan menyakiti yang dilakukan secara berulang-ulang oleh individu atau kelompok.<sup>55</sup>

Santrock menyatakan bahwasannya *bullying* adalah tindakan verbal atau fisik untuk mengganggu seseorang atau kelompok yang dianggap lebih lemah dan tidak memiliki *power*.<sup>56</sup>

Berdasarkan uraian di atas *bullying* yang dimaksud oleh peneliti adalah perilaku agresif yang disengaja dilakukan secara berulang kali.<sup>57</sup>

## 2. Unsur *Bullying*

Tiga unsur *bullying* menurut Olweus, yaitu:

- a. Adanya ketidakseimbangan antara korban dan pelaku *bullying*. Contoh yang bersifat nyata, gender, status sosial, kekuatan fisik, dan kuran badan. Contoh yang bersifat perasaan, pandai bersilat lidah.
- b. Bersifat agresif atau menyerang dan negatif adalah perilaku secara langsung atau *direct bullying*, contohnya yaitu pengucilan secara sosial.
- c. Dilakukan secara sengaja dan berulang.<sup>58</sup>

<sup>54</sup>Nunuk Sulisrudatin “Kasus Bullying Dalam Kalangan Pelajar (Suatu Tinjauan Kriminologi) *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara Vol. 5 No.2* (Jakarta: Universitas Suryadarma, 2015) hlm. 60 diakses Tanggal 16 Desember 2022 Pukul 11.59 WIB.

<sup>55</sup>Nun Ayu Waya Sirly, Nine Febrie Novitasari “Bullying Potrayed In Mean Girls Movie A Psychoanalysis” *Jurnal Pioneer Vol. 9 No.2* (Situbondo: Universitas Abdurachman Saleh, 2017)hlm. 131 diakses Tanggal 16 Desember 2022 Pukul 12.30 WIB.

<sup>56</sup>Rudy Pramoko, “Pengaruh Penerimaan Diri Reamaja Terhadap perilaku Bullying Pada Siswa SMP Negeri 1 Turi” *Skripsi* (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2019) hlm. 16

<sup>57</sup>Andre Setiawan, “Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Siswa SMP N 15 Padang”, *Skripsi* (Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, 2019) hlm 14.

<sup>58</sup>Limber, S.P dan Olweus, D.,”Bullying in School: Evaluation and Dissemination of The Olweus Bullying Preuention” *American Journal of Orthopsychiatry No. 1.* diakses 15 April 2022 Pukul 22.03 WIB

### 3. Jenis-jenis Bullying

Perilaku *bullying* yang memiliki beberapa bentuk menurut Rigby,

K. Berikut bentuk *bullying*, yaitu:

- a. *Bullying* non verbal tidak langsung yaitu menyembunyikan atau menghilangkan barang.
- b. *Bullying* non verbal langsung yaitu mengancam.
- c. *Bullying* verbal tidak langsung yaitu memprovokasi orang lain untuk menghina korban.
- d. *Bullying* verbal langsung yaitu menghina korban.
- e. *Bullying* fisik tidak langsung mengajak orang lain untuk ikut menyerang korban.
- f. *Bullying* fisik secara langsung yaitu memukul, meludah, menendang.<sup>59</sup>

### 4. Faktor Terjadinya *Bullying*

Menurut Masitah ada 2 faktor seseorang melakukan *bullying*, baik internal maupun eksternal.

#### a. Faktor Internal

Salah satu penyebab terjadinya *bullying* adalah rendahnya kontrol diri pada individu. Seseorang yang memiliki kontrol diri rendah, memiliki kecenderungan menjadi implusif, berfikiran sempit, suka melakukan kegiatan yang beresiko. Sebagai contoh apabila korban mengalami *bullying* dan memiliki kontrol diri yang rendah akan melakukan hal-hal yang bisa merugikan diri sendiri ataupun orang lain disekitarnya, dari yang terendah sampai yang paling buruk yaitu mengakhiri hidup biasanya menjadi pilihan terakhir ketika sudah tidak sanggup mengalami *bullying* lebih lanjut.

#### b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi terjadinya *bullying* yaitu lingkungan pendidikan dimana tempat individu menimba ilmu, teman sebaya, pola asuh orang tua.<sup>60</sup>

---

<sup>59</sup>Andre Setiawan, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Siswa SMP N 15 Padang", *Skripsi* (Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, 2019) hlm 15.

## 5. Karakteristik Korban *Bullying*

Olweus mengatakan karakteristik korban *bullying* yaitu korban biasanya individu yang pasif, kurang percaya diri, cemas. Korban yang biasanya menjadi sasaran *bullying* biasanya individu yang suka menarik diri dari lingkungan sosial, sering cemas terhadap sesuatu yang belum tentu terjadi. Kemudian Murphy juga mengatakan karakteristik korban *bullying* adalah memiliki kebiasaan atau penampilan yang berbeda.<sup>61</sup>

Dari uraian diatas dapat diambil kesimpulan menurut peneliti bahwa karakteristik korban *bullying* yaitu mmeiliki sifat yang mudah cemas, tidak percaya diri, sukar bergaul dengan lingkungan sosial.

## 6. Tempat Terjadinya *Bullying*

### a. Lingkungan Pendidikan

Tindakan *bullying* terjadi dilingkungan pendidikan karena kurangnya pengawasan dari pihak yang berwenang seperti guru maupun dosen. Tempat dilingkungan pendidikan yang berpotensi menjadi tempat untuk tindakan *bullying* yaitu kelas, toilet, lorong, dan parkiran.

### b. Tempat Kerja

*Workplace bullying* merupakan bentuk perilaku seseorang atau kelompok untuk menyakiti atau kerugian kepada orang lain di tempat organisasi yang sama. Perilaku *bullying* ini bisa terjadi ditempat kerja yang dilakukan oleh senior, junior, atasan, bahkan rekan kerja sendiri.

### c. Internet atau Teknologi

Perilaku *bullying* juga bisa dilakukan melalui internet atau biasa disebut dengan *cyber bullying*. Pelaku *bullying* biasanya menyerang korbannya melalui sosial media seperti instagram, twitter, facebook, whatsApp, path, dll.

---

<sup>60</sup>Masitah, Irna Minauli, "Hubungan Kontrol Diri dan Iklim Sekolah Dengan Perilaku *Bullying*" *Jurnal Analitika Vol.4 No.2* (Padang: Universitas Padang Area, 2017) hlm. 69 diakses Tanggal 01 Juni 2022 Pukul 22.45 WIB.

<sup>61</sup>Nurul Hidayati, "Bullying pada Anak: Analisis dan Alternatif Solusi" *Jurnal Insan Vol. 1 No. 1* (Gresik: Universitas Muhammadiyah Gresik, 2012) hlm. 43 diakses Tanggal 16 Desember 2022 Pukul 16.29 WIB.

d. Lingkungan Politik

Lingkungan politik atau *political bullying* sering dijadikan tempat bullying yang bertujuan untuk menjatuhkan reputasi lawan dan meurunkan kredibilitas politikus.

e. Lingkungan Militer

Lingkungan Militer atau *military bullying* bisa juga terjadi dilingkungan militer. Bullying biasanya akan dilakukan dalam sistem penerimaan anggota baru yang berkedok menguji kekuatan fisik dan kekuatan mental para anggota baru.

f. Dalam perploncoan yang biasanya disebut *hazing*.<sup>62</sup>

Dari uraian diatas dapat ditarik kesimpulan menurut peneliti *bullying* bisa terjadi dimanapun dan kapanpun, bukan hanya dalam tingkat sekolah tetapi bisa juga terjadi didalam tempat kerja dan lingkungan sosial lainnya.

7. Dampak *Bullying*

*Bullying* merupakan suatu tindakan agresif yang paling berdampak pada korbannya, berikut beberapa dampak bullying menurut Novan :

- a. Prestasi akademik yang menurun karena sulit berkonsentrasi dalam melakukan pembelajaran.
- b. Adaptasi sosial yang buruk, karena korban menarik diri dari lingkungan sosial.
- c. Korban mengalami gangguan psikologis, korban akan merasa tidak nyaman, merasa tidak berharga, rendah diri, dan takut.

Coloroso mengatakan korban *bullying* akan memiliki rasa marah terhadap diri sendiri, marah terhadap pelaku *bullying*, dan orang disekitarnya. Hal tersebut bisa saja mengganggu pada akademik korban, korban akan terus menarik diri dari lingkungan yang membuatnya tidak nyaman, korban biasanya akan sulit mengontrol dirinya sendiri. Korban

---

<sup>62</sup>Rudy Pramoko, "Pengaruh Penerimaan Diri Reamaja Terhadap perilaku Bullying Pada Siswa SMP Negeri 1 Turi" *Skripsi* (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2019)hlm. 19

*bullying* akan memiliki sistem *self-esteem* yang rendah, kepercayaan diri yang buruk, dan tingginya tingkat depresi.

Kemudian Duchan juga menyatakan bahwa dampak pada korban *bullying* selalu merasa tidak aman, tingkat sensitive yang tinggi terhadap sekitar, menghindari lingkungan sosial, merasa kesepian.

Ponny R.A mengemukakan bahwa dampak dari *bullying* yaitu pada diri korban timbulnya perasaan tertekan. Bagi korban kondisi ini menyakitkan baik secara mental maupun fisik, kepercayaan diri atau *self esteem* yang menurun, malu, adanya trauma, merasa tidak mampu menyerang balik, serba salah.<sup>63</sup>

### **C. Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi Bullying Pada Mahasiswa Yang Memilih Berstatus Lajang Mahasiswa**

Willem mengatakan kontrol diri yaitu kemampuan dalam mengendalikan implus dalam diri individu ketika sedang dihadapkan tantangan dan godaan yang kemudian dikaitkan dengan kesejahteraan fisik dan psikis, kemudian mampu mengubah implus dan keinginan.<sup>64</sup>

Coloroso mengemukakan bahwa *bullying* atau perundungan merupakan suatu tindakan yang dilakukan kelompok atau individu yang dianggap lebih kuat kepada pihak yang lebih lemah, dilakukan secara sengaja yang bertujuan untuk melukai korbannya baik secara emosional maupun fisik.<sup>65</sup>

---

<sup>63</sup>Rudy Pramoko, "Pengaruh Penerimaan Diri Reamaja Terhadap perilaku Bullying Pada Siswa SMP Negeri 1 Turi" *Skripsi* (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2019)hlm. 21

<sup>64</sup>Willem, et al. "The Heritability of Self Control: A Meta Analysis" *Journal Neuroscience and Biobehavioral* (Amsterdam Public Health Research Institute, Amsterdam University Medical Centers, the Netherlands, 2019) hlm 324 diakses Tanggal 19 Desember 2022 Pukul 21.38 WIB.

<sup>65</sup>Teguh Nugroho Eko "Pengaruh Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang" *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Malang,2019) hlm. 11

#### D. Hipotesis

Ha : Ada hubungan antara memilih melajang selama kuliah dengan *bullying* pada mahasiswa BKI Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Yang berarti bahwa adanya pengaruh antara mahasiswa yang memilih melajang dengan *bullying*.

Ho : Tidak ada hubungan antara memilih melajang selama kuliah dengan *bullying* pada mahasiswa BKI Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Yang berarti bahwa tidak adanya pengaruh antara memilih melajang selama kuliah dengan *bullying* pada mahasiswa BKI Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian**

##### 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini yaitu, penelitian lapangan menggunakan pendekatan kuantitatif, yang dimana pengamatan penelitian dilakukan lebih mendalam. Bentuk pengumpulan data dilakukan secara langsung, kemudian dilakukan dilokasi penelitian yang secara terperinci.<sup>66</sup> Jenis variabel yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu Hubungan Kontrol Diri Dalam Menghadapi *Bullying* Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Yang Memilih Berstatus Lajang Di Program Studi BKI Fakultas Dakwah UIN Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

##### 2. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sebab data atau informasi yang akan dikumpulkan berupa angket dan kuesioner sebagai sumber data penelitian.<sup>67</sup>

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### 1. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Prodi Bimbingan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto Fakultas Dakwah.

##### 2. Waktu Penelitian

Waktu pelaksanaan pada tanggal 01 Oktober 2022 - Januari 2023.

---

<sup>66</sup>Lexy j. Maleong, “Metodologi Penelitian”, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya). 2006. hlm 11.

<sup>67</sup>Sugiyono. “ Metodologi Penelitian Pendidikan ( Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D” ). (Bandung Alfabeta), 2015. Hlm 203.

