

## HUBUNGAN KONFORMITAS DAN KONTROL DIRI PADA PELAJAR SMA YANG MELAKUKAN PERUNDUNGAN

Fathimah Dhanada Galuh Sahasrakirana<sup>1</sup>, Naomi Soetikno<sup>2</sup>

<sup>1, 2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

E-mail: [fathimah.705210208@stu.untar.ac.id](mailto:fathimah.705210208@stu.untar.ac.id), [naomis@fpsi.untar.ac.id](mailto:naomis@fpsi.untar.ac.id)

### Abstract

*Bullying remains a serious issue that frequently encountered in educational institutions across Indonesia. Bullying among high school students often occurs as a result of the internal dynamics of adolescents who are undergoing a critical phase of social development. One such dynamic is conformity behavior, which refers to the tendency to align with the beliefs and actions of a group in order to gain acceptance and avoid social rejection. On the other hand, bullying can potentially be prevented through self-control, which enables students to think critically and respond appropriately in various situations and conditions. Students with a high level of conformity are more vulnerable to engaging in bullying due to peer pressure. When this is accompanied by low self-control, they tend to struggle in resisting impulses to participate in bullying behavior that is endorsed by their peer group. Therefore, the aim of this study is to examine the relationship between conformity and self-control in high school students committing bullying. This research adopts a non-experimental quantitative method using purposive and convenience sampling techniques. The study sample consisted of 100 participants who were both male and female high school students, aged between 15-18 years, being part of their school peer groups and are currently or have previously engaged in bullying behavior since their entry into high school. Data collection utilized the Conformity Scale and the Indonesian version of the Brief Self-Control Scale (BSCS). The collected data is analyzed using the Spearman's Correlations method. The correlation test results indicate an  $r = -0.627$ ,  $p < 0.005$  demonstrating a significant negative correlation between conformity and self-control. This results suggests that the higher the level of conformity among high school students who committed bullying, the lower their self-control and vice versa.*

**Keyword:** Conformity, Self-control, Bullying, High School Students

### Abstrak

Kekerasan dalam bentuk perundungan masih menjadi kasus serius yang sering ditemukan di satuan pendidikan di Indonesia. Perundungan yang dilakukan oleh sesama pelajar di dalam lingkungan

### Article History

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism Checker No 77

DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.

v2i2.3027

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Sekolah Menengah Atas (SMA) sering kali terjadi karena adanya dinamika dalam diri remaja yang sedang berada pada masa perkembangan sosial. Salah satu dinamika tersebut adalah perilaku konformitas, yaitu kecenderungan untuk menyesuaikan diri dengan keyakinan dan perilaku kelompok demi memperoleh penerimaan dan menghindari penolakan kelompok. Di sisi lain, perundungan dapat dihindari dengan memiliki kontrol diri guna menentukan bagaimana pelajar dapat berpikir dan memberikan respon yang tepat dalam berbagai situasi dan kondisi. Pelajar dengan tingkat konformitas yang tinggi lebih rentan terlibat dalam perundungan akibat tekanan kelompok. Ketika disertai dengan kontrol diri yang rendah, mereka cenderung kesulitan menahan dorongan untuk ikut serta dalam perilaku perundungan yang didukung oleh kelompok. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konformitas dan kontrol diri pada pelajar SMA yang melakukan perundungan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan teknik *purposive sampling* dan *convenience sampling*. Sampel penelitian berjumlah 100 partisipan yang merupakan pelajar SMA laki-laki dan perempuan berusia antara 15-18 tahun, memiliki kelompok teman sebaya di sekolah, dan sedang atau pernah melakukan perundungan yang terhitung sejak pertama kali masuk SMA. Pengumpulan data menggunakan Skala Konformitas dan *Brief Self-Control Scale (BSCS)* versi Indonesia. Data yang terkumpul diolah menggunakan metode analisis *Spearman's Correlations*. Hasil uji korelasi menghasilkan nilai  $r = -0.627$ ,  $p < 0.005$ , sehingga terdapat korelasi signifikan antara konformitas dan kontrol diri dengan arah hubungan negatif. Korelasi ini menyatakan bahwa semakin tinggi konformitas pelajar SMA yang melakukan perundungan maka akan semakin rendah tingkat kontrol dirinya, begitupun sebaliknya.

**Kata kunci:** Konformitas, Kontrol Diri, Perundungan, Pelajar SMA

## 1. Pendahuluan

Kekerasan yang dilakukan oleh teman sebaya, khususnya dalam bentuk perundungan, masih menjadi masalah serius di Indonesia. Survei *United Nations Children's Fund (UNICEF)* bersama Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi pada tahun 2023 menunjukkan bahwa kekerasan di sekolah yang dilakukan oleh sesama pelajar masih cukup tinggi. Dari lebih dari 40.000 siswa yang berpartisipasi, mereka melaporkan memiliki pengalaman pribadi terkait kekerasan dan perundungan di sekolah (UNICEF, 2024). Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), laporan akhir tahun 2023 KPAI juga menunjukkan angka yang besar dalam kasus kekerasan dimana tercatat 329 kasus pengaduan terkait Klaster Pendidikan, Waktu Luang, Budaya, dan Agama (Pusdatin KPAI, 2023 dalam Humas KPAI, 2024). Dari jumlah tersebut, kasus perundungan di satuan pendidikan menduduki posisi tertinggi. Fenomena ini terus berulang dan

digambarkan layaknya "gunung es", di mana hanya sebagian kecil kasus yang tampak di permukaan, sementara sebagian besar lainnya masih tersembunyi atau tidak terungkap. Bahkan, KPAI mencatat bahwa 20 kasus perundungan berakibat fatal hingga menyebabkan kematian pada korban (Humas KPAI, 2024).

