

**Hubungan *Self Control* dengan Perilaku Agresif Peserta Didik
Kelas X di SMA N 2 Semarang
Nadia Amalia Ardiyani¹, Arri Handayani², Ajeng Dianasari³**

¹ Pendidikan Profesi Guru, Pasca Sarjana, Universitas PGRI Semarang,
nadiaardiyani90@gmail.com

² Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang,
arri.hdy@gmail.com

³ SMA N 2 Semarang, ajengdianasari6@gmail.com
Email Korespondensi: nadiaardiyani90@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self control* dan perilaku agresif. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA N 2 Semarang dengan jumlah keseluruhan sebanyak 431, kemudian dipilih sampel penelitian yang sesuai dengan table penentuan jumlah sample dari Isaac dan Michael sebanyak 195 siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Teknik pengumpulan data menggunakan skala likert variabel X (*Self Control*) dan variabel Y (Perilaku Agresif). Dengan teknik analisis data menggunakan rumus korelasi Product Moment. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif, nilai korelasi menunjukkan angka negatif signifikan $-0,273 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dari penelitian ini ialah terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku agresif diterima. Jadi “adanya hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif kelas X di SMAN 2 Semarang”. Artinya semakin tinggi *self control* (kontrol diri) maka semakin rendah perilaku agresif dari peserta didik, begitu pula sebaliknya. Sehingga guru BK diharapkan dapat melaksanakan layanan BK yang berhubungan dengan *self control* dan perilaku agresif, agar membantu peserta didik dalam meningkatkan keterampilan pengendalian diri sehingga terciptanya kehidupan sosial peserta didik yang baik serta meminimalisir perilaku agresif dari peserta didik..

Kata Kunci: Hubungan, Perilaku Agresif, *Self Control*.

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between self-control and aggressive behavior. The population of this study was class X students at SMA N 2 Semarang with a total of 431, then the research sample was selected according to the table of the number of samples from Isaac and Michael as many as 195 students. The research method used in this research is correlational quantitative. The data collection technique uses a questionnaire variable X (Self-Control) and Y variable (Aggressive Behavior). With data analysis techniques using the Product Moment correlation formula. The results of this study indicate that there is a relationship between self-control and aggressive behavior, the correlation value shows a significant negative number $-0.273 > 0.05$, it can be concluded that the hypothesis proposed from this study is that there is a significant relationship between self-confidence and accepted aggressive behavior. So "there is a relationship between self-control and aggressive behavior in class X at SMAN 2 Semarang". This means that the higher the self-control, the lower the aggressive behavior of students, and vice versa. So that counseling

teachers are expected to be able to carry out counseling services related to self control and aggressive behavior, in order to help students improve self-control skills so as to create a good social life for students and minimize aggressive behavior from students.

Keywords: *Correlation, Aggressive Behavior, Self Control.*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa dimana pencarian jati diri sehingga memerlukan banyak eksplorasi mengenai dirinya sendiri. Penelitian ini dilakukan karena banyaknya siswa yang mengalami permasalahan dengan teman sebayanya yang kebanyakan berawal dari emosi yang mudah meluap, sehingga menimbulkan perdebatan antar individu. Kurangnya pengendalian diri atau kontrol diri menjadi salah satu penyebab dari munculnya permasalahan tersebut.

Santrock (dalam Cucu: 2016) mengemukakan bahwa masa transisi sosial remaja mengalami perubahan dalam hubungan individu dengan manusia lain yaitu dalam emosi, dalam kepribadian, dan dalam peran dari konteks sosial dalam perkembangan. Membantah orang tua, serangan agresif terhadap teman sebaya, perkembangan sikap asertif, kebahagiaan remaja dalam peristiwa tertentu serta peran gender dalam masyarakat merefleksikan peran proses sosialemosional dalam perkembangan remaja. Maka, masa transisi sosial pada remaja berkaitan dengan kemampuann *self control* (kontrol diri) pada setiap individu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self control* (kontrol diri) dengan perilaku agresif pada siswa kelas X di SMA N 2 Semarang. Variabel pada penelitian ini adalah self kontrol (kontrol diri) dan perilaku agresif. Ghufroon & Rini (2011: 21) menjelaskan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi yang positif. Perilaku agresif menurut Moore dan Fine (dalam Koeswara, 1988: 5), merupakan tingkah laku kekerasan secara fisik ataupun secara verbal terhadap individu lain atau terhadap objek-objek.

