

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Temuan Umum

1. Sejarah Lokasi Penelitian

SMA Negeri 16 Medan didirikan pada tahun 1984 dan dikepalai pertama kali oleh Ibu Dra. Hj Khairiah, semulanya SMA Negeri 14 Medan tahun 1984 kemudian berubah nama menjadi SMA Negeri 15 Medan dan tahun 1997 berubah nama menjadi SMA Negeri 16 Medan sampai dengan sekarang. Pada awal berdirinya, lokasinya SMA Negeri 16 berada di jalan Kapten Rahmad Buddin Kel. Terjun Kec. Medan Marelان.

Sampai saat ini SMA Negeri 16 Medan masih tetap exis berada di Jalan Kapten Rahmad Buddin Kel. Terjun, Kec. Medan Marelان kota Medan. Perjalanan panjang yang telah diakui SMA Negeri 16 Medan dari awal berdirinya hingga sekarang membuat SMA Negeri 16 Medan benar-benar mampu menjadi sekolah yang matang, sesuai dengan usia dan pengalaman yang telah dilaluinya sehingga mampu melahirkan siswa-siswa yang kelak dikemudian hari menjadi orang-orang yang penting, sukses dan berguna ditengah-tengah masyarakat, negara dan agama. Semua kesuksesan tersebut tidak lepas dari hasil jerih payah segenap guru-guru SMA Negeri 16 Medan yang ikhlas memberikan ilmunya dan mendidik siswa-siswanya sampai sekarang.

2. Profil Sekolah/Identitas Sekolah

Tabel 4 1 Identitas Sekolah

Identitas Sekolah	Keterangan
Nama Sekolah	SMA Negeri 16 Medan
Nama Kepala Sekolah	Hj. Reny Agustina SPd,Msi

Akreditasi	A
NPSN	10210863
Status Sekolah	Negeri
Bentuk Pendidikan	SMA
Alamat Sekolah	Jl. Kapten Rahmat Buddin, Medan Marelan
Desa/Kelurahan	Terjun
Kecamatan/Kelurahan	Medan Marelan
Kab/Kota	Medan
No.SK Akreditasi	BAN-S/M/2021
Email	Smanegeri16medanyahoo.co.id
Kurikulum	2013
Sumber Listrik	PLN
Daya Listrik	32,998
Luas Tanah	11,450 M
Kepemilikan Tanah	Pemerintah

3. Visi dan Misi Di Sekolah SMA Negeri 16 Medan

a. Visi

1. Beriman dan takwa pada Tuhan Yang Maha Esa, sesuai dengan kodrat manusia untuk menjalankan perintah dan menjauhi larangan-Nya dan mampu menerapkan pemahaman tersebut dalam kehidupan sehari-hari.
2. Berakhlak mulia mengimplementasikan gotong royong dan toleransi dalam aktualisasi kehidupan sosial, berempati, peduli dan rasa ingin berbagi untuk mewujudkan gotong royong dilingkungan warga sekolah dan kehidupan sosial. Berakhlak mulia merupakan landasan dalam pergaulan dengan menjunjung tinggi asas keberagamaan.
3. Bermuatan IPTEK, kemampuan seluruh warga sekolah mengikuti perubahan dan perkembangan zaman dalam mengembangkan IT dan digitalitas sekolah melalui pembuatan asistis web sekolah yang

bermanfaat dan sesuai keadaan masa kini dan mempersiapkan masa yang akan datang.

4. Berbudaya lingkungan, memiliki kesadaran dan pemahaman atas kondisi lingkungan sekolah dan lingkungan sekitar sebagai unit lingkungan terkecil dalam rangka mengembangkan cipta, rasa, karsa dan karya didasari oleh nilai-nilai Pancasila.
5. Unggul dalam prestasi, prestasi merupakan tolak ukur sebuah proses. Prestasi tak hanya berkisar pada kemampuan kognitif dalam ajang prestatif saja namun lebih pada keberhasilan menemukan kemampuan diri, mengembangkan talenta dan kecakapan hidup yang bermanfaat.

