

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : **PENGARUH *SELF-CONTROL* TERHADAP  
CENDERUNGAN BERPERILAKU AGRESIF PADA  
SISWA SMK N 1 PARLILITAN**

Nama : **Hernawati Angelina Hasugian**

NPM : **20900026**

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

MENYETUJUI  
KOMISI PEMBIMBING



Dr. Karina M Br. Brahmama, M.Psi,  
Psikolog

Dosen Pembimbing I



Nancy Naomi G.P. Aritonang., M.Psi,  
Psikolog

Dosen Pembimbing II

MENGETAHUI



Dr. Nenny Ika Putri, M.Psi, Psikolog

Tanggal Lulus 28 Agustus 2024

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Manusia merupakan makhluk hidup yang mengalami perkembangan sepanjang hidupnya. Dalam perkembangannya, manusia melewati beberapa tahapan, salah satunya adalah masa remaja. Menurut Santrock (2012) remaja mempunyai sifat yang cenderung lebih agresif, emosi tidak stabil, dan tidak bisa menahan dorongan nafsu. Pada masa pubertas atau masa menjelang dewasa, remaja mengalami banyak pengaruh-pengaruh dari luar yang menyebabkan remaja terbawa pengaruh oleh lingkungan tersebut. Hal tersebut mengakibatkan remaja yang tidak bisa menyesuaikan atau beradaptasi dengan lingkungan yang selalu berubah-ubah akan melakukan perilaku yang maladaptif, seperti contohnya perilaku agresif yang dapat merugikan orang lain dan juga diri sendiri.

Khotimah dkk. (2015), tugas-tugas perkembangan pada fase remaja difokuskan terhadap kemandirian, antara lain yaitu : 1) Mampu menerima keadaan fisiknya; 2) Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa; 3) Memperoleh kebebasan emosional; 4) Mencapai kemandirian ekonomi; 5) Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki usia dewasa. Dari tugas perkembangan tersebut tidak semua remaja dapat memenuhi tugas-tugasnya dengan baik, ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas-tugasnya tersebut, yaitu masalah pribadi dan masalah khas remaja. Remaja masa kini banyak sekali mendapatkan

tekanantekanan mulai dari kondisi lingkungan dan sosial budaya serta perkembangan teknologi yang semakin pesat. Hal tersebut dapat mengakibatkan munculnya masalah-masalah psikologis berupa gangguan penyesuaian diri atau perilaku yang menimbulkan bentuk penyimpangan perilaku yang disebut kenakalan remaja.

Pada masa ini, remaja akan sulit mengendalikan diri. Oleh sebab itu pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada masa remaja ini tidak selalu terkelola dengan baik (dalam Hafni dan Sairah 2021). Pada masa remaja sering terjadi ketegangan emosi yang meningkat sebagai akibat dari perubahan fisik yang disertai kondisi lingkungan yang tidak mendukung perkembangan emosionalnya. Pada masa ini, remaja penuh energi, emosional, dan memiliki pengendalian diri yang belum sempurna. Hal ini dapat menimbulkan perasaan tidak aman, dan kekhawatiran akan kesepian. Remaja yang tidak diperlakukan sesuai tuntutan dan kebutuhan perkembangannya akan mengembangkan perilaku agresif Rosmawati (2018).

Anita (2019), mengemukakan perilaku agresif yaitu suatu reaksi dimana seseorang dengan sengaja menyakiti fisik ataupun perasaan dengan kekerasan ataupun mengucapkan kata-kata yang kurang baik atau pantas. Perilaku agresif pada remaja merupakan keinginan yang sengaja untuk menyakiti orang lain karena merasa lebih unggul atau untuk melindungi diri dari situasi tertentu yang membuat dirinya merasa tidak nyaman dan disertai perasaan marah. Perilaku agresif identik dengan kekerasan fisik dan psikis terhadap korban lainnya. Perilaku agresif muncul saat seseorang merasakan adanya ancaman, marah, gusar,

frustasi, tidak nyaman, ingin memperoleh sesuatu yang diinginkan namun tidak mengerti bagaimana jalan yang tepat untuk mendapatkannya atau ingin melindungi diri dari berbagai kesulitan tertentu yang dilakukan dengan perasaan marah atau emosi dan dilakukan dengan tujuan untuk melukai, menyakiti, mengintimidasi atau mendominasi orang lain.

Pradana dkk. (2018), perilaku agresif dapat berupa fisik maupun verbal, yang sengaja dilakukan oleh seseorang individu maupun kelompok dengan tujuan untuk melukai, menyakiti, memenuhi keinginan, penegasan kekuasaan, dan merugikan orang lain maupun kelompok lain Adapun perilaku agresif secara verbal berupa tindakan menyakiti dengan kata-kata seperti menghina, memaki, membentak, serta berkata kasar dan tidak pantas. Sedangkan perilaku agresif secara fisik seperti mendorong, memukul, menendang, merusak barang orang lain, serta berperilaku kasar yang dilakukan dengan unsur kesengajaan untuk melukai orang lain secara fisik. (Auliya & Nurwidawati, 2014).

Yanizon & Sesriani (2019) mengemukakan tindakan perilaku agresif remaja dilakukan bukan hanya dalam lingkungan kehidupan sehari-hari di rumah, namun di sekolah juga remaja selalu bertindak sesuka hati. Pada dasarnya remaja selalu berusaha untuk bisa berkuasa diantara teman-teman lainnya untuk menunjukkan pada orang lain bahwa remaja punya kekuatan yang lebih dari yang lainnya. Perilaku agresi yang dilakukan oleh remaja biasanya berhubungan dengan emosi dan seperti yang kita ketahui bahwa remaja adalah orang yang penuh dengan emosi.

Berikut ini adalah data peningkatan perilaku agresif remaja dari tahun ketahun di ambil dari Badan Statistik (BPS). Pada tahun 2013 angka perilaku agresif remaja di Indonesia mencapai 6325 kasus, sedangkan pada tahun 2014 jumlahnya mencapai 7007 kasus dan pada tahun 2015 mencapai 7762 kasus. Sedangkan tahun 2016 mencapai 8597,97 kasus, dan tahun 2017 sebesar 9523,97 kasus. Kasus tersebut terdiri dari berbagai kasus perilaku agresif remaja diantaranya kekerasan fisik dan kekerasan psikis. Sedangkan untuk prediksi tahun 2018 sebanyak 10549,70 kasus, 2019 mencapai 11685,90 kasus dan pada tahun 2020 mencapai 12944,47 kasus. BPS, 2017 (dalam Yanizon & Sesriani, 2019).

Perilaku agresif di kalangan remaja memang kerap sering terjadi. Aksi kekerasan yang dilakukan dapat terjadi dimana saja, dapat berupa agresif fisik maupun verbal. Agresivitas seperti ini tidak hanya terjadi pada siswa SD maupun SMP, namun terjadi juga pada siswa SMA dan SMK. Berbagai kasus yang berkaitan dengan kenakalan remaja, siswa dari Sekolah kejuruan cenderung lebih banyak terlibat kasus kenakalan remaja jika dibandingkan dengan Sekolah menengah umum. Sekolah Menengah Kejuruan adalah sekolah menengah yang lebih menekankan pada praktik dan pengalaman kerja karena siswa-siswa lulusan Sekolah menengah kejuruan diharapkan dapat menjadi tenaga kerja yang siap pakai Nidianti dkk. (2015).

Berdasarkan kemdikbud (2024), SMK N 1 Parlilitan merupakan sebuah lembaga sekolah SMK Negeri yang lokasinya berada di Jl. Huta Saba No.26, Sihotang Hasugian Tonga, Kec. Parlilitan, Kabupaten Humbang Hasundutan, Sumatera Utara. Sekolah SMK N 1 Parlilitan terdapat dua jurusan kompetensi

keahlian yaitu, teknik kendaraan ringan otomotif (TKR) dan teknik computer dan jaringan (TKJ).

Denson dkk. (2012) menyatakan bahwa perilaku agresif yang tidak terkendali sering kali menjadi akar penyebab perilaku kekerasan seperti rasa kesal dan amarah. Oleh karena itu seseorang dengan perilaku agresif dapat membuat kerusuhan, menimbulkan masalah bagi orang lain, atau bahkan merugikan sebagai cara untuk melampiaskan rasa frustrasi dan amarahnya. Kontrol diri yang rendah atau kurangnya pengendalian diri yang dapat menyebabkan seseorang untuk bertindak agresif tanpa mempertimbangkan dampak dari tindakannya. Menurut Praptiani (dalam Yusuf et al. 2016), orang yang kurang memiliki pengendalian diri biasanya melakukan tindakan kekerasan; sebaliknya, remaja yang memiliki tingkat pengendalian diri yang tinggi menunjukkan tingkat agresivitas yang rendah.

Mungkin sulit untuk melepaskan kecenderungan respons perilaku agresif ketika seseorang tidak memiliki *Self-control* yang baik. sehingga seseorang diharapkan mampu untuk mengendalikan diri dan menghindari godaan untuk bertindak agresif. Untuk mengatur perilaku, pemikiran, dan pengambilan keputusan, diperlukan *self-control*. Perilaku agresif dan pengendalian diri saling berkaitan karena pengendalian diri memaksa seseorang untuk mempertimbangkan implikasi perkataan dan tindakannya sebelum bertindak. Untuk mengurangi perilaku bermusuhan Dewall dkk. (2011).

