

# Hubungan Antara *Self Control* Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XI IPS

Vetrian Kusuma Ramadani<sup>1\*</sup>, Yusmansyah<sup>2</sup>, Ratna Widiastuti<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

<sup>2</sup> Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

<sup>3</sup> Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

\*e-mail: [vetrianakusuma97@gmail.com](mailto:vetrianakusuma97@gmail.com), Telp : +6281272174888

Received: October, 2018

Accepted: November, 2018

Online Published: November, 2018

**Abstract: Relationship Between *Self Control* And Agresivity At XI Grade.** The problem in this study was students' aggressive behavior . This study aimed to determine the relationship between *self-control* and aggressive behavior of XI grade students of SMA Negeri 6 Metro in academic year 2018/2019. Research method used in this study was quantitative research . The populations of this research were 250 students and the samples were 64 students taken by simple *purposive sampling* technique. The data were collected from *self-control* scale and aggressive behavior scale. The data were analyzed using *Product Moment Correlation*. The results showed that there was a negative and significant relationship between *self-control* and aggressive behavior with a correlation coefficient of  $r_{count} = -0,696 > r_{table} = -0.246$  and significance level of 0.05; therefore,  $H_0$  was rejected and  $H_a$  was accepted. The conclusion of this study was there was a negative meant significant relationship between *self-control* and students' aggressive behavior which means the higher *self-control*, the lower the aggressive behavior.

**Keywords:** *aggressivity, guidance counseling, self control*

**Abstrak: Hubungan Antara *Self Control* dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XI IPS.** Permasalahan dalam penelitian ini adalah perilaku agresif siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI SMA Negeri 6 Metro tahun ajaran 2018/2019. Metode penelitian yang digunakan bersifat kuantitatif. Populasi penelitian sebanyak 250 siswa dan sampel penelitian berjumlah 64 siswa diambil dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala *self control* dan skala perilaku agresif. Teknik analisis data menggunakan korelasi *Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *self control* dengan perilaku agresif dengan nilai korelasi  $r_{hitung} = -0,696 > r_{tabel} = -0,246$  taraf signifikansi 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self control* dengan perilaku agresivitas siswa. Artinya semakin tinggi *self control* yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah perilaku agresif yang dilakukan.

**Kata kunci:** agresivitas, bimbingan dan konseling, self control

## PENDAHULUAN / INTRODUCTION

Masa remaja seringkali disebut sebagai masa untuk menentukan identitas diri (*self-identity*). Usaha pencarian identitas banyak dilakukan dengan melakukan perilaku yang bersifat mencoba-coba, perilaku imitasi atau identifikasi. Ketika remaja gagal dalam melakukan identitas dirinya, dia akan mengalami krisis identitas, reaksi emosi yang masih belum stabil dan belum terkendali pada masa remaja dapat berdampak pada kehidupan pribadi maupun sosialnya. Remaja menjadi sering merasa tertekan, pendiam atau bahkan dapat berperilaku agresif.

Perilaku agresif yang sering terjadi pada remaja antara lain seperti aksi-aksi kekerasan dan saling ejek. Aksi-aksi kekerasan dapat terjadi dimana saja seperti di jalan-jalan maupun di sekolah, seringkali perilaku agresif ditemukan dalam keseharian baik secara fisik maupun verbal. Perilaku agresif dapat dipahami sebagai suatu perilaku yang bertujuan untuk melukai orang lain baik secara verbal maupun nonverbal, secara fisik, psikis, langsung maupun tidak langsung.

Perilaku agresif yang dilakukan siswa seperti agresi verbal maupun non verbal. Agresi non verbal yaitu perilaku yang melibatkan fisik seperti berkelahi, memukul, menendang. Sedangkan agresi verbal seperti menghina, mencaci, dan mengejek yang membuat individu merasa sakit hati. Perilaku agresif tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa saja, tetapi bibit-bibit agresivitas dapat dijumpai dalam perilaku anak dalam aktivitas keseharian mereka. Pada umumnya perilaku agresif anak terjadi sebagai pelampiasan dorongan emosi yang dialaminya. Akan tetapi tidak jarang perilaku itu dapat muncul sekedar saja

haya sebagai kebutuhan akan perhatian untuk mendapatkan pengakuan dari sesamanya.

Salah satu faktor kepribadian yang mempengaruhi munculnya perilaku agresi yaitu kontrol diri. Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan mengontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi yang lebih positif (Ghufron dan Risnawati, 2010). Kontrol diri sangat diperlukan bagi setiap individu, khususnya remaja jika remaja tidak mampu untuk melakukan kontrol diri dengan baik maka remaja dikhawatirkan dapat mengalami krisis identitas, sehingga remaja memiliki kecenderungan berperilaku negatif (Widiarti, 2010).

Goldfield dan Merbaum (Indraprasti, 2008) mendefinisikan kemampuan mengontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi positif. Selanjutnya kemampuan mengontrol diri berkaitan dengan bagaimana seseorang mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya.

Perilaku agresi individu salah satunya disebabkan oleh kepentingan kelompok yang harus dipenuhi tanpa memperdulikan tindakan yang dilakukan sesuai atau tidak dengan norma yang berlaku. Kontrol diri yang kurang menyebabkan munculnya tindakan yang tidak sesuai dengan norma tersebut yang berwujud kekerasan atau agresi. Kontrol diri merupakan cara individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan

dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 2008).