Sementara itu, hasil Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR) 2024 menunjukkan bahwa satu dari dua anak usia 13-17 tahun pernah mengalami setidaknya satu bentuk kekerasan sepanjang hidupnya. Sepanjang tahun 2024, terdapat 241 kasus pada Klaster Pendidikan, Waktu Luang, Budaya, dan Agama. Di antaranya, kasus anak korban perundungan di satuan pendidikan yang tidak tercatat secara resmi dalam laporan kepolisian merupakan yang tertinggi. Selain itu, tercatat pula 240 kasus kekerasan fisik dan psikis terhadap anak, yang paling banyak melibatkan anak korban penganiayaan/pengeroyokan/perkelahian, anak korban kekerasan psikis, anak korban pembunuhan, dan anak korban tawuran. Peningkatan angka kekerasan terhadap anak ini dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti masih kuatnya budaya kekerasan yang dianggap lumrah, lemahnya pengawasan dari keluarga, sekolah dan masyarakat, serta pengaruh negatif dari *game online* dan media sosial (Humas KPAI, 2025).

Menurut Hurlock, sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian remaja yang masih menjadi siswa atau pelajar, baik dalam cara berpikir, bersikap, maupun cara berperilaku. Dengan demikian, diharapkan pelajar tidak melakukan hal yang menyimpang atau bahkan memperlihatkan perilaku yang dapat merugikan orang lain (dalam Safitri et al., 2022). Namun, tak dapat dipungkiri bahwa lingkungan sekolah justru menjadi salah satu sumber dari fenomena kekerasan atau perundungan di Indonesia. Banyaknya individu usia remaja yang dikumpulkan dalam satu lingkungan pendidikan tak terlepas dari dinamika antar pelajar dalam kesehariannya, termasuk adanya tindakan agresif antar siswa seperti saling mengejek, memukul, mendorong, atau mengancam. Tindakan agresif ini ketika ditujukan pada individu yang dinilai lebih lemah maka dapat dikatakan sebagai perundungan (Schott & Søndergaard, 2014).

Perundungan menurut Olweus terjadi ketika terdapat individu (identik dengan pelajar) menjadi korban dan sering disakiti secara berulang-ulang oleh satu atau lebih individu lain (dalam Rosen, DeOrnellas, & Scott, 2017). Meskipun terdapat variasi dalam definisi yang digunakan, definisi perundungan yang banyak digunakan adalah arti perundungan dari Olweus (1993) dalam Rigby (2024) yaitu, dianggap perundungan apabila terdapat seorang siswa yang mengalami tindakan negatif dari satu atau lebih siswa lainnya secara berulang kali dan dalam periode waktu yang panjang. Konsep perundungan juga memiliki elemen kunci di dalamnya yaitu; (1) pelaku secara sengaja dan terencana dengan kesadaran penuh melakukan tindakan yang merugikan korban, (2) terjadi dalam kondisi dimana ada ketidakseimbangan kekuasaan dimana pelaku memiliki kekuatan lebih besar dibandingkan korban, baik dalam hal fisik, sosial, maupun psikologis, dan (3) berlangsung secara berulang dalam jangka waktu tertentu (Rigby, 2024).

Perundungan yang melibatkan remaja dengan status pelajar di lingkungan sekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengaruh lingkungan sekitar mereka. Remaja cenderung meniru

perilaku yang mereka lihat dari teman sebaya, orang tua, atau lingkungan yang permisif terhadap kekerasan. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku perundungan menurut Cook et al. (2010) mencakup kepribadian individu, lingkungan rumah, iklim sekolah, dan teman sebaya. Pertemanan sebaya merupakan salah satu faktor penting dalam terbentuknya perilaku perundungan. Pengaruh teman sebaya dalam membentuk perilaku dapat disebut sebagai konformitas, yaitu kecenderungan mengubah tingkah laku atau keyakinan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok yang dapat membawa dampak positif maupun negatif (Myers, 2010).

Pada dasarnya, konformitas mulai terjadi pada masa remaja awal yaitu antara 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun. Santrock menjelaskan bahwa konformitas ditunjukkan dengan cara menyamakan diri dengan teman sebaya dalam hal berpakaian, bergaya, berperilaku, berkegiatan, dan sebagainya. Sebagai contoh, remaja akan menggunakan barang yang sama dengan yang sedang diminati kelompok karena akan memberikan peluang lebih besar untuk diterima di kelompok tersebut. Penerimaan kelompok merupakan dorongan bagi remaja untuk meningkatkan rasa percaya diri, sehingga mereka cenderung bersikap konform atau menyamai teman sebaya (dalam Mardison, 2016). Sebagai akibat dari dorongan tersebut, remaja tidak ingin mendapatkan penolakan dari teman sebaya atau kelompoknya sehingga mereka cenderung menghabiskan lebih banyak waktu bersama kelompoknya secara lebih intens yang kemudian memperkuat keinginan mereka untuk diterima oleh kelompok. Namun, keinginan untuk diterima ini juga dapat membawa remaja ke dalam berbagai perilaku bermasalah, jika mereka berada di dalam lingkungan pertemanan yang tidak sehat (Bukhori et al., 2024).