b. Misi

1. Mengoptimalkan pendidikan keagamaan dan budi pekerti untuk menghasilkan peserta didik yang beriman dan berakhlak mulia sesuai dengan profil pancasila.
2. Meningkatkan pendidikan karakter disiplin melalui kerjasama dengan TNI.
3. Menumbuhkan budaya gemar membaca dengan program literasi dengan didukung perpustakaan yang berkualitas untuk mewujudkan peserta didik yang cerdas, kreatif, inovatif dan mampu bersaing dalam kompetisi Global.
4. Menanamkan budaya bersih, budaya positif, ramah, sopan dan santun serta budaya sekolah yang yaman dan menyenangkan
5. Unggul dalam prestasi, prestasi merupakan tolak ukur sebuah proses. Prestasi tak hanya berkisar pada kemampuan kognitif dalam ajang prestatif saja namun lebih pada keberhasilan menemukan kemampuan diri, mengembangkan talenta dan kecakapan hidup yang bermanfaat.
6. Mengoptimalkan seluruh komponen Sekolah baik Sumber Daya Manusia maupun sarana dan prasarana dan mensinergikan guna mewujudkan Visi Sekolah.
7. Menciptakan Sekolah Adiwijaya

8. Menjalin hubungan yang harmonis antara Sekolah dengan Wali Murid, Masyarakat, Instansi dan Lembaga dalam rangka pencapaian visi sekolah yang optimal

4. Prasarana Sekolah

Prasarana memiliki peran penting dalam setiap lembaga atau instansi baik itu di sekolah, perkantoran serta lembaga-lembaga lainnya. Oleh karena itu di SMA Negeri 16 Medan menyediakan prasarana yang telah dilengkapi berbagai fasilitas yang sudah memadai. Hal ini yang mendukung pembelajaran siswa di sekolah tersebut. Adapun fasilitas yang terdapat di SMA Negeri 16 Medan dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 4 2 Fasilitas SMA Negeri 16 Medan

No	Nama Fasilitas	Jumlah Fasilitas
1	Ruang Kelas	30
2	Ruang Kepala Sekolah	1
3	Ruang Guru	1
4	Ruang Tata Usaha	1
5	Ruang BK	1
6	Mushallah	1
7	Lapangan OlahRaga	1
8	Pos Satpam	1
9	Labolatorium IPA	3
10	Labolatorium Komputer	1
12	Perpustakaan	1
13	Toilet Guru	6
14	Toilet Siswa	11
	JUMLAH	59

5. Peserta Didik

Mayoritas peserta didik di SMA Negeri 16 Medan memeluk agama islam selain itu terdapat pula peserta didik yang memeluk kepercayaan lain seperti khatolik dan kristen, dapat dilihat secara rinci jumlah peserta didik di SMA Negeri 16 Medan Tahun ajaran 2023 pada tabel berikut ini:

Tabel 4 3 Jumlah Peserta Didik Berdasarkan Agama

No	AGAMA	JENIS KELAMIN		JUMLAH
		Laki-laki	Perempuan	
1	Islam	306	593	899
2	Kristen	54	64	118
3	Khatolik	9	10	19

Berdasarkan pembagian kelas secara rinci jumlah peserta didik di SMA Negeri 16 Medan tahun ajaran 2023 dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4 4 Jumlah Peserta Didik Berdasarkan Kelas

No	KELAS	JUMLAH
1	Kelas X	379
2	Kelas XI	382
3	Kelas XII	275
JUMLAH		1036

Tabel 4 5 Data Guru SMA Negeri 16

STATUS KEPEGAWAIAN	JUMLAH
PNS	33
GTT	4
Honor	21
TOTAL	58

4.2 Hasil Penelitian

Penelitian ini berawal dari observasi yang penulis lakukan di SMA Negeri 16 Medan untuk mengamati *self control* untuk mengurangi *bullying* verbal. Dalam menganalisis penulis menggunakan metode deskriptif yang berarti metode ini mengambil kesimpulan hasil observasi untuk mengetahui bagaimana upaya guru bk dalam meningkatkan *self control* siswa untuk mengurangi *bullying* verbal.