Menurut Hurlock (2008) hubungan teman sebaya mempengaruhi kematangan emosi remaja, kematangan emosi remaja ditandai dengan sikap emosi yang adekuat seperti adanya cinta kasih, simpati, bersedia menolong orang, hormat dan menghargai rang lain, ramah, tidak mudah tersinggung, optimis, serta mampu mengendalikan emosi.

Papalia, Olds dan Feldman (2009) mengemukakan bahwa kelompok teman sebaya merupakan sumber utama remaja dalam hal persepsi dan sikap yang berkaitan dengan gaya hidup. Bila kelompok teman sebaya menampilkan sikap yang positif kemungkinan besar remaja akan menampilkan pribadi yang baik, sebaliknya bila kelompok teman sebaya menampilkan sikap yang negatif maka kemungkinan remaja akan menampilkan pribadi yang kurang baik atau berperilaku agresif.

Menurut Baron dan Richardson (dalam Krahe, 2008) mendefinisikan agresi sebagai suatu perilaku yang diwujudkan dalam berbagai bentuk yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup lain yang terdorong untuk menghindari perlakuan tersebut. Agresif merupakan setiap tindakan yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai orang lain (Taylor, Peplau, & Sears, 2009).

Menurut Saad (2008) perilaku agresif remaja merupakan perilaku yang dapat merugikan atau mencederai orang lain dan memiliki unsur kesengajaan. Contoh perilaku agresif yang sering terjadi adalah pemukulan, berkata kasar, menghina, dan perilaku agresif lainnya baik secara fisik maupun verbal. Selain itu, dalam prosesnya, remaja juga

memperlihatkan perilaku mereka yang aktif menggunakan media massa, media massa menjadi sarana dalam gaya hidup sehari-hari.

Keberhasilan siswa tidak hanya ditandai dengan prestasi akademisnya saja, tetapi juga harus dilihat dari kemampuan dalam mengendalikan perilakunya dalam beretika di lingkungan sosial. Menurut Triatna (2008) Taraf inteligensi seseorang bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan. Emosional dalam hal ini sangat dibutuhkan, emosional menentukan apakah seseorang dapat atau tidak mengendalikan perilakunya, khususnya perilaku agresif.

Berbagai permasalahan yang terjadi pada remaja digambarkan sebagai kegagalan dalam pemenuhan tugas perkembangan. Beberapa remaja gagal dalam mengembangkan kontrol diri yang sudah dimiliki remaja seusinya selama dalam masa perkembangan. Havigurst menyatakan bahwa tugas remaja ialah untuk memiliki tanggung jawab serta mampu memahami nilai-nilai yang ada dalam masyarakat (Monks, 2006). Setiap remaja memiliki mekanisme yang dapat membantu dalam mengatur dan mengarahkan yang dimiliki, yaitu kontrol diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro Tahun Ajaran 2018/2019.

## **METODE PENELITIAN/ RESEARCH METHOD**

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 6 Metro. Sedangkan waktu pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan

pada tahun ajaran 2018/2019. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian parametrik dan jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro.

Definisi operasional penelitian ini merupakan pengertian variabel dari *self control* dan variabel dari perilaku agresif. *Self control* adalah kemampuan individu untuk membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku, emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya sehingga dapat membawa ke arah yang positif. Agresivitas adalah suatu perilaku yang dilakukan secara sengaja yang dimaksudkan untuk menyakiti orang lain baik secara verbal maupun non verbal. Menyakiti secara non verbal seperti berkelahi, menendang, memukul, menyerang, dan merusak benda milik orang lain, sedangkan agresivitas secara verbal disalurkan melalui kata-kata kotor, makian, meghina, mengejek, dan berteriak yang tidak terkendali.

Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh kelas XI SMA Negeri 6 Metro. Kelas XI SMA Negeri 6 Metro dibagi menjadi dua golongan yaitu XI IPA dan XI IPS. Dengan jumlah seluruh populasi penelitian yaitu 250 siswa. Peneliti mengambil sampel penelitian sebesar 25% dari populasi yaitu sebesar 64 siswa.

Menurut Hadi pengambilan sampel yang kurang dan lebih dari 100 dapat di ambil dari 20% - 25% jumlah populasi yang ada. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 64 siswa, yang diambil berdasarkan hasil perhitungan dari 25% jumlah populasi yang ada.

Peneliti dalam mengambil sampel menggunakan teknik penarikan sampel *purposive sampling*. Teknik ini merupakan metode penetapan responden untuk dijadikan sampel berdasarkan pada kriteria - kriteria tertentu. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menyebarkan skala *self control* dan skala perilaku agresif dengan model *Likert*. Dengan menggunakan skala *self control* dan skala perilaku agresif dapat diketahui apakah terdapat hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif.

Penelitian ini terdiri dari 45 aitem *self control* dan 41 aitem perilaku agresif. Setiap aitem pada kelompok pernyataan tersebut mempunyai empat pilihan jawaban yaitu sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS), skor penilaian bergerak dari 1 (satu) sampai dengan 4 (empat).