Keinginan untuk diterima kelompoknya kadang kala menjadi tekanan yang dirasakan individu untuk menyesuaikan diri dengan norma atau perilaku kelompok, meskipun norma tersebut bersifat negatif atau merugikan dan secara pribadi tidak setuju dengan tindakan tersebut. Kurniawan dan Rois menyatakan bahwa ketakutan akan penolakan dari teman sebaya sering kali menjadi alasan remaja terlibat dalam perilaku agresi (dalam Ritung & Soetikno, 2017), sehingga remaja berpartisipasi dalam perilaku negatif seperti kekerasan, agresi, perundungan, atau kenakalan remaja lainnya untuk menghindari penolakan kelompok. Kenakalan remaja menurut Santrock merujuk pada kegagalan untuk mengembangkan kontrol diri yang dapat disebabkan oleh sembilan faktor penentu yaitu, harapan terhadap pendidikan dan nilai-nilai di sekolah, proses keluarga, kelas sosial dan ekonomi, kualitas lingkungan sekitar tempat tinggal, pengaruh teman sebaya, identitas, usia, jenis kelamin dan kontrol diri (dalam Hidayah, 2020).

Kontrol diri memegang peran penting dalam mengendalikan diri dari perilaku-perilaku yang melanggar aturan dan norma-norma yang ada di masyarakat. Tingkat kontrol diri pada remaja menentukan batasan-batasan dalam diri terhadap pengaruh dari lingkungan yang negatif, sehingga remaja dapat menghindari perilaku kenakalan, perundungan, dan agresi. Lingkungan sekolah sebagai sarana sosial yang penuh dengan dinamika kelompok membuat konformitas perilaku perundungan menjadi sulit dihindari dimana pelajar sedang di masa ingin diterima oleh kelompoknya, sedangkan kontrol diri yang dibutuhkan dalam menghindari perilaku agresif masih belum terbentuk dengan pasti dikarenakan pelajar belum mencapai kematangan emosional yang baik (Denissa & Dasalinda, 2024). Remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah akan

lebih sering terlibat dalam perilaku agresif karena mereka kesulitan untuk menahan dorongan impulsif dan menilai konsekuensi dari tindakan mereka. Kontrol diri merupakan faktor penting dalam mengendalikan dorongan untuk bertindak agresif. Teori Kontrol Diri dari Gottfredson dan Hirschi (1990) menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri yang rendah lebih cenderung terlibat dalam perilaku agresi karena mereka kurang mampu menahan dorongan untuk mendapatkan kepuasan sesaat dan sulit menilai konsekuensi jangka panjang dari tindakan mereka (dalam Azzahra & Noviekayati, 2023).

Kompleksitas hubungan antara konformitas, kontrol diri, dan perilaku perundungan pada remaja perlu ditelusuri lebih lanjut. Konformitas yang merupakan kecenderungan individu untuk menyesuaikan perilaku, sikap, atau keyakinan dengan kelompok pertemanannya sering kali terjadi karena adanya tekanan atau keinginan untuk diterima oleh kelompok tersebut. Konformitas ini lah yang memainkan peran penting di masa remaja dimana identitas dan hubungan sosial merupakan aspek yang tidak bisa diabaikan oleh sebagian besar remaja. Akan tetapi, konformitas juga memainkan peran yang signifikan dalam membentuk perilaku, termasuk perilaku agresif seperti perundungan. Remaja yang merasa tekanan dari teman sebaya lebih cenderung mengikuti perilaku kelompok, bahkan jika perilaku tersebut negatif, seperti melakukan perundungan terhadap teman sebayanya. Di sisi lain, kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan dan emosi mereka, serta untuk mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari tindakan mereka sebelum bertindak (Gottfredson & Hirschi, 1990, dalam Azzahra & Noviekayati, 2023). Kontrol diri yang baik memungkinkan remaja untuk menahan diri dari perilaku yang melanggar norma sosial, termasuk perundungan. Sebaliknya, remaja dengan kontrol diri yang rendah lebih rentan terhadap tekanan sosial dan lebih mudah terjerumus dalam perilaku agresif.

Penelitian lainnya yang terdahulu telah meneliti hubungan antara konformitas dan kontrol diri dengan perilaku agresif atau perundungan pada remaja, namun hasil yang ditemukan masih beragam. Penelitian oleh Zuyina et al. (2025) menunjukkan bahwa keterampilan asertif berperan penting dalam mengurangi kecenderungan agresi siswa di sekolah. Dalam studi tersebut dijelaskan bahwa tingkat kontrol diri yang tinggi dapat menurunkan perilaku agresif, sedangkan kontrol diri yang rendah cenderung meningkatkan kecenderungan agresi. Studi ini juga memaparkan beberapa faktor yang memicu perilaku agresif pada peserta didik jenjang sekolah menengah, antara lain adalah konflik dengan teman, konflik dengan guru, pencarian kepuasan pribadi, serta pengaruh lingkungan sekitar. Namun demikian, penelitian ini tidak secara langsung menguji hubungan antara konformitas teman sebaya dan kontrol diri terhadap perilaku perundungan itu sendiri. Fokus utama yang dikaji dalam penelitian ini adalah intervensi melalui pelatihan keterampilan asertif sebagai upaya untuk mengurangi perilaku agresif.

Di sisi lain, penelitian Utami et al. (2021) menemukan bahwa kontrol diri dan konformitas teman sebaya dengan perilaku kenakalan remaja di SMK tidak dapat dibuktikan secara simultan, sehingga tidak terdapat hubungan signifikan antara kontrol diri dan konformitas teman sebaya dengan perilaku kenakalan remaja. Sedangkan Purba & Septiyan (2024) menemukan bahwa konformitas yang tinggi akan menurunkan kecenderungan perilaku perundungan. Perbedaan

hasil ini dapat disebabkan oleh karakteristik partisipan dimana sebagian besar partisipan memiliki tendensi konformitas tingkat sedang dengan total 176 (70%) dan 34 (14%) partisipan memiliki tendensi konformitas tinggi, sehingga sampel penelitian remaja di Jakarta pada penelitian ini menunjukkan hanya sedikit pelajar yang ingin tampil beda. Berdasarkan perbedaan hasil pada penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti tergerak untuk melakukan penelitian terhadap variabel konformitas dan kontrol diri pada sampel penelitian pelajar SMA yang melakukan perundungan untuk melihat hubungan variabel-variabel tersebut.

