

HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU MENYONTEK PESERTA DIDIK KELAS VIII B SMP NEGERI 36 SEMARANG

Arrum fachridatul¹, Dini Rakhmawati², Nanik Dwiastuti³

¹MPPG Prajabatan Universitas PGRI Semarang

²Universitas PGRI Semarang

³SMPN 36 Semarang

E-mail: fachridatularrum@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan perilaku menyontek peserta didik. Metode penelitian yang digunakan ialah metode kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 siswa yang diambil secara acak. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket regulasi emosi dan perilaku menyontek menggunakan metode skala likert dengan 4 pilihan jawaban. Data dianalisis menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku menyontek peserta didik, dengan nilai sig $0,000 < 0,05$, dan nilai korelasi antara kedua variabel yaitu sebesar 0,793, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku menyontek peserta didik.

Kata Kunci: Regulasi emosi, Menyontek

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between emotion regulation and students' cheating behavior. The research method used is a quantitative method with a descriptive correlational type. The sampling technique used random sampling technique with a total sample of 30 students who were taken randomly. The research instrument used was a questionnaire on emotion regulation and cheating behavior using the Likert scale method with 4 answer choices. Data were analyzed using product moment correlation. The results showed that there was a significant relationship between emotion regulation and students' cheating behavior, with a sig value of $0.000 < 0.05$, and the correlation value between the two variables was 0.793, this indicated that there was a relationship between emotional regulation and students' cheating behavior.

Keywords: Emotional regulation, Cheating

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu faktor penting dalam kehidupan seseorang dan untuk mencapai pendidikan yang fungsional, efisien dan efektif, peserta didik harus mengalami proses belajar yang baik. Proses pembelajaran yang baik memiliki tiga ciri, yaitu: Pertama, konsentrasi, artinya berkonsentrasi pada topik yang dijelaskan oleh guru, sehingga siswa

dapat lebih mudah memahami materi yang diberikan. Kedua, mencatat materi yang relevan terkait dengan isi materi. Ketiga, mengajukan pertanyaan dengan gagasan kunci yang sesuai dengan isi materi. Namun pada kenyataannya, tidak semua siswa mampu melakukan proses pembelajaran dengan baik. Beberapa siswa melakukan kecurangan akademik dengan cara menyontek dalam pembelajarannya (Pratiwi, 2020).

Ironisnya, perilaku menyontek merupakan hal yang lumrah dalam pembelajaran dan marak, bahkan lambat laun menjadi budaya di berbagai negara termasuk Indonesia. Kecurangan seperti ini sudah menjadi kebiasaan buruk bagi setiap orang, baik pelajar, mahasiswa, maupun calon karyawan dan karyawan itu sendiri, misalnya pada tahun 2020 ini dilansir dari liputan 6 yang ditulis oleh Kaltsum (2020) menjelaskan bahwa telah terjadi fenomena seorang calon guru Meksiko yang diduga melakukan kecurangan dalam ujian rekrutmen dengan cara membeli kunci jawaban. Menurut media Meksiko, 50 kandidat yang mengikuti tes menjawab 100 soal dengan benar. Sementara itu, 300 kandidat lainnya menjawab 90-99 pertanyaan dengan benar.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Angelia (2019) menunjukkan bahwa 45,3% siswa pernah menyontek. Hal ini disebabkan kebijakan pemerintah Indonesia yang menggunakan nilai-nilai kuantitatif sebagai tolak ukur keberhasilan pembelajaran, dan juga menjadikan salah satu penyebab masih maraknya praktek-praktek yang tidak terpuji dalam dunia pendidikan kita.

Menyontek dalam lingkup lembaga pendidikan merupakan bentuk kejahatan yang kita biarkan. Sehingga menjadi kebiasaan, yang saat ini merupakan bentuk krisis moral bangsa kita. Dan jika tidak ditangani kemudian, hal itu dapat menyebabkan pemimpin masa depan yang bertindak curang. Beberapa perilaku menyontek dalam hal ini ialah termasuk meniru pekerjaan teman, mengajukan pertanyaan langsung kepada teman saat ujian, membuat catatan di atas kertas, menggunakan anggota tubuh atau pakaian untuk masuk ke ruang ujian, mendapatkan jawaban dari orang luar saat ujian, mendapatkan jawaban untuk pertanyaan yang bocor, berbagi tugas dengan teman, memesan dari orang lain, atau meminta bantuan kuis untuk kelas atau pekerjaan rumah (Kiki, N & Hadjam, 2015).

Peneliti melakukan observasi awal di SMP N 36 Kota Semarang dan masih banyak dijumpai peserta didik yang secara diam-diam melakukan perilaku menyontek agar mendapat nilai tinggi. Tidak hanya dalam ujian tengah semester atau ujian akhir semester namun pada ulangan harian peserta didik juga masih ada yang melakukan tindakan menyontek. Dari perilaku menyontek ini tentu membuat penilaian guru menjadi sulit. Menurut temuan peneliti, beberapa siswa menyontek dengan berbagai cara, beberapa siswa menyontek dengan catatan atau berbicara dengan teman, bahkan ada yang menggunakan ponsel.