Untuk menilai tingkat kevalidan hasil dari perhitungan validasi instrumen ini dilakukan dengan menggunakan validitas isi (*Content Validity*), dimana suatu alat ukur dikatakan memiliki validitas isi jika keseluruhan isi definisi tercakup dalam perangkat ukur yang digunakan.

Validasi ini menggunakan *expert judgment*, yaitu penilaian instrumen dari ahli. Untuk menghitung koefisien validitas isi, penulis menggunakan formula Aiken's V yang didasarkan pada hasil penilaian panel ahli sebanyak jumlah orang terhadap suatu item.

Setelah pengujian validitas isi dilakukan oleh *expert judgement*, selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti yaitu menganalisis hasil *expert judgement* menggunakan koefisien validitas isi Aiken's V. Untuk menghitung hasil pengukuran pada

lembar validitas instrumen pada penelitian ini menggunakan rumus Aiken's V yaitu sebagai berikut:

$$V = \frac{\Sigma s}{[n(c-1)]}$$

Keterangan:

- $\Sigma s$  = Jumlah total  
 $s$  =  $r - l_o$   
 $l_o$  = Angka penilaian validitas yang rendah ( dalam hal ini = 1)  
 $r$  = Angka yang diberikan oleh seorang penilai  
 $c$  = Angka penilaian validitasnya tertinggi ( dalam hal ini = 4)  
 $n$  = Jumlah ahli

Berdasarkan hasil dari 45 aitem *self control* dan 41 aitem perilaku agresif pernyataan yang telah dihitung koefisien validitas isinya, terdapat 45 dan 41 pernyataan yang dinyatakan valid.

Reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* analisis dengan bantuan program SPSS. 22 yang memberikan informasi secara keseluruhan tentang kualitas responden secara keseluruhan dan juga kualitas instrumen yang digunakan maupun interaksi antara *pearson* dan aitem (Sumintono & Widhiarso, 2014).

Berdasarkan uji reliabilitas yang telah dilakukan didapatkan hasil reliabilitas skala *self control* yaitu sebesar 0,899 dan skala perilaku agresif sebesar 0,844. Hasil tersebut menunjukkan bahwa reliabilitas instrumen dalam penelitian ini memiliki kriteria yang sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen *self control* dan perilaku agresif dapat digunakan dalam penelitian.

Analisis data adalah untuk menyusun dan menginterpretasikan data (kuantitatif) yang sudah diperoleh (Prasetyo, B., & Jannah, L.M. 2012: 170). Penelitian kali ini penulis akan menggunakan rumus *Product Moment Pearson* dengan menggunakan bantuan program statistic SPSS 22.0. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro.

Terdapat beberapa ketentuan sebelum melakukan pengujian hipotesis, yaitu uji normalitas data, uji linieritas, dan uji hipotesis. Ketika suatu data berdistribusi normal, dan berbentuk linier, maka dapat dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan rumus *Product Moment Pearson*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN / RESULT AND DISCUSSION

Data yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh dari hasil sebaran skala *self control* dan skala perilaku agresif yang telah diisi oleh responden. Hasil olahan data SPSS Statistics 22 diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan negative antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro.

### Hasil

Uji normalitas data dapat diketahui bahwa nilai signifikansi dari variabel kontrol diri sebesar 0,055 dan variabel perilaku agresif sebesar 0,20 sehingga data berdistribusi normal karena nilai signifikansiya lebih dari 0,05.

Uji Linieritas data variabel *self control* dan variabel perilaku agresif didapatkan hasil bahwa kedua variabel memiliki nilai

signifiansi 0,000. Hal ini berarti kedua variabel linier karena nilai signifiansinya kurang dari 0,05.

Uji Hipotesis berdasarkan data penelitian yang telah dianalisis, diperoleh nilai signifiansi korelasi variabel kontrol diri dengan perilaku agresif adalah 0,000 dengan nilai koefisien  $r$  sebesar -0,696. Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan negative yang kuat antara kontrol diri dengan perilaku agresif. Hal tersebut berarti semakin rendah kontrol diri yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi perilaku agresif yang dilakukannya.

#### Pembahasan

Nilai signifiansi dari variabel *self control* dengan perilaku agresif adalah sebesar 0,000 yang memiliki arti nilai signifiansi kurang dari 0,05. Maka dapat disimpulkan hubungan kedua variabel adalah signifikan, sehingga memiliki hipotesis “ terdapat hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro” diterima.

Hasil koefisien determinasi ( $R^2$ ) variabel *self control* dengan perilaku agresif sebesar 48,5%. Berarti variabel *self control* disini memiliki nilai ketetapan sebesar 48,5%. Sebesar 51,5% sisanya ditetapkan oleh faktor lain. Seperti faktor usia dan kematangan serta faktor internal dan eksternal yang meliputi diri individu sendiri dan peranan lingkungan keluarga.

*Self control* sangat diperlukan oleh setiap siswa sehingga bertujuan agar dapat mengontrol tingkah laku yang akan dilakukan oleh siswa. Pada masa remaja, yaitu masa menentukan identitas (*self identity*). Usaha pencarian identitas banyak dilakukan dengan melakukan

perilaku yang bersifat mencoba-coba, perilaku imitasi atau identifikasi. Ketika remaja gagal dalam melakukan identitas dirinya dia akan mengalami krisis identitas, reaksi emosi yang masih belum stabil dan belum terkendali pada masa remaja dapat berdampak pada kehidupan pribadi maupun sosialnya. Remaja menjadi sering merasa tertekan, pendiam atau bahkan dapat berperilaku agresif .