## 2. Tinjauan Pustaka

Baron dan Byrne (2005) mendefinisikan konformitas sebagai suatu jenis pengaruh sosial dimana individu mengubah pemikiran, ide, sikap, dan tingkah laku mereka agar sesuai dengan norma sosial yang ada (dalam Utami et al., 2021). Norma sosial ini dapat berupa norma sementara tentang apa yang seharusnya dilakukan atau norma deskriptif tentang apa yang dilakukan oleh kebanyakan orang. Konformitas dapat direpresentasikan ke dalam dua bentuk dimensi menurut Myers (2010), yaitu *compliance* (pemenuhan) dan *acceptance* (penerimaan). Dimensi pertama, yakni *compliance* merupakan persetujuan dari individu terhadap permintaan yang ditunjukkan secara gamblang maupun tersirat dari kelompoknya.

Individu yang memenuhi permintaan kelompok akan berperilaku sesuai dengan yang diharapkan oleh kelompoknya meskipun perilaku tersebut bertentangan atau tidak sesuai dengan dirinya sendiri. Pemenuhan dilakukan oleh individu sebagai upaya untuk mencegah penolakan. *Compliance* juga turut menunjukkan keterlibatan emosional ketika individu memiliki komitmen yang mendalam terhadap norma dan harapan sosial di dalam sebuah kelompok Li et al. (2024). Dimensi kedua, yakni *acceptance* adalah penerimaan yang terbentuk ketika individu meyakini dan memercayai apa yang diinginkan dari tekanan sosial dalam kelompoknya, sehingga perilaku atau keyakinan individu sejalan dengan tuntutan kelompok. Individu tidak hanya berperilaku sesuai dengan tekanan sosial yang diterimanya, tetapi juga menerima tekanan atau tuntutan kelompok sebagai keyakinan atau kepercayaannya.

Menurut Baron dan Byrne (2005), konformitas dipengaruhi oleh beberapa faktor; (1) kohesivitas, (2) ukuran kelompok, dan (3) norma sosial deskriptif dan norma injungtif. Kohesivitas mengacu pada tingkat ketertarikan individu terhadap suatu kelompok dimana semakin tinggi kohesivitas, semakin besar juga dorongan individu untuk menyesuaikan diri agar bisa menjadi bagian dari kelompok tersebut (dalam Hartati et al., 2024). Ukuran kelompok dan jumlah anggota turut dilihat berpengaruh pada tingkat konformitas. Myers (dalam Yunalia & Etika, 2020) menyebutkan bahwa kelompok yang terdiri dari tiga hingga lima anggota cenderung memiliki tingkat konformitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang hanya terdiri dari dua orang. Selain itu, norma sosial deskriptif dan injungtif juga berperan dalam munculnya perilaku anggota yang dianggap sesuai dalam kelompoknya. Norma sosial deskriptif menggambarkan perilaku yang dianggap cocok atau sesuai sehingga memberikan petunjuk bagaimana seorang anggota seharusnya berperilaku dalam situasi tertentu seperti yang dilakukan oleh kebanyakan anggota kelompok tersebut. Sementara itu, norma injungtif

menetapkan perilaku yang seharusnya dilakukan atau tidak dilakukan sesuai dengan standar yang ada pada kelompok tersebut.

Kapasitas individu untuk mengubah responnya agar dapat menyesuaikan diri dengan standar yang ia tetapkan untuk dirinya (cita-cita, nilai, moral, dan ekspektasi sosial, pencapaian tujuan jangka panjang) merupakan pengertian dari kontrol diri menurut Baumeister (2007) (dalam Arifin dan Milla, 2020). Definisi ini menyoroti tiga hal penting, yaitu; (1) kontrol diri adalah kemampuan yang menunjukkan seberapa baik individu bisa mengatur respon mereka; (2), kontrol diri berfungsi sebagai cara untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat; dan (3) kontrol diri bertujuan untuk membantu seseorang mencapai tujuan jangka panjang.

Kontrol diri sebagai fungsi penting dalam mengendalikan dorongan sekitar dan alat bantu dalam mencapai tujuan juga serupa dengan pembagian dimensi kontrol diri menurut de Ridder et al. (2011) bahwa terdapat dua dimensi dalam kontrol diri yaitu, *inhibition* (penghambatan) dan *initiation* (inisiasi). *Inhibition* merupakan kemampuan individu untuk menahan godaan, sedangkan *initiation* adalah kemampuan individu untuk tetap fokus pada tujuannya. Dua dimensi tersebut merupakan hal yang penting bagi individu agar dapat mengendalikan dirinya dan mencapai kehidupan yang lebih baik sehingga menghasilkan kondisi psikologis yang positif (Nuriyyatiningrum et al., 2023). Tangney et al. (2004) menyebutkan bahwa kontrol diri yang baik mampu mengurangi dorongan untuk berperilaku negatif atau menyimpang dimana individu dengan kontrol diri rendah seringkali tidak mampu mengarahkan atau mengatur perilakunya, gagal menginterpretasikan stimulus dengan tepat, dan tidak dapat memilih tindakan yang sesuai sehingga pada akhirnya dapat mengarah pada perilaku agresif (dalam De Ridder, 2012).