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah kumpulan sampel yang dipilih. Populasi dapat berupa individu atau kelompok individu, objek, peristiwa, orang yang dapat didefinisikan secara khusus.<sup>68</sup>

Yang dimaksud populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang memilih melajang pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto Fakultas Dakwah Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2020 kelas A-E yang masih aktif berjumlah 223 mahasiswa.

### 2. Sampel Penelitian

Sampel survei adalah bagian dari populasi berdasarkan representative atau tidak. Sampel adalah bagian tertentu yang dipilih dari suatu populasi.<sup>69</sup> Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik pengambilan *Sample Random Sampling* dimana pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak dan tanpa adanya tingkatan dalam populasi tersebut.<sup>70</sup>

Suharsimi A., mengatakan bahwa penelitian populasi subjeknya kurang lebih 100 individu, kemudian jika jumlah subjeknya (<100 orang) maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%.<sup>71</sup> Dalam penelitian ini menggunakan 33 sampel dari populasi yang berjumlah 223 mahasiswa, maka mahasiswa yang akan dijadikan subjek penelitian adalah 33 mahasiswa.

Sampel penelitian dalam penelitian ini yaitu mahasiswa BKI (dari kelas A-E) Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang memilih melajang.

<sup>68</sup>Uber Silalahi, "Metode Penelitian Sosial". (Bandung: PT Refika Aditama, 2009). Hlm. 6

<sup>69</sup>Sugiyono, Metodologi Penelitian..... Hlm 61.

<sup>70</sup>Sugiyono,.....

<sup>71</sup>Suharsimi Arikunto. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. (Jakarta: Rineka Cipta), 2013, Hlm.98

## D. Variabel dan Indikator

### 1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan suatu nilai atau sifat dari individu, objek, atau kegiatan yang ditetapkan oleh peneliti guna untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya.<sup>72</sup>

Dalam penelitian ini terdapat beberapa variabel, yang terdiri:

- a. Variabel X = Kontrol Diri
- b. Variabel Y = *Bullying*

### 2. Variabel bebas (X)

Variabel bebas merupakan suatu variabel yang mempengaruhi timbulnya variabel dependen atau terikat. Kemudian variabel bebas dalam penelitian ini yaitu Kontrol Diri.

### 3. Variabel terikat (Y)

Variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi menjadi akibat karena adanya variabel bebas atau independen. Kemudian dalam penelitian ini variabel terikat yaitu *Bullying*.<sup>73</sup>

### 4. Indikator Penelitian

Indikator Penelitian antara lain:

#### a. Indikator variabel X merujuk pada Teori

Variabel X: Willem mengatakan kontrol diri yaitu kemampuan dalam mengendalikan implus dalam diri individu ketika sedang dihadapkan tantangan dan godaan yang kemudian dikaitkan dengan kesejahteraan fisik dan psikis, kemudian mampu mengubah implus dan keinginan.<sup>74</sup>

#### b. Indikator variabel Y merujuk pada Teori

Variabel Y: Coloroso mengemukakan bahwa *bullying* atau perundungan merupakan suatu tindakan yang dilakukan kelompok atau

<sup>72</sup>Sugiyono, *Metodologi Penelitian*..... Hlm 61.

<sup>73</sup>Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*” hlm.102.

<sup>74</sup>Willem, et al. “The Heritability of Self Control: A Meta Analysis” *Journal Neuroscience and Biobehavioral* (Amsterdam Public Health Research Institute, Amsterdam University Medical Centers, the Netherlands, 2019) hlm 324 diakses Tanggal 19 Desember 2022 Pukul 21.38 WIB.

individu yang dianggap lebih kuat kepada pihak yang lebih lemah, dilakukan secara sengaja yang bertujuan untuk melukai korbannya baik secara emosional maupun fisik.<sup>75</sup>

### E. Instrument Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan peneliti untuk mengukur variabel penelitian agar penelitian dapat dilakukan dengan mudah dan sistematis. Jumlah instrumen penelitian tergantung pada variabel yang ditentukan oleh peneliti. Metode yang tepat harus digunakan saat mengumpulkan data.<sup>76</sup>

Instrumen dari penelitian ini disebarikan melalui angket tentang kontrol diri dan *bullying* pada mahasiswa BKI angkatan 2020 (kelas A-E) di UIN SAIZU Purwokerto. Kemudian indikator dari penelitian ini merujuk pada teori dari Willem<sup>77</sup> untuk variabel X (Kontrol Diri) dan Coloroso<sup>78</sup> untuk variabel y (*bullying*). Adapun beberapa kisi-kisi tentang instrumen penelitian sebagai berikut :

<sup>75</sup>Teguh Nugroho Eko “Pengaruh Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang” *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Malang,2019) hlm. 11

<sup>76</sup>Sugiyono, “Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D”. Hlm. 102.

<sup>77</sup>Willem, et al. “The Heritability of Self Control: A Meta Analysis” *Journal Neuroscience and Biobehavioral* (Amsterdam Public Health Research Institute, Amsterdam University Medical Centers, the Netherlands, 2019) hlm 324 diakses Tanggal 19 Desember 2022 Pukul 21.38 WIB.

<sup>78</sup>Teguh Nugroho Eko “Pengaruh Bullying Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang” *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Malang,2019) hlm. 11

**Tabel 3.1**  
**Variabel dan Indikator Penelitian**

Variabel	Indikator	Positif	Negatif	Jumlah
Kontrol Diri (X)	Mengontrol Kognitif	1, 10	5, 13	4
	Mengontrol Perilaku	4, 7	2, 6, 8	5
	Mengontrol Keputusan	3, 11, 12	9	4

**Tabel 3.2**  
**Variabel dan Indikator Penelitian**

Variabel	Indikator	Positif	Negatif	Jumlah
Bullying (Y)	Internal	3, 4, 7, 14, 17	5, 12, 13, 15, 18	11
	Eksternal	4, 10	1, 2 8, 11, 16	7

## F. Metode Pengumpulan Data

### 1. Angket Kuesioner

Sugiyono, angket penelitian yaitu metode untuk mengumpulkan data responden yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan atau pernyataan tertulis yang ditunjukkan kepada responden agar dijawab.<sup>79</sup> Adapun fokus angket yang diberikan pada responden mencakup antara lain:

- a. Angket X: Kontrol Diri
- b. Angket Y: *Bullying*

Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala Likert, sebagai berikut :

---

<sup>79</sup>Sugiyono,.....

**Tabel 3.3**  
**Skala Likert**

NO	Pilihan Jawaban	Jawaban Skor	
		Positif	Negatif
1.	Sangat Setuju	4	1
2.	Setuju	3	2
3.	Tidak Setuju	2	3
4.	Sangat Tidak Setuju	1	4

Skala Likert dalam penelitian ini menggunakan beberapa pernyataan dengan jawaban sebagai berikut :

Positif :

a. Item positif :

- 1) Sangat Setuju (SS) akan diberi skor 4.
- 2) Setuju (S) akan diberi skor 3.
- 3) Tidak Setuju akan diberi skor 2.
- 4) Sangat Tidak Setuju (STS) akan diberi skor 1.

b. Item Negatif

- 1) Sangat Setuju (SS) akan diberi skor 1.
- 2) Setuju (S) akan diberi skor 2.
- 3) Tidak Setuju (TS) akan diberi skor 3.
- 4) Sangat Tidak Setuju (STS) akan diberi skor 4.

## 2. Dokumentasi

Dokumentasi adalah sekumpulan data atau informasi tentang fakta atau variabel, berupa buku, transkrip atau surat kabar. Metode dokumentasi yang diamati adalah benda mati bukan benda hidup<sup>80</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan pengumpulan data dokumentasi yang berhubungan dengan mahasiswa seperti data jumlah mahasiswa dan lain sebagainya.

<sup>80</sup>Suharsimi Arikunto, "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik". (Jakarta: Rineka Cipta, 2013) hlm. 274

### 3. Observasi

Observasi merupakan teknik paling efektif untuk melengkapi format yang berisi peristiwa dan perilaku yang dijelaskan dalam penelitian<sup>81</sup>. Observasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan pengamatan pada mahasiswa BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan 2020.

## G. Metode Analisis

Menurut Patton analisis data yaitu proses pengolahan data, mengurutkan, mengelompokkan, kategori, dan satu uraian.<sup>82</sup>

### 1. Validitas dan Reliabilitas

- a. Validitas yaitu ukuran tingkatan kebenaran dan kevalidan sebuah instrumen terhadap konsep yang diteliti. Suatu alat ukur bisa dikatakan baik jika dapat mengukur apa yang diinginkan. Apalagi jika variabel yang diteliti dapat memberikan data yang akurat dan maka instrumen tersebut valid.<sup>83</sup>
- b. Uji reliabilitas, yaitu penentuan suatu alat ukur yang diuji secara berulang-ulang. Atau coba sebagai alat pengumpul data, karena instrumennya baik. Suatu tes instrumen dapat dikatakan baik jika tidak mendorong responden untuk memilih jawaban tertentu<sup>84</sup>

### 2. Analisis tiap indikator

Analisis setiap indikator dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif.

### 3. Analisis statistik

Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif menggunakan bantuan aplikasi spss / dll.

---

<sup>81</sup>Sugiyono.....

<sup>82</sup>Iqbal Hasan, "Analisis Data Penelitian Dengan Statistic", (Jakarta: Bumi Aksara, 2004) hlm. 29

<sup>83</sup>Suharsimi Arikunto, "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik". (Jakarta: Rineka Cipta, 2013)hlm. 211.

<sup>84</sup>Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktif. (Rineka Cipta). 2013. hlm.211.

## a. Uji validitas

Validitas dalam penelitian ini akan ditampilkan per variabel dengan rumus yang akan digunakan:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{[n(\sum x^2) - (\sum x)^2][n(\sum y^2) - (\sum y)^2]}$$

Keterangan:

$r_{xy}$ : r-hitung (koefisien kolerasi)

$\sum x$ : Variabel independen

$\sum y$ : Variabel dependen

$\sum xy$ : Hasil dari kali skor butir dengan skor total

$n$ : Hasil jumlah responden

Berikut tingkat signifikansi sebesar 95% atau  $\alpha = 5\%$  maka kriteria pengujinya.

1) Nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , maka pernyataan tersebut valid.

2) Nilai  $r_{hitung} < r_{tabel}$ , maka pernyataan tersebut tidak valid.

Uji validitas dalam penelitian ini akan digunakan untuk menguji setiap variabel yang ada dalam ruang lingkup pembahasan penelitian ini, antara lain:

1) Uji validitas kontrol diri

**Tabel 3.4**

**Uji Validitas Kontrol Diri (X)**

No	Nilai R Hitung	Nilai R Tabel	Keterangan
1.	0,322	0,344	Tidak Valid
2.	0,565	0,344	Valid
3.	0,240	0,344	Tidak Valid
4.	0,533	0,344	Valid
5.	0,464	0,344	Valid

6.	0,407	0,344	Valid
7.	0,630	0,344	Valid
8.	0,552	0,344	Valid
9.	0,281	0,344	Tidak Valid
10.	0,375	0,344	Valid
11.	0,446	0,344	Valid
12.	0,555	0,344	Valid
13.	0,702	0,344	Valid
14.	0,305	0,344	Tidak Valid
15.	0,87	0,344	Tidak Valid
16.	-0,373	0,344	Tidak Valid
17.	-0,604	0,344	Tidak Valid
18.	0,604	0,344	Valid
19.	0,572	0,344	Valid
20.	0,485	0,344	Valid

Setelah peneliti melakukan uji validitas dengan melihat tabel  $r$  sebagai batas jika  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel maka data tersebut *valid*, namun jika sebaliknya maka data itu tidak *valid*. Rumus  $df = N - 2$ , pada penelitian ini  $N$  berarti jumlah sampel  $33 - 2 = 31$ , kemudian kita melihat pada tabel  $r$  signifikan 0,05 dengan urutan ke 31 yaitu 0,344.

Pada tabel 3.4 terdapat 20 pernyataan. Pada uji coba validitas terdapat 6 pernyataan yang tidak valid karena jumlah nilai kurang dari 0,344, kemudian peneliti hanya akan menggunakan 12 pernyataan pada uji validitas diatas. Dapat diartikan bahwa peneliti hanya bisa menggunakan 12 pernyataan dari jumlah seluruh 20 pernyataan.

Peneliti mengurangi jumlah pernyataan angket pada variabel kontrol diri (X), di karenakan saat uji coba validitas ada yang tidak valid, yaitu pada pernyataan nomor 1, 3, 9, 14, 15, 16, dan 17.