Deskripsi yang berkenaan dengan hasil penelitian ini disusun berdasarkan jawaban-jawaban atas pertanyaan dalam penelitian melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Dalam pengambilan data penulis merujuk 3 narasumber yaitu guru bk, wakil kepala sekolah, dan siswa. Dengan adanya data yang diperoleh dari narasumber tersebut akan diproses dengan tahap yang dilakukan dalam penelitian kualitatif.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan 5 narasumber yaitu 2 guru bk, wakil kepala sekolah kesiswaan, dan 2 siswa, adapun hasil data yang didapatkan diantaranya adalah:

1. Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan *Self Control* Di SMA Negeri 16 Medan

Upaya meningkatkan *self control* sangat penting dilakukan oleh guru bimbingan konseling agar siswa mampu mengontrol dirinya dari hal yang buruk. Oleh karena itu *self control* yang baik akan menciptakan perilaku yang baik pula. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, upaya guru bimbingan konseling meningkatkan *self control* siswa sudah cukup baik. Sebagaimana hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan Guru BK A di sekolah tersebut. Bapak “Ayub” mengatakan:

“Upaya yang saya lakukan dalam meningkatkan *self control* siswa biasanya saya memberikan bimbingan, arahan, dan layanan kepada siswa sebanyak 2 kali pertemuan. Menjelaskan kepada siswa bahwa meningkatkan *self control* sangat penting karena mampu mengontrol diri dalam berperilaku.

Apabila bimbingan dan arahan yang diberikan masih belum bisa mengubah siswa menjadi siswa menjadi lebih baik, maka saya akan melakukan kunjungan rumah atau mengirim surat ke orang tua siswa. Agar orang tua siswa datang ke sekolah dan saya akan menayakan bagaimana dia dirumah dan sebagainya. Saya juga selalu memberikan nasihat kepada siswa untuk selalu meningkatkan *self control* yang baik untuk menghindari dari perilaku impulsif yang merugikan diri sendiri ,karena *self control* yang rendah akan memicu tindakan perilaku *bullying*.

Berbagai perwujudan seorang guru bk dalam meningkatkan *self control* siswa SMA Negeri 16 Medan agar siswa mampu mengontrol dirinya dengan baik dilingkungannya baik di sekolah maupun masyarakat. Sebagai satu aspek penting perwujudan *self control*, melalui interaksi sosial siswa mampu mengontrol dirinya agar tidak melakukan hal buruk terhadap dirinya dan orang lain sehingga siswa dapat menjalin hubungan pertemanan dengan baik, serta terhindar dari konflik atau masalah.

Selaras dengan pernyataan diatas Bapak “Lukman” selaku Guru BK B mengatakan bahwa:

“Upaya meningkatkan *self control* dapat dilakukan dengan melaksanakan layanan bimbingan klasikal dalam menyampaikan informasi kepada siswa saya lakukan tidak monoton seperti mengajar tetapi dengan cara pendekatan agar siswa mampu menerima dan mendengar apa yang saya sampaikan. *Self control* juga bisa di tingkatkan melalui jalur agama/regilius seperti menekankan siswa di sekolah untuk sholat bagi yang muslim dan pendidikan agama bagi yang kristen.

Hasil wawancara juga diperkuat oleh bapak wakil kepala sekolah kesiswaan yaitu Bapak mengatakan bahwa:

“Menurut saya upaya yang diberikan oleh guru bk dalam bentuk layanan, bimbingan dan arahan sangat berpengaruh karena siswa sangat terbina dalam sikap dan perilaku, setiap siswa mampu mengotrol diri dengan

baik. saya juga mendukung dengan memberikan kegiatan positif pada siswan untuk meningkatkan karakter yang baik dengan cara pendekatan agama yaitu melaksanakan dizikir bagi yang muslim dan al-kitab bagi yang kristen dan itu dilaksanakan setiap minggu trakhir. Hal ini guna menciptakan *self control* yang baik dari dalam diri siswa.