Resty dan Yohana (2019), melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku agresi verbal pada siswa kelas X SMK “X” Gresik. Artinya semakin tinggi kontrol diri siswa maka semakin rendah perilaku agresi verbalnya. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kontrol diri siswa maka semakin tinggi perilaku agresi verbal siswa tersebut.

Auliya dan Nurwidawati (2014), melakukan penelitian untuk murid dikelas 3 SMAN 1 Padangan Bojonegoro, menemukan sebanyak 35% dengan jumlah 282 murid dimana 98 murid memperlihatkan perilaku agresif, tindakan mereka lakukan dalam bentuk main fisik serta lisan, seperti memukul, berkata-kata kotor serta merendahkan orang lain. Untuk

lingkungan pelajar tindakan sering kali terjadi seperti kericuhan antar sekolah, bertengkar sesama teman, pengerusakan fasilitas sekolah, serta pembunuhan. Banyaknya pemberitaan mengenai perilaku agresif pada siswa yang menimbulkan kesedihan dimana seharusnya siswa bisa belajar untuk mencontohkan tindakan yang baik dan sikap yang baik (Muslimah & Nurhalimah, 2012).

Imam Subqi (2019) menyatakan bahwa tingkah laku agresif merupakan tingkah laku yang ditujukan untuk melukai, mencelakakan, mengancam, mengejek, dan mengintimidasi orang lain, yang dilakukan oleh orang yang lebih kuat terhadap orang yang lebih lemah baik secara fisik maupun psikologi. Agresif tidak hanya berbentuk penyerangan yang ditujukan kepada orang lain, namun juga bisa ditujukan pada diri sendiri.

Kontrol diri melibatkan tiga hal. 1. Kontrol Perilaku, merupakan kesiapan seorang merespon suatu stimulus yang secara langsung memperoleh keadaan tidak menyenangkan dan langsung mengantisipasinya. 2. Kontrol Kognitif yaitu kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan, dengan menilai atau menghubungkan suatu kejadian dengan mengurangi tekanan, dan 3. Kontrol Keputusan yaitu kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang diyakini (Ghufron dan Rini, 2010).

Self control (kontrol diri) atau pengendalian diri sangat penting bagi remaja atau peserta didik, karena apabila peserta didik tidak memiliki *self control* maka akan mengakibatkan kesulitan untuk mengatur perilaku dan tidak mampu menentukan tindakan yang akan diambil, sehingga mengarah kepada sifat yang agresif, seperti contohnya ejekan, makian bahkan bisa sampai pada ancaman baik verbal maupun non verbal.

Menurut penjelasan Sentana dan Kumala (2017) menyebutkan adanya kemunculan perilaku agresif disebabkan karena keadaan atau suatu hal yang tidak disukai didalam lingkungannya. Ketika perilaku agresif terjadi terus-menerus dapat memiliki dampak pada diri individu seperti merasakan kesedihan, kurangnya kepercayaan diri dan apabila melakukan masalah yang besar individu bisa mengalami keputusasaan. (Chaq, Suharnan, & Rini, 2018).

Penjelasan dari Aroma & Suminar (2012) mengatakan jika seseorang mengalami kontrol diri menurun akan dominan suka mengarah ke arah negatif dan bahaya misalnya meningkatnya perilaku agresif, dapat mengakibatkan pikiran menjadi sempit sehingga menimbulkan emosi.