Menurut Ghufron dan Risnawati (2016) *self-control* adalah kemampuan merencanakan, mengarahkan, dan mengelola perilaku seseorang secara konstruktif, bahkan saat berinteraksi dengan dunia sekitar. seseorang yang memiliki *self-control* akan mampu mengendalikan amarahnya sehingga berdampak pada perilaku agresif. Oleh karena itu, seseorang yang mampu mengendalikan diri akan lebih sedikit menunjukkan agresi. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara agresi dan pengendalian diri. Kemampuan mengontrol diri sangat penting dalam kehidupan bersosialisasi individu setiap harinya. Seseorang yang memiliki *self-control* yang tinggi akan mampu mengendalikan dan menyesuaikan perilaku yang akan dilakukan serta mengekspresikan apa yang dirasakan dengan cara yang tepat sehingga terjaga dari perbuatan atau ucapan yang dapat menyakiti perasaan orang lain.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Siregar (2020) analisis data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari variabel kontrol diri terhadap variabel perilaku agresif sebesar 9,1%, sedangkan sisanya sebesar 90,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai prediktor dalam menurunkan tingkat perilaku agresif. Tingkat kenaikan nilai pada kontrol diri akan diikuti penurunan nilai pada perilaku agresif yang ditunjukkan dengan persamaan  $Y = 44,943 - 0,171X$ , adapun tanda negatif (-) pada nilai -0,171 menunjukkan arah berbanding terbalik antara kedua variabel, artinya semakin tinggi skor kontrol diri, maka semakin rendah tingkat perilaku agresif. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah skor kontrol diri, maka semakin tinggi pula tingkat perilaku agresif remaja.

Hasil penelitian yang dilakukan Auliyah dan Nurwidawati (2014) yang menunjukkan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara kontrol diri terhadap perilaku agresif. Artinya semakin baik kontrol diri yang dimiliki remaja, maka semakin rendah perilaku agresif, begitupun sebaliknya. Adapun perilaku agresif yaitu keinginan untuk menyerang segala sesuatu yang dianggap sebagai penghambat baginya. Salah satu upaya untuk mencegah perilaku agresif remaja yaitu dengan mengontrol diri. Remaja yang mempunyai kontrol diri tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku, sehingga membawa kepada konsekuensi positif.

Berdasarkan informasi dari (A.M), seorang warga sekitar SMK Negeri 1 Parlilitan, menunjukkan fenomena tindakan agresif di kalangan siswa. Salah satu contohnya adalah perkelahian antara siswa SMA dan SMK yang terjadi pada saat jam pulang sekolah. Perkelahian ini melibatkan masing-masing kelompok siswa dan kejadian ini terjadi di Jalan Hutasaba, Kecamatan Parlilitan. Dalam perkelahian tersebut, tidak ada korban jiwa. Namun, penyebab awal perkelahian ini adalah ketegangan yang muncul setelah sebuah pertandingan futsal antara tim dari kedua sekolah. Kekalahan dalam pertandingan menyebabkan kemarahan di kalangan siswa, yang kemudian memicu perselisihan dan pertengkaran fisik antara kedua kelompok. Perkelahian ini mencerminkan adanya masalah dalam mengelola emosi dan konflik di kalangan siswa, serta perlunya pendekatan yang lebih baik dalam menyelesaikan ketegangan yang terjadi di lingkungan sekolah dan sekitarnya.



Untuk memperkuat dan mendukung penelitian ini maka peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada siswa SMK N 1 Parlilitan. Peneliti melakukan wawancara kepada beberapa siswa dan guru.

Peneliti melakukan wawancara dengan F.H yang merupakan salah satu guru SMK N 1 Parlilitan, berikut kutipan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek:

*“perilaku agresif pada siswa disini masih sering terjadi yaa, siswa ini terkadang masih mudah terbawa emosi, mereka sering berantam dengan teman karena masalah saling mengejek orang tua, berantam gara gara memperebutkan wanita yang disukai sehingga mereka jadi main tumbuk. Jadi memang mereka ini emosi nya masih sulit dikendalikan”*

*(Wawancara personal, 13 Oktober 2023)*

Dari hasil wawancara diatas, subyek mengatakan bahwa tindakan Kecenderungan perilaku agresif masih sering terjadi di SMK N 1 Parlilitan, bentuk Kecenderungan perilaku agresif yang sering terjadi seperti mengejek orang tua dari salah satu teman sekolahnya, sehingga karena hal tersebut siswa tersebut terbawa emosi dan melakukan tindakan fisik seperti memukul temannya, maka terjadilah perkelahian antara siswa tersebut. Lalu pernah juga terjadi perkelahian antar siswa karena memperebutkan seorang wanita. Jadi terdapat dua siswa laki-laki yang menyukai wanita yang sama jadi mereka ingin memperebutkan wanita tersebut dan ingin mengungkapkan perasaan, namun karena tidak ada yang ingin mengalah dari salah satu siswa tersebut akhirnya mereka pun berkelahi di kelas, perkelahian tersebut membuat kancing baju siswa tersebut menjadi rusak.

Sehingga karena perkelahian tersebut kedua siswa tersebut mendapatkan hukuman menghormati bendera.

Peneliti melakukan wawancara dengan beberapa siswa, siswa pertama yang berinisial R.H yang merupakan salah satu siswa dari SMK N 1 Parililitan dari jurusan Teknik Kendaraan Ringan Otomotif (TKR).

*“saya pernah berkelahi dengan teman sekelas, disaat saya menyuruh dia untuk diam saat jam pelajaran namun dia tidak mau mendengarkan dan melawan saya. akhirnya saya kesal dan tidak bisa menahan diri sehingga saya memaki dia dengan mengucapkan kata kotor dan dia langsung emosi langsung serta mendorong saya, namun setelah itu kami berbaikan dan tidak berantam lagi”*

*(Wawancara personal, 15 Oktober 2023)*

Peneliti juga melakukan wawancara dengan subyek lain yang berinisial R.M yang merupakan salah satu siswa dari sekolah SMK N 1 Parililitan yang pada saat ini duduk di kelas 11.

*“kalau saya kak biasanya bercanda dengan teman-teman, pada saat bercanda saya terbawa emosi ketika candaannya sudah melewati batas seperti menghina saya serta membawa-bawa orangtua saya, sehingga saya terbawa emosi dan spontan mengeluarkan kata kata kasar seperti: anjing kau, nggak ada otakmu kenapa kau bawa bawa orangtuaku.*

*(Wawancara personal, 15 Oktober 2023)*

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti dari beberapa subyek maka terdapat fakta yang ditemukan pada sekolah SMK N 1 Parililitan tindakan agresif seperti: melakukan bullying, mengolok-olok, memukul-mukul meja pada saat jam pelajaran kosong berkata kasar, berbohong, melawan guru, memaki orang lain atau teman sekolahnya, memanggil teman

dengan sebutan nama orang tua atau panggilan ejekan lainnya, sering ribut di kelas ketika guru terlambat masuk. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti alasan beberapa subjek melakukan tindakan agresif tersebut yaitu salah satunya karena adanya bercandaan yang berlebihan sehingga perilaku agresif tersebut muncul,terlalu sensitif dengan ejekan yang diberikan oleh temannya, dan alasan lain subyek melakukan tindakan tersebut karena ada temannya yang mengejek orang tuanya sehingga dia langsung memukul temannya. Kenyataan yang ditemukan dilapangan bahwa terdapat siswa yang tidak mampu mengontrol diri dari perilaku agresif. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada siswa yang tidak mampu menahan diri dan berperilaku agresif di lingkungan sekolah.

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang apakah ada pengaruh *self-control* terhadap kecenderungan berperilaku agresif pada siswa, dimana ketika seseorang mampu mengontrol diri maka seseorang mampu mengontrol dan mengendalikan perilaku dengan lebih kearah positif menghindari perilaku yang kurang baik.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *self-control terhadap* kecenderungan berperilaku agresif pada siswa SMK N 1 Parlilitan. Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui pengaruh *Self-control* terhadap kecenderungan berperilaku agresif pada siswa SMK N 1 Parlilitan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh *self-control* terhadap kecenderungan berperilaku agresif pada siswa SMK N 1 Parlilitan?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh *self-control* terhadap kecenderungan berperilaku agresif pada siswa SMK N 1 Parlilitan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah wawasan untuk psikologi sosial, psikologi pendidikan, psikologi perkembangan. Selain itu, juga diharapkan dapat bermanfaat untuk dijadikan bahan perbandingan bagi penelitian-penelitian selanjutnya terutama yang berhubungan dengan kontrol diri dan perilaku agresif.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran untuk mengetahui hubungan *self-control* dengan perilaku agresif. Sehingga hal tersebut dapat menjadi masukan sekaligus evaluasi agar dapat memahami pentingnya peran *self-control* dengan perilaku agresif.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Perilaku Agresif**

##### **2.1.1 Pengertian Perilaku Agresif**

Dalam kehidupan sehari-hari manusia tidaklah luput dari kecenderungan perilaku agresif. Perilaku sendiri ada bermacam-macam dari perilaku yang normal sampai dengan perilaku yang abnormal. Perilaku-perilaku yang dilakukan oleh seseorang juga dapat digunakan untuk berbagai hal dari defense mechanism maupun proyeksi dari individu itu sendiri. Dan yang akan diteliti oleh peneliti disini adalah tentang perilaku agresif. Perilaku agresif itu sendiri tidak hanya terdapat atau dilakukan oleh orang dewasa saja, melainkan juga dapat dilakukan oleh remaja maupun anak-anak. Dan dampak dari perilaku agresif ini pun tidak hanya berbahaya bagi diri sendiri melainkan juga dapat berbahaya bagi orang lain. Dampak terburuk dari perilaku agresif ini adalah dapat menyebabkan kematian.