Menurut Saad (2008) perilaku agresif remaja merupakan perilaku yang dapat merugikan atau mencederai orang lain dan memiliki unsur kesengajaan. Contoh perilaku agresif yang sering terjadi adalah pemukulan, berkata kasar, menghina, dan perilaku agresif lainnya baik secara fisik maupun verbal. Selain itu, dalam prosesnya, remaja juga memperlihatkan perilaku mereka yang aktif menggunakan media massa, media massa menjadi sarana dalam gaya hidup sehari-hari.

Perilaku agresi remaja dapat disalurkan dalam perbuatan, akan tetapi apabila tingkah laku tersebut dihalangi maka akan tersalur melalui kata-kata. Agresivitas yang disalurkan dalam bentuk perbuatan adalah agresi fisik seperti berkelahi, menendang, memukul, menyerang, dan merusak benda milik orang lain, sedangkan agresi remaja yang disalurkan melalui kata-kata kotor adalah agresi verbal yaitu seperti makian, menghina, mengejek, dan berteriak yang tidak terkendali (Sadardjoen,2009).

Mac Neil dan Stewart (dalam Hanurawan, 2010) menjelaskan bahwa perilaku agresif adalah suatu perilaku atau suatu tindakan yang diniatkan untuk mendominasi atau berperilaku secara destruktif, melalui kekuatan verbal maupun kekuatan fisik, yang diarahkan kepada objek sasaran perilaku agresif.

Seperti lingkungan fisik, orang lain dan diri sendiri.

Kartono (2011) menyatakan bahwa faktor penyebab agresivitas remaja adalah kondisi pribadi remaja, yaitu lemahnya kontrol diri terhadap pengaruh lingkungan, kurang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan kurangnya dasar keagamaan. Kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, mengarahkan bentuk perilaku yang membawa remaja ke arah yang positif.

Reaksi emosi yang sering dialami seseorang ketika dalam satu kondisi emosi tertentu, yang sering terlihat adalah emosi marah. Perasaan marah berlanjut pada keinginan untuk melampiaskannya dalam satu bentuk tertentu dan pada objek tertentu (Sarwono & Meinarno, 2009). Sedangkan faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku agresif pada remaja yaitu faktor internal (dari dalam) maupun faktor eksternal (dari luar). Faktor internal tersebut meliputi: frustrasi, gangguan pengamatan dan tanggapan remaja, gangguan berfikir dan intelegency remaja, serta gangguan perasaan atau emosional remaja sedangkan faktor eksternal meliputi faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor lingkungan (Kartono, 2011).

Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan mengontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi yang lebih positif (Ghufron dan Risnawati, 2010). Kontrol diri sangat diperlukan bagi setiap individu, khususnya remaja jika remaja tidak mampu untuk melakukan kontrol diri dengan baik maka remaja

dikhawatirkan dapat mengalami krisis identitas, sehingga remaja memiliki kecenderungan berperilaku negatif (Widiarti, 2010).

Menurut Averill (Kusumadewi, 2012) kontrol diri merupakan variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak penting atau penting dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan yang diyakininya.

Menurut Averill (Herlinawati, 2000) kontrol diri terdiri dari beberapa jenis, yakni kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitif control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*). Kontrol perilaku (*behavior control*) merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan.

Kontrol kognitif (*cognitif control*) merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Selanjutnya yaitu mengontrol keputusan (*decisional control*) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan yang berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya, kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Tingkat kontrol diri yang dimiliki setiap individu berbeda-beda, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu

faktor internal dan eksternal. Faktor internal tersebut meliputi faktor usia dan kematangan serta faktor meliputi pengaruh lingkungan. Dimana semakin bertambahnya usia dan kematangan seseorang, maka akan semakin baik kontrol diri yang dimiliki, individu yang matang secara psikologis juga akan berdampak pada seseorang tersebut mampu mengontrol perilakunya, karena individu telah mampu mempertimbangkan mana hal yang baik dan buruk bagi dirinya (Hurlock, 2004).

Pada variabel *self control* hasil yang didapat yaitu siswa masih rendah dalam mengontrol kognitifnya seperti tidak mempunyai mengenali, mengerti, mengatur, mengendalikan emosi dan perilakunya. Hal ini membuat siswa mudah terpancing emosinya dan berperilaku agresif kepada individu lain.

Pikiran negatif dapat menstimulasi munculnya perilaku agresif. Semin & Fiedler (2009) bahwa ada perantara antara frustrasi dan agresi yakni penilaian kognitif terhadap frustrasi, frustrasi menimbulkan agresivitas jika terjadi penilaian kognitif yang negatif. Beck (2008) bahwa pikiran negatif merupakan penyimpangan berpikir (distorsi kognitif), satu diantaranya adalah berfikir ekstrim. Agresi diakibatkan karena adanya kegagalan, kekurangan atau ketidakmampuan anak dalam memproses informasi sosial.