2) Uji validitas *bullying*

**Tabel 3.5**

**Uji Validitas Variabel *Bullying* (Y)**

No	Nilai R Hitung	Nilai R Tabel	Keterangan
1.	0,689	0,344	Valid
2.	0,561	0,344	Valid
3.	0,263	0,344	Tidak Valid
4.	0,523	0,344	Valid
5.	0,681	0,344	Valid
6.	0,569	0,344	Valid
7.	0,558	0,344	Valid
8.	0,545	0,344	Valid
9.	0,338	0,344	Tidak Valid
10.	0,593	0,344	Valid
11.	0,469	0,344	Valid
12.	0,437	0,344	Valid
13.	0,543	0,344	Valid
14.	0,744	0,344	Valid
15.	0,558	0,344	Valid
16.	0,501	0,344	Valid
17.	0,481	0,344	Valid
18.	0,553	0,344	Valid
19.	0,477	0,344	Valid
20.	0,649	0,344	Valid

Setelah peneliti melakukan uji validitas dengan melihat tabel  $r$  sebagai batas jika  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel maka data tersebut *valid*, namun jika sebaliknya maka data itu tidak *valid*.

Rumus  $df = N-2$ , pada penelitian ini  $N$  berarti jumlah sampel  $33-2 = 31$ , kemudian kita melihat pada tabel  $r$  signifikan 0,05 dengan urutan ke 31 yaitu 0,344.

Pada tabel 3.5 terdapat 20 pernyataan. Pada uji coba validitas terdapat 2 pernyataan yang tidak valid karena jumlah nilai kurang dari 0,344, kemudian peneliti hanya akan menggunakan 18 pernyataan pada uji validitas diatas. Dapat diartikan bahwa peneliti hanya bisa menggunakan 18 pernyataan dari jumlah seluruh 20 pernyataan.

Peneliti mengurangi jumlah pernyataan angket pada variabel *bullying* (Y), di karenakan saat uji coba validitas ada yang tidak valid, yaitu pada pernyataan nomor 3, dan 9.

#### b. Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini untuk uji reabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronnbach's*.

$$r_x = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum a_t^2}{2} \right)$$

Keterangan:

$r_x$  : Reliabilitas yang dicari

$n$  : Jumlah yang dicari

$\sum a_t^2$  : Jumlah varian skor tiap item

$a_t^2$  : Varian total

Dengan rentang nilai *Alpha Chronbach's* sebagai berikut:

- 1) alpha kurang dari 0.50 yang artinya realiabilitas rendah

- 2) 0.50 kurang dari alpha kurang dari 0.70 artinya reliabilitas moderat
- 3) Jika alpha lebih dari 0.70 maka reliabilitas mencukupi (*sufficient reliability*)
- 4) Jika alpha lebih dari 0.80 maka reliabilitas kuat
- 5) Jika alpha lebih dari 0.90 maka reliabilitas sempurna

Semakin kecil nilai alpha menunjukkan semakin banyak item yang tidak reliabel. Standar yang digunakan yaitu alpha lebih dari 0.70 (*sufficient reliability*).

**Tabel 3.6**  
**Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kontrol Diri (X)**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.706	20

Dari tabel 3.6, kuesioner dapat dikatakan reliabel ketika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0,6. Melihat tabel diatas nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,706. Maka data kuesioner diatas dapat dikatakan reliabel karena lebih besar dari 0,06.

**Tabel 3.7**  
**Uji Reliabilitas Variabel *Bullying* (Y)**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.837	20

Pada tabel 3.7 kuesioner dapat dikatakan reliabel ketika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0,6. Melihat tabel diatas nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,837. Maka data kuesioner diatas dapat dikatakan reliabel karena lebih besar dari 0,06.

## c. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel, variabel dependen dan variabel independen berada dalam hubungan yang linear. Maka dikatakan linear jika  $p > 0,05$  dan sebaliknya jika  $p < 0,05$ . 0,05 tidak linear. Untuk mempermudah uji linearitas penelitian ini memakai F (ANOVA) bantuan aplikasi SPSS *statistic 20 for Windows*.

**Tabel 3.8**  
**Uji Linearitas Data ANOVA Tabel**

Measures of Association						
			R			
			R	Squared	Eta	Eta Squared
Bullying * Kontrol Diri			-.455	.207	.801	.641

ANOVA Table							
			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Kontrol	Between	(Combined)	839.720	17	49.395	1.577	.190
Diri *	Groups	Linearity	271.272	1	271.272	8.659	.010
Bullying		Deviation from Linearity	568.448	16	35.528	1.134	.406
Within Groups			469.917	15	31.328		
Total			1309.63	32			
			6				

Jika nilai signifikan *deviation from linearity* lebih besar daripada 0,05, maka terdapat hubungan yang linear antara variabel terikat dan variabel bebas. Begitu juga sebaliknya jika nilai signifikansi *deviation from linearity* lebih kecil daripada 0,05 maka tidak ada hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat.

Berdasarkan uji linearitas pada tabel 3.8, menjelaskan *deviation from linearity* mempunyai nilai signifikan sebesar 0,406. Yang bisa

diartikan bahwa hubungan antara variabel kontrol diri dan bullying adalah linear.

d. Uji Hipotesis

Rumus yang digunakan dalam uji hipotesis penelitian ini menggunakan rumus korelasi oleh Pearson yaitu korelasi product moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum YX - (\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X^2)\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y^2)\}}}$$

Keterangan

$r$  = koefisien validitas item yang dicari

$x$  = skor yang diperoleh dari subjek tiap item

$y$  = skor yang diperoleh dari subjek seluruh item

$\sum X$  = jumlah skor dalam distribusi X

$\sum Y$  = jumlah skor dalam distribusi Y

$\sum X^2$  = jumlah skor kuadrat pada masing-masing skor X

$\sum Y^2$  = jumlah skor kuadrat pada masing-masing skor Y

$N$  = Jumlah Responden

**Tabel 3.9**  
**Korelasi Product Moment**

		Kontrol Diri	Bullying
Kontrol Diri	Pearson Correlation	1	-.522**
	Sig. (2-tailed)		.002
	N	33	33
Bullying	Pearson Correlation	-.522**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	33	33

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Jika nilai signifikansi <0,05, maka berkorelasi

Jika nilai signifikansi >0,05, maka tidak berkorelasi

Kemudian dapat disimpulkan pada uji korelasi product moment pada tabel **3.9**, variabel x dan variabel y memiliki korelasi dengan derajat hubungan yang sedang

dan bentuk hubungannya ialah negatif (semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah *bullying*)



## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN DAN HASIL PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Penelitian**

Program Bimbingan dan Konseling Islam merupakan prodi yang ada di dalam fakultas dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Program studi BKI mempersiapkan mahasiswa agar mampu terampil dalam melakukan bimbingan dan konseling.<sup>85</sup> Mahasiswa prodi BKI rata-rata berusia 18-23 tahun yang tergolong memasuki fase usia remaja akhir dan dewasa awal. Pada fase usia ini mahasiswa akan mengalami perubahan dan pembentukan tingkah laku dan pola pikir yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar.

Profil Responden Fakultas dakwah merupakan salah satu fakultas yang ada di Universitas Islam Negeri Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang terletak di Jalan Jenderal A. Yani No 40 A Purwokerto Banyumas Jawa Tengah 53126, Indonesia. Fakultas dakwah memiliki 4 program studi yang antara lain Bimbingan dan Konseling Islam (BKI), Komunikasi Penyiaran Islam (KPI), Pengembangan Masyarakat Islam (PMI), dan Manajemen Dakwah (MD). Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto mempunyai komitmen yang kuat untuk menyebarkan ilmu dan praktek pengetahuan yang bermanfaat.

#### **B. Analisis Data**

##### **1. Jenis Kelamin**

Responden merupakan mahasiswa Bimbingan Konseling dan Islam (BKI) dan Komunikasi Penyiaran Islam (KPI) UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto angkatan 2020 yang berjumlah 33, responden diambil dari kelas A-E dikarenakan kelas F adalah kelas karyawan dan kebanyakan

---

<sup>85</sup>Pohan, R.A., & Ramadhani,E., “Miskonsepsi Program studi BPI/BKI Fakultas Dakwah Di PTKIN”. *Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*. Vol.1, No.2. 2016. hlm 54-58

dari mereka sudah menikah sehingga tidak memenuhi kualifikasi untuk penelitian ini.

**Tabel 4.1**  
**Responden BKI**

No.	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Wanita	21
2	Pria	12
Jumlah		33

**Tabel 4.2**  
**Responden KPI**

No.	Jenis Kelamin	Jumlah
1	Wanita	24
2	Pria	9
Jumlah		33

Pada tabel 4.1 dan 4.2 terdapat perbedaan jumlah responden pria dan wanita disetiap kelas dikarenakan jumlah mahasiswa yang melajang disetiap kelas juga berbeda.

## 2. Analisis Peritem

Penelitian ini diukur menggunakan *skala likert* dengan variabel kontrol diri (x) berjumlah 13 item dan *bullying* (y) berjumlah 18 item yang menggunakan rumus regresi linear sederhana. Kemudian data di olah dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 20.

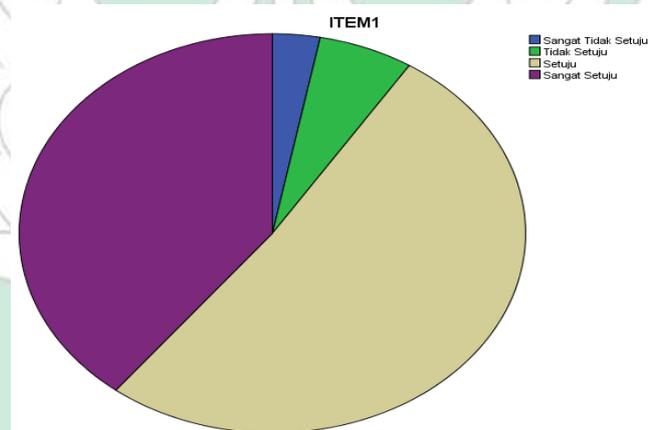
## a. Kontrol Diri

Tabel 4.3

**“Saya mampu mengelola pikiran saya agar tidak mengeluh tentang status lajang saya”**

		ITEM1		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	3.0	3.0	3.0
	Tidak Setuju	2	6.1	6.1	9.1
	Setuju	17	51.5	51.5	60.6
	Sangat Setuju	13	39.4	39.4	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.1 “Saya mampu mengelola pikiran saya agar tidak mengeluh tentang status lajang saya”**

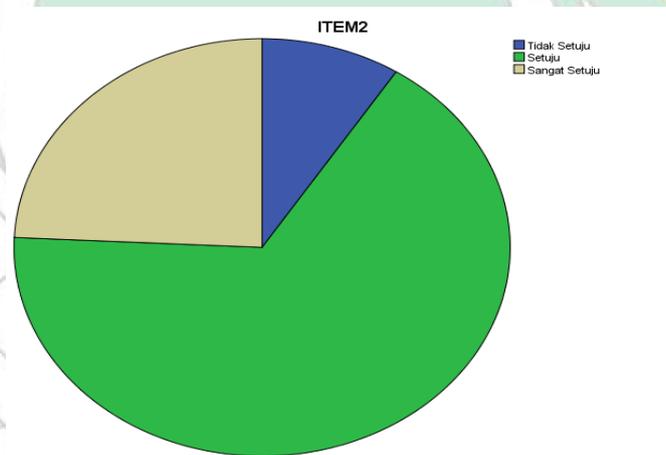
Berdasarkan pada tabel 4.3 terdapat 1 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 2 responden menjawab tidak setuju, 17 responden menjawab setuju, 13 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa responden mampu mengelola pikiran agar tidak mengeluh tentang status lajangnya.