Hasil wawancara diperkuat lagi oleh salah satu siswa “A” di sekolah yang mengatakan bahwa:

“Kami sebagai siswa sangat terbina dan terbimbing dalam berperilaku dengan adanya layanan dan kegiatan positif yang dilakukan di sekolah sangat memperngaruhi *self control* siswa, sehingga tindakan menyimpang di sekolah sangat sedikit adanya karena siswa mampu mengontrol dirinya dengan baik.

Siswa “B” juga mengatakan bahwa:

“Jika ada salah satu teman yang melakukan *bullying* verbal dengan mengejek atau menghina saya di kelas langsung saya tegur dan nasehati dengan cara yang baik, agar teman saya tidak melakukan hal itu lagi, karena mengejek salah satu tindakan kurang baik maka dari itu saya sebagai teman harus saling mengingatkan agar terus berbuat baik karena itu nasehat yang diberikan guru BK kepada saya dan teman-teman di sekolah untuk selalu mengontrol dirinya dengan baik ”

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa guru bk sangat berperan penting membina siswa di sekolah. Maka dari untuk meningkatkan *self control* yang baik guru bk melakukan pendekatan dan memberi arahan,nasihat, serta bimbingan pada siswa melalui layanan bimbingan konseling untuk membentuk karakter siswa. Memberi pemahaman agar selalu mendekatkan diri kepada Allah juga mampu menjaga diri dari perilaku buruk. Upaya tersebut sangat berpengaruh untuk membentuk *self control* siswa yang baik. Siswa menunjukkan perilaku yang baik dan mengetahui mana perbuatan yang seharusnya tidak boleh dilakukan,dapat

dibuktikan bahwa sikap dan perilaku siswa yang sangat rama terhadap guru, sopan santun, dan melaksanakan peraturan sekolah dengan baik.

2. Bagaimana Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengurangi *Bullying* Verbal Di SMA Negeri 16 Medan

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan, upaya guru bk dalam mengatasi *bullying* verbal sudahlah cukup baik dan efektif. Sebagaimana hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru bimbingan Bk A yaitu Bapak “Ayub” beliau mengatakan:

“Kalau upaya yang saya lakukan untuk mengurangi *bullying* verbal yaitu kami membuat Roots anti *bullying*. Program Roots ini dikembangkan oleh UNICEF Indonesia bersama pemerintah indonesia, akademisi, praktisi pendidikan, dan perlindungan anak. Kami mengaplikasikan program ini dengan melibatkan siswa yang berpotensi memiliki pengaruh positif terhadap teman-teman di lingkungan sekolah, yang kemudian menjadi agen perubahan. Agen terdiri dari setiap kelas yang berjumlah 3 siswa. Agen bertugas memberikan pengaruh positif ke temannya. Apabila dikelas terjadi *bullying* agen langsung memberi informasi ke pihak sekolah agar cepat ditindak lanjuti. Adanya agen disekolah membuat siswa takut untuk melakukan tindakan *bullying* verbal karena agen menjadi pelindung siswa yang lemah dikelas. Selain itu guru bk juga melaksanakan layanan bimbingan konseling di setiap kelas untuk menyampaikan materi tentang stop *bullying*. Layanan yang diberikan untuk memberi kesadaran kepada siswa terhadap dampak buruk perilaku *bullying* agar siswa mampu mengendalikan diri untuk tidak melakukan hal tersebut kepada temannya.

Selaras dengan pernyataan diatas guru bk B Bapak “Lukman” mengatakan bahwa:

“Upaya yang dilakukan untuk mengurangi terjadinya *bullying* yaitu memanggil siswa pelaku *bullying* untuk melakukan konseling individual dengan memberikan nasihat-nasihat kepadanya bahwasannya tindakan

bullying adalah suatu kesalahan dan perilaku menyimpang, memberikan contoh bagaimana jika dia yang di *bully*. *Bullying* masuk didalam progja tahunan untuk itu kami menekankan siswa untuk tidak melakukan *bullying* dengan cara melakukan bimbingan klasikal untuk memberi pemahaman dampak prilaku *bullying*.