Perundungan sebagai kekerasan atau agresi dijelaskan dalam studi literatur Wangsa & Tobing (2024) mengenai faktor yang memengaruhi agresi pada remaja di Indonesia. Studi tersebut menunjukkan bahwa agresi disebabkan oleh faktor internal yang mencakup kedewasaan emosional, kecerdasan emosional, dan kontrol diri. Faktor internal tersebut memungkinkan remaja untuk mengelola respons emosional mereka terhadap stres secara lebih efektif yang dapat mengurangi kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku agresif. Adapun faktor eksternal yang memengaruhi agresi remaja adalah gaya komunikasi orang tua, intensitas bermain *game online*, dan konformitas teman sebaya.

### 3. Metodologi

Penelitian ini menggunakan jenis metode penelitian kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang bertujuan untuk menguji teori-teori penelitian atas seperangkat variabel yang saling terkait untuk mengetahui hipotesis yang telah ditetapkan agar dapat menentukan hubungan antara variabel (Creswell & Creswell, 2018) menggunakan prosedur statistik yang melibatkan angka sebagai alat utama dalam pengumpulan data, penafsiran data, serta penyajian hasil penelitian (Arikunto, 2006). Partisipan dijangkau melalui teknik *non-probability sampling* yaitu, *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah salah satu teknik *non-probability sampling* dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan karakteristik khusus

berdasarkan penilaian dan pertimbangan tertentu, sehingga sesuai dengan kebutuhan penelitian (Sugiyono, 2016). Sampel juga dipilih menggunakan metode *convenience sampling* untuk mendapatkan partisipan yang mudah diakses dan dapat berpartisipasi dalam penelitian (Taherdoost, 2016). Penetapan jumlah sampel kemudian ditentukan berdasarkan perhitungan rumus Lemeshow (Riyanto & Hatmawan, 2020) dengan memasukkan nilai standart sebesar 1.96, maksimal estimasi sebesar 50%, dan sampling error sebesar 10% yang kemudian menghasilkan minimal ukuran sampel sebesar 97 dan selanjutnya peneliti bulatkan menjadi 100 orang sampel partisipan.

Partisipan dalam penelitian ini dipilih dengan karakteristik merupakan pelajar SMA di Jakarta yang termasuk ke dalam kategori usia remaja pertengahan antara 15-18 tahun, berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, memiliki kelompok teman sebaya di sekolah, dan sedang atau pernah melakukan tindakan mengejek, mengancam, mengintimidasi, mengganggu, memukul, menyakiti, dan beberapa perilaku perundungan lainnya kepada teman sebaya mereka yang dilakukan secara berulang kali sejak pertama kali masuk pada kelas 10 di SMA. Partisipan tidak dibatasi oleh agama, suku, ras, dan status sosial ekonomi. Data dikumpulkan melalui penyebaran tautan kuesioner daring yang dibagikan ke dua SMA di Jakarta yang telah memberikan izin setelah peneliti mengajukan proposal secara langsung ke pihak sekolah. Selain itu, tautan kuesioner juga disebarluaskan melalui media sosial untuk menjangkau partisipan tambahan. Pada bagian awal kuesioner, disediakan pengantar yang menjelaskan kriteria partisipan untuk menjangkau partisipan yang sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga hanya responden yang merasa sesuai dengan kriteria yang melanjutkan pengisian. Data yang telah terkumpul menunjukkan bahwa jenis kelamin partisipan didominasi oleh kelompok perempuan dengan persentase sebesar 56.0% dan kelompok laki-laki dalam penelitian ini adalah sebesar 44.0%.

Penelitian ini mengukur variabel konformitas menggunakan Skala Konformitas yang disusun oleh Octavianti dan Hutapea (2017) berdasarkan teori Myers (2010), dan terdiri dari 16 item dalam dua dimensi, yaitu *compliance* (9 item) dan *acceptance* (7 item), dan menggunakan model Likert 5 poin. Nilai *Cronbach Alpha* awal dari masing-masing dimensi adalah 0.765 untuk *compliance* dan 0.662 untuk *acceptance*. Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh peneliti, dua butir dalam dimensi *acceptance* dieliminasi karena memiliki nilai korelasi item-total  $< 0.2$ . Hasil uji pada partisipan menunjukkan nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0.846 untuk *compliance* dan 0.742 untuk *acceptance*, dengan total 14 item yang valid. Secara keseluruhan, Skala Konformitas memperoleh *Cronbach Alpha* sebesar 0.893, menunjukkan bahwa alat ukur ini reliabel dan valid untuk digunakan.

Sedangkan variabel kontrol diri diukur menggunakan *Brief Self-Control Scale* (BSCS) versi ringkas Indonesia. BSCS dikembangkan oleh Tangney et al. (2004) yang disusun ulang oleh de Ridder et al. (2011), dan diadaptasi ke dalam versi ringkas Indonesia oleh Arifin dan Milla (2020). Skala ini terdiri dari 10 item dengan skala Likert 4 poin, dan mencakup dua dimensi: *inhibition* dan *initiation*. Nilai *Cronbach Alpha* awal dari versi adaptasi adalah 0.81. Hasil uji ulang oleh peneliti menunjukkan bahwa dimensi *inhibition* memperoleh *Cronbach Alpha* sebesar 0.722 dan

*initiation* sebesar 0.597, dengan seluruh item memiliki nilai korelasi item-total  $> 0.2$ . Total keseluruhan *Cronbach Alpha* dari BSCS dalam penelitian ini adalah 0.794, menunjukkan bahwa skala memiliki validitas dan reliabilitas yang baik.

Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan terlebih dahulu uji asumsi berupa uji normalitas dan linearitas. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal, sehingga pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi Spearman. Selain itu, dilakukan analisis data tambahan menggunakan uji beda untuk melihat apakah terdapat perbedaan konformitas dan kontrol diri berdasarkan karakteristik demografis partisipan, seperti jenis kelamin, kelas, prestasi akademik, kebersamaan tinggal, jumlah anggota kelompok, durasi keanggotaan dalam kelompok, lama waktu bermain dalam sehari, dan frekuensi interaksi di luar jam sekolah.