Menurut Hastuti (2018) saat perilaku agresif meningkat, kontrol diri mampu mendukung individu dalam mengatur keinginannya untuk melakukan perilaku agresif, serta membantu individu agar mampu memperhatikan keadaan sosial dengan mengurangi dan

mencegah perilaku agresif itu terjadi. Mengenai perilaku agresif dapat dihubungkan dengan peran dari kontrol diri. Dimana kontrol diri ialah suatu dorongan dapat membentuk, menuntun, serta mampu mengendalikan diri pada tindakan yang bisa mendorong ke hal yang lebih baik (Aviyah & Farid, 2014).

Kontrol diri adalah apabila seseorang bisa mengatasi keinginannya meskipun ada dorongan pribadi ataupun orang lain. Apabila individu dapat mengarah pada dorongan yang baik maka akan mencapai keinginannya tersebut dan dapat menjauhi hal yang buruk (Aviyah & Farid, 2014). Menurut Chaq dkk (2018) ketika individu kurang baik dalam mengatur kontrol diri, akan menghadapi berbagai masalah, sehingga menjadikan individu melakukan tindakan yang kurang baik dikehidupannya, oleh karena itu setiap remaja sangat diperlukan kontrol diri.

Berdasarkan uraian fenomena yang dijelaskan terdapat kesenjangan antara peran ideal dengan kenyataan yang ada, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self Control* (Kontrol Diri) dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas X di SMAN 2 Semarang”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik *nonprobability sampling* yaitu *Accidental sampling*. Menurut Sugiyono (2015:85) *accidental sampling* adalah Teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja secara kebetulan atau *incidental* bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 2 Semarang yang terdiri dari 12 kelas dengan jumlah 431 siswa. Kemudian dipilih sampel penelitian yang sesuai dengan table penentuan jumlah sample dari *Isaac dan Michael* sebanyak 195 siswa. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis *korelasi product moment* yang dikemukakan oleh Pearson.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

A. Distribusi Frekuensi Variabel

1. Distribusi Frekuensi Siswa Terhadap *Self Control*

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Siswa Terhadap *Self Control*

No	Interval	<i>Self Control</i>		
		Prosentase	Kategori	F
1	39 – 68	0%	<i>Self Control</i> Rendah	0
2	69 – 98	18%	<i>Self Control</i> Sedang	35
3	99 – 128	80%	<i>Self Control</i> Tinggi	156
4	129 – 158	2%	<i>Self Control</i> Sangat Tinggi	4

Berdasar tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat *Self Control* kelas X SMA N 2 Semarang mayoritas berada pada kategori tinggi yaitu terdapat 156 peserta didik dari 195 siswa yang menjadi sampel penelitian.

2. Distribusi Frekuensi Siswa Terhadap Perilaku Agresif

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Siswa Terhadap Perilaku Agresif

No	Interval	Perilaku Agresif		
		Prosentase	Kategori	F
1	25 – 44	8%	Perilaku Agresif Rendah	15
2	45 – 64	67%	Perilaku Agresif Sedang	131
3	65 – 84	25%	Perilaku Agresif Tinggi	49
4	85 – 104	0%	Perilaku Agresif Sangat Tinggi	0

Berdasar tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat *Perilaku Agresif* kelas X SMA N 2 Semarang mayoritas berada pada kategori sedang yaitu terdapat 131 peserta didik dari 195 siswa yang menjadi sampel penelitian.

B. Pengujian Hipotesis

Hipotesis statistik sebagai berikut :

Ho : Tidak adanya hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas X di SMAN 2 Semarang

Ha : Adanya hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif pada siswa kelas X di SMAN 2 Semarang

Hasil uji korelasi menggunakan uji Pearson Product Moment dengan SPSS 26 dapat dilihat pada table dibawah ini :Tabel 1. Hasil Uji Korelasi

Tabel 2.1 Hasil Uji Korelasi

Correlations			
		<i>Self Control</i>	Perilaku Agresif
<i>Self Control</i>	Pearson Correlation	1	-.273**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	195	195
Perilaku Agresif	Pearson Correlation	-.273**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	195	195
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa *self control* nilai korelasi menunjukkan angka negatif signifikan $-0,273 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dari penelitian ini ialah terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku agresif diterima. Jadi “adanya hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif kelas X di SMAN 2 Semarang”. Artinya semakin tinggi *self control* (kontrol diri) maka semakin rendah perilaku agresif dari peserta didik, begitu pula sebaliknya.