Peneliti juga mewawancarai siswa di sekolah mengenai upaya yang dilakukan untuk mengurangi *bullying* disekolah Siswa “A” mengatakan bahwa:

“Menurut saya Pelaksanaan Program Perundungan (Roots) dengan membentuk siswa sebagai agen sangat mempengaruhi proses belajar mengajar,karena agen anti *bullying* memberi perlindungan untuk siswa yang lemah, sehingga tidak adalagi siswa yang merasa tidak percaya diri dikelas. Adanya layanan bimbingan konseling juga membantu siswa untuk menumbuhkan pengendalian diri yang baik dalam bersikap dan berperilaku”.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara siswa “B”, siswi tersebut mengatakan:

“Menurut saya program anti bullying yang dilaksanakan di sekolah sangat efektif menumbuhkan kesadaran diri kami sebagai siswa bahwa dampak bahaya tindak perilaku *bullying*, untuk itu perlu adanya kerja sama siswa agar program tersebut berjalan dengan baik”

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling dan siswa peneliti menyimpulkan bahwa upaya guru bimbingan konseling mengurangi *bullying* verbal yaitu bekerja sama dengan siswa dengan membuat program pencegahan perundungan (Roots) yaitu, membentuk siswa sebagai agen untuk memberi pengaruh positif pada temannya, dan melaksanakan layanan bimbingan konseling untuk menekan dan memberi pemahaman pada siswa untuk tidak melakukan tindakan *bullying* verbal, karena berdampak buruk untuk diri sendiri dan orang lain.

3. Bagaimana Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan *Self Control* Guna Mengurangi *Bullying Verbal* Siswa

Perilaku bullying dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya disebabkan kontrol diri yang rendah. Untuk itu Meningkatkan *self control* siswa sangat penting dilakukan untuk mencegah adanya tindakan kekerasan seperti *bullying* verbal. Perlu adanya bimbingan dan arahan untuk meningkatkan *self control* siswa yang baik. berdasarkan observasi yang peneliti lakukan upaya guru bimbingan konseling dalam meningkatkan *self control* siswa di SMA Negeri 16 sudah sangat baik, sehingga tindakan *bullying* verbal jarang terjadi di sekolah tersebut. sebagaimana hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK A Bapak “Ayub” mengatakan bahwa:

“Seperti yang sudah saya katakan sebelumnya cara meningkatkan *self control* siswa untuk mengurangi *bullying* verbal , yaitu memberi bimbingan dan arahan serta pemahaman pada siswa bahwa (*self control*) yang baik sangat penting, untuk menghindari diri dari perilaku menyimpang. *Self control* dapat dilakukan dengan meningkatkan kesadaran diri untuk senantiasa mendekatkan diri dengan Allah SWT yang tujuannya untuk menjaga kontrol diri yang baik. Jika *self control* siswa baik maka tindakan *bullying* verbal seperti mengejek, menghina, mengancam akan berkurang bahkan tidak terjadi lagi di sekolah”

Guru BK B Bapak “Lukman” juga menyatakan bahwa:

“*self control* yang baik akan terbentuk dari spiritual yang baik dengan penciptanya, maka dari itu kami sangat menekankan siswa dengan jalur agama seperti sholat, dzikir dan kegiatan keagamaan lainnya di sekolah. selain itu sekolah juga bekerja sama dengan anggota TNI angkatan laut untuk melatih disiplin serta tata tertib siswa, mereka juga di bimbing dan di arahkan bagaimana cara bersikap yang baik dengan ini juga sangat mempengaruhi kontrol diri siswa, karena hampir semua siswa di sini mempunyai kontrol diri

yang baik sehingga tindakan *bullying* verbal di sekolah terjadi sangat sedikit dan bahkan jarang terjadi.

Selaras dengan pernyataan di atas wakil kepala sekolah juga menyatakan:

“Upaya yang dilakukan guru bk sudah sangat cukup memuaskan karena guru bk disini cukup tegas dalam menyikapi setiap siswa. Kegiatan di sekolah juga sangat mendukung siswa untuk meningkatkan *self control*. Hampir semua siswa disini terbentuk dengan *self control* yang baik jadi, sudah jarang bahkan tidak ada siswa yang melakukan *bullying* verbal.”