#### 4. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini diawali dengan melakukan uji asumsi normalitas menggunakan teknik *Shapiro-Wilk test* melalui software *Jeffreys's Amazing Statistics Program (JASP)*. Untuk menentukan apakah data berdistribusi normal. Hasil uji menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada variabel konformitas sebesar 0.005 dan pada variabel kontrol diri sebesar 0.008. Karena kedua nilai signifikansi  $< 0.05$ , maka disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga pengujian hipotesis menggunakan metode non-parametrik. Uji hipotesis utama dilakukan dengan uji korelasi Spearman untuk melihat hubungan antara variabel konformitas dan kontrol diri. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.001 ( $p < 0.05$ ) dan koefisien korelasi sebesar -0.627, yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel. Artinya, semakin tinggi tingkat konformitas, maka semakin rendah tingkat kontrol diri yang dimiliki oleh pelajar SMA yang menjadi partisipan penelitian.

Sebagai analisis tambahan, peneliti juga melakukan uji korelasi antar dimensi menggunakan JASP untuk mengetahui hubungan setiap dimensi dalam variabel terhadap variabel lain secara keseluruhan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa:

1. Dimensi *compliance* (konformitas) memiliki nilai signifikansi  $p < 0.001$  dengan koefisien korelasi sebesar -0.619 terhadap kontrol diri. Ini menunjukkan hubungan negatif yang signifikan, artinya semakin tinggi *compliance*, maka semakin rendah kontrol diri.
2. Dimensi *acceptance* (konformitas) juga memiliki nilai signifikansi  $p < 0.001$  dengan koefisien korelasi -0.569, menunjukkan arah hubungan yang negatif dan signifikan.

Sementara itu, untuk melihat dimensi kontrol diri mana yang paling berkaitan dengan variabel konformitas secara keseluruhan, hasil analisis menunjukkan bahwa:

1. Dimensi *inhibition* (kontrol diri) memiliki nilai signifikansi  $p < 0.001$  dengan koefisien korelasi sebesar -0.689, yang merupakan hubungan negatif dan signifikan. Ini berarti semakin tinggi *inhibition*, maka semakin rendah tingkat konformitas.
2. Dimensi *initiation* (kontrol diri) memiliki nilai signifikansi  $p < 0.001$  dengan koefisien korelasi sebesar -0.437, menunjukkan hubungan negatif yang signifikan namun dengan kekuatan korelasi yang lebih rendah dibandingkan *inhibition*.

Hasil-hasil ini memperkuat temuan utama bahwa terdapat hubungan negatif antara konformitas dan kontrol diri, serta menunjukkan bahwa dimensi *inhibition* dalam kontrol diri dan *compliance* dalam konformitas merupakan faktor yang paling kuat berkontribusi dalam hubungan tersebut. Selain itu, peneliti juga melakukan analisis uji beda terhadap variabel konformitas dan kontrol diri berdasarkan data demografi partisipan. Uji *Mann-Whitney U* digunakan untuk kategori jenis kelamin, dan uji ANOVA untuk variabel demografi lainnya seperti kebersamaan tinggal, tingkat kelas, prestasi akademik, jumlah anggota kelompok, durasi keanggotaan dalam kelompok, lama waktu bermain dalam sehari, serta frekuensi bermain bersama kelompok di luar jam sekolah. Hasil uji beda pada variabel konformitas menunjukkan bahwa hampir seluruh kategori demografi menunjukkan perbedaan yang signifikan ( $p < 0.05$ ), kecuali prestasi akademik dengan nilai signifikansi 0.242, yang berarti tidak ada perbedaan signifikan berdasarkan kategori tersebut. Sementara itu, pada kontrol diri, sebagian besar kategori demografi tidak menunjukkan perbedaan signifikan, namun terdapat perbedaan yang signifikan berdasarkan kelas, lama waktu bermain dalam satu hari, dan frekuensi bermain dengan kelompok di luar jam sekolah ( $p < 0.05$ ).

## 5. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konformitas dan kontrol diri pada pelajar SMA yang melakukan perundungan. Kedua variabel yang diukur menggunakan Skala Konformitas (Octavianti & Hutapea, 2017) dan BSCS versi ringkas Indonesia (Arifin & Milla, 2020) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat konformitas partisipan, maka semakin rendah tingkat kontrol diri yang dimiliki, dan sebaliknya. Analisis korelasi pada dimensi-dimensi variabel menunjukkan bahwa baik *compliance* maupun *acceptance* dalam konformitas, serta *inhibition* dan *initiation* dalam kontrol diri, semuanya memiliki hubungan negatif yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa tekanan kelompok yang diikuti secara pasif (*compliance*) maupun secara internal (*acceptance*) sama-sama berperan dalam menurunkan kapasitas kontrol diri. Sebaliknya, semakin tinggi kemampuan untuk menghambat dorongan (*inhibition*) maupun menginisiasi tindakan yang sesuai (*initiation*), maka semakin rendah tingkat konformitas yang ditunjukkan.

Temuan ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya, seperti yang disampaikan oleh Permatasari et al. (2024), bahwa kontrol diri yang baik berkaitan dengan kemampuan individu dalam menahan diri dari tekanan sosial yang mendorong perilaku menyimpang. Kontrol diri berfungsi sebagai mekanisme pertahanan terhadap pengaruh negatif kelompok sebaya, dengan cara mengatur impuls, emosi, dan perilaku agar sesuai dengan nilai atau tujuan jangka panjang (Xu et al., 2024). Di sisi lain, konformitas yang didorong oleh keinginan untuk diterima secara sosial justru dapat melemahkan kapasitas individu dalam mempertahankan kendali diri (von Weichs et al., 2021).