PEMBAHASAN

Berdasarkan uji normalitas diketahui data berdistribusi normal dengan nilai signifikansi 0.200, kemudian berdasarkan uji homogenitas diketahui bahwa data memiliki varian yang homogen dengan ditunjukkan nilai signifikansi 0.834, kemudian berdasarkan uji linieritas diketahui bahwa hubungan kedua variabel adalah linier dengan nilai sinifikansi untuk Deviation From Linearity sebesar 0.354.

Setelah data dinyatakan normal dengan menggunakan Uji Kolmogorov (One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test), Uji Homogenitas dengan menggunakan Levene Test dan data dinyatakan linier dengan menggunakan Uji Linieritas pada SPSS 26, maka langkah selanjutnya dilakukan uji hipotesis.

Pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi product momen yang dikemukakan oleh Pearson. Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa kepercayaan diri nilai korelasi menunjukkan angka negatif signifikan $-0,273 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dari penelitian ini ialah terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan

diri dengan perilaku asertif diterima. Jadi “adanya hubungan antara *self control* dengan perilaku agresif kelas X di SMAN 2 Semarang”. Artinya semakin tinggi *self control* (kontrol diri) maka semakin rendah perilaku agresif dari peserta didik, begitu pula sebaliknya.

Permasalahan dalam penelitian ini berkaitan dengan korelasi atau hubungan antara *self control* (kontrol diri) dengan perilaku siswa kelas X di SMA Negeri 2 Semarang, kemudian harapan dilakukannya penelitian ini agar siswa mampu untuk mengontrol dirinya dengan lebih baik agar meminimalisir terjadinya perilaku agresif berupa verbal ataupun fisik baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah.

Hasil penelitian ini mendukung dengan penelitian sebelumnya, yakni: agresifitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh (Arif, 2017) dari penelitian tersebut di dapatkan hasil negatif antara agresivitas dan kontrol diri pada remaja di Banda Aceh. Hal ini menunjukkan semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah agresivitas remaja di Banda Aceh. Remaja dengan tingkat kontrol diri yang tinggi akan mampu untuk mempertimbangkan konsekuensi dari perbuatan mereka dan dapat menghindari berperilaku agresif.

Hal ini tentunya sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Auliya dan Nurwidawati (2014) bahwa kontrol diri perlu dimiliki bagi siswa sehingga akan mampu mengontrol tingkah laku yang akan dilakukannya. Pada masa remaja siswa banyak mengalami berbagai permasalahan, salah satu munculnya perilaku yang mengarah pada hal negatif. Menurut Purwasih, Dharmayana, dan Sulian (2017) kontrol diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengendalikan dirinya, baik dalam berperilaku, pemikiran, kestabilan emosi, maupun pada saat pengambilan keputusan, sehingga sebelum melakukan suatu hal atau memutuskan sesuatu individu akan mempertimbangkan akibat yang mungkin terjadi. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki individu maka semakin baik dalam mengendalikan tindakannya

Dari hasil penelitian Hardoni, Neherta, dan Sarfika (2019) menjelaskan bahwa remaja yang mengalami kecenderungan untuk melakukan agresif fisik yang hampir sedikit mengekspresikan kemarahannya dengan melakukan kekerasan secara fisik. Menurut Trisnawati, Nauli, dan Agrina (2014) mengatakan bahwa pemicu dari perilaku agresif adalah ketika individu mengalami satu kondisi emosi seperti emosi marah. Pada saat perasaan marah muncul berakibatkan keinginan dengan melampiaskan pada orang lain atau objek tertentu.