Sigmund Freud (dalam Sadewo, 2019) mengemukakan bahwa perilaku agresif merupakan gambaran ekspresi sangat kuat dari insting kematian (thanatos), karena dengan melakukan agresif maka secara mekanisme individu telah berhasil mengeluarkan energi destruktifnya dalam rangka menstabilkan keseimbangan mental antara insting mencintai (eros) dan insting kematian (thanatos). Meski demikian, walaupun agresif dapat dikontrol tetapi agresif tidak bisa dihapuskan, karena agresif adalah sifat

alamiah manusia (Sears, Taylor dan Peplau, 2009). Myers (2012) mengemukakan agresif sebagai perilaku fisik atau verbal yang dimaksudkan untuk menyebabkan kerusakan. Berdasarkan beberapa definisi yang telah diungkapkan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif adalah tindakan yang dilakukan untuk menyakiti atau melukai orang lain atau merusak benda dengan unsur kesengajaan baik secara fisik maupun psikis.

Buss dan Perry (1991), mengklasifikasikan perilaku agresif menjadi perilaku agresif fisik, verbal, marah, dan sikap permusuhan. Dimana perilaku agresi fisik itu seperti melukai dan menyakiti orang secara fisik. Agresif verbal seperti melukai dan menyakiti orang lain dengan menggunakan verbal/perkataan. Agresif marah seperti munculnya kesiapan psikologis untuk bertindak agresif. Misalnya kesal, hilang kesabaran dan tidak mampu mengontrol rasa marah. Sikap permusuhan seperti benci dan curiga pada orang lain, iri hati dan merasa tidak adil dalam kehidupan.

Menurut Taylor, Peplau & Sears (2009), munculnya perilaku agresif berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadi dalam diri seseorang. Rasa marah dapat muncul dengan sebab-sebab sebagai berikut: Adanya serangan dari orang lain, Terjadinya frustrasi dalam diri seseorang, Ekspektasi pembalasan atau motivasi untuk balas dendam, Kompetensi. Menurut Sofyan (2012), faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif pada remaja meliputi: Kondisi pribadi remaja, Lingkungan keluarga, Lingkungan masyarakat dan Lingkungan sekolah.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah dipaparkan di atas maka penulis dapat menarik kesimpulan bahwa agresivitas dapat dimaknai sebagai tingkah laku kekerasan secara fisik maupun secara verbal yang dilakukan secara sengaja terhadap individu lain ataupun terhadap objek-objek dengan maksud melukai, menyakiti, ataupun merusak.

### **2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Agresivitas**

Menurut Buss dan Perry (1991), mengatakan bahwa faktor penyebab agresivitas secara umum dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu:

#### **a. Faktor Personal**

Faktor personal meliputi karakter bawaan individu yang menentukan reaksi individu tersebut ketika menghadapi situasi tertentu. Seperti bagaimana individu merespon emosi yang dirasakan kedalam sebuah tindakan nyata.

#### **b. Faktor Situasional**

Faktor situasional mencakup hal-hal yang terjadi di lingkungan yang juga mempengaruhi reaksi individu terhadap suatu peristiwa. Adapun, ada tiga faktor yang mendukung seseorang berperilaku agresivitas menurut (Kostelnik, 2009) yang menyimpulkan penyebab perilaku agresivitas yaitu biologi, frustasi-hipotesis agresivitas, penyimpangan persepsi hipotesis, instruksi langsung, penguatan, model dan kurangnya pengetahuan dan keterampilan. Dengan demikian, menurut Kolestik ada tujuh penyebab perilaku agresif. Keluarga merupakan tempat pertama dan sebagai pusat

untuk anak belajar mengenai setiap bentuk perilaku. Keluarga merupakan pusat pelatihan perilaku agresif. Keluarga yang terbiasa berperilaku agresif secara tidak sadar dapat mempengaruhi perilaku agresif pada anak.

Moyer (dalam Jaradala, 2017) mengemukakan bahwa agresivitas berkaitan dengan kurangnya kontrol diri terhadap emosi dalam diri individu. Emosi yang meledak-ledak biasanya diwujudkan dalam bentuk amarah. Weiner (dalam Jaradala, 2017) menyatakan bahwa amarah akan muncul bila ada serangan atau frustrasi yang dialami dianggap sebagai akibat pengendalian internal dan pribadi orang lain. Hal ini dapat diminimalisasi dengan orientasi religius pada faktor kemampuan mengontrol diri.

Penyebab timbulnya perilaku agresivitas terbesar karena timbulnya amarah seperti emosi, yang memiliki ciri-ciri aktivitas sistem saraf parasimpatik yang tinggi dan adanya perasaan tidak suka yang biasanya disebabkan karena adanya kesalahan atau mungkin juga tidak. Perasaan marah ini adalah perasaan ingin menyerang, meninju, menghancurkan, melempar sesuatu dan biasanya timbul pikiran yang kejam, bila hal tersebut disalurkan maka terjadilah perilaku agresivitas.

### **2.1.3 Aspek-aspek Perilaku Agresif**

Buss dan Perry (1991), menyatakan bahwa terdapat empat aspek dalam agresivitas yaitu sebagai berikut antara lain:



a. *Physical Aggression* (Agresif Fisik)

Bentuk perilaku agresif yang dilakukan dengan cara menyerang secara fisik, dengan tujuan melukai atau membahayakan orang lain. Perilaku agresif ini kasatmata karena ditandai dengan terjadinya kontak fisik antara agresor dan korbannya. Contoh Perbuatan tersebut dapat berupa menendang, meludahi, memukul dan sebagainya.

b. *Verbal Aggression* (Agresif Verbal)

Agresivitas yang dilakukan dengan kata-kata. Agresi verbal dapat berupa umpatan, hinaan, sindiran, fitnah, sarkasme, mengancam, ucapan kata-kata kotor dan kasar. Penyerangan dengan kata-kata, walaupun sering dilakukan di tengah masyarakat, kerap disalahpahami sebagai bukan bentuk agresivitas. Padahal, sebagai suatu bentuk “penyerangan” verbal kepada orang lain yang tidak ingin menerima kata-kata menyakitkan, sudah pasti tindakan ini termasuk ke dalam kategori agresi verbal.

c. *Anger* (Kemarahan)

Suatu bentuk agresi tidak langsung (*Indirect Aggression*), yang berupa perasaan benci kepada orang lain maupun sesuatu hal karena seseorang tidak dapat mencapai tujuannya. Perasaan kecewa, gagal atau dikhianati dapat berubah menjadi kemarahan yang ditujukan tidak saja kepada objek yang menjadi penyebab, tetapi juga dapat melebar kepada pihak-pihak lain yang sebenarnya tidak secara langsung terkait. Perasaan demikian, meskipun tersimpan atau tertahan di dalam hati, jika tidak dikelola dengan baik, dapat keluar dalam bentuk agresi verbal maupun fisik.

d. *Hostility* (Permusuhan)

Salah satu komponen kognitif dalam agresivitas yang terdiri atas keinginan untuk menyakiti dan melawan ketidakadilan. Tindakan ini mengekspresikan kebencian, permusuhan, antagonisme, ataupun kemarahan yang sangat dalam kepada pihak lain. Permusuhan adalah suatu bentuk agresi yang tergolong ke dalam *agresi covert* (agresi yang tidak terlihat), yang mencakup kebencian (cemburu dan iri terhadap orang lain) dan kecurigaan (ketidakpercayaan dan kekhawatiran).

#### **2.1.4 Dampak Agresivitas**

Anantasari (dalam Fitriana, 2018) mengemukakan beberapa hal dampak agresivitas bagi korban, diantaranya adalah:

- a. Perasaan tidak berdaya
- b. Kemarahan setelah menjadi korban perilaku agresif
- c. Perasaan bahwa diri sendiri mengalami kerusakan permanen
- d. Ketidakmampuan mempercayai orang lain dan ketidakmampuan menghalangi relasi dekat dengan orang lain
- e. Keterpakuan pada pikiran tentang tindakan agresif atau kriminal
- f. Hilangnya keyakinan bahwa dunia dapat berada dalam tatanan yang adil.

Selain itu, Anantasari (dalam Fitriana, 2018) mengemukakan beberapa hal dampak agresivitas bagi pelaku, diantaranya adalah:

- a. Ketergantungan pada perilaku, ketika banyak hal diperoleh lewat perilaku agresif (penghargaan, kesenangan, dan sebagainya) seseorang akan cenderung terus menerus melakukan perilaku ini dalam hidupnya.
- b. Menjadi perilaku fondasi, ketika banyak yang melakukan perilaku agresivitas pada masa kanak-kanak sebenarnya dapat menjadi fondasi bagi dirinya untuk melakukan berbagai perilaku agresif di masa mendatang.
- c. Menjadi model yang buruk, dilakukan perilaku agresif oleh seseorang ternyata memiliki dampak sosial, yang paling jelas adalah ketika perilaku ini menjadi model perilaku ideal yang kemudian ditiru oleh banyak orang akan menjadi model yang buruk untuk pertemanan, pergaulan yang ada disekelilingnya.