Uji beda berdasarkan karakteristik demografi turut memberikan gambaran yang lebih dalam mengenai dinamika antara konformitas dan kontrol diri. Ditemukan bahwa jenis kelamin berpengaruh terhadap konformitas, di mana partisipan laki-laki cenderung memiliki tingkat konformitas yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hal ini sejalan dengan hasil studi

sebelumnya yang menunjukkan bahwa norma maskulinitas dan tekanan sosial menjadikan remaja laki-laki lebih rentan menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya dalam perilaku menyimpang (Halimi et al., 2021; Taraszow et al., 2024).

Kebersamaan tinggal dengan kedua orang tua juga ditemukan memengaruhi konformitas. Partisipan yang tinggal dengan kedua orang tua cenderung memiliki tingkat konformitas lebih tinggi, yang kemungkinan disebabkan oleh pengaruh lingkungan sosial di luar keluarga yang lebih dominan dibandingkan pengaruh keluarga dalam fase remaja. Pengaruh keluarga dapat diabaikan oleh anak karena pengaruh dalam pembicaraan, penampilan, sikap, atau perilaku dari teman sebaya memiliki efek yang lebih kuat dibandingkan dari lingkungan keluarga (Hurlock, 2004 dalam Cahyadi et al., 2024).

Selain itu, faktor jumlah anggota kelompok, lama keanggotaan, durasi bermain dalam sehari, dan frekuensi bermain di luar jam sekolah terbukti berpengaruh terhadap konformitas. Kelompok yang lebih besar dan interaksi yang lebih intens mendorong partisipan untuk lebih menyesuaikan diri dengan norma kelompok. Temuan ini mendukung pernyataan bahwa frekuensi pertemuan yang tinggi meningkatkan tekanan menyebabkan individu merasa terdesak untuk menyesuaikan diri dengan kelompok tersebut (Mahdela, 1998 dalam Cahyadi et al., 2024). Namun, hasil yang menarik ditemukan pada variabel kontrol diri berdasarkan data demografi frekuensi bermain di luar jam sekolah. Partisipan yang jarang bermain dengan kelompoknya justru menunjukkan nilai mean tertinggi pada kontrol diri, dan hasil uji beda menunjukkan perbedaan yang signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun secara umum korelasi antara konformitas dan kontrol diri bersifat negatif, sebagian partisipan tetap menunjukkan kemampuan kontrol diri yang baik dengan membatasi intensitas interaksi sosialnya. Artinya, mereka mampu menahan dorongan untuk terus-menerus terlibat dalam aktivitas kelompok, sehingga berhasil menghindari tekanan sosial yang dapat memicu perilaku perundungan.

Secara keseluruhan, penelitian ini mengkonfirmasi hubungan antara konformitas dan kontrol diri dalam konteks perilaku perundungan pada remaja. Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan dalam prosesnya sehingga hasil penelitian mungkin tidak dapat digeneralisasikan kepada seluruh kelompok, di antaranya adalah: (1) jumlah partisipan yang relatif kecil ( $n = 100$ ); (2) dominasi partisipan perempuan yang jauh lebih besar dibandingkan laki-laki; (3) distribusi usia yang tidak merata, dengan dominasi usia 17 tahun; (4) partisipan hanya berasal dari dua sekolah dengan satu jenis kategori SMA. Keterbatasan ini diharapkan dapat menjadi perhatian bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan pengumpulan data dengan teknik yang lebih baik dengan memperluas jumlah sampel, memperhatikan faktor-faktor internal dan eksternal serta mempertimbangkan untuk menambah variabel lain yang terkait.

## Daftar Pustaka

- Arifin, H., & Milla, M. (2020). Adaptasi dan properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179-195. <https://doi.org/10.7454/jps.2020.18>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Azzahra, T. S. B., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2023). Kenakalan pada remaja: Bagaimana peranan kontrol diri? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 223-233. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/916>
- Bukhori, B., Nuriyyatiningrum, N. A. H., Zikrinawati, K., Liem, A., Wahib, A., & Darmu'in. (2024). Determinant factors of cyberbullying behaviour among Indonesian adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1), 2295442. <https://doi.org/10.1080/02673843.2023.2295442>
- Cahyadi, A. F., Prasetyo, Y., & Farhanindya, H. H. (2024). Agresivitas verbal pada remaja: Peran Konformitas dan Intensitas Bermain. *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2).
- Cook, C. R., Williams, K. R., Guerra, N. G., Kim, T. E., & Sadek, S. (2010). Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *School psychology quarterly*, 25(2), 65. <https://doi.org/10.1037/a0020149>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches: 5th Edition*. California: SAGE Publications, Inc.
- De Ridder, D. T., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76-99. <https://doi.org/10.1177/1088868311418749>
- Denissa, M. J., & Dasalinda, D. (2024). The Relationship between Emotional Maturity and Verbal Aggressive Behavior in State Vocational High School Students. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 5(1), 27-39. <https://doi.org/10.51276/edu.v5i1.578>
- Halimi, M., Davis, S. N., & Consuegra, E. (2021). The power of peers? Early adolescent gender typicality, peer relations, and gender role attitudes in Belgium. *Gender Issues*, 38(2), 210-237. <https://doi.org/10.1007/s12147-020-09262-3>
- Hartati, A., Milda, Y., & Gunawan, I. M. S. (2024). Pengaruh konseling rational emotive behaviour therapy (REBT) terhadap sikap konformitas siswa SMP Negeri 1 Mataram. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 2275-2282. <https://doi.org/10.33394/realita.v9i1.10860>
- Hidayah, N. R. A. (2020). Kontrol diri dan konformitas terhadap kenakalan remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 657. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i4.5571>
- Humas KPAI. (2025, Februari 11). *LAPORAN TAHUNAN KPAI, JALAN TERJAL PERLINDUNGAN ANAK : ANCAMAN SERIUS GENERASI EMAS INDONESIA*. Informasi Publik, Publikasi, Berita KPAI, PPID, Siaran Pers. <https://www.kpai.go.id/publikasi/laporan-tahunan-kpai-jalan-terjal-perlindungan-anak-ancaman-serius-generasi-emas-indonesia>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). (2024, Mei 2). *HARDIKNAS: Bergerak serentak wujudkan perlindungan anak pada satuan pendidikan*. KPAI. <https://www.kpai.go.id/publikasi/hardiknasbergerak-serentak-wujudkan-perlindungan-anak-pada-satuan-pendidikan>
- Li, H., Xiao, B., & Song, G. (2024). The Impact of Family Socioeconomic Status (SES) on Adolescents' Learning Conformity: The Mediating Effect of Self-Esteem. *Children*, 11(5), 540. <https://doi.org/10.3390/children11050540>
- Mardison, Safri. (2016). Konformitas teman sebaya sebagai pembentuk perilaku individu. *Jurnal Al-Taujih: Binkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 2(1), 78-90. doi:10.15548/atj.v2i1.941.