Tabel 4.4

**“Saya selalu marah-marrah disaat teman saya membully atau merundung karena status lajang saya”**

		ITEM2			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	3	9.1	9.1	9.1
	Setuju	22	66.7	66.7	75.8
	Sangat Setuju	8	24.2	24.2	100.0
Total		33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.2 “Saya selalu marah-marrah disaat teman saya membully atau merundung karena status lajang saya”**

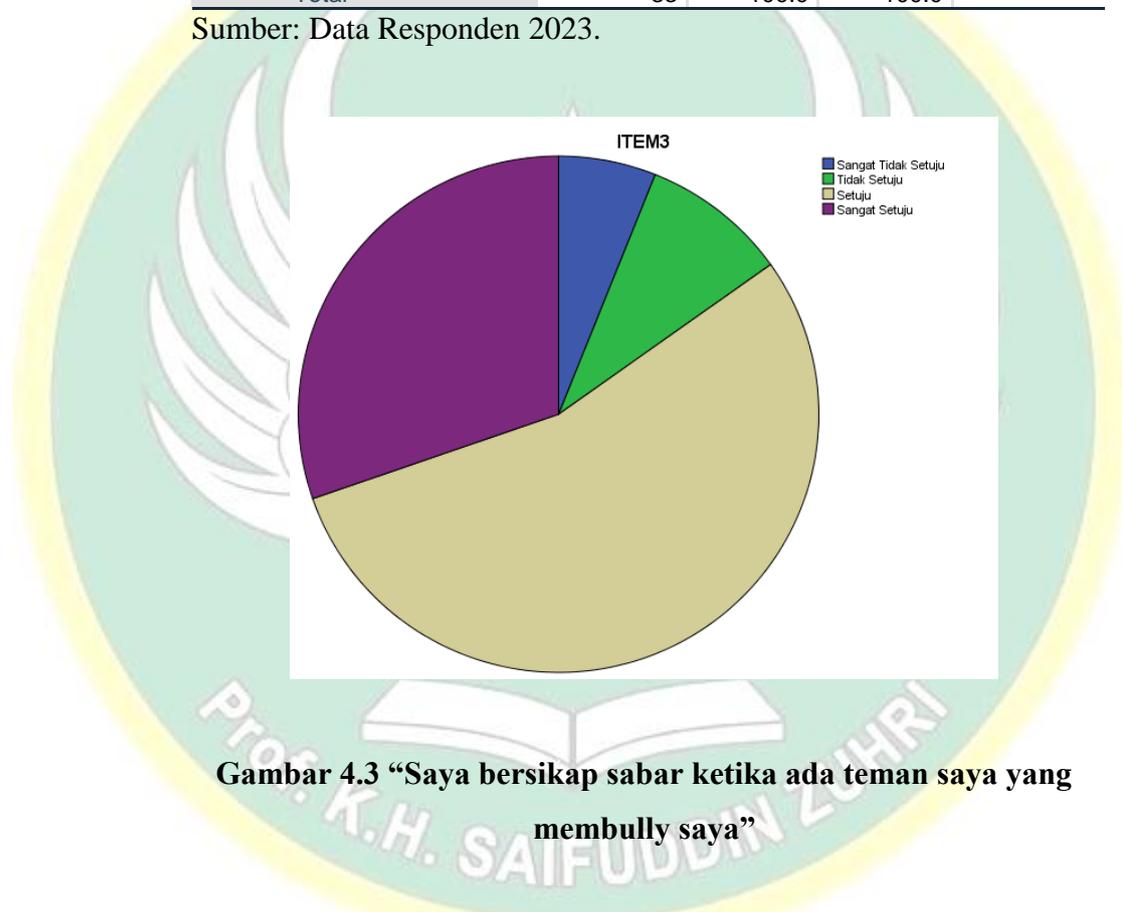
Berdasarkan pada tabel 4.4 terdapat 3 responden yang menjawab tidak setuju, 22 responden yang menjawab setuju, 8 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa selalu marah-marah disaat teman membully atau merundung terhadap responden dalam taraf yang tinggi.

**Tabel 4.5**  
**“Saya bersikap sabar ketika ada teman saya yang membully saya”**

**ITEM3**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	6.1	6.1	6.1
	Tidak Setuju	3	9.1	9.1	15.2
	Setuju	18	54.5	54.5	69.7
	Sangat Setuju	10	30.3	30.3	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



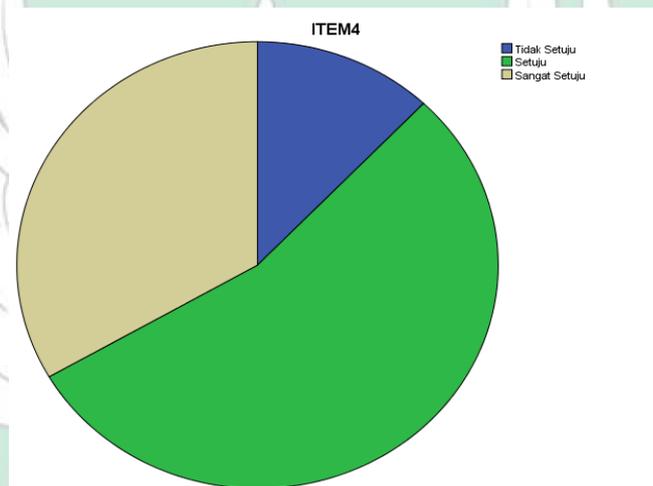
**Gambar 4.3 “Saya bersikap sabar ketika ada teman saya yang membully saya”**

Berdasarkan pada tabel 4.5 terdapat 2 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 3 responden yang menjawab tidak setuju, 18 responden yang menjawab setuju, 10 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa bersikap sabar ketika ada teman yang membully status lajang terhadap responden dalam taraf yang tinggi.

**Tabel 4.6**  
**“Saya mampu mengendalikan diri saat melihat teman saya yang  
berpacaran di depan mata saya”**

		ITEM4			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	4	12.1	12.1	12.1
	Setuju	18	54.5	54.5	66.7
	Sangat Setuju	11	33.3	33.3	100.0
Total		33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



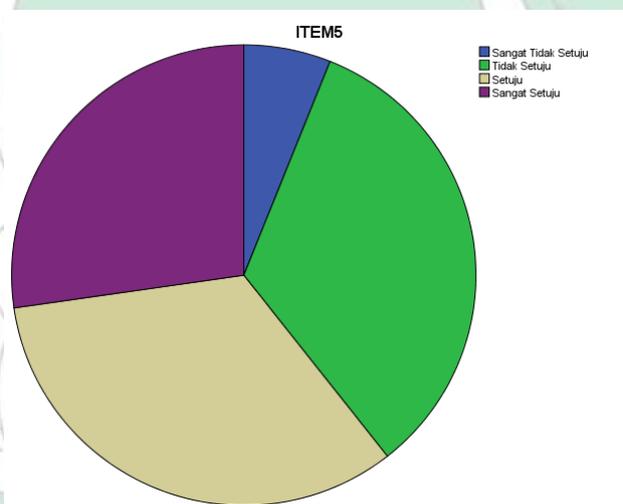
**Gambar 4.4 “Saya mampu mengendalikan diri saat melihat teman  
saya yang berpacaran di depan mata saya”**

Berdasarkan pada tabel 4.6 terdapat 4 responden yang menjawab tidak setuju, 18 responden yang menjawab setuju, 11 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa mampu mengendalikan diri saat melihat teman berpacaran di depan mata terhadap responden dalam taraf yang tinggi. Artinya responden mampu mengendalikan dirinya, saat melihat temannya berpacaran.

**Tabel 4.7**  
**“Saya merasa kesepian karena status lajang saya”**

		ITEM5			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	6.1	6.1	6.1
	Tidak Setuju	11	33.3	33.3	39.4
	Setuju	11	33.3	33.3	72.7
	Sangat Setuju	9	27.3	27.3	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.5 “Saya merasa kesepian karena status lajang saya”**

Berdasarkan pada tabel 4.7 terdapat 2 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 11 responden menjawab tidak setuju, 11 responden yang menjawab setuju, 9 responden menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa merasa kesepian karena status lajang terhadap responden dalam taraf tinggi yang artinya responden merasa kesepian karena status lajangnya.

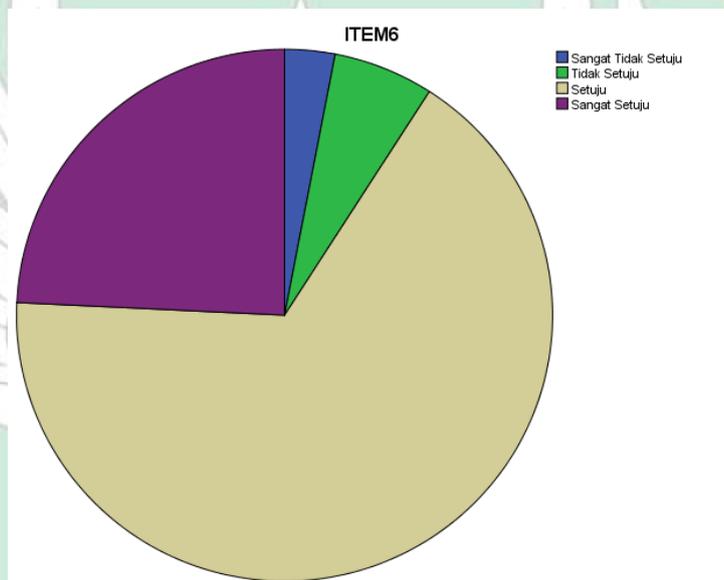
Tabel 4.8

**“Saya selalu melampiaskan kekesalan saya saat melihat teman saya saat melihat teman saya yang berpacaran”**

**ITEM6**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	3.0	3.0	3.0
	Tidak Setuju	2	6.1	6.1	9.1
	Setuju	22	66.7	66.7	75.8
	Sangat Setuju	8	24.2	24.2	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



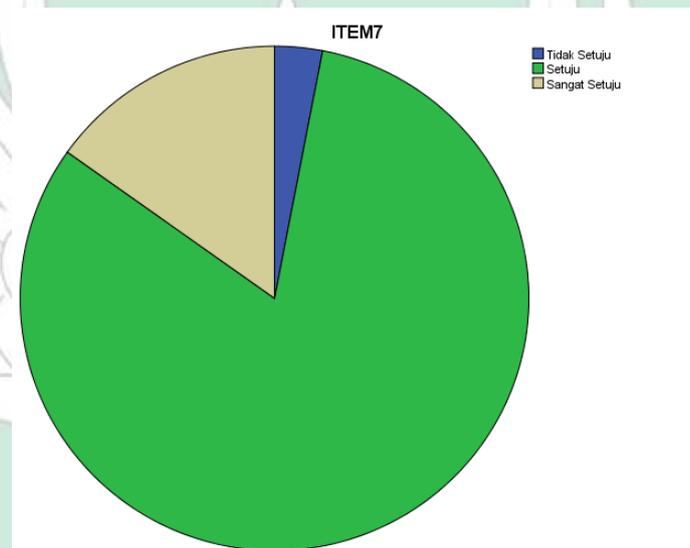
**Gambar 4.6 “Saya selalu melampiaskan kekesalan saya saat melihat teman saya saat melihat teman saya yang berpacaran”**

Berdasarkan tabel 4.8 terdapat 1 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 2 responden yang menjawab tidak setuju, 22 responden menjawab setuju, 8 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa selalu melampiaskan kekesalan saat melihat teman berpacaran dalam taraf tinggi yang artinya responden melampiaskan kekesalannya ada saat melihat temannya yang berpacaran.

**Tabel 4.9**  
**“Saya mampu bersikap sopan kepada teman saya yang sedang berpacaran”**

		ITEM7		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Tidak Setuju	1	3.0	3.0	3.0
	Setuju	27	81.8	81.8	84.8
	Sangat Setuju	5	15.2	15.2	100.0
Total		33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



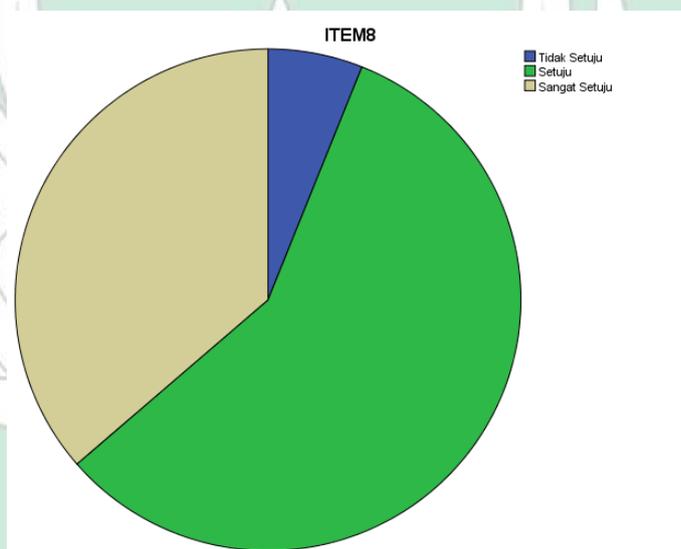
**Gambar 4.7 “Saya mampu bersikap sopan kepada teman saya yang sedang berpacaran”**

Berdasarkan pada tabel 4.9 terdapat 1 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 27 responden menjawab setuju, 5 responden menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa mampu bersikap sopan kepada teman yang sedang berpacaran terhadap responden dalam taraf yang tinggi artinya responden mampu bersikap sopan kepada temannya yang berpacaran.