## **2.2 *Self-Control* (Kontrol Diri)**

### **2.2.1 *Pengertian Self-Control***

Kontrol diri atau biasa disebut dengan *self-control* ini biasanya mengacu pada kemampuan seseorang agar tetap dapat berada pada hal yang sesuai dengan norma yang berlaku. Skinner (dalam Alwisol, 2014) menyatakan kontrol diri merupakan bukan kekuatan didalam "*self*", tetapi bagaimana *self* mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Tingkah laku tetap ditentukan oleh variabel luar, namun dengan berbagai cara kontrol diri variabel tersebut dapat diperbaiki atau diatur.

Thalib (2017) menyatakan kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan, baik dari dalam diri

maupun dari luar diri individu. Individu yang memiliki kemampuan kontrol diri akan membuat keputusan dan mengambil langkah tindakan yang efektif untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan. Kontrol diri menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk mengontrol perilaku guna meningkatkan hasil dan tujuan tertentu, sebagaimana yang diinginkan.

Menurut Rahayuningsih (dalam Tripambudi dan Indrawati, 2018) menyatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengontrol dan mengelola perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi untuk mengendalikan perilaku, menarik perhatian, mengubah perilaku sesuai dengan lingkungan sosial, menyenangkan orang lain dan menutupi perasaannya.

Menurut Averill (dalam Ghufroon & Risnawati, 2016) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Pengertian yang dikemukakan oleh Averill menitikberatkan pada seperangkat kemampuan mengatur dalam memilih tindakan yang sesuai dengan yang diyakininya.

Berdasarkan dari definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengontrol dan

mengendalikan perilaku yang bertujuan untuk menghindari perilaku yang kurang baik.

### **2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi *Self-Control***

Menurut Ghufron & Risnawati (dalam Nurhaini, 2018) faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu:

- a. Faktor internal, faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri adalah usia dan kematangan. Semakin bertambah usia maka akan semakin baik kemampuan mengontrol dirinya, dan individu yang matang secara psikologis maka akan mampu mengontrol perilakunya sehingga mampu mempertimbangkan hal yang baik dan hal yang tidak baik bagi dirinya.
- b. Faktor eksternal, faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua yang menentukan bagaimana kemampuan seseorang dalam mengontrol diri.

Menurut Baumeister dan Boden (dalam Marsela & Supriatna, 2019) faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah sebagai berikut:

- a. Orang tua, hubungan orang tua dapat mempengaruhi kontrol diri anak-anaknya. Pola asuh orang tua yang keras atau otoriter akan membuat anaknya kurang dapat mengendalikan diri dan kurang peka terhadap suatu keadaan yang sedang dihadapi. Pola asuh orang tua yang mengenalkan anaknya hidup mandiri dan memberikan kesempatan untuk mengambil keputusan, maka anak tersebut akan memiliki kontrol diri yang lebih baik.

b. Budaya, setiap orang yang berada pada suatu lingkungan maka akan terikat dengan budaya dari lingkungan tersebut. Setiap lingkungan memiliki budaya masing-masing yang tentunya berbeda dari lingkungan lainnya. Hal tersebut akan mempengaruhi kontrol diri seseorang sebagai anggota dari lingkungan tersebut.

Dari pemaparan diatas dapat penulis pahami bahwa faktor kemampuan *self-control* individu bisa berasal dari dalam diri individu atau lingkungan dimana individu itu tinggal. Faktor internal yang mempengaruhi adalah usia dan kognitif atau intelegensi sedangkan faktor eksternal berasal dari lingkungan keluarga terutama orang tua, dan budaya. Individu yang tinggal di lingkungan dengan pola asuh yang baik, akan menumbuhkan karakter yang baik pula seperti kemampuan untuk mengontrol diri.

### **2.2.3 Aspek-aspek *Self-Control***

Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2016) menyatakan bahwa terdapat tiga aspek dalam kontrol diri yaitu sebagai berikut:

#### **a. Kontrol Perilaku (*Behavior-Control*)**

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan untuk memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*).

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya selalu tau atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive-Control*)

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. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*).

Informasi yang dimiliki individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, menjadikan individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. kontrol pengambilan keputusan (*Decisional-Control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

#### **2.2.4 Ciri-ciri *Self-Control***

Menurut Thompson ciri-ciri kontrol diri adalah sebagai berikut (dalam Nurbaniyah, 2016) :

- a. Kemampuan mengontrol perilaku impulsif ditandai dengan adanya kemampuan menghadapi stimulus yang tidak diinginkan dengan cara menjauhinya, membatasi intensitas stimulus, memiliki kemampuan membuat rencana kehidupan, mampu mengatasi frustrasi dan emosi, mampu menentukan siapa yang menentukan perilaku dalam hal ini artinya jika individu tidak mampu mengontrol diri sendiri, maka individu menggunakan faktor eksternal untuk mengontrol perilaku yang tidak diinginkan
- b. Kemampuan menunda kepuasan karena suatu keberhasilan mengatur perilaku dalam mencapai sesuatu yang berharga dan dapat diterima di masyarakat.
- c. Kemampuan mengantisipasi peristiwa adalah kemampuan untuk mengantisipasi keadaan dengan berbagai pertimbangan secara relatif dan



obyektif. Kemampuan ini didukung oleh adanya informasi yang dimiliki oleh individu.

### **2.2.5 Jenis-jenis *Self-Control***

Menurut Block & Block (dalam Ghufron & Risnawati, 2016) ada tiga jenis *self-control* yaitu:

- a. *Over-Control*, yaitu kontrol yang berlebihan dan menyebabkan seseorang banyak mengontrol dan menahan diri untuk bereaksi terhadap suatu stimulus.
- b. *Under-Control*, yaitu kecenderungan untuk melepaskan impuls yang bebas tanpa perhitungan yang masak.
- c. *Appropriate-Control*, yaitu kontrol yang memungkinkan individu mengendalikan impulsnya secara tepat.

Jenis-jenis pengendalian diri tersebut adalah kemampuan yang biasanya dimiliki individu, individu dengan *over control* cenderung bersifat tertutup karena terlalu menutup dan menahan diri untuk bereaksi terhadap sesuatu yang terjadi di sekitarnya. Sedangkan individu dengan *under control* cenderung bersikap berlebihan bahkan mengarah ke perilaku agresif karena tidak bisa mengendalikan diri dan melakukan sesuatu tanpa pertimbangan dan pemikiran. *Appropriate control* adalah jenis pengendalian diri yang ideal yang harus dimiliki setiap individu sehingga dapat mengekspresikan apa yang dipikirkan dan diinginkan dengan tepat tanpa menyakiti perasaan orang lain

Dari pemaparan diatas dapat penulis pahami bahwa kemampuan *self-control* yang dimiliki seorang individu berperan sangat penting bagi kehidupan sehari hari dalam bersosialisasi. Kemampuan pengendalian diri yang baik membuat seorang individu dapat mengekspresikan apa yang dirasakan dan dipikirkan dengan cara yang benar.

## 2.3 Hasil Penelitian Terdahulu

### Telaah Literatur

No	Penulis Jurnal	Judul penelitian	Gab/masalah	Topik/fokus/ Tujuan penelitian	Konsep/ Theoretical framework	variabel	Metode (teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll)	Setting/konteks/sample	Temuan	Keterbatasan & saran untuk penelitian selanjutnya
1	Mohammad Arif Sentana, Intan Dewi Kumala	AGRESIVITAS DAN KONTROL DIRI PADA REMAJA DI BANDA ACEH	Meningkatnya kecenderungan kenakalan diantara remaja di Banda Aceh telah menjadi perhatian besar. Pola kenakalan remaja yang pada awalnya hanya berupa tawuran atau perkelahian antar pelajar semakin	Untuk mengetahui hubungan antara agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh	Konsep teoritis yang mendasari penelitian ini adalah hubungan antara agresivitas dan kontrol diri pada remaja. Menurut Baron & Byrne (2005), agresivitas adalah	Variabel bebas : -kontrol diri (X) Variabel terikat : -perilaku Agresif (Y)	Jenis penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi	<b>Sampel:</b> Jumlah sampel yang ditentukan dalam penelitian ini sebanyak 270 responden.	Terdapat hubungan antara agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang	Keterbatasan: Pada penelitian ini, peneliti tidak terlalu memperhatikan dan mengulas lebih mendalam mengenai faktor kepribadian dan juga etnis remaja yang merupakan subjek pada

			<p>mengarah pada tindakan-tindakan yang tergolong kriminalitas seperti penganiayaan, penusukan, dan pemerkosaan. Kasus kenakalan remaja tersebut merupakan bentuk dari perilaku agresi yang disebabkan oleh kurangnya kontrol diri pada individu</p>		<p>keinginan untuk menyakiti individu lain dengan mengekspresikan perasaan negatif seperti permusuhan. Sementara itu, kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar moral, nilai, dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku</p>		<p>yang diadaptasi, yaitu: Aggression Questionnaire yang disusun oleh Buss dan Perry (1992) berjumlah 29 aitem yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yang didasari berdasarkan skala Likert, dan Self-Control Scale yang disusun oleh Tangney dkk (2004) berjumlah</p>		<p>negatif di antara agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh. Hubungan negatif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri pada remaja semakin rendah tingkat agresivitasnya, dan juga sebaliknya semakin</p>	<p>penelitian ini, sehingga penelitian ini hanya melihat hubungan antara agresivitas dan kontrol diri pada remaja secara umum saja. Kekurangan Saran: Diharapkan dapat melibatkan subjek penelitian lain seperti pada guru yang mendidik remaja secara langsung. Peneliti juga menganjurkan penelitian</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	--