Hasil kedua yaitu menunjukkan bahwa siswa masih rendah dalam *behaviour control* (kontrol kendali), hal ini seperti siswa merasa kesulitan membuat skala prioritas kegiatan yang akan dilakukan, mereka membiarkan setiap hari berjalan dengan apa adanya saja tanpa ingin berinovasi dan membuat rencana atau hal-hal positif untuk dirinya kedepan. Sehingga membuat siswa

berperilaku *impulsive*, sering menunda-nunda pekerjaan, cenderung melakukan dan memilih tugas-tugas yang bersifat sederhana, berfikir sempit karena kurangnya perencanaan dan tidak adanya tujuan untuk masa depan.

Menurut Goldfried dan Marbaum (dalam Muhid, 2009) kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku utama yang membawa pada konsekuensi positif.

Ketiga yaitu kendali keputusan. Hal-hal yang dilakukan siswa seperti bersikap tidak tegas ketika mengambil sebuah keputusan, mereka cenderung ikut-ikutan teman sebayanya, seperti mengikuti ajakan teman untuk bermain walaupun tidak memberikan manfaat yang positif untuk dirinya. Hal ini didasarkan karena agar terlihat kompak dan ingin mendapatkan pengakuan di lingkungan sebayanya.

Menurut Hurlock (2008) hubungan teman sebaya mempengaruhi kematangan emosi remaja, kematangan emosi remaja ditandai dengan sikap emosi yang adekuat seperti adanya cinta kasih, simpati, bersedia menolong orang, hormat dan menghargai orang lain, ramah, tidak mudah tersinggung, optimis, serta mampu mengendalikan emosi.



Papalia, Olds dan Feldman (2009) mengemukakan bahwa kelompok teman sebaya merupakan sumber utama remaja dalam hal persepsi dan sikap yang berkaitan dengan gaya hidup. Bila kelompok teman sebaya menampilkan sikap yang positif kemungkinan besar remaja akan menampilkan pribadi yang baik, sebaliknya bila kelompok teman sebaya menampilkan sikap yang negatif maka kemungkinan remaja akan menampilkan pribadi yang kurang baik.

Melalui interaksi dengan teman sebaya remaja mengenal tentang nilai-nilai seperti kejujuran, keadilan, kesopanan, dan kedisiplinan. Perkembangan sosial pada remaja terjadi kecenderungan untuk mengikuti pendapat, opini, nilai, kebiasaan dan kegemaran atau keinginan teman sebaya. Selain itu, pada remaja terjadi transisi sosial dimana remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya dibanding orang tua (Stuart & Laraia, 2009). Pengakuan dan penerimaan oleh teman-teman merupakan kebutuhan yang mutlak bagi remaja. Remaja yang terasing dari teman sebaya akan mengalami kesepian, kesendirian dan rendah diri (Hurlock, 2008).

Menurut Ray (2011), secara umum *self-control* yang rendah mengacu pada ketidakmampuan individu menahan diri dalam melakukan sesuatu serta tidak memedulikan konsekuensi jangka panjang. Sebaliknya, individu dengan *self-control* yang tinggi dapat menahan diri dari hal-hal yang berbahaya dengan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Siswa kelas XI haruslah menahan diri untuk bermalas-malasan, mereka harus belajar untuk menempuh PTN nantinya ketika kelas XII. Siswa harus belajar agar mendapatkan perguruan tinggi yang bagus dan yang diinginkan.

Figur yang paling mungkin menjadi model bagi anak adalah orang tuanya sendiri, oleh sebab itu perilaku agresif anak sangat tergantung pada cara lingkungan memperlakukan mereka dan diri mereka sendiri (Sears, 2008). Oleh sebab itu, perilaku agresi pada anak-anak sangat tergantung pada cara lingkungannya dalam memperlakukan mereka, karena perilaku orang di sekitarnya dapat dipakai sebagai model yang ditiru siswa.

Keberhasilan siswa tidak hanya ditandai dengan prestasi akademisnya saja, tetapi juga harus dilihat dari kemampuan dalam mengendalikan perilakunya dalam beretika di lingkungan sosial. Menurut Triatna (2008) Taraf inteligensi seseorang bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang karena ada faktor lain yang mempengaruhi. Emosional dalam hal ini sangat dibutuhkan, emosional menentukan apakah seseorang dapat atau tidak mengendalikan perilakunya, khususnya perilaku agresif.

Hude (2006) menyebutkan ekspresi emosi dalam bentuk tingkah laku cakupannya sangat luas, seluas aktivitas manusia itu sendiri. Tingkah laku agresif adalah contoh perlibatan diri dalam menghadapi berbagai ancaman sebagai upaya mekanisme pertahanan diri (*self-defense mechanism*). Semua emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi (Goleman, 2007).

Hal ini merupakan akar dari segala kendali diri, sebab semua emosi, sesuai dengan sifatnya, membawa pada salah satu dorongan hati untuk bertindak. Dari teori yang telah dipaparkan maka dapat diambil kesimpulan bahwa kontrol

diri sangat berpengaruh terhadap tindakan yang akan diambil. Seseorang yang tidak dapat mengendalikan atau mengontrol emosi maka akan mengambil keputusan secara singkat untuk menentukan tindakannya. Segala tindakan yang telah diambil maka akan berpengaruh terhadap kelangsungan hidupnya.

Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor rendahnya *self control* pada siswa XI IPS SMA Negeri 6 Metro yaitu:

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Hasil sebaran data instrument *self control* yaitu tidak mampunya siswa dalam mengenali, mengerti, mengatur, dan mengendalikan emosi dan perilakunya, sehingga membuat siswa mudah terpancing emosinya dan membuat berperilaku agresif.

Kontrol kendali merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Hasil sebaran data instrument *self control* yaitu siswa tidak mampu membuat skala prioritas kegiatan yang akan dilakukannya, membiarkan setiap hari berjalan dengan apa adanya saja tanpa ingin berinovasi dan membuat rencana atau hal-hal positif untuk dirinya kedepan. Sehingga membuat siswa berperilaku *impulsive*, sering menunda-nunda pekerjaan, cenderung melakukan dan memilih tugas-tugas yang bersifat sederhana, berfikir sempit karena kurangnya perencanaan dan tidak adanya tujuan untuk masa depan.

Kontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan yang berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui, kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Hasil sebaran data instrument *self control* yaitu siswa bersikap tidak tegas ketika mengambil sebuah keputusan, mereka cenderung ikut-ikutan teman sebayanya, seperti mengikuti ajakan teman untuk bermain walaupun tidak memberikan manfaat yang positif untuk dirinya.

Pada variabel perilaku agresif hasil yang didapat yaitu siswa melakukan agresi fisik, agresi verbal, dan agresi marah. Perilaku agresi ini dilakukan oleh siswa kepada teman sebayanya, bahkan kepada orang yang lebih tua dan lebih kecil dari dirinya. Perilaku agresif sudah menjadi hal yang wajar saja bagi siswa, mereka tidaklah mengetahui bagaimana dampak dari perilaku agresif bagi korban.

Hasil sebaran data skala perilaku agresif yaitu : Agresi fisik merupakan suatu perilaku dalam bentuk tindakan fisik yang dapat merugikan, merusak, dan melukai orang lain. Perbuatan tersebut bisa berupa menendang, meludahi, memukul dan sebagainya. Perilaku yang muncul pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro yaitu berupa perkelahian antar teman sebaya, siswa tidak segan untuk memulai melakukan penyerangan terhadap teman, dan melakukan kekerasan fisik seperti memukul.

Agresi verbal merupakan suatu tindakan dalam bentuk ucapan yang dapat menyakiti atau melukai orang lain. Perilaku verbal dapat berupa menghina, mengancam, memaki, menjelek-

jelekkkan orang lain. Perilaku yang muncul pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro yaitu berupa membicarakan keburukan orang lain, menghina teman, dan saling mencaci sesama teman sebaya.

Agresi marah merupakan suatu bentuk agresi yang sifatnya tersembunyi dalam perasaan seseorang tapi efeknya juga dapat menyakiti orang lain. Perilaku yang muncul pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro yaitu berupa suatu agresi marah yang berujung kepada permusuhan seperti membujuk salah satu teman yang agar tidak bermain dengan salah satu teman yang tidak disukai. Hal seperti ini lebih dilakukan oleh pelajar siswi.

Menurut temuan Bandura (dalam Hergenbahn & Olson, 2008) bahwa perilaku agresif merupakan sesuatu yang dipelajari dan bukan perilaku yang dibawa individu sejak lahir. Perilaku agresif ini dipelajari dari lingkungan sosial seperti interaksi dengan keluarga, interaksi dengan teman sebaya, dan media massa melalui *modelling*. Agresi pada anak yang terjadi akibat pengaruh media massa berisi kekerasan (tayangan film) sebagaimana hasil penelitian Santhoso (2003) di Kotamadya Yogyakarta menunjukkan ada korelasi antara minat terhadap film kekerasan dengan kecenderungan perilaku agresi.

Menurut Santrock (2002) dan Kirsh (2006) bahwa bahwa tayangan kekerasan di televisi yang terus menerus ditonton oleh anak-anak menyebabkan meningkatnya agresi pada anak-anak. Pada usia sekolah, perkembangan kognitif anak menjadikannya mampu melakukan fantasi. Isi fantasi banyak dipengaruhi oleh tontonan yang disaksikan oleh anak. Melalui tontonan tersebut, anak-anak mengetahui tokoh

jahat dan tokoh baik sehingga timbul keinginan untuk berperilaku seperti tokoh-tokoh yang mereka kagumi. Penelitian Khumas, Hastjarjo, & Wimbari (1997) menemukan bahwa ada hubungan antara fantasi agresi dan perilaku agresi pada anak-anak.

Salah satu faktor penyebab terjadinya perilaku agresi adalah kontrol diri yang rendah (Wenar & Kerig, 2000). Menurut Hurlock (2008), kontrol diri seseorang berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang ada di dalam dirinya. Selain itu agresi dibedakan berdasarkan bagaimana perilaku itu dilakukan (Rahman, 2013) yakni, pertama, apakah agresi dilakukan secara langsung (langsung ditujukan pelaku kepada korban) atau tidak langsung (dilakukan oleh orang lain, atau ditujukan kepada orang atau bendayang berhubungan dengan sasaran agresi). Kedua apakah agresi dilakukan secara aktif (menyakiti orang lain dengan menunjukkan tindakan atau kata-kata) atau pasif (menyakiti orang lain dengan tidak melakukan atau mengatakan sesuatu yang seharusnya dilakukan atau dikatakan). Ketiga, agresi dilakukan secara verbal (menyakiti orang lain melalui kata-kata) atau non fisik (menyakiti orang lain melalui tindakan).