**Tabel 4.10**  
**“Saya bersikap tidak baik kepada teman saya yang memiliki pasangan”**

		ITEM8			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	2	6.1	6.1	6.1
	Setuju	19	57.6	57.6	63.6
	Sangat Setuju	12	36.4	36.4	100.0
Total		33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



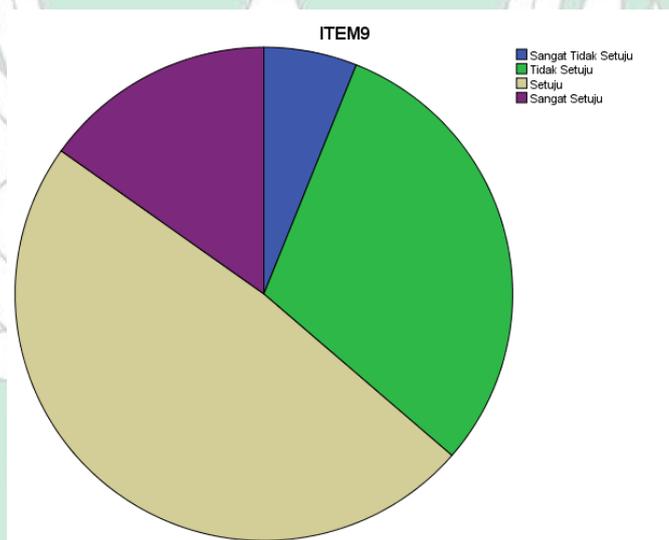
**Gambar 4.8 “Saya bersikap tidak baik kepada teman saya yang memiliki pasangan”**

Berdasarkan pada tabel 4.10 terdapat 2 responden yang menjawab tidak setuju, 19 responden yang menjawab setuju, 12 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa bersikap tidak baik kepada teman yang memiliki pasangan terhadap responden dalam taraf rendah artinya responden bersikap tidak baik kepada teman yang memiliki pasangan.

**Tabel 4.11**  
**“Saya harus memiliki pasangan untuk meningkatkan motivasi**  
**saya dalam berkuliah”**

		ITEM9		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	6.1	6.1	6.1
	Tidak Setuju	10	30.3	30.3	36.4
	Setuju	16	48.5	48.5	84.8
	Sangat Setuju	5	15.2	15.2	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.9 “Saya harus memiliki pasangan untuk meningkatkan**  
**motivasi saya dalam berkuliah”**

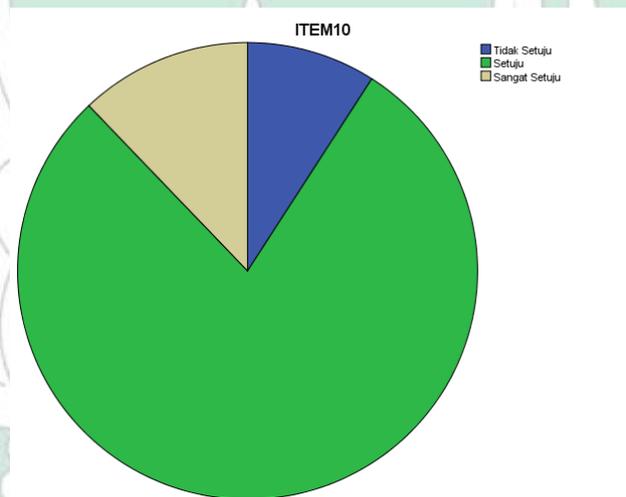
Berdasarkan tabel 4.11 terdapat 2 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 10 responden yang menjawab tidak setuju, 16 responden yang menjawab setuju, 5 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa harus memiliki pasangan untuk meningkatkan motivasi dalam berkuliah terhadap responden dalam taraf tinggi yang artinya responden membutuhkan pasangan untuk memotivasi pada saat berkuliah.

Tabel 4.12

**“Saya mampu memikirkan hal positif ketika teman saya membully status lajang saya”**

		ITEM10			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	3	9.1	9.1	9.1
	Setuju	26	78.8	78.8	87.9
	Sangat Setuju	4	12.1	12.1	100.0
Total		33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.10 “Saya mampu memikirkan hal positif ketika teman saya membully status lajang saya”**

Berdasarkan tabel 4.12 terdapat responden yang menjawab tidak setuju, 26 responden yang menjawab setuju, 4 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa mampu memikirkan hal positif ketika teman saya membully status lajang saya terhadap responden dalam taraf tinggi, artinya responden mampu berfikir positif ketika di *bully* karena status jomblo oleh temannya.

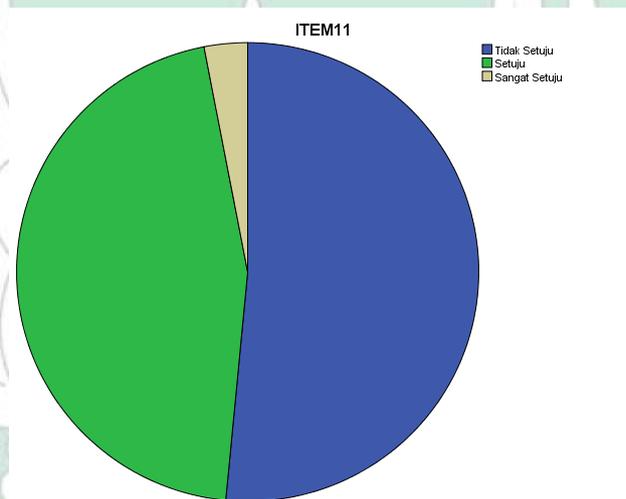
**Tabel 4.13**

**“Saya tidak melihat adanya manfaat memiliki kekasih ketika sedang berkuliah”**

**ITEM11**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	17	51.5	51.5	51.5
	Setuju	15	45.5	45.5	97.0
	Sangat Setuju	1	3.0	3.0	100.0
Total		33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.11 “Saya tidak melihat adanya manfaat memiliki kekasih ketika sedang berkuliah”**

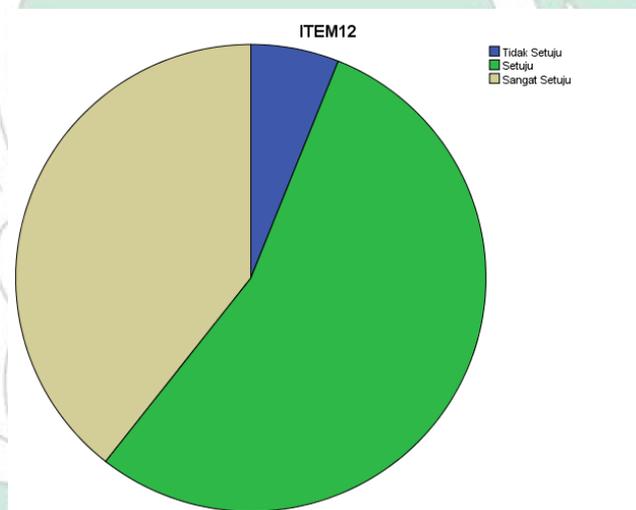
Berdasarkan pada tabel 4.13 terdapat 17 responden yang menjawab tidak setuju, 15 responden menjawab setuju, 1 responden menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak melihat adanya manfaat memiliki kekasih pada saat berkuliah terhadap responden memiliki taraf yang hampir sama dengan responden yang menjawab melihat adanya manfaat memiliki kekasih pada saat berkuliah.

Tabel 4.14

“Saya merasa status lajang saya karena prinsip bukan nasib”

		ITEM12		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Tidak Setuju	2	6.1	6.1	6.1
	Setuju	18	54.5	54.5	60.6
	Sangat Setuju	13	39.4	39.4	100.0
Total		33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



Gambar 4.12 “Saya merasa status lajang saya karena prinsip bukan nasib”

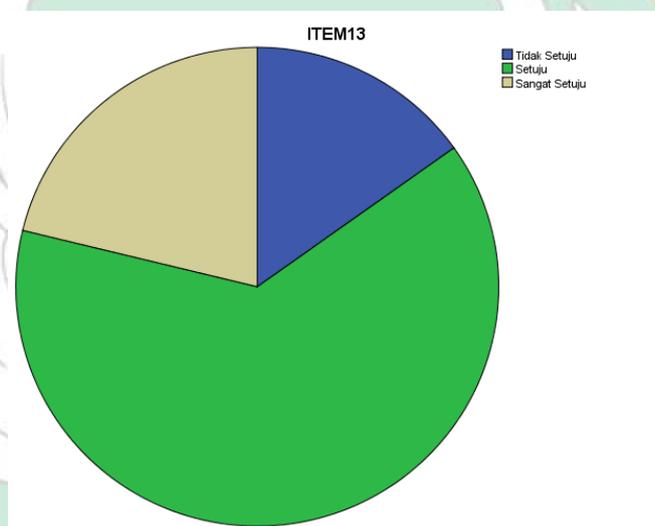
Berdasarkan tabel 4.14 terdapat 2 responden yang menjawab tidak setuju, 18 responden yang menjawab setuju, 13 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa lajang karena prinsip bukan nasib terhadap responden bertaraf tinggi yang artinya responden melajang bukan karena nasib tapi prinsip.

**Tabel 4.15**  
**“Saya tidak dapat berfikir jernih ketika teman saya membully status lajang saya”**

**ITEM13**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	5	15.2	15.2	15.2
	Setuju	21	63.6	63.6	78.8
	Sangat Setuju	7	21.2	21.2	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.13 “Saya tidak dapat berfikir jernih ketika teman saya membully status lajang saya”**

Berdasarkan tabel 4.15 terdapat 5 responden yang menjawab tidak setuju, 21 responden menjawab setuju, 7 responden menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak dapat berfikir jernih ketika sedang di *bully* oleh temannya terhadap responden tarafnya sangat tinggi, yang artinya responden tidak dapat berfikir jernih ketika sedang di *bully* oleh temannya.

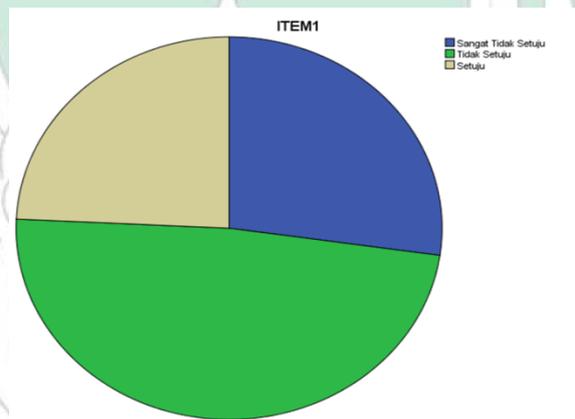
## b. Bullying

Tabel 4.16

“Saya pernah dikucilkan karena status lajang saya”

		ITEM1		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	9	27.3	27.3	27.3
	Tidak Setuju	16	48.5	48.5	75.8
	Setuju	8	24.2	24.2	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



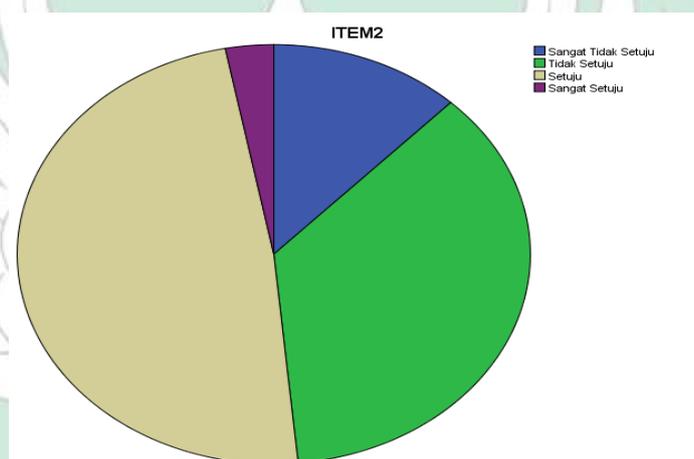
Gambar 4.14 “Saya pernah dikucilkan karena status lajang saya”

Berdasarkan data yang terlihat pada tabel 4.16 terdapat 9 responden menjawab sangat tidak setuju, 16 responden menjawab tidak setuju, dan 8 responden menjawab setuju. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dikucilkan karena masih melajang terhadap responden dapat dikatakan dalam taraf rendah.

