

SKRIPSI

**PENGARUH TEKNIK KONTROL DIRI TERHADAP HARGA DIRI REMAJA
KORBAN *BULLYING* DI SMKN 1 DAN SMKN 2 PADANG**

Penelitian Keperawatan Jiwa



Dosen Pembimbing:

Dr. Ns. Atih Rahayuningsih, M.Kep., Sp.Kep.J

Ns. Windy Freska, S.Kep., M.Kep

KEMALA PUTRI AYUNDA

NIM: 2211313015

KEDJAJAAN

UNTUK

BANGSA

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALASAS**

FEBRUARI 2026

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

FEBRUARI 2026

Nama : Kemala Putri Ayunda

NIM : 2211313015

Pengaruh Teknik Kontrol Diri Terhadap Harga Diri Remaja Korban *Bullying* di SMKN 1 dan SMKN 2 Padang

ABSTRAK

Harga diri korban *bullying* menjadi isu psikologis yang perlu mendapat perhatian, terlihat dari tingginya persentase korban dengan harga diri rendah (55,9%), sehingga diperlukan intervensi psikologis yang sistematis untuk memperkuat harga diri korban *bullying*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh teknik kontrol diri terhadap harga diri pada remaja korban *bullying* di SMKN 1 dan SMKN 2 Padang. Jenis penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan rancangan *quasi eksperiman*. Waktu dilakukan penelitian dari 20 Januari – 28 Januari. Sampel penelitian ini berjumlah 40 orang. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 20 orang sebagai kelompok intervensi dan 20 orang sebagai kelompok kontrol yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Rosenberg Self Esteem Scale (RSES)* untuk mengukur harga diri. Data di analisis menggunakan uji *independent T-test* dengan hasil terdapat pengaruh teknik kontrol diri terhadap harga diri remaja korban *bullying* pada kelompok intervensi dengan nilai ($p=0,001$), sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat pengaruh teknik kontrol diri terhadap harga diri remaja korban *bullying* dengan nilai ($p=0,618$). Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan bagi sekolah untuk memperkuat komunikasi dengan siswa, terutama korban *bullying*, serta memfasilitasi penulisan diary sebagai media refleksi diri dan peningkatan harga diri.

Kata kunci : *Bullying*, Harga Diri, Kontrol Diri, Remaja

Daftar Pustaka : 70 (2003-2025)

FACULTY OF NURSING

UNIVERSITY ANDALAS

FEBRUARY 2026

Name : Kemala Putri Ayunda

Student ID Number : 2211313015

The Effect of Self-Control Techniques on the Self-Esteem of Teenage Victims of Bullying at SMKN 1 and SMKN 2 Padang

ABSTRACT

The self-esteem of bullying victims is a psychological issue that needs attention, as seen from the high percentage of victims with low self-esteem (55.9%), so systematic psychological intervention is needed to strengthen the self-esteem of bullying victims. The purpose of this study was to determine the effect of self-control techniques on self-esteem in adolescent victims of bullying at SMKN 1 and SMKN 2 Padang. This quantitative study used a quasi-experimental design. The research was conducted from January 20 to January 28. The sample consisted of 40 people. The sample was divided into two groups: 20 people in the intervention group and 20 people in the control group, selected using purposive sampling. Data collection used the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) questionnaire to measure self-esteem. The data were analyzed using an independent T-test, with the results showing that self-control techniques had an effect on the self-esteem of adolescent victims of bullying in the intervention group with a value of ($p=0.001$), while in the control group, self-control techniques had no effect on the self-esteem of adolescent victims of bullying with a value of ($p=0.618$). It is hoped that the results of this study can be taken into consideration by schools to strengthen communication with students, especially victims of bullying, and to facilitate diary writing as a medium for self-reflection and self-esteem improvement.

Keywords : *Adolescents, Bullying, Self-control, Self-Esteem*

References: 70 (2003-2025)