- Myers, David G. (2010). *Social Psychology: 9th Edition*. New York: McGrawHill.
- Nuriyyatiningrum, N., Zikrinawati, K., Lestari, P., & Madita, R. (2023). Quality of life of college students: The effects of state anxiety and academic stress with self-control as a mediator. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 87-102. doi:<https://doi.org/10.21580/pjpp.v8i1.14733>
- Octavianti, R., & Hutapea, B. (2017). Kontribusi Peran Gender dan Konformitas Terhadap Agresivitas Remaja Putri Suporter Sepakbola. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 221-228. DOI:10.24912/jmishumsen.v1i2.927
- Permatasari, D. H., Kusdaryani, W., & Setiawan, A. (2024). PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU PERUNDUNGAN PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 BANGSRI. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 4(1), 64-78.
- Purba, N. S. P., & Septiyan, S. (2024). HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN KONFORMITAS DENGAN PERILAKU BULLYING REMAJA DI JAKARTA. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 17(1), 19-29.
- Rigby, K. (2024). Theoretical perspectives and two explanatory models of school bullying. *International Journal of Bullying Prevention*, 6(2), 101-109. DOI:10.1007/s42380-022-00141-x
- Ritung, O. P., & Soetikno, N. (2017). Hubungan antara penerimaan diri dengan perilaku agresi pada remaja di sekolah menengah pertama. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 24-31. DOI: 10.24912/jmishumsen.v1i2.930
- Rosen, L. H., DeOrnellas, K., & Scott, S. R. (2017). *Bullying in School: Perspectives from School Staff, Students, and Parents*. New York: Palgrav Macmillan. DOI: 10.1057/978-1-137-59298-9
- Safitri, C., Munir, A., & Hasanuddin, H. (2022). Hubungan Kontrol Diri dan Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Bullying di Madrasah Aliyah Alwasliyah 12 Perbaungan. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(4), 2052-2062. DOI: <https://doi.org/10.34007/jehss.v4i4.997>
- Schott, R. M., & Søndergaard, D. M. (2014). *School Bullying: New Theories in Context*. New York: Cambridge University Press.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taherdoost, H. (2016). Sampling methods in research methodology; How to choose a sampling technique for research. *International Journal of Academic Research in Management (IJARM)*, 5(2), 18-27. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3205035>
- Taraszow, T., Gresch, C., & Kempert, S. (2024). The role of school context factors for gender role attitudes: general and differential associations between female and male adolescents. *Youth & Society*, 56(5), 967-991.
- UNICEF Indonesia. (2024, Juni 7). *Laporan tahunan 2023*. UNICEF Indonesia. <https://www.unicef.org/indonesia/media/21331/file/UNICEF%20Laporan%20Tahunan%2023.pdf>
- Utami, W. H. S., Suharnan, Rini, A. P. (2021). Hubungan antara kontrol diri dan teman sebaya dengan perilaku kenakalan remaja. *Humanistik'45*, 6(2).

- von Weichs, V., Krott, N., R., & Oettingen, G. (2021). The Self-Regulation of Conformity: Mental Contrasting With Implementation Intentions (MCII). *Front. Psychol.* 12:546178. doi: 10.3389/fpsyg.2021.546178.
- Wangsa, P. R. P., & Tobing, D. H. (2024). Factors Influencing Aggression Among Adolescents in Indonesia: A Literature Review: Faktor-Faktor yang Memengaruhi Remaja di Indonesia Melakukan Agresivitas: Literature Review. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Sciences*, 3(2), 53-62. <https://doi.org/10.47679/202448>
- Xu, T., Li, H., Yan, Z., & Zhang, G. (2024). The effects of self-control on bullying behaviour among martial arts practicing adolescents: based on the analyses of multiple mediation effects. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(1), 92-105.
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020). *Remaja dan Konformitas Teman Sebaya*. Malang: Ahlimedia Press.
- Zuyina, R., Saputra, W. N. E., & Santosa, H. (2025). KETERAMPILAN ASERTIF: UPAYA MEREDUKSI PERILAKU AGRESIF SISWA. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 850-859. DOI:10.51878/learning.v5i2.4349