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga jenis agresi yang dilakukan oleh siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro, yaitu agresi fisik berupa perkelahian antar teman sebaya, tidak segan melakukan penerangan, dan mencaci antar sesama teman. Agresi verbal yang dilakukan oleh siswa yaitu berupa menghina teman, membicarakan keburukan orang lain, dan mencaci antar sesama teman sebaya. Agresi marah yang dilakukan siswa yaitu agresi marah yang berujung kepada

agresi permusuhan seperti membujuk salah teman-teman untuk tidak berteman dengan salah satu teman yang tidak disukai. Hal-hal seperti ini terjadi karena siswa memiliki kontrol diri yang rendah yang membuat siswa sulit mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang ada di dalam dirinya. Sehingga membuatnya melakukan suatu perilaku menyimpang yang merugikan dirinya sendiri maupun orang lain.

Peneliti melakukan perhitungan normalitas data, linieritas, dan hipotesis data bantuan *SPSS (Statistical Package for social science) 22.0*. Berdasarkan hasil perhitungan normalitas data yang peneliti dapatkan adalah data penelitian berdistribusi normal dengan melihat jumlah nilai signifikansi *kolmogorov – smirnov Z* perilaku agresif sebesar 0,20 dan variabel *self control* yaitu sebesar 0,55. Hal ini berarti sebaran data skala *self control* dan skala perilaku agresif berdistribusi normal karena nilai  $0,55 > 0,025$  dan nilai  $0,20 > 0,025$ .

Peneliti selanjutnya melakukan pengujian linieritas. Uji linearitas data dilakukan berdasarkan hasil data dari skala *self control* dan skala perilaku agresif. Tujuan dari uji linearitas ini adalah untuk mengetahui apakah sebaran data dua variabel linear atau tidak. Hal ini dilihat berdasarkan hasil perhitungan data yang menunjukkan nilai *sig .deviation from linearity* 0,000. Karena nilai  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak sehingga data berbentuk linear.

Peneliti selanjutnya menggunakan perhitungan dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment Pearson* untuk mengetahui hubungan antara variabel *self control* dengan variabel perilaku agresif. Karena kedua variabel berdistribusi normal dan linear sehingga data dapat diuji hipotesiskan dengan menggunakan

teknik korelasi *Product Moment* dengan bantuan *SPSS (Statistical Package for social science) 22.0*.

Berdasarkan analisis uji korelasi *Product Moment* sebesar didapatkan nilai sebesar -0,696. Selanjutnya yaitu membandingkan antara nilai *r* hitung dengan *r* tabel. Dari hasil analisis tersebut terlihat bahwa nilai *r* hitung  $>$  *r* tabel yaitu  $-0,696 > 0,246$  sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative dan signifikan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro.

Temuan yang didapat dalam penelitian ini ditemukan bahwa reliabilitas dengan bantuan *SPSS.22* pada *summary statistic*, dimana didapatkan hasil bahwa konsistensi jawaban dari responden istimewa, namun kualitas aitem-aitem dalam instrumen lemah. Kualitas aitem-aitem pada penelitian ini lemah, dikarenakan aitem terlalu positif atau terlalu mudah.

Tes yang baik harus memenuhi beberapa kriteria berdasarkan karakteristik butir soal antara lain meliputi indeks kesukaran (*p*), daya beda (*d*), dan distribusi respons. Aitem-aitem pada penelitian ini memiliki kadar kesukaran yang terlalu mudah. Butir soal dapat dinyatakan sebagai butir soal yang baik apabila tidak terlalu sukar dan tidak terlalu mudah atau dengan kata lain harus termasuk dalam kategori sedang. Butir soal yang terlalu mudah akan menyebabkan siswa tidak termotivasi untuk mempertinggi usaha memecahkan soal tersebut.

Pada penelitian ini juga memiliki kecenderungan yang tinggi untuk dijawab oleh responden dengan benar dengan cara ditebak. Selain itu, semua

analisis reliabilitas dan validitas menggunakan pengujian tunggal, atau pengujian dilakukan dari data yang diambil satu kali. Sehingga hasil analisis sangat tergantung pada variasi jawaban. Perlu ada penelitian lebih lanjut untuk menguji reliabilitas dan validitas tes. sedangkan analisis reliabilitas perlu dilakukan menggunakan metode tes ulang (*test-retest*).

Walaupun instrumen pada penelitian ini tergolong lemah, akan tetapi instrumen *self control* dan instrument perilaku agresif ini masih layak untuk dipakai. Hal tersebut didukung dari hasil validitas instrumen *self control* yaitu 70 aitem dan 45 aitem dinyatakan valid, sedangkan untuk hasil validitas instrument perilaku agresif 44 aitem dan 41 aitem dinyatakan valid.