					<p>positif (Tangney, Baumeister, &amp; Boone, 2004).</p> <p>Penelitian ini juga mengacu pada teori Model Kekuatan Kontrol Diri (The Strength Model of Self-Control) oleh Baumeister, Vohs, &amp; Tice (2007), yang menyatakan bahwa kontrol diri merupakan proses yang</p>	<p>36 aitem yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yang didasari berdasarkan skala likert.</p>		<p>rendah tingkat kontrol diri pada remaja semakin tinggi tingkat agresivitasnya. Remaja dengan tingkat kontrol diri yang tinggi akan mampu untuk mempertimbangkan konsekuensi dari perbuatan mereka dan dapat menghindari</p>	<p>selanjutnya menggunakan metode kualitatif. Variabel agresivitas dan kontrol diri juga dapat dikaji dengan variabel lain seperti konformitas, religiusitas, narsistik, kepribadian, etnis serta berbagai variabel lainnya</p>
--	--	--	--	--	--	---	--	--	---

					berkembang pada individu melalui intervensi psikologis. Selain itu, teori Bandura (1971) juga menjadi dasar dalam penelitian ini, yang menyatakan bahwa perilaku agresif dipelajari melalui pengamatan terhadap model dan individu dapat meniru perilaku agresif tanpa adanya				berperilaku agresif. Pada penelitian ini pada tingkatan agresivitas ditemukan bahwa sebagian besar remaja berada pada tingkatan agresivitas rendah, sementara pada tingkatan kontrol diri ditemukan sebagian besar remaja berada pada	
--	--	--	--	--	---	--	--	--	---	--

					<p>penguatan.</p> <p>Dengan memadukan konsep agresivitas, kontrol diri, dan teori-teori yang mendukung, penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh serta implikasinya terhadap upaya pencegahan dan intervensi</p>				<p>tingkatan kontrol diri tinggi.</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------------------------------------	--

					terhadap kenakalan remaja.					
2.	Vetriana Kusuma Ramadani, Yusmansyah, Ratna Widiastuti	Hubungan Antara <i>Self-Control</i> Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XI IPS	Permasalahan dalam penelitian ini adalah perilaku agresif siswa. Beberapa remaja gagal dalam mengembangkan kontrol diri yang sudah dimiliki remaja seusianya selama dalam masa perkembangan .	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara <i>self-control</i> dengan perilaku agresif pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 6 Metro Tahun Ajaran 2018/2019.	Kerangka teori penelitian didasarkan pada hubungan antara pengendalian diri dan perilaku agresif pada siswa. Hal ini mengacu pada teori psikologis yang menekankan peran pengendalian diri dalam mengatur emosi dan impuls, yang gilirannya	<b>Variabel Bebas :</b> - <i>Self-Control</i> (X) <b>Variabel Terikat :</b> Perilaku Agresif (Y)	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian parametrik dan jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Analisis data menggunakan rumus	<b>Sampel :</b> Pengambilan sampel yang kurang dan lebih dari 100 dapat diambil dari 20% - 25% jumlah populasi yang ada. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 64 siswa, yang diambil berdasarkan hasil perhitungan	<b>Hasil Analisis Menunjukkan:</b> Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara <i>self-control</i> dan perilaku agresif, perilaku agresif yang muncul pada siswa kelas XI IPS	<b>Saran :</b> Peneliti selanjutnya 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



					<p>mempengaruhi perilaku. Studi ini juga mempertimbangkan berbagai jenis agresi, seperti agresi langsung versus tidak langsung, aktif versus pasif, dan agresi verbal versus non-fisik, untuk memberikan pemahaman komprehensif tentang perilaku agresif.</p> <p>Selain itu, penelitian ini kemungkinan</p>	<p>Product Moment Pearson dengan menggunakan bantuan program statistic SPSS 22.0.</p>	<p>n dari 25% jumlah populasi yang ada. Pengambilan sampel menggunakan teknik penarikan sampel purposive sampling.</p>	<p>SMA Negeri 6 Metro yaitu agresi fisik, agresi verbal, dan agresi marah dimana hal tersebut muncul karena rendahnya <i>self-control</i> siswa.</p>	<p>untuk membalas dendam dan kompetisi (adanya rasa bersaing dengan individu lain) dan meningkatkan <i>self-control</i> siswa yang rendah seperti tidak mampunya siswa dalam mengenali, mengerti, mengatur dan mengendalikan emosi dan perilakunya.</p>
--	--	--	--	--	---	---	--	--	---

					<p>n besar menggabungkan teori-teori yang berkaitan dengan perkembangan remaja dan pembentukan identitas. Masa remaja adalah periode penting untuk pengembangan identitas diri, di mana individu menghadapi berbagai tantangan sosial dan emosional yang dapat mempengaruhi perilaku</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

					<p>dan interaksi mereka dengan orang lain.</p> <p>Selain itu, penelitian tersebut mungkin mendapat inspirasi dari penelitian sebelumnya tentang hubungan pengendalian diri dengan perilaku, seperti penelitian Zulkarnain tentang hubungan pengendalian diri dengan kreativitas pada pekerja. Hal</p>					
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

					<p>ini dapat memberikan wawasan tambahan tentang bagaimana pengendalian diri mempengaruhi perilaku dalam berbagai konteks.</p> <p>Dengan mengintegrasikan perspektif teoritis ini, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran pengendalian diri dalam membentuk perilaku</p>					
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

					<p>agresif di kalangan siswa dan berpotensi menginformasikan intervensi atau strategi untuk mengatasi dan mengurangi agresi dalam lingkungan pendidikan.</p>					
3.	<p>Miftahul Auliya, Desi Nurwidawati</p>	<p>HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU AGRESI PADA SISWA SMA NEGERI 1 PADANG AN</p>	<p>Siswa kelas XI SMA Negeri 1 Padang Bojonegoro, didapatkan sekitar 35% dari 282 siswa yaitu 98 siswa menunjukkan perilaku agresi,</p>	<p>Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan</p>	<p>Dalam penelitian ini, konsep atau kerangka teoritis yang digunakan adalah teori kontrol diri dan perilaku agresi. Teori kontrol diri menyatakan bahwa</p>	<p>Variabel Bebas (independent variable) Variabel bebas dalam penelitian ini</p>	<p>Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam</p>	<p><b>Sampel :</b> Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling dengan penentuan jumlah sampel</p>	<p><b>Hasil Analisis Menunjukkan:</b> Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA</p>	<p><b>Saran :</b> Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk dapat menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi</p>

		BOJONEG ORO	perilaku yang dilakukan berupa fisik dan verbal seperti berkata kasar atau mengumpat ketika mengobrol dengan sesama teman. Hal ini diperkuat dengan wawancara guru BK SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro, siswa yang sering melakukan perilaku agresi	perilaku agresi pada siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro	kemampuan seseorang untuk mengontrol diri dan mengatur perilaku mereka dapat mempengaruhi kemungkinan munculnya perilaku agresi. Sementara itu, teori perilaku agresi menyatakan bahwa faktor-faktor internal seperti kontrol diri dan faktor-faktor eksternal dapat mempengaruhi individu dalam mengekspresikan perilaku agresif.	adalah Kontrol Diri.  Variabel Terikat (dependent variable) Variabel terikat dalam penelitian ini Perilaku Agresi.	penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner. Dalam penelitian psikologi, kuesioner diistilahkan sebagai skala psikologi. Instrumen Dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian skala psikologis dalam bentuk skala Likert.	menggunakan tabel dari Isaac dan Michael taraf kesalahan 5% sehingga dibutuhkan jumlah sampel kurang lebih 155 siswa.	Negeri 1 Padangan Bojonegoro, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresi pada	munculnya perilaku agresi, serta lebih memperdalam lagi hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja SMA, menemukan teori yang lebih sesuai dengan kondisi remaja.
--	--	----------------	---	---	--	--	---	---	---	---

			<p>adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 Padang. Para siswa laki-laki terbiasa mengumpat dengan sesama teman laki-laki, karena hal ini sudah menjadi kebiasaan para siswa di sekolah.</p>		<p>Dalam penelitian ini, konsep kontrol diri dijelaskan sebagai kemampuan individu untuk mengontrol, mengarahkan, dan mengatur perilaku mereka menuju konsekuensi yang lebih positif. Kurangnya kontrol diri dapat menyebabkan individu rentan terhadap perilaku agresif. Selain itu, kekurangontrolan diri juga</p>		<p>Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi.</p>		<p>siswa SMA Negeri 1 Padang Bojonegoro. Hasil penelitian di SMA Negeri 1 Padang Bojonegoro menyatakan bahwa kontrol diri yang dimiliki cukup baik</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