**Tabel 4.17**  
**“Saya pernah diejek karena status lajang saya”**

		ITEM2		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	4	12.1	12.1	12.1
	Tidak Setuju	12	36.4	36.4	48.5
	Setuju	16	48.5	48.5	97.0
	Sangat Setuju	1	3.0	3.0	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.15 “Saya pernah diejek karena status lajang saya”**

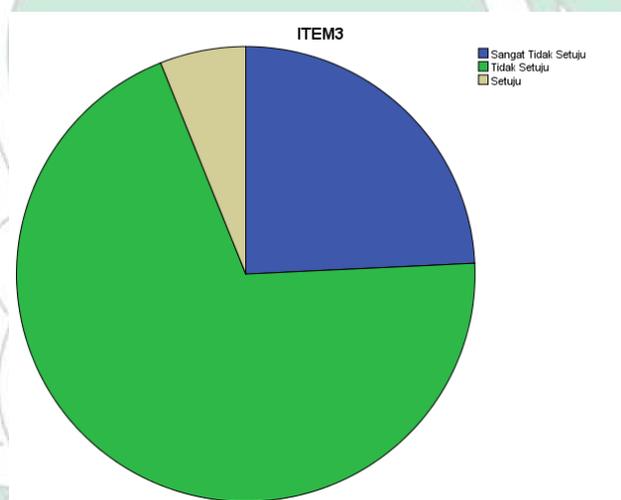
Berdasarkan data yang terlihat pada tabel 4.17 terdapat 4 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 12 responden menjawab tidak setuju, 16 responden menjawab setuju, 1 responden menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa pernah diejek karena status lajang terhadap responden dapat dikatakan dalam taraf cukup tinggi.

Tabel 4.18

“Saya cuek ketika teman saya mengejek status lajang saya”

		ITEM3		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	8	24.2	24.2	24.2
	Tidak Setuju	23	69.7	69.7	93.9
	Setuju	2	6.1	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



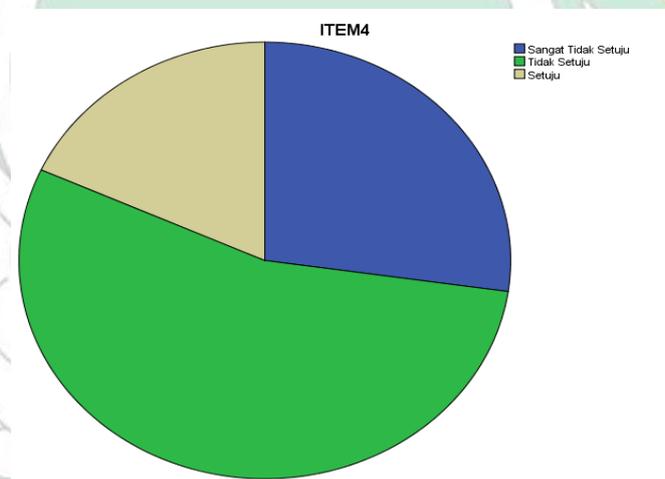
Gambar 4.16 “Saya cuek ketika teman saya mengejek status lajang saya”

Berdasarkan data pada tabel 4.18 terdapat 8 esponden yang menjawab sangat tidak setuju, 23 responden menjawab tidak setuju, 2 responden menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa cuek ketika teman saya mengejek status lajang saya terhadap responden dapat dikatakan dalam taraf tinggi.

**Tabel 4.19**  
**“Ketika orang lain berpendapat tentang status lajang saya, saya merasa tidak percaya diri”**

		ITEM4		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	9	27.3	27.3	27.3
	Tidak Setuju	18	54.5	54.5	81.8
	Setuju	6	18.2	18.2	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.17 “Ketika orang lain berpendapat tentang status lajang saya, saya merasa tidak percaya diri”**

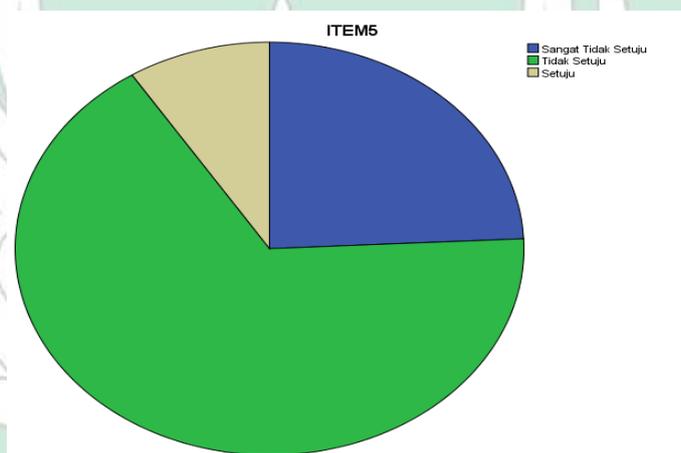
Berdasarkan tabel 4.19 terdapat 9 responden menjawab sangat tidak setuju, 18 responden menjawab tidak setuju, dan 6 responden menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa ketika orang lain berpendapat tentang status lajang saya, saya merasa tidak percaya diri masih terhadap responden dalam taraf rendah.

**Tabel 4.20**  
**“Saya merasa tertekan ketika saya di *bully* karena status lajang saya”**

**ITEM5**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	8	24.2	24.2	24.2
	Tidak Setuju	22	66.7	66.7	90.9
	Setuju	3	9.1	9.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



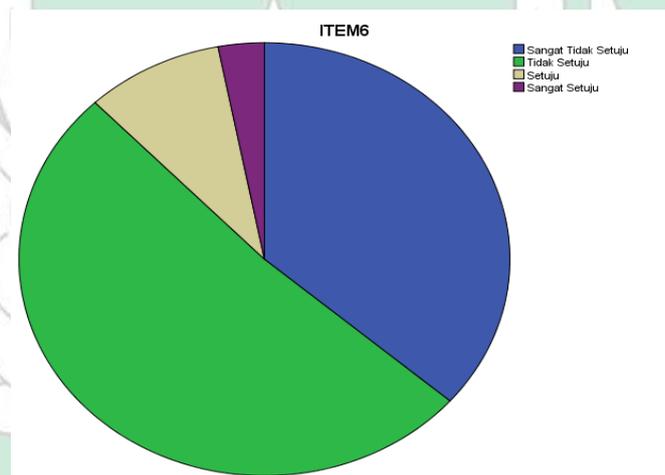
**Gambar 4.18 “Saya merasa tertekan ketika saya di *bully* karena status lajang saya”**

Berdasarkan tabel 4.20 terdapat 8 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 22 responden menjawab tidak setuju, 3 responden menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa merasa tertekan ketika di *bully* karena status lajang terhadap responden masih dalam taraf rendah.

**Tabel 4.21**  
**“Saya tidak melakukan kekerasan ketika saya sedang di *bully* karena status lajang saya”**

		ITEM6		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	12	36.4	36.4	36.4
	Tidak Setuju	17	51.5	51.5	87.9
	Setuju	3	9.1	9.1	97.0
	Sangat Setuju	1	3.0	3.0	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.19 “Saya tidak melakukan kekerasan ketika saya sedang di *bully* karena status lajang saya”**

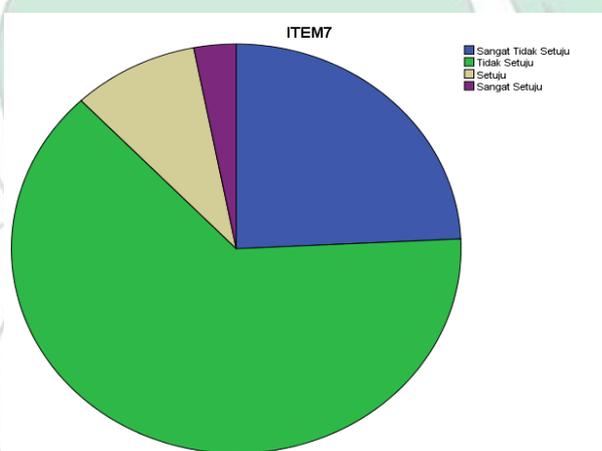
Berdasarkan tabel 4.21 terdapat 12 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 17 responden yang menjawab tidak setuju, 3 responden yang menjawab setuju, 1 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan tidak melakukan kekerasan ketika sedang di bully terhadap responden dalam taraf yang cukup tinggi.

**Tabel 4.22**  
**“Saya tidak menjauhi teman yang membully saya”**

**ITEM7**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	8	24.2	24.2	24.2
	Tidak Setuju	21	63.6	63.6	87.9
	Setuju	3	9.1	9.1	97.0
	Sangat Setuju	1	3.0	3.0	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



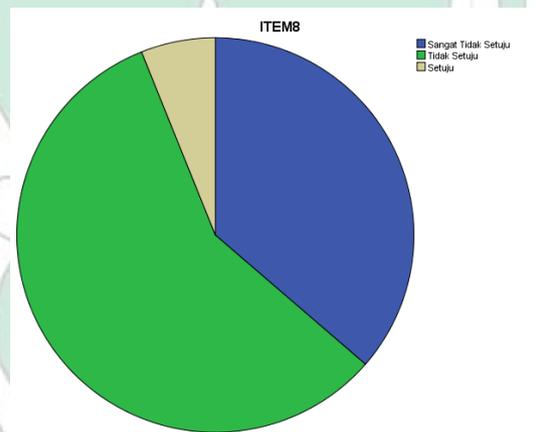
**Gambar 4.20 “Saya tidak menjauhi teman yang membully saya”**

Berdasarkan tabel 4.22 terdapat 8 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 21 responden yang menjawab tidak setuju, 3 responden yang menjawab setuju, 1 responden yang menjawab sangat setuju. Maka bisa disimpulkan bahwa tidak menjauhi teman yang membully terhadap responden masih dalam taraf rendah.

**Tabel 4.23**  
**“Saya merasa diabaikan karena status lajang dilingkungan sosial saya”**

		ITEM8		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	12	36.4	36.4	36.4
	Tidak Setuju	19	57.6	57.6	93.9
	Setuju	2	6.1	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.21 “Saya merasa diabaikan karena status lajang dilingkungan sosial saya”**

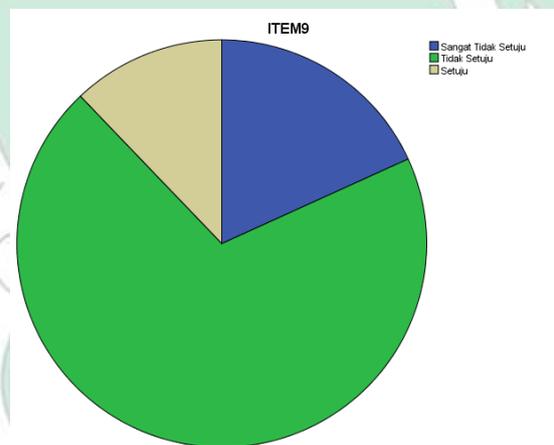
Berdasarkan tabel 4.23 terdapat 12 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 19 responden menjawab tidak setuju, 2 responden menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan merasa diabaikan karena status lajang oleh lingkungan sosial terhadap responden dalam taraf yang rendah.

**Tabel 4.24**  
**“Saya suka berkata baik daripada berkata kasar”**

**ITEM9**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	6	18.2	18.2	18.2
	Tidak Setuju	23	69.7	69.7	87.9
	Setuju	4	12.1	12.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.22 “Saya suka berkata baik daripada berkata kasar”**

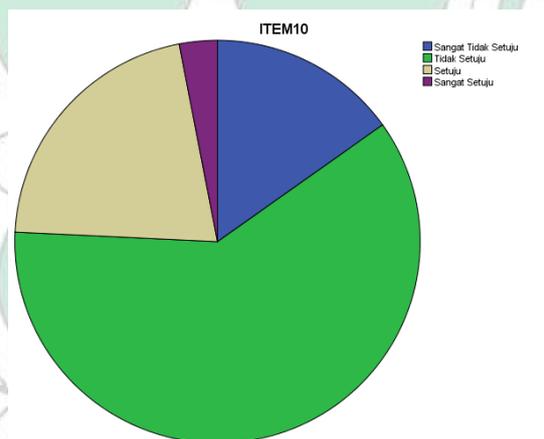
Berdasarkan pada tabel 4.24 terdapat 6 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 23 responden menjawab tidak setuju, 4 responden yang menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa suka berkata baik daripada berkata kasar pada responden dalam taraf tinggi.