Jadi, peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa upaya yang dilakukan guru bk meningkatkan *self control* untuk mengurangi *bullying* verbal sudah cukup memuaskan. Karena *self control* di sekolah tersebut sangat baik sehingga terhindar dari perilaku *bullying*. Hal ini dapat dilihat dari perilaku siswa yang jarang melakukan tindakan kekerasan seperti *bullying* verbal.

4. Faktor Yang Mempengaruhi Dalam Pelaksanaan *Self Control* Untuk Mengurangi *Bullying* Verbal Siswa.

Setiap kegiatan pasti akan ada yang namanya faktor mendukung dan menghambat dalam meningkatkan *self control* melalui layanan bimbingan konseling di SMA Negeri 16 Medan yang didapatkan peneliti berdasarkan wawancara dengan guru bk A Bapak “Ayub” mengatakan bahwa:

“Faktor yang mendukung pelaksanaan *self control* adalah sarana dan prasarana sekolah yang memadai serta mendukung untuk meningkatkan *self control* melalui layanan bimbingan konseling. Selain sarana dan prasarana dalam melaksanakan *self control* guru bimbingan konseling harus memiliki latar belakang yang memadai, kualifikasi, profesional dan pengalaman kerja. Dalam pelaksanaan tugasnya agar berhasil dengan baik perlu ditunjang dengan adanya pendidikan yang sesuai dengan tugasnya keprofesionalan yang

baik dan pengalaman kerja yang memadai. Jika sekolah tidak terdapat faktor yang mendukung maka pelaksanaan *self control* siswa akan berjalan dengan baik.”

Jadi dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mendukung dalam pelaksanaan *self control* melalui layanan bimbingan konseling di SMA Negeri 16 Medan adalah faktor sarana dan prasarana serta guru bimbingan yang memiliki latar belakang yang memadai, profesional yang baik dan pengalaman kerja yang memadai sangat berpengaruh dalam meningkatkan *self control* siswa.

Adapun faktor yang menghambat dalam pelaksanaan *self control* di SMA Negeri 16 Medan yang didapatkan berdasarkan wawancara peneliti pada guru BK Bapak “Lukman” dia menyatakan bahwa:

“Dalam pelaksanaan *self control* faktor yang menghambat adalah keterbatasan waktu dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling karena banyaknya jumlah siswa di sekolah, hal ini yang menjadi penghambat karena kami tidak bisa mengontrol perilaku siswa ketika diluar jam sekolah”

Selaras dengan pernyataan diatas bapak wakil sekolah kesiswaan mengatakan bahwa:

“Faktor pemicu lain yang mempengaruhi *self control* siswa yaitu faktor lingkungan dan keluarga. Lingkungan sangat mempengaruhi *self control* siswa. Maka dari itu hendaknya sebagai orang tua senantiasa selalu mengawasi lingkungan tempat bergaulnya siswa ketika diluar jam sekolah. jangan sampai bergaul dengan orang yang salah agar terhindar dari perilaku yang kurang baik.”

Berdasarkan wawancara diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa faktor yang menghambat dalam meningkatkan *self control* siswa yaitu keterbatasan waktu dalam pelaksanaan layanan membuat guru BK tidak bisa mengontrol perilaku siswa terus-menerus di luar jam sekolah. Untuk itu peran

orang tua juga sangat penting dalam pelaksanaan *self control* ketika di lingkungan dan keluarga.