Secara umum, hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara *self control* (kontrol diri) dengan perilaku agresif siswa kelas X di SMA Negeri 2 Semarang. Namun demikian, penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Keterbatasan-keterbatasan tersebut antara lain:

penelitian ini hanya dapat digeneralisasikan secara terbatas pada populasi penelitian saja, yaitu siswa kelas X SMA Negeri 2 Semarang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikaji, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *self control* (kontrol diri) dengan perilaku agresif peserta didik kelas X di SMAN 2 Semarang. Hubungan dari kedua variabel merupakan negatif. Maka, semakin tinggi *self control* peserta didik maka semakin rendah perilaku agresif peserta didik. Begitu juga sebaliknya, jika *self control* peserta didik rendah maka akan semakin tinggi perilaku agresif peserta didik. Artinya, *self control* dan perilaku agresif memiliki peran dalam kehidupan sosial peserta didik kelas X di SMAN 2 Semarang baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, guru BK di SMAN 2 Semarang diharapkan dapat melaksanakan layanan BK yang berhubungan dengan *self control* dan perilaku agresif, agar membantu peserta didik dalam meningkatkan keterampilan pengendalian diri sehingga terciptanya kehidupan sosial peserta didik yang baik serta meminimalisir perilaku agresif dari peserta didik. Dan diharapkan peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian yang mengarah pada metode pemberian layanan bimbingan kelompok atau konseling kelompok serta eksperimen lainnya yang bisa meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan pengendalian diri / kontrol diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Aroma, I. S., & Suminar, D. R. (2012). Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 1(2), 1-6.
- Auliya, M., & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Pada Siswa Sma Negeri 1 Padangan Bojonegoro. *Unesa*. 02(2), 1-5.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 126-129.
- Chaq, M. C., Suharnan, & Rini, A. P. (2018). Religiusitas, Kontrol Diri dan Agresivitas Verbal Remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(2), 20-29.
- Cucu Arumsari. (2016). Konseling Individual dengan Teknik Modeling Simbolis Terhadap Peningkatan Kemampuan Kontrol Diri. *Jurnal Gusjigang*. 2(1), 2.

- Dewi Nur Fatimah. (2017). Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan Self control Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta. *HISBAH:Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. 14(1), 27.
- Gufron & Rini. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Hardoni, Y., Neherta, M., & Sarfika, R. (2019). Karakteristik Perilaku Agresif Remaja Pada Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 257 - 266.
- Hastuti, L. W. (2018). Kontrol Diri dan Agresi: Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 26(1), 42- 53.
- Imam Subqi. (2019). Perilaku Agresif Remaja dalam Tinjauan Pola Asuh Keagamaan Orang Tua di Desa Baleadi Pati. *Jurnal IAIN Salatiga*. 1(2), 186 – 214.
- Iyus,J. & Oka, A. (2020). Studi Deskriptif Kuantitatif Tentang Aktivitas Belajar Mahasiswa Dengan Menggunakan Media Pembelajaran Edmodo Dalam Pembelajaran Sejarah. *Jurnal Artefak*. 7(1),13-20.
- Purwasih, R., Dharmayana, I. W., & Sulian, I. (2017). Hubungan Kompetensi Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Agresif Siswa Smk Bengkulu Utara. *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 52-60
- Puspita, M., Erlamsyah, & Syahnar. (2013). Hubungan Antar Perlakuan Orangtua Dengan Kontrol Diri Siswa Di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 1(1), 330-337
- Resty,R. & Yohana, W. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas X SMK “X” Gresik. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 6(2),1-8.
- Sentana, M. A., & Kumala, I. D. (2017). Agresivitas Dan Kontrol Diri Pada Remaja Dibanda Aceh. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 51-55.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Trisnawati, J., Nauli, F. A., & Agrina. (2014). faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif remaja di SMK Negeri 2 Pekanbaru. *Jom Psik*, 1(2), 1-9.
- Yoshi R & Yusri. (2013). Studi Tentang Perilaku Agresif Siswa Di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Konseling*. 2(1), 243-249.