**Tabel 4.25**  
**“Saya jarang mendapatkan *bully* karena status saya”**

**ITEM10**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	5	15.2	15.2	15.2
	Tidak Setuju	20	60.6	60.6	75.8
	Setuju	7	21.2	21.2	97.0
	Sangat Setuju	1	3.0	3.0	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



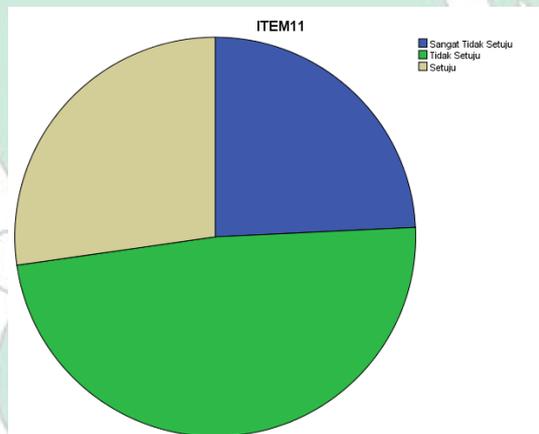
**Gambar 4.23 “Saya jarang mendapatkan bully karena status saya”**

Berdasarkan tabel 4.25 terdapat 5 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 20 responden yang menjawab tidak setuju, 7 responden yang menjawab setuju, 1 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa jarang mendapatkan bully karena status lajang terhadap responden dalam taraf yang rendah.

**Tabel 4.26**  
**“Saya pernah dipermalukan karena status lajang saya”**

		ITEM11		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	8	24.2	24.2	24.2
	Tidak Setuju	16	48.5	48.5	72.7
	Setuju	9	27.3	27.3	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



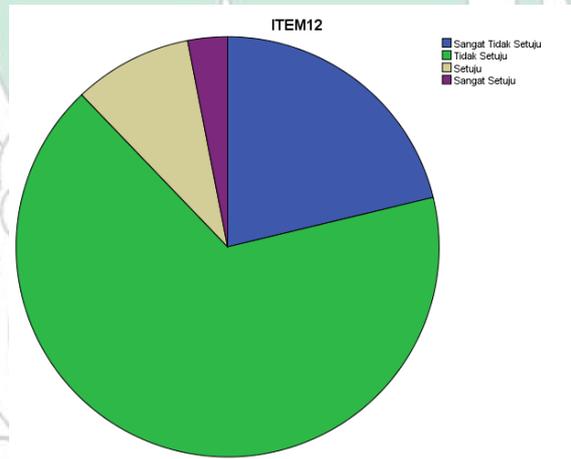
**Gambar 4.24 “Saya pernah dipermalukan karena status lajang saya”**

Berdasarkan tabel 4.26 terdapat 8 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 16 responden menjawab tidak setuju, 9 responden menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa pernah dipermalukan karena status lajang terhadap responden masih berada dalam taraf rendah.

**Tabel 4.27**  
**“Saya sering minder karena status lajang saya”**

		ITEM12		Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	7	21.2	21.2	21.2
	Tidak Setuju	22	66.7	66.7	87.9
	Setuju	3	9.1	9.1	97.0
	Sangat Setuju	1	3.0	3.0	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.25 “Saya sering minder karena status lajang saya”**

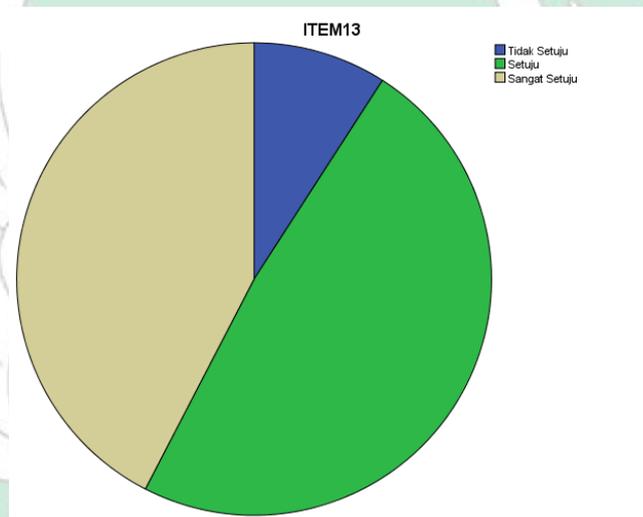
Berdasarkan tabel 4.27 terdapat 7 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 22 responden menjawab tidak setuju, 3 responden menjawab setuju, 1 responden menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa sering minder karena status lajang terhadap responden dalam taraf yang rendah.

**Tabel 4.28**  
**“Saya merasa malu karena status lajang saya”**

**ITEM13**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	3	9.1	9.1	9.1
	Setuju	16	48.5	48.5	57.6
	Sangat Setuju	14	42.4	42.4	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.26 “Saya merasa malu karena status lajang saya”**

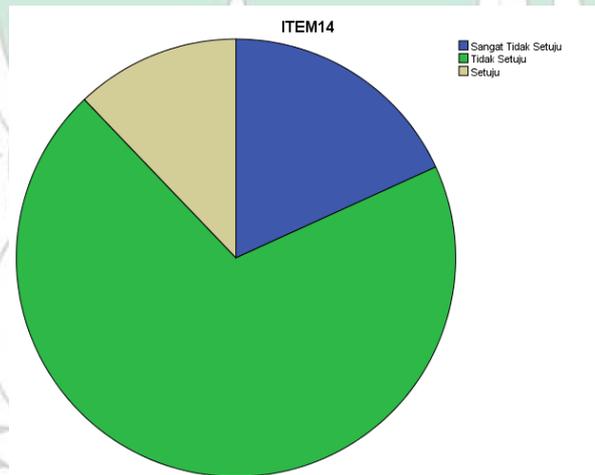
Berdasarkan tabel 4.28 terdapat 3 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 16 responden yang menjawab tidak setuju, 14 responden yang menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa merasa malu karena status lajang terhadap responden cukup berpengaruh.

**Tabel 4.29**  
**“Saya merasa percaya diri ketika teman saya tidak berkomentar tentang status lajang saya”**

**ITEM14**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	6	18.2	18.2	18.2
	Tidak Setuju	23	69.7	69.7	87.9
	Setuju	4	12.1	12.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.27** “Saya merasa percaya diri ketika teman saya tidak berkomentar tentang status lajang saya”

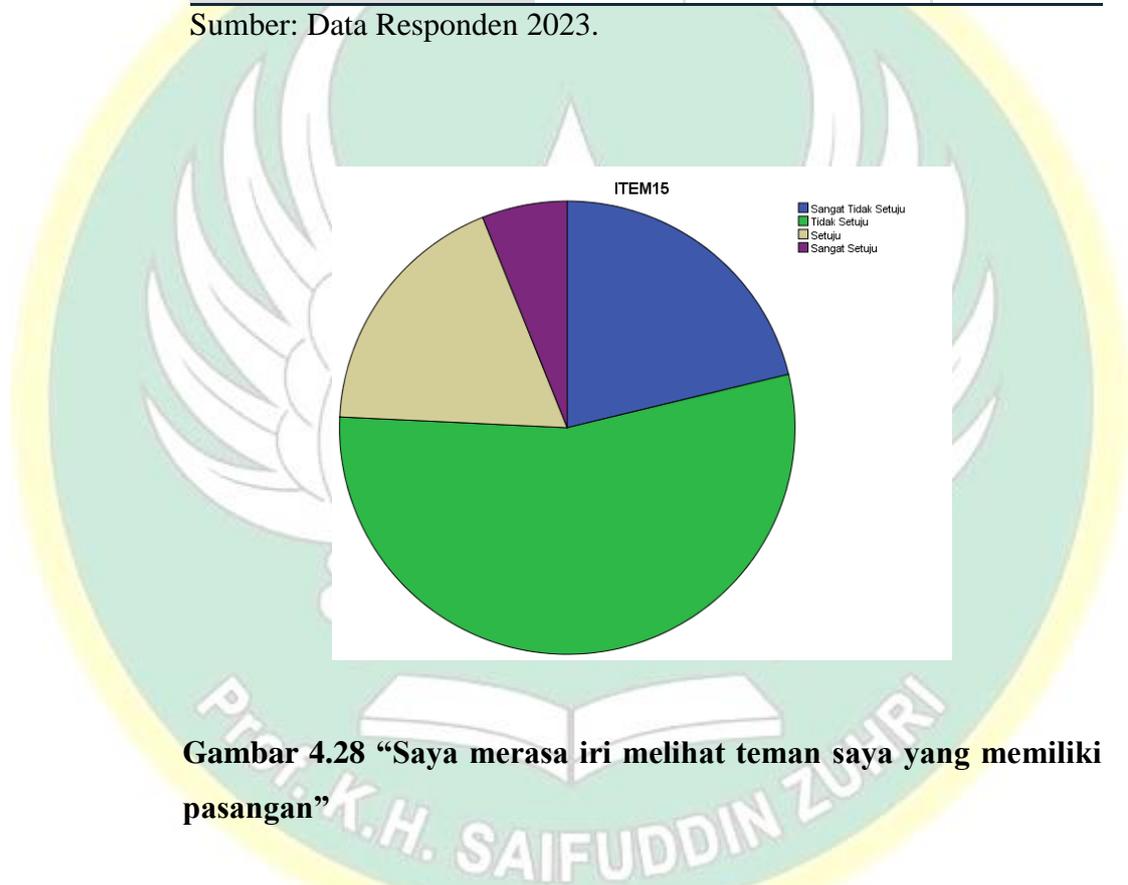
Berdasarkan pada tabel 4.29 terdapat 6 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 23 responden yang menjawab tidak setuju, 4 responden yang menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa merasa percaya diri ketika teman saya tidak berkomentar tentang status lajang terhadap responden dalam taraf rendah.

**Tabel 4.30**  
**“Saya merasa iri melihat teman saya yang memiliki pasangan”**

**ITEM15**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	7	21.2	21.2	21.2
	Tidak Setuju	18	54.5	54.5	75.8
	Setuju	6	18.2	18.2	93.9
	Sangat Setuju	2	6.1	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.28 “Saya merasa iri melihat teman saya yang memiliki pasangan”**

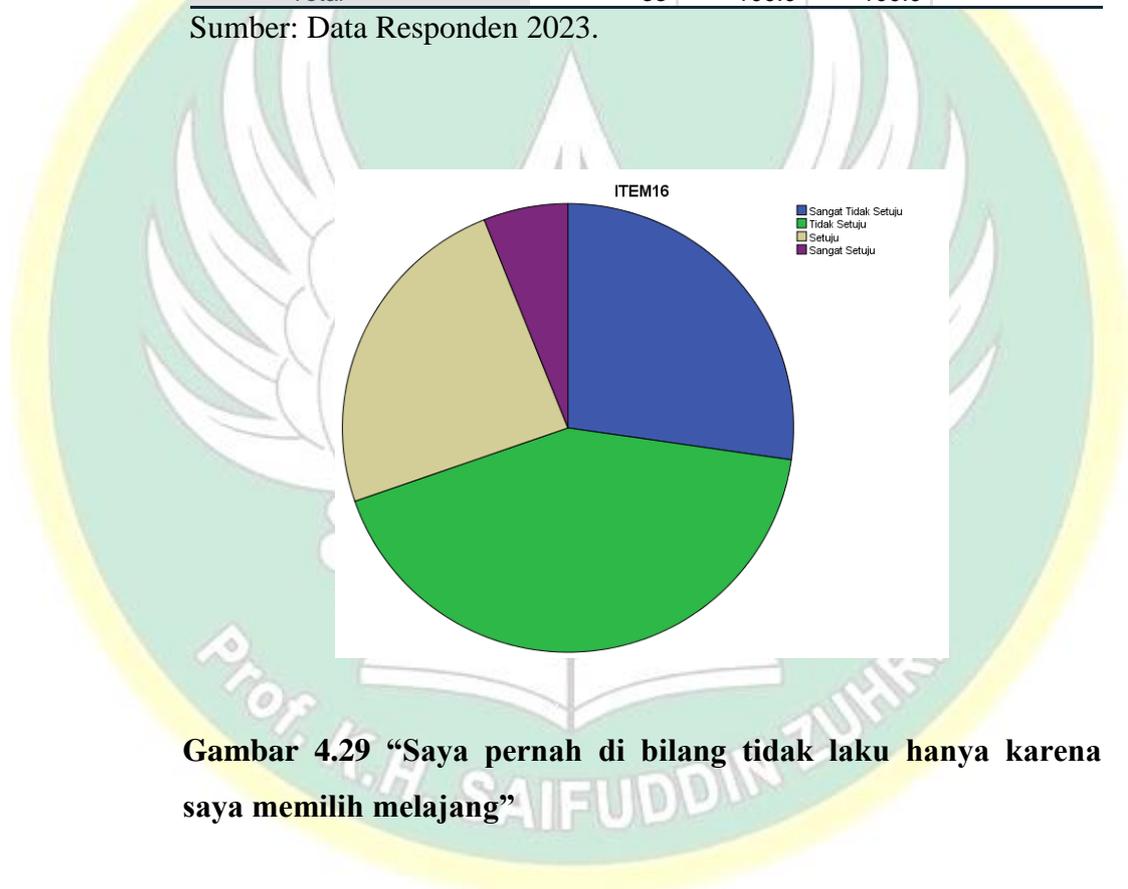
Berdasarkan pada tabel 4.30 terdapat 7 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 18 responden yang menjawab tidak setuju, 6 responden yang menjawab setuju, 2 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa merasa iri melihat teman memiliki pasangan terhadap responden dalam taraf rendah.