Selain itu, peneliti juga mewawancarai seorang guru di SMP N 36 Kota Semarang. Dijelaskannya, bahwa masih banyak masalah di sekolah, salah satu masalah yang paling sering terjadi adalah perilaku menyontek siswa dalam ujian atau ulangan harian. Untuk menyasati hal tersebut pihak sekolah telah membuat peraturan sebagai sanksi dari perilaku menyontek yang biasa dilakukan siswa, sanksi tersebut seperti penurunan nilai kepada siswa yang menyontek. Ketika hal ini terjadi beberapa kali, pihak sekolah akan memanggil orang

tua siswa, namun ternyata hal itu tidak menghentikan siswa atau mencegah mereka untuk mengulangi perbuatannya. Menurut peneliti, berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru tersebut, peneliti memperkirakan bahwa siswa yang menyontek tidak mengetahui dampaknya terhadap masa depan, hal itu bisa terjadi karena kurangnya regulasi emosi yang dimiliki siswa tersebut.

Kemampuan regulasi emosi yang memadai membantu siswa mengatasi masalah emosional yang dialaminya, memungkinkan mereka berperilaku adaptif dan terhindar dari perilaku negative seperti perilaku menyontek. Peserta didik membutuhkan pengaturan emosi untuk mengendalikan ketegangan emosinya sehingga peserta didik tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan dan siap menghadapi segala kegagalan di waktu mendatang. Kemudian regulasi emosi menurut Reivich & Shatte dalam Munawaroh & Mashudi (2018:68) menyebutkan regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang walaupun di bawah tekanan. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi tentu dapat mengendalikan dirinya Ketika merasa kesal dan dapat mengatasi cemas pada dirinya, sehingga masalah dengan cepat dapat terselesaikan.

Gross dan Thomson menetapkan bahwa regulasi emosi adalah serangkaian proses di mana emosi secara otomatis atau terkontrol, secara sadar atau tidak sadar diatur sesuai dengan tujuan individu, dan melibatkan banyak komponen yang bertindak terus menerus. Regulasi emosi mengacu pada perubahan dalam dinamika atau waktu, kekuatan, durasi, dan respons kompensasi perilaku, pengalaman, atau fisiologis dari emosi. Regulasi emosi dapat mempengaruhi, meningkatkan atau mempertahankan emosi, tergantung pada tujuan individu (Dewi, 2021). Adanya kemampuan regulasi emosi yang baik dapat membuka peluang bagi remaja untuk mencapai emosi yang stabil sehingga remaja dapat menunjukkan perilaku yang positif. Selain itu, bagi individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik, maka dapat bersikap lebih tenang ketika menghadapi situasi dan masalah yang ada.

Berdasar pada pembahasan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku menyontek peserta didik kelas VIII B SMP N 36 Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasional yang bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan regulasi emosi (X) siswa dan perilaku menyontek (Y). Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII berjumlah 270 siswa, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah kelas VIII B dengan jumlah siswa sebanyak 30 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Random Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner regulasi empsi dan kuesioner perilaku menyontek. Data yang dikumpulkan kemudian di analisis menggunakan bantuan software SPSS 23.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut merupakan hasil analisis deskripsi yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Statistics			
		Regulasi_emosi	Perilaku_Menyontek
N	Valid	30	30
	Missing	0	0
Mean		35.33	34.93
Std. Deviation		2.537	4.792
Minimum		30	28
Maximum		40	44

Berdasarkan table diatas, dapat diketahui nilai rata-rata untuk regulasi emosi adalah 35.33 dengan nilai minimum 30 dan nilai maksimum 40, serta standar deviasi regulasi emosi sebesar 2.537. Nilai rata-rata untuk perilaku menyontek adalah 34.93 dengan nilai minimum 28 dan nilai maksimum sebesar 44, serta standar deviasi perilaku menyontek adalah 4.792.

Selanjutnya analisis hubungan korelasi antara regulasi emosi dengan perilaku menyontek adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

Correlations			
		Regulasi_emosi	Perilaku_Menyontek
Regulasi_emosi	Pearson Correlation	1	.793**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
Perilaku_Menyontek	Pearson Correlation	.793**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

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

Berdasarkan pada table tersebut dapat diketahui bahwa nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya bahwa hipotesis diterima dan terdapat hubungan antara variabel regulasi emosi dengan variabel perilaku menyontek. Sedangkan tingkat korelasi antara kedua variabel yaitu sebesar 0,793. Karena koefisien hamper mendekati 1

maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel regulasi emosi dengan perilaku menyontek sangat erat.

Dari hasil analisis data dapat diketahui bahwa regulasi emosi memiliki hubungan dengan perilaku menyontek peserta didik artinya bahwa semakin rendah regulasi emosi peserta didik maka semakin tinggi perilaku menyontek siswa.

Rentang usia responden dalam penelitian ini adalah usia remaja awal, yaitu sekitar usia 12-15 tahun (Samosir & Sawitri, 2015), yang mana pada masa ini adalah masa dimana pola emosi yang mereka miliki tidak jauh berbeda atau sama dengan pola emosi anak-anak (Azkia, 2020).