Hasil reliabilitas yang dilihat dari nilai *alpha cronbach* yang menyatakan bahwa aitem secara keseluruhan reliabilitas dan dalam kategori bagus sekali, dan berdasarkan hasil unidimensionalitas yang menyatakan instrumen yang dikembangkan mampu mengukur perilaku agresif dan kontrol diri siswa. Soal yang tergolong mudah harus diadakan perbaikan dengan mengganti kalimat yang lebih panjang dan kompleks sehingga menuntut peserta didik untuk lebih berpikir.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif. Arah hubungan antara variabel *self control* dengan perilaku agresif adalah negative , yaitu semakin rendah *self control* yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi perilaku agresif yang dilakukan. Selain itu kualitas instrumen yang dipakai pada penelitian ini memiliki kualitas aitem yang lemah.

## SIMPULAN / CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 6 Metro peneliti memperoleh kesimpulan sebagai berikut:

Terdapat hubungan negative dan signifikan antara *self control* dan perilaku agresif, perilaku agresif yang muncul pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro yaitu agresi fisik, agresi verbal, dan agresi marah dimana hal tersebut muncul karena rendahnya *self control* siswa.

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

Kepada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro yang memiliki kontrol diri yang rendah hendaknya bisa menghubungi guru BK untuk meminta bantuan dalam meningkatkan *self controlnya*, sehingga dalam menjalankan kegiatan sehari-hari tidak mengalami suatu hambatan dalam membina hubungan dengan orang lain. Peserta didik khususnya sampel pada penelitian ini agar tidak melakukan perilaku agresif secara terus menerus, yaitu dengan mengembangkan kemampuan kontrol dirinya, dan bagi peserta didik yang menjadi sampel penelitian agar bisa lebih meningkatkan dan mempertahankan *self control* yang sudah baik.

Peneliti selanjutnya hendaknya dapat lebih memperkaya penelitian ini dengan melihat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku agresivitas siswa, seperti adanya penghinaan verbal, adanya frustrasi dalam diri siswa, motif untuk membalas dendam dan kompetisi (adanya rasa bersaing dengan individu lain) dan meningkatkan *self control* siswa

yang rendah seperti tidak mempunya siswa dalam mengenali, mengerti, mngatur dan mengendalikan emosi dan perilakunya.

#### DAFTAR RUJUKAN / REFERENCES

Arikunto, S.2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Bandung: Rineka Cipta

Eviyah, E. 2014. *Religius, Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja, Vol. 3, pp. 126-129*. Universitas Darul Ulum Jombang. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/viewFile/376/334>, diakses pada Mei 2014

Margiani, K. 2013. *Stress, Dukungan Kluarga Dan Agresivitas Pada Istri Yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh. Vol 2. No.3 pp.191-198*. UNTAG Surabaya. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/issue/view/187> diakses pada Juni 2018

Nur, K. 2009. *Peningkatan Kemampuan Kendali Diri Dalam Emmilih Kegiatan Di Luar Jam Sekolah Melalui Konseling Realita Pada Pengurus OSIS di SMA N 1 Wirosan Grobogan Tahun 2008/2009*. Skripsi: Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan. UNNES.

Prasetyo, B., & Jannah, L.M. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Putri, A. F. 2010 . *Hubungan antara Kematangan Emosi dan Agresivitas Remaja Akhir Laki-Laki. Vol 66 Hal 24*. Fakultas Psikologi UIN Jakarta. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace>

[/handle/123456789/21694](http://handle/123456789/21694) , diakses pada 5 Oktober 2012

Rahayu, D. C. 2008. *Hubungan antara Kematangan Emosi dan Komformitas dengan Prilaku Agresif pada Suporter Sepak Bola*. Fakultas Psikologi UMS. <http://eprints.ums.ac.id/1333/1/F100020084.pdf> diakses pada 19 Mei 2009

Ratna,E.M. 2008. *Hubungan Religiusitas dengan Perilaku Agresif Remaja Madrasah Tsanawiyah Persiapan Negeri Batu*. Skripsi: Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/4359/1/04410025.pdf>

Tambunan.2001. *Pengaruh Emosi Dasar Negatif Terhadap Perilaku Agresi Remaja Pada SMU DHARMA PANCASILA*. Skripsi: Medan : Universitas Sumatera Utara (<http://repository.usu.ac.id> ) di akses pada Juni 2014

Tuasikal,Fitrah.R. 2008. *Hubungan Antara Intensitas Komunikasi Interpersonal Dengan Agresivitas. Vol 13. No.25*. Universitas Islam Indonesia. <http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/Psikologika/article/viewFile/8581/7292> diakses pada Januari 2008

Yulianti, E. 2005. *Perbandingan Prilaku Agresif antara Remaja yang Berhasil dari Keluarga Bercerai dengan Keluarga Utuh*. Fakultas Psikologi Tarumanegara. <http://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-4962-M.Nisfiannoor,EkaYulianti.pdf>, diakses pada 1 Juni 2005

Zulkaarnain.2002. *Hubungan Kontrol Diri Dan Kreativitas Pekerja. Laporan Penelitian.* Universitas Negeri Sumatera Utara.  
<http://library.usu.ac.id/download/fk/psiko-zulkarnain.pdf> diakses pada  
Maret 2010