**Tabel 4.31**  
**“Saya pernah di bilang tidak laku hanya karena saya memilih melajang”**

**ITEM16**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	9	27.3	27.3	27.3
	Tidak Setuju	14	42.4	42.4	69.7
	Setuju	8	24.2	24.2	93.9
	Sangat Setuju	2	6.1	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.29** “Saya pernah di bilang tidak laku hanya karena saya memilih melajang”

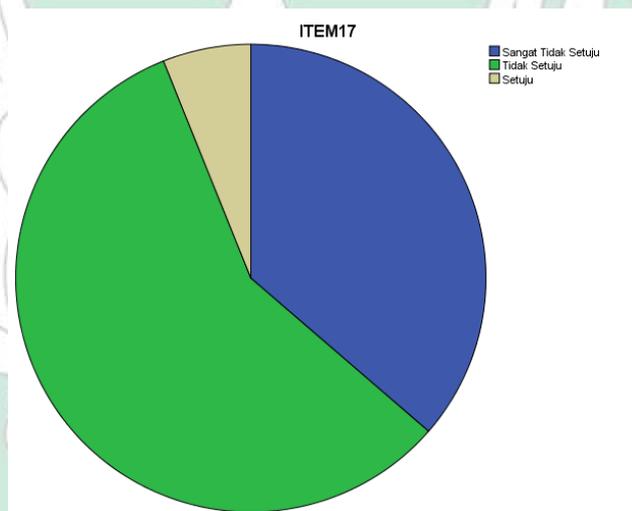
Pada tabel 4.31 terdapat 9 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 14 responden yang menjawab tidak setuju, 8 responden yang menjawab setuju, 2 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa pernah dibilang tidak laku hanya karena memilih melajang terhadap responden dalam taraf rendah.

**Tabel 4.32**  
**“Saya membuktikan bahwa tidak memiliki pasangan, tidak akan mengganggu akademik saya”**

**ITEM17**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	12	36.4	36.4	36.4
	Tidak Setuju	19	57.6	57.6	93.9
	Setuju	2	6.1	6.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



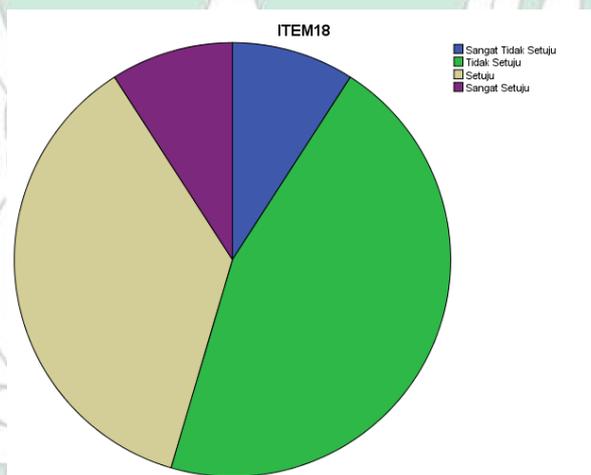
**Gambar 4.30** “Saya membuktikan bahwa tidak memiliki pasangan, tidak akan mengganggu akademik saya”

Berdasarkan pada tabel 4.32 terdapat 12 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 19 responden yang menjawab tidak setuju, 2 responden yang menjawab setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa membuktikan bahwa tidak memiliki pasangan tidak akan mengganggu akademik terhadap responden sangat rendah.

**Tabel 4.33**  
**“Saya merasa membutuhkan pasangan untuk menyemangati saya”**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	3	9.1	9.1	9.1
	Tidak Setuju	15	45.5	45.5	54.5
	Setuju	12	36.4	36.4	90.9
	Sangat Setuju	3	9.1	9.1	100.0
	Total	33	100.0	100.0	

Sumber: Data Responden 2023.



**Gambar 4.31 “Saya merasa membutuhkan pasangan untuk menyemangati saya”**

Berdasarkan pada tabel 4.33 terdapat 3 responden yang menjawab sangat tidak setuju, 15 responden yang menjawab tidak setuju, 12 responden menjawab setuju, 3 responden yang menjawab sangat setuju. Maka dapat disimpulkan bahwa merasa membutuhkan pasangan terhadap responden dalam taraf yang hampir seimbang dengan responden yang memilih tidak membutuhkan pasangan untuk menyemangati.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian serta pengolahan data tentang pengaruh Pengaruh Kontrol Diri Dalam Menghadapi Bullying Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Yang Memilih Berstatus Lajang Di Program Studi BKI Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Maka diperoleh kesimpulan hasil penelitian berdasarkan uji hipotesis yang menggunakan rumus regresi linear sederhana menjelaskan bahwa nilai  $F_{hitung} = 11.603$  dengan tingkat signifikansi sebesar 0,002. Yang artinya 0,002 kurang dari 0,05 dapat diartikan bahwa variabel X berpengaruh terhadap variabel Y.

#### **B. Saran**

1. Bagi peneliti lain, diharapkan dapat lebih mengembangkan penelitian dengan menggunakan metode lain seperti kualitatif dan dapat lebih mengembangkan penelitian dengan banyak lagi teori serta variabel yang lebih variatif dan populasi yang lebih banyak supaya mendapat hasil yang lebih baik dan dapat memperbaiki serta melengkapi hasil penelitian selanjutnya.
2. Bagi Mahasiswa, hendaknya penelitian ini bermanfaat untuk bahan acuan penelitian-penelitian di bidang yang sama atau serupa dan akan memberikan sumbangan ilmu yang dapat dijadikan masukan bagi para mahasiswa yang diharapkan lebih produktif dan tidak melakukan tindakan *bullying* kepada mahasiswa yang memilih berstatus lajang
3. Bagi Universitas, hendaknya dapat memberikan motivasi serta semangat kepada mahasiswa untuk lebih semangat dalam menghadapi segala permasalahan yang sedang dihadapi terutama yang sedang menghadapi skripsi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Siti Qorrotu. 2016. Fenomena Kekerasan di Sekolah (School Bullying) Pada Remaja di Kabupaten Pati. *Jurnal Litbang* Vol. 12 No. 1. Pati: Kantor Penelitian dan Pengembangan Kabupaten Pati.
- Arikunto, Suharsini. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azizah, Fatia Nur, dkk. 2015. Kontrol Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati* Vol. 4 No. 4. Semarang: Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro.
- Dewi, Salamiah Sari dan Alfita Laili. 2015. Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa yang Berpacaran Dan Tidak Berpacaran. *Jurnal Diversita* Vol. 1 No. 1. Medan : Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Djuwariyah. 2011. Hubungan Kontrol Diri Guru Dengan Intensi Melakukan Kekerasan Terhadap Siswa. *Jurnal El Tarbawi* Vol. 1 No. 4. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Dudija, Nidya. 2011. Perbedaan Motivasi Menyelesaikan Skripsi antara Mahasiswa yang Bekerja dan Tidak Bekerja. *Jurnal Humanitas* Vol 8 No 2. Bandung : Institut Manajemen Telkom.
- Fariied, Laila dan Fuad Nashori. 2016. Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Kecemasan Menghadapi Masa Pembebasan Pada Narapidana Di Lembaga Masyarakatan Wirogunan Yogyakarta. *KHAZANAH* Vol. 5 No. 2. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Hasan, Iqbal. 2004. *Analisis Data Penelitian Dengan Statistic*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Hastuti, Lita Widya Hastuti. 2018. Kontrol Diri dan Agresi : Tinjauan Meta Analisis. *Jurnal Buletin Psikologi* Vol. 26 No. 1. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.
- Huda, Nurul dkk. 2009. Kontrol Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interprsonal Pada Pramuwisata. *Jurnal Ilmu Komunikasi* Vol. 7 No. 2. Yogyakarta: Universitas Pembangunan Negeri “Veteran”.
- Isna, Alizar Dan Warto. 2013 *Analisis Data Kuantitatif Dengan Ibm Spss Statistics 20 (Sebuah Panduan Praktis Untuk Penelitian Sosial: Dilengkapi Dengan Analisis Regresi Dan Ordinal)*. Purwokerto:Stain Press.

- Maleong, Lexy j. Maleong. 2006. Metodologi Penelitian. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Masitah dan Irna Minauli. 2017. Hubungan Kontrol Diri dan Iklim Sekolah Dengan Perilaku Bullying. Jurnal Analitika Vol.4 No.2. Padang: Universitas Padang Area.
- Prasetyo, Ahmad Baliyo Eko Prasetyo. 2011. Bullying di Sekolah dan Dampaknya bagi Masa Depan Anak. vol. 4 no. 1 .Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Primanita, Ni Made Diah dan Made Diah Lestari. 2018. Proses Penyesuaian Diri Dan Sosial Pada Perempuan Usia Dewasa Madya Yang Hidup Melajang. Jurnal Psikologi Udayana Vol. 5 No. 1. Bali: Universitas Udayana.
- Rachdianti, Yuniar. 2011. Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Penggunaan Internet Remaja Akhir. Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Jakarta.
- Runtukahu, Gretty C. Runtukahu. 2015. Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Merokok Kalangan Remaja di SMKN 1 Bitung. Vol. 3 No.1. Manado: Universitas Sam Ratulangi.
- S.P, Limber dan Olweus, D. Bullying in School : Evaluation and Dissemination of The Olweus Bullying Preuention. American Journal of Orthopsychiatry No. 1.
- Salmi dan Rezki Hariko. 2018. Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Bullying Siswa. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol. 8 No. 2. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Sari, Agustina dkk. 2012. Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja. Jurnal Fisip Vol 5 No. 2. Bekasi: Universitas Islam 45.
- Sari, Tika Dianita Sari. 2015. Aksi Bullying di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas Wilayah Surakarta Tahun 2014/2015. Jurnal FISIP Vol. 2 No.5. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Setiawan, Andre Setiawan. 2019. Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Siswa SMP N 15 Padang. Skripsi. Padang: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
- Silalahi, Ulber. 2009. Metode Penelitian Sosial. Bandung: PT Refika Aditama.
- Soetjningsih, Christiana Hari. 2020. Kebahagiaan Pada Wanita Dewasa Madya Yang Melajang Jurnal Psikologi Konseling Vol. 16 No. 1. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.

- Sudirmanto, Susilo Sudirmanto. 2019. Perilaku Mahasiswa Rantau di Pekanbaru (Studi Kasus Mahasiswa Perlawanan. Jurnal JOM FISIP Vol. 6 No. 2. Pekanbaru: Fakultas Sosial dan Politik Universitas Riau.
- Sugiyono. 2010. Metode Pendekatan Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Trinova, Zulvia dan Een Rasullu. 2019. Kontrol Diri dan Motivasi Berprestasi Peserta Didik. Jurnal Al-Taujih Vol. 5 No. 2. Padang: Universitas Islam Negeri Imam Bonjol.
- Wardani, Diah Putri dan Dyah Siti Septiningsih. 2016. Kesepian Pada Middle Age yang Melajang (Fenomomenologis Tentang Tipe Kesepian). Jurnal Psycho Idea Vol. 14 No. 2. Purwokerto : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Wulan, Dyah Ayu Noor dan Abdullah Sri Muliati. 2014. Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi. Jurnal Sosio-Humaniora Vol. 5 No.1. Yogyakarta:Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
- Ziyah, Ela Zain dan Sahadi Humadi, dkk. 2017. Faktor Yang Menyebabkan Remaja Dalam Melakukan Bullying. Jurnal Penelitian dan PPM Vol. 4 No. 2. Bandung: Universitas Padjadjaran.