				<p>dikaitkan dengan perilaku kriminal dan aktivitas lain yang tidak diinginkan.</p> <p>Dengan menggunakan kerangka teoritis ini, penelitian bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara kontrol diri dan perilaku agresi pada siswa SMA Negeri 1 Padang Bojonegoro. Diharapkan bahwa melalui pemahaman yang lebih</p>				<p>sedangkan perilaku agresinya sedang. Hal ini terjadi karena para siswa memiliki karakteristik remaja yang memiliki kontrol diri baik.</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



					baik tentang konsep kontrol diri dan perilaku agresi, dapat ditemukan strategi intervensi yang efektif untuk mengurangi perilaku agresi pada remaja.					
4.	Andik Matulesy, Yanto Prasetyo, dan Riska Tantri Maharani F	The Relationship between Self-control with Aggressive Behavior	maraknya kasus kekerasan yang terjadi pada himpunan mahasiswa kegiatan lingkungan dan petualangan di Indonesia, terhadap kekerasan yang terjadi pada pelajar	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel yaitu variabel pengendalian diri dan perilaku agresif pada anggota	Dalam penelitian ini, konsep atau kerangka teoritis yang digunakan adalah hubungan antara pengendalian diri dan perilaku agresif. Pengendalian diri didefinisikan	<b>Variabel Bebas</b> : <i>Self-control</i> (X) <b>Variabel Terikat</b> : Perilaku agresif (Y)	Data penelitian dianalisis dengan analisis data menggunakan SPSS versi 20.0. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik parametrik	<b>Sampel</b> : Subjek penelitian ini adalah mahasiswa yang aktif dalam penyelenggaraan kegiatan lingkungan hidup dan petualangan yang berjumlah 53 orang. Pengambilan	<b>Hasil Analisis Menunjukkan</b> Hasil penelitian yang telah diuraikan di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat	<b>Keterbatasan</b> - Penelitian ini memiliki keterbatasan pada responden yang menolak diberikan skala perilaku agresif.

			yang sering dilakukan oleh seniornya dalam rangka pembinaan anggota baru.	himpunan mahasiswa kegiatan lingkungan dan petualangan.	sebagai kemampuan individu untuk mengatur, membimbing, dan mengarahkan perilaku mereka menuju konsekuensi positif. Sementara itu, perilaku agresif adalah tindakan yang diinginkan secara sengaja untuk menyakiti orang atau lembaga lain. Konsep ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang		berupa korelasi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik product moment.	subjek dilakukan dengan menggunakan Purposive Sampling.	signifikan antara pengendalian diri dengan perilaku agresif pada mahasiswa yang menjadi anggota organisasi. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian diri siswa tersebut dapat mempengaruhi perilaku agresifnya. hasil kategori "tinggi"	<p><b>Saran</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Perlu dilakukan Penelitian lebih lanjut pada aspek yang sama untuk menguji konsistensi hasil penelitian ini.</li> <li>- peneliti menyarankan kepada organisasi untuk berusaha memperbaiki kondisi pribadi baik fisik maupun psikis yang mempengaruhi pengendalian diri pada</li> </ul>
--	--	--	---	---	--	--	--	---	--	---

					menunjukkan bahwa pengendalian diri yang baik dapat mengarahkan individu untuk berperilaku positif, sementara kurangnya pengendalian diri dapat menyebabkan perilaku agresif yang merugikan diri sendiri dan orang lain . Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara pengendalian diri dan				pada variabel pengendalian diri dan kategori “rendah” pada variabel perilaku agresif yang diperoleh dari 53 subjek merupakan hasil yang cukup baik.	sesama anggota organisasi.
--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	----------------------------

					<p>perilaku agresif pada siswa yang terlibat dalam aktivitas lingkungan dan petualangan , .</p> <p>Dengan menggunakan kerangka teoritis ini, peneliti dapat memahami bagaimana pengendalian diri mempengaruhi perilaku agresif pada siswa dalam konteks organisasi mahasiswa.</p>					
5.	Mahin Ghaed Amini	Effectiveness of Self-	Kenakalan menjadi fenomena	Tujuan dari penelitian ini adalah	Pengendalian dan pengelolaan	<b>Varia bel Bebas</b>	Penelitian ini mengguna	Pengambilan sampelnya dilakukan	Hasil penelitian ini	Saran : - Disarankan

<p>Harouni, Faramarz Sohrabi Asmaroud, Mohammad Taghipour</p>	<p>control and Aggression Reduction Skill Training of Male Juvenile Delinquents Correction and Rehabilitation Center (Including Case-Study)</p>	<p>sosial global yang mengacu pada kejahatan yang dilakukan oleh individu yang berusia di bawah delapan belas tahun. Psikolog percaya bahwa seorang anak yang tidak berkembang secara emosional tidak mampu menanggung penderitaan atau menunda kepuasan langsung atas keinginannya; kekurangan emosi ini</p>	<p>untuk mengetahui efektivitas pelatihan keterampilan pengendalian diri dalam pengurangan agresi dan peningkatan pengendalian diri di kalangan remaja nakal di pusat pemasyarakatan dan rehabilitasi Teheran.</p>	<p>emosi sangat penting sehingga dianggap sebagai kunci kesejahteraan emosional. Seni mengendalikan diri adalah keterampilan mendasar. Pengendalian diri bukanlah penindasan terhadap perasaan dan sensasi; sebaliknya, itu berarti kita mempunyai pilihan untuk mengungkapkan perasaan kita, dan yang penting adalah mengungkapkan perasaan kita</p>	<p>: pelatihan keterampilan pengendalian diri (X)  <b>Variabel Terikat:</b> pengendalian diri dan agresi (Y)</p>	<p>kan desain pretest-posttest dan kelompok control. Untuk menganalisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, digunakan statistik deskriptif (termasuk mean, deviasi standar, dan lain-lain) serta statistik inferensial (analisis varians multivariat</p>	<p>dengan menggunakan metode random sampling. Kelompok sampel dalam penelitian ini terdiri dari 30 remaja nakal di Pusat koreksi dan rehabilitasi Teheran pada tahun 2015 yang dipilih secara acak.</p>	<p>menunjukkan bahwa pelatihan keterampilan pengendalian diri remaja laki-laki nakal di pusat koreksi dan rehabilitasi Teheran berkontribusi terhadap peningkatan pengendalian diri dan pengurangan agresi. Fokus pada peningkatan</p>	<p>agar pelatihan pengendalian diri diadopsi sebagai pendekatan pendidikan untuk meningkatkan pengendalian diri dan mengurangi agresi di kalangan dewasa muda,</p>
---	---	---	--	---	--	--	---	--	--

			adalah salah satu penyebab terbanyak kejahatan di kalangan dewasa muda		dengan cara yang memudahkan pikiran tersebut. Fokus pada peningkatan keterampilan pengendalian diri mengurangi kemungkinan penyalahgunaan narkoba serta perilaku berbahaya lainnya seperti mengemudi sembarangan, mengemudi di bawah pengaruh pengaruh, hubungan seks tanpa kondom, dan perilaku buruk lainnya.		) telah digunakan.		keterampilan pengendalian diri mengurangi tingkat agresi dan kemungkinan penyalahgunaan narkoba serta perilaku berbahaya lainnya mengemudi di bawah pengaruh dan sifat buruk lainnya.	
--	--	--	--	--	---	--	--------------------	--	---	--

6.	Mengmeng Xie, Chunjing Su	Childhood abuse and juvenile offenders' aggressive behavior: Self-esteem and self-control as mediators	Penelitian ini fokus pada pelecehan masa kanak-kanak, harga diri, pengendalian diri, dan perilaku agresif. Namun, masih ada potensi untuk mempertimbangkan pengaruh variabel lain yang mungkin juga berperan dalam memengaruhi perilaku agresif	Tujuan penelitian ini adalah memberikan pemahaman yang lebih tentang faktor-faktor yang memengaruhi perilaku agresif remaja, serta memberikan dasar untuk pengembangan strategi intervensi yang efektif dalam mengatasi	Konsep teoretis yang mendasari penelitian ini adalah bahwa perilaku agresif remaja dapat dipengaruhi oleh faktor internal (seperti harga diri dan pengendalian diri) dan eksternal (misalnya pengalaman pelecehan masa kanak-kanak). Penelitian ini mengusulkan model terpadu yang menghubungkan pelecehan masa kanak-	Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pelecehan masa kanak-kanak. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perilaku agresif remaja pelaku. Selain itu, terdapat juga mediator dalam penelitian ini,	Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini termasuk Kuesioner Pelecehan Anak, Skala Harga Diri, Skala Pengendalian Diri, dan Kuesioner Agresi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode statistik yang sesuai untuk menguji hubungan antara variabel	Jumlah sampel penelitian dalam studi ini melibatkan 425 laki-laki pelaku remaja dari dua penjara di Tiongkok.	Temuan menunjukkan bahwa terdapat efek media si berantai dari harga diri dan pengendalian diri pada hubungan antara pelecehan masa kanak-kanak dan perilaku	<b>Saran :</b> Studi selanjutnya dapat menggabungkan metode laporan mandiri dengan wawancara untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan antara variabel yang diteliti. Penelitian lanjutan juga dapat melibatkan sampel yang lebih luas dan variasi
----	---------------------------	--	---	---	--	--	--	---	---	---

			remaja, seperti lingkungan keluarga, pendidikan, atau faktor genetik.	masalah perilaku agresif di kalangan remaja.	kanak, harga diri, pengendalian diri, dan perilaku agresif remaja. Hipotesis-hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pelecehan masa kanak-kanak dapat memprediksi perilaku agresif remaja melalui mediator harga diri, pengendalian diri, atau efek mediasi berantai dari kedua faktor tersebut .	yaitu harga diri dan pengendalian diri. Mediator ini berperan dalam menjelaskan hubungan antara pelecehan masa kanak-kanak dan perilaku agresif remaja pelaku.	bebas (pelecehan masa kanak-kanak), variabel terikat (perilaku agresif remaja), dan mediator (harga diri dan pengendalian diri)		ku agresif remaja pelaku , sesuai dengan Hipotesis 3. Hal ini menunjukkan bahwa harga diri dan pengendalian diri dapat saling memediasi dalam menjalankan	populasi untuk generalisasi yang lebih baik.
--	--	--	---	--	--	--	---	--	---	--