Perilaku menyontek erat kaitannya dengan kondisi psikologi seseorang, yaitu pada pengendalian emosi. Pengaturan emosi sangat diperlukan karena beberapa bagian otak manusia ingin melakukan sesuatu dalam situasi tertentu, sementara yang lain merasa rangsangan emosional itu tidak sesuai dengan keadaan saat ini, sehingga membuat seseorang melakukan sesuatu atau tidak melakukan apa-apa (Poegoeh & Hamidah, 2016). Menurut Hartanto (dalam Azkia, 2020) faktor yang dapat mempengaruhi perilaku menyontek adalah faktor internal yang terdiri dari kurangnya pengetahuan atau pemahaman, keinginan untuk mendapatkan skor tinggi, tingkat moral (personal values) yaitu siswa menganggap perilaku menyontek tersebut sebagai perilaku yang wajar, kemampuan akademik yang kurang baik, management waktu, dan prokrastinasi.

Namun perilaku menyontek tersebut dapat dihilangkan secara perlahan adalah dengan memberikan layanan informasi tentang dampak menyontek yang terus berlanjut. Menyediakan layanan manajemen konten dengan menyediakan konten untuk mencegah perilaku yang terjadi dengan penipuan yang berkelanjutan. Menyediakan layanan manajemen konten dengan menyediakan konten untuk mencegah perilaku curang seperti menyontek soal ujian. Selain itu, siswa diharapkan dapat diinformasikan melalui konseling kelompok bahwa menyontek merupakan kegiatan yang curang dan tidak jujur dalam pendidikan. (Desi Yovita, 2019).

Ahmad (2017) menjelaskan bahwa upaya yang dilakukan oleh guru bimbingan dan Tips untuk melindungi siswa dari perilaku curang, yaitu: (1) memberikan informasi tentang dampak perilaku menyontek, (2) melatih keterampilan belajar siswa, (3) melatih siswa mengambil keputusan untuk tidak menyontek, (4) mengajari siswa untuk tidak menyontek, (5) kemampuan belajar siswa melatih sosial keterampilan menghindari perilaku menyontek, (6) meningkatkan kebiasaan belajar dan sikap kelas, (7) menumbuhkan komitmen disiplin

dalam belajar, (8) mengembangkan penguasaan bahan pelajaran, dan (9) mengembangkan pemahaman tentang kondisi fisik dan sosial di lingkungan sekolah .

SIMPULAN

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan yang erat dengan perilaku menyontek, hal ini dapat dilihat dari hasil analisis data diketahui bahwa nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya bahwa hipotesis diterima. Sedangkan tingkat korelasi antara kedua variabel yaitu sebesar 0,793. Karena koefisien hampir mendekati 1 maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel regulasi emosi dengan perilaku menyontek sangat erat. Semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki peserta didik maka semakin tinggi perilaku menyontek peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, R. (2017). *Teacher Guidance and Counseling Efforts To Prevent Cheating Behaviuor*. Atlantis Press.
- Angelia, I. (2019). Menyontek Sebagai Bagian Dari Dekadensi Moral Bangsa. *Journal of Civic Education*, 2(2), 120–125.
- Azkie, M. (2020). Pengaruh Kematangan Emosi dan Kedisiplinan Terhadap Perilaku Menyontek. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 634.
- Desi Yovita, R. A. (2019). HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU MENYONTEK SISWA. *Jurnal Inovasi Pemberlajaran SD*, 7(2), 1–9.
- Dewi, S. (2021). *Gross dan Thomson menetapkan bahwa regulasi emosi adalah serangkaian proses di mana emosi secara otomatis atau terkontrol, secara sadar atau tidak sadar diatur sesuai dengan tujuan individu, dan melibatkan banyak komponen yang bertindak terus menerus*. Reg. IAIN Parepare.
- Munawaroh, E., & Mashudi, E. (2018). Reliensi Kemampuan Dalam Bertahan dalam Tekanan dan Bangkit dari Keterpurukan. Semarang:Pilar Nusantara
- Kaltsum, U. (2020). Calon Guru Ketahuan Menyontek dengan Tulisan Jawaban di Kuteks. <https://www.liputan6.com/citizen6/read/4342146/calon-guru-ketahuan-menyontek-dengan-tulis-jawaban-di-kuteks>.
- Kiki, N & Hadjam, M. (2015). Hubungan Antara Berpikir Positif dan Perilaku Menyontek Pada Siswa Kelas X SMK Koperasi Yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 9.
- Poegoeh, D. P., & Hamidah, H. (2016). Peran Dukungan Sosial Dan Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Keluarga Penderita Skizofrenia. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 12.
- Pratiwi, I. (2020). *Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dengan Perilaku Menyontek Siswa Kelas VIII Di SMPN 4 Pamrkasan*. Institut Agama Islam Negeri Madura.

Samosir, D. T. P., & Sawitri, D. R. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Awal Kelas Vii. *Jurnal EMPATI*, 4(2), 14–19.