4.3 Pembahasan

Berdasarkan hasil data yang sudah didapatkan peneliti dalam pelaksanaan observasi, wawancara, dokumentasi yang sudah terkumpul. Kemudian dilakukan proses analisis dan mendeskripsikan data, selanjutnya peneliti menyajikan kesimpulan melalui perbandingan antara data dan catatan lapangan yang didapat:

1. Bagaimana upaya guru bimbingan konseling dalam meningkatkan *self control*

kontrol diri (*self control*) merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, serta kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls dan tingkah laku impulsif. Pengertian tersebut bahwa kontrol diri merupakan kemampuan suatu individu untuk mengarahkan tingkah laku sehingga dapat mengurangi dan menghindari tindakan yang merugikan dirinya. Selain itu kontrol diri juga kemampuan untuk mengontrol perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai bagi orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, menutup perasaannya. Pada pengertian ini terdapat beberapa kontrol diri yaitu kemampuan untuk situasi, mengelola perilaku, mengendalikan perilaku, kemampuan untuk mengontrol kecenderungan menarik perhatian dan kemampuan untuk kemampuan untuk mampu sesuai dengan orang lain. Calhoun dan Acocella (1995: 130-131) mengemukakan dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol secara kontinui. Pertama individu hidup harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan

pengontrolan diri agar dalam pencapaian proses standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal menyimpang.

Dalam islam banyak dalil-dalil yang menjelaskan pentingnya kontrol atau pengendalian diri dari berbagai sikap perilaku negatif, sebagaimana Firman Allah dalam Al-Qur'an surah An- Naziat ayat 40 sebagai berikut:

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ۝٤٠

Artinya : “Adapun orang-orang yang takut pada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari (keinginan) hawa nafsunya” (Q.S An-Naziat,40)

Dapat disimpulkan bahwa *self control* adalah kemampuan individu untuk mengarahkan tingkah laku sehingga dapat mengurangi dan menghindarkan tindakan yang merugikan dirinya dan orang lain. *Self control* yang baik dapat terbentuk karena adanya yang mengarahkan dan membimbing seseorang agar terhindar dari perilaku menyimpang. Adapun kaitannya dengan *self control* di SMA Negeri 16 Medan guru bk melakukan pendekatan dan memberi arahan kepada siswa agar siswa paham bahwa perilaku positif terbentuk dari *self control* yang baik. Guru bimbingan konseling juga tidak lupa memberitahu kepada siswa agar selalu mendekatkan diri kepada Allah agar hati dan jiwanya terjaga dari perilaku tidak terpuji. Sejauh ini upaya tersebut sangat berpengaruh untuk siswa karena siswa di sekolah tersebut memiliki akhlak yang baik ,dapat dilihat dari kesopanan, ramah tama siswa ketika berinteraksi. Perilaku menyimpang di sekolah juga sangat sedikit terjadi di sekolah tersebut.

2. Bagaimana upaya guru bimbingan dan konseling mengurangi *bullying* verbal

Penyebab terjadinya tindak kekerasan *bullying* verbal dikarenakan ingin mencari perhatian agar terlihat hebat dan sangar, mereka ingin terlihat menonjol dibandingkan yang lain. Namun ada beberapa faktor yang menyebabkan mereka mencari perhatian yaitu faktor keluarga yang Broken

Home, Faktor trauma karena pernah menjadi korban *bullying*, faktor lingkungan yang mudah ikut pergaulan yang tidak baik. Untuk itu guru bimbingan konseling harus berperan lebih bijak dan tegas dalam mengatasi masalah *bullying*. Dalam perspektif Islam, tindakan *bullying* dianggap sebagai perbuatan yang sangat tercela. Islam adalah agama yang menghormati nilai-nilai kemanusiaan, termasuk prinsip untuk menghormati dan peduli terhadap sesama manusia. Oleh karena itu, Islam melarang segala bentuk perilaku yang dapat menyakiti atau merendahkan orang lain, termasuk perundungan (*bullying*). Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam Surah Al-Hujurat ayat 11:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ
 عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ
 الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ١١

Artinya: “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.” (Q.S Al-Hujurat,11)

Guru bimbingan konseling di sekolah SMA Negeri 16 Medan memberikan pengarahan dan penyadaran diri terhadap siswa yang melakukan tindakan *bullying* verbal agar mereka paham bahwa perbuatan yang dilakukannya berdampak negatif bagi dirinya dan orang lain. Guru bimbingan konseling juga tidak lupa memberitahu siswa bahwa *bullying* verbal merupakan perilaku yang tidak terpuji yang tidak sesuai ajaran agama. Upaya

yang dilakukan guru bimbingan di sekolah SMA Negeri 16 sudah cukup baik. karena siswa di sekolah tersebut menerapkan perilaku anti bullying sehingga tindakan kekerasan seperti *bullying* verbal sangat jarang terjadi di sekolah SMA Negeri 16 Medan.