					Selain itu, penelitian ini juga merujuk pada teori umum tentang kejahatan yang dikemukakan oleh Gottfredson dan Hirschi (1990) . Teori ini menyatakan bahwa perilaku kriminal dipengaruhi oleh kurangnya pengendalian diri individu. Dalam konteks penelitian ini, pengendalian diri juga dapat menjadi faktor penting dalam memahami perilaku agresif remaja.				dampak pelecehan masa kanak-kanak terhadap perilaku agresif remaja pelaku.	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

					Dengan demikian, penelitian ini menggabungkan konsep harga diri, pengendalian diri, pelecehan masa kanak-kanak, dan perilaku agresif dalam sebuah kerangka teoretis yang bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi perilaku agresif remaja pelaku.					
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

## 2.4 Kerangka Konseptual

### 2.4.1 Pengaruh *Self-Control* terhadap Kecenderungan Berperilaku Agresif

Agresi adalah tindakan atau perilaku dapat berupa fisik maupun verbal, yang sengaja dilakukan oleh seseorang atau kelompok dengan tujuan untuk melukai, menyakiti, memenuhi keinginan, penegasan kekuasaan, dan merugikan orang lain maupun kelompok lain (Pradana dkk, 2018). Agresi adalah perilaku fisik atau verbal, sengaja atau tidak, tetapi dimaksudkan untuk menyakiti, menghancurkan atau melukai orang lain untuk melukai objek sasaran. Seperti yang dikutip oleh artikel, memuat fakta bahwa tindak kekerasan saat ini tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa saja. Remaja dan bahkan anak-anak saat ini sudah banyak yang dilaporkan melakukan tindak kekerasan dan harus berhadapan dengan hukum.

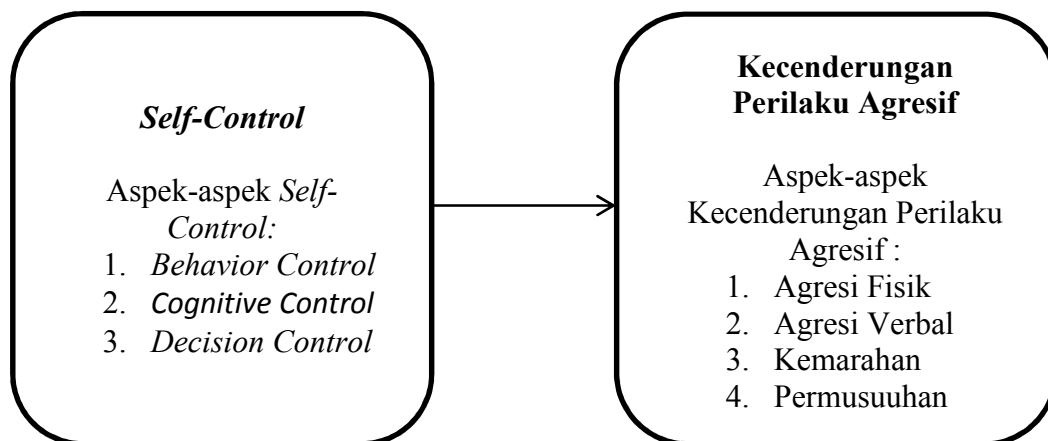
Ketidakmampuan individu untuk meregulasi emosi dan menoleransi frustrasi berdampak pada munculnya perilaku agresif. Perilaku agresif pada diri siswa tidak muncul begitu saja, yang mendukung ekspresi dan sikap agresif siswa di sekolah untuk memberikan perlawanan ketika diintimidasi, diserang, dilukai, dan diperlakukan tidak manusiawi. Selain itu kurangnya kemampuan individu dalam melakukan kontrol diri juga dapat mempengaruhi individu melakukan perilaku agresif. Seorang individu seharusnya dapat mengontrol dirinya untuk mempertimbangkan hasil dari tindakan yang akan dilakukan. Perilaku agresif tidak hanya dipicu oleh kejadian-kejadian di lingkungan luar individu, namun juga dimunculkan dari bagaimana kejadian tersebut diterima dan diproses secara kognitif. Saat desakan agresi menguat, kontrol diri dapat membantu seseorang untuk mengabaikan dorongan pemenuhan kebutuhan agresinya, dan menolong individu tersebut untuk merespon sesuai dengan standar personal atau sosial dengan memberi peringatan pada agresi (Hastuti, 2018).

Kontrol diri merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam mengendalikan diri serta perilakunya dalam kehidupan sehari-hari, dengan adanya kontrol diri individu dapat mempertimbangkan keputusan yang akan diambilnya dan dapat berperilaku yang positif. Menurut Averill (Ghufron & Risnawati, 2016) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.

Hasil penelitian yang dilakukan Auliyah dan Nurwidawati (2014) yang menunjukkan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara kontrol diri terhadap perilaku agresif. Artinya semakin baik kontrol diri yang dimiliki remaja, maka semakin rendah perilaku agresif, begitupun sebaliknya. Kumala dan Sentana (2017) tentang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara agresivitas dan kontrol diri. Hubungan yang negatif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri pada remaja maka akan semakin rendah pula agresivitas remaja.

Kontrol diri yang tinggi maka bentuk agresivitasnya rendah, sedangkan kontrol diri yang rendah bentuk agresivitasnya tinggi. Oleh karena itu, penelitian ini akan berfokus pada bagaimana kontrol diri dapat mempengaruhi agresivitas siswa SMK N 1 Parlilitan.

Gambar 2.1 Alur kerangka Konseptual



## **2.5 Hipotesis**

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah :

Ha : adanya pengaruh *Self-Control* terhadap kecenderungan berperilaku agresif pada siswa SMK N 1 Parlilitan

Ho : tidak ada pengaruh *Self-Control* terhadap kecenderungan berperilaku agresif pada siswa SMK N 1 Parlilitan

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel merupakan objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2010). Variabel juga didefinisikan sebagai konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat pada subjek penelitian yang dapat bervariasi secara kuantitatif atau secara kualitatif (Azwar, 2017). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Variabel Bebas (X) : *Self-Control*

Variabel Terikat (Y) : Kecenderungan Berperilaku Agresif

### **3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Definisi operasional variabel penelitian merupakan suatu definisi yang didasarkan pada karakteristik-karakteristik yang dimiliki oleh variabel penelitian yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk diamati dan diteliti (Azwar, 2017). Adapun definisi operasional dari variabel variabel yang ada di penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **3.2.1 *Self-Control***

Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan, mengatur, dan mengarahkan perilaku dan dorongan-dorongan dalam dirinya ke arah yang positif dan satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan melalui pertimbangan untuk mendapatkan hasil yang tidak merugikan diri.

Variabel ini diukur dengan menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Averill (dalam Ghufroon & Risnawati, 2016): Kontrol Perilaku, Kontrol Kognitif, control pengambilan keputusan.

#### **3.2.2 *Kecenderungan Perilaku Agresif***

Kecenderungan perilaku agresif adalah segala keinginan atau hasrat untuk menyakiti atau menyerang individu lain atau benda disekitarnya, yang diekspresikan lewat tindakan baik secara fisik maupun verbal, untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.

Variabel ini diukur dengan menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek perilaku agresif yang dikemukakan oleh Buss dan Perry (1991): Agresif fisik, agresif verbal, kemarahan dan permusuhan.

### **3.3 Subyek Penelitian**

Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah Siswa/i kelas XI SMK N 1 Parlilitan, yang berstatus siswa/i aktif di sekolah.

### **3.4 Populasi dan Sampel**

#### **3.4.1 Populasi**

Menurut Sugiyono (2019) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dapat juga didefinisikan sebagai keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i jurusanTKR (Teknik Kendaraan Ringan) kelas XI SMK N 1 Parlilitan yang berjumlah 144 orang siswa.

#### **3.4.2 Sampel**

Menurut Sugiyono (2019), Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pengukuran sampel merupakan suatu langkah untuk menentukan besarnya sampel yang diambil dalam melaksanakan suatu penelitian. Perlu diperhatikan, bahwa sampel yang dipilih harus menunjukkan segala karakteristik populasi sehingga tercermin dalam sampel yang dipilih. Sampel harus dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya atau mewakili (*representatif*).

Teknik yang digunakan untuk penentuan sampel adalah jenis Probability sampling yaitu, Simple Random Sampling adalah sebuah teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan

memberikan kesempatan yang sama bagi seluruh anggota populasi untuk menjadi sampel penelitian. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan G\*Power 3.1.9.7 sebagai berikut :

Effect size  $f^2$  : 0.251

$\alpha$  err prob : 0.05

Power (1- $\beta$  err prob ) : 0.95

Number of predictors : 1

Maka jumlah responden berdasarkan perhitungan menggunakan G-Power adalah berjumlah 54 dibulatkan menjadi 60 responden.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi yaitu mengisi angket (kuesioner) dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban sesuai dengan karakteristik dirinya. Skala psikologi adalah suatu prosedur pengambilan data yang mengungkapkan konstruk atau konsep psikologi yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2017). Skala psikologi yang digunakan adalah skala *Self-Control* dan skala Perilaku Agresif. Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala Likert merupakan metode skala yang mengukur tanggapan positif dan negatif terhadap suatu pernyataan (Mulyatiningsih, 2012). Skala Likert memiliki 4 kategori pemilihan jawaban yang dibedakan menjadi pernyataan favorable dan unfavorable, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel.3.1 Kriteria Penilaian Skala Likert

Pilihan Jawaban	Bentuk pernyataan
-----------------	-------------------



	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

### 3.6 Pembuatan Alat Ukur

Dalam penelitian ini menggunakan alat ukur yang berbentuk skala yang disusun oleh peneliti dengan bantuan dan arahan dari dosen pembimbing. Terdapat dua alat ukur psikologi yang dipakai berbentuk skala yang terdiri dari beberapa item diantaranya :

#### 3.6.1 Skala *Self-Control*

Penelitian ini menggunakan alat ukur berbentuk skala yang disusun oleh peneliti dengan bantuan dan arahan dari dosen pembimbing. Skala *Self-control* berdasarkan teori Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2016).

Berdasarkan dari teori terdapat 3 aspek yaitu *Behavior-Control*, *Cognitive-Control*, dan *Decisional-Control*. Total keseluruhan dari pengukuran skala *Self-Control* terdiri dari 30 item yang dibagi menjadi 15 item favorable dan 15 item unfavorable.

Item favorable merupakan item yang mendukung pernyataan adanya *self-control* pada siswa SMK N 1 Parlilitan, dan sebaliknya item unfavorable merupakan pernyataan yang tidak mendukung adanya *self-control* pada siswa SMK N 1 Parlilitan. Item-item favorable dan unfavorable skala *self-control* dapat dilihat pada tabel.

Tabel.3. 2 Blue Print *Self-Control* Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	<i>Behavior-Control</i>	1,2,3,4,5	6,7,8,9,10	10
2	<i>Cognitive-Control</i>	11,12,13,14,15	16,17,18,19,20	10
3	<i>Decisional Control</i>	21,22,23,24,25	26,27,28,29,30	10

Jumlah	15	15	30
--------	----	----	----

### 3.6.2 Skala Kecenderungan Berperilaku Agresif

Penelitian ini menggunakan alat ukur berbentuk skala yang disusun oleh peneliti dengan bantuan dan arahan dari dosen pembimbing. Skala Kecenderungan perilaku agresif berdasarkan teori Buss dan Perry (1991).

Berdasarkan dari teori terdapat 4 aspek yaitu Agresi Fisik, Agresi Verbal, Kemarahan, Permusuhan, Total keseluruhan dari pengukuran skala *Self-Control* terdiri dari 30 item yang dibagi menjadi 15 item favorable dan 15 item unfavorable.

Item favorable merupakan item yang mendukung pernyataan adanya kecenderungan perilaku agresif pada siswa SMK N 1 Parlilitan, dan sebaliknya item unfavorable merupakan pernyataan yang tidak mendukung adanya kecenderungan perilaku agresif pada siswa SMK N 1 Parlilitan. Item-item favorable dan unfavorable skala kecenderungan perilaku agresif dapat dilihat pada tabel.

Tabel.3. 3 Blue Print kecenderungan Perilaku Agresif Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Agresi Fisik	1,2,3,4	5,6,7,8	8
2	Agresi Verbal	9,10,11,12	13,14,15,16	8
3	Kemarahan	17,18,19,20	21,22,23,24	8
4	Permusuhan	25,26,27	28,29,30	6
Jumlah		15	15	30

### 3.6.3 Validitas dan Reliabilitas Alat ukur

Menurut Azwar (2012) menyatakan bahwa sejauh mana suatu alat ukur itu valid (tepat dan akurat) dalam melakukan fungsi ukurnya dapat digunakan untuk menentukan validitasnya. Peneliti menggunakan content validity sebagai salah satu jenis validitas dalam penelitian ini. Hubungan antara item-item dalam alat ukur dengan isi yang ingin diukur oleh peneliti dikenal sebagai *content validity*. Syarat minimum agar suatu item dikatakan valid yaitu jika  $r$  hitung  $\geq 0,3$ . Untuk itu, peneliti menerapkan teknik penghitungan korelasi antara setiap item dengan menentukan kriteria tertentu menggunakan program SPSS version 20.0 for windows untuk memperoleh hasil alat ukur yang konsisten. Kriteria tertentu yang dimaksudkan adalah dengan skor internal, yaitu skor total alat ukur yang kemudian akan dikorelasikan dengan skor pada masing-masing item dengan menggunakan bantuan dari dosen pembimbing (para ahli). Syarat minimum agar suatu item dikatakan valid yaitu jika  $r$  hitung  $\geq 0,3$ .

Menurut Azwar (2012) reliabilitas alat ukur adalah seberapa tinggi skor tampak test berkorelasi dengan skor murninya dalam mengukur atau mengamati sesuatu yang menjadi objek ukur penelitian. Maka dalam penelitian ini peneliti melakukan pengujian komputasi Alpha Cronbach menggunakan program SPSS version 20.0 for windows. Syarat agar instrumen alat ukur dikatakan reliabel adalah jika skor alpha lebih besar atau sama dengan 0,6.

### **3.7 Uji Coba Alat Ukur**

Dalam penelitian ini terlebih dahulu peneliti melakukan uji coba alat ukur. Uji coba ini dilakukan dan melihat validitas dan reliabilitas dari skala yang disusun sebagai pengumpulan

data penelitian. Dalam penelitian ini peneliti melakukan uji coba kepada 30 siswa SMK N 5 Medan. Pelaksanaan uji coba dilakukan pada tanggal 15 Mei 2024.

Setelah dilakukan uji coba, kemudia hasilnya akan dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitas menggunakan bantuan *SPSS For Windows 20.0* kemudian peneliti melakukan analisis pada kedua variabel dengan melihat masing-masing item yang lulus uji coba. Adapun tabel *blue print* dari kedua skala yang telah dibuat dan di uji coba sebagai berikut :

Tabel 3.4 Hasil Setelah uji coba skala *Self-Control*

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	<i>Behavior-Control</i>	3,5	6,7,8,10	6
2	<i>Cognitive-Control</i>	11,12,13	16,17,18,20	7
3	<i>Decisional-Control</i>	23	28,30	3
Jumlah		6	10	16

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan melalui program *SPSS For Windows 20.0*, peneliti akhirnya mendapatkan hasil reliabilitas untuk skala *Self-Control* tersebut dan jumlah item skala *Self-Control* yang gugur sebanyak 14 item sehingga dari 30 item yang tersisa hanya 16 item yang dapat digunakan untuk skala penelitian.

Tabel 3.5 Hasil Setelah Uji Coba Skala Kecendeungan Perilaku Agresif

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Agresi Fisik	3,4	6,7,8	5
2	Agresi Verbal	10	13,14,15,16	5
3	Kemarahan	19	24	2
4	Permusuhan	-	29,30	2
Jumlah		4	10	14

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan melalui program *SPSS For Windows 20.0*, peneliti akhirnya mendapatkan hasil reliabilitas untuk skala kecenderungan Perilaku Agresif tersebut dan jumlah item skala kecenderungan Perilaku Agresif yang gugur sebanyak 16 item, sehingga dari 30 item yang tersisa hanya 14 item yang dapat digunakan untuk skala penelitian.

### **3.8 Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 27 mei - 29 mei 2024 dengan dilaksanakan secara offline di sekolah SMK N 1 Parlilitan. Dilakukannya penelitian ini merupakan suatu cara untuk memperoleh, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapatkan data yang akurat peneliti membutuhkan suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapatkan data yang akurat peneliti membutuhkan instrumen yang tepat sehingga peneliti harus merencanakan dan menyiapkan langkah yang tepat dalam penyusunan instrumen penelitian yang akan dipergunakan dalam penelitian. Adapun jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 60 siswa kelas XI SMK N 1 Parlilitan.

Pada tahap pelaksanaan, peneliti akan menyebarkan atau membagikan kuesioner kepada siswa SMK N 1 Parlilitan sebanyak 60 orang. Prosedur dalam penelitian ini adalah peneliti meminta responden mengisi semua pernyataan yang sesuai dengan penilaian atau skor yang tersedia sesuai dengan dirinya.

### **3.9 Analisis Data**

Untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang telah diperoleh seperti tabel dan grafik, penelitian ini menggunakan pendekatan statistik deskriptif. Dalam penelitian ini, pengaruh antara variabel X dan Y diuji dengan menggunakan metode analisis regresi linier sederhana. SPSS digunakan untuk mengolah data dalam penelitian ini. Uji asumsi klasik

diperlukan untuk menentukan apakah teknik regresi itu layak atau tidak untuk digunakan. SPSS version 20.0 for Windows sedang digunakan untuk analisis.

### **3.9.1 Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian kedua variable terdistribusi secara normal. Uji normalitas untuk data kedua variabel diperoleh dari nilai Uji *One Sample-Kolmogorov Smirnov*, apabila nilainya lebih besar dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa distribusi data normal. Untuk melakukan uji ini, peneliti juga menggunakan program SPSS version 20.0 for windows.

### **3.9.2 Uji Linearitas**

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian yaitu variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan linear dengan menggunakan bantuan program SPSS version 20.0 for Windows dengan ujian linearitas menggunakan Test for linearity. Yang dalam hal ini, kedua variabel dikatakan berhubungan linear jika  $p < 0,05$ .

### **3.9.3 Uji Hipotesis**

Sesuai dengan jenis penelitian ini yaitu dimana bertujuan untuk menguji hipotesis tentang ada tidaknya pengaruh antara variabel, maka akan digunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS version 20.0 for windows. Teknik regresi linear sederhana bertujuan untuk menguji pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Pada penelitian ini *self-control* sebagai variabel bebas dan kecenderungan perilaku agresif sebagai variabel terikat.