Jadi, guru bimbingan konseling juga tidak kewalahan dalam mengatasi siswa yang bermasalah, karena sekolah juga menerapkan kegiatan keagamaan sehingga siswa mengerti cara berperilaku yang baik. walaupun ada beberapa siswa tidak melakukan perilaku baik, akan tetapi mereka tidaklah banyak yang melakukan perilaku tidak baik tersebut, hal ini yang membuat guru bimbingan konseling sangat antusias dan tegas dalam mengarahkan siswanya di sekolah tersebut.

3. Bagaimana upaya guru bimbingan konseling dalam meningkatkan *self control* siswa guna mengurangi *bullying* verbal siswa

Guru bimbingan konseling memberikan peranan penting bagi sekolah karena guru bimbingan konseling mampu memberikan solusi dan mengentaskan berbagai permasalahan di sekolah, keberadaan guru bimbingan konseling sangat mempengaruhi perkembangan siswa di sekolah, seperti yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling di SMA Negeri 16 Medan, guru bimbingan konseling sangat berperan dalam mengembangkan potensi yang dimiliki oleh siswa dan pengentasan masalah yang dihadapi oleh siswa termasuk dalam meningkatkan *self control* siswa. Meningkatkan *self control* sangat penting dilakukan untuk meminimalisir adanya tindakan menyimpang seperti *bullying* verbal. Oleh karena itu guru bimbingan konseling di SMA Negeri 16 Medan memberi arahan kepada seluruh siswa melalui layanan dan kegiatan lain agar tetap berperilaku baik. Pengendalian diri berkaitan dengan bagaimana siswa berperilaku, jika pengendalian diri siswa baik maka dirinya dapat membatasi diri untuk melakukan tindakan buruk yang merugikan diri sendiri dan orang lain, seperti halnya *bullying* verbal tidak akan terjadi jika individu memiliki pengendalian diri yang baik. Menurut guru bimbingan

konseling di SMA Negeri 16 Medan *self control* siswa di sekolah sangat baik, karena di sekolah guru bimbingan konseling sangat jarang menangani kasus kekerasan seperti *bullying* verbal. Guru bimbingan konseling juga belum pernah menghadapi kasus kriminal atau yang lebih berat lagi.

4. Faktor yang mempengaruhi dalam pelaksanaan *self control* untuk mengurangi *bullying* verbal siswa

Dalam pelaksanaan *self control* siswa tentu semua tidak berjalan sesuai harapan diawal. Menghadapi siswa yang memiliki karakter yang berbeda-beda menjadi ujian tersendiri bagi guru bimbingan konseling. Dalam pembahasan kali ini penulis akan mengutip temuan-temuan di atas sebagaimana akan dibahas mengenai faktor yang penghambat dan pendukung yaitu:

- 1) Faktor mendukung

Faktor internal dari guru bimbingan konseling yang meliputi latar belakang pendidikan yang memadai, kualifikasi, profesional, dan pengalaman kerja. Dalam melaksanakan tugasnya agar berhasil dengan baik perlu ditunjang dengan adanya pendidikan yang sesuai dengan tugasnya, keprofesionalan yang baik dan pengalaman kerja yang memadai. Guru bimbingan konseling mempunyai latar belakang pendidikan SI bimbingan konseling. Untuk mengetahui serta meningkatkan kualitas kerjanya guru bimbingan konseling mengikuti pelatihan-pelatihan tegan bimbingan konseling, seperti pelatihan kurikulum 2013 dan pelatihan-pelatihan lainnya. Disamping itu juga ditunjang dengan pengalaman kerja yang cukup sebagai tenaga bimbingan konseling di sekolah serta telah mengikuti berbagai pelatihan-pelatihan seputaran bimbingan konseling.

- 2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (2000) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan di internalisasi anak. Di kemudian akan menjadi kontrol diri baginya



