

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU AGRESIF  
PADA SISWA SMPN 22 BANDAR LAMPUNG T.A 2021/2022**

**Skripsi**

**Oleh**

**RIA ANNISA FITRI**

**NPM 1813052041**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2023**

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU AGRESIF PADA SISWA SMPN 22 BANDAR LAMPUNG T.A 2021/2022

Oleh

**Ria Annisa Fitri**

Masalah penelitian ini adalah adanya siswa yang berperilaku agresif di sekolah, salah satu faktor penyebabnya yaitu kontrol diri siswa yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 22 Bandar Lampung. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022 yang berjumlah 228 orang. Metode pengumpulan data menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Dalam penelitian ini skala yang digunakan adalah skala perilaku agresif dan skala kontrol diri. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*). Teknik analisis menggunakan *Spearman's rho* yang ditunjukkan dengan nilai  $r_{xy} = -0,589$  dimana  $p = 0,000$  dan ( $p < 0,05$ ) sehingga ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 22 Bandar Lampung, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil penelitian menunjukkan bahwa antara variabel kontrol diri dan perilaku agresif terdapat hubungan yang arahnya negatif, yang berarti jika kontrol diri siswa rendah, maka perilaku agresifnya tinggi, begitupun sebaliknya, jika kontrol diri siswa tinggi, maka perilaku agresif siswa rendah. Variabel kontrol diri memberikan kontribusi sebesar 34,69% pada perilaku agresif siswa SMPN 22 Bandar Lampung.

**Kata Kunci :** kontrol diri, perilaku agresif, siswa

## **ABSTRACT**

### **SELF KONTROL RELATIONSHIP WITH AGGRESSIVE BEHAVIOR IN THE STUDENTS OF SMPN 22 BANDAR LAMPUNG**

**By**

**Ria Annisa Fitri**

*The problem of this research is that there are students who behave aggressively at school, one of the contributing factors is students' low self-control. This study aims to determine the relationship between self-kontrol and aggressive behavior in the students of SMPN 22 Bandar Lampung. The hypothesis in this study is that there is relationship between self-kontrol and aggressive behavior. The subjects in this study were students in SMPN 22 Bandar Lampung, amounting to 228 people. Data collection method uses proportional stratified random sampling technique. In this study the scale used is the scale of aggressive behavior and self-kontrol scale. The data analysis method in this study uses the help of the SPSS (Statistical Packages for Social Science) program. The analysis technique uses Spearman's rho shown by the value of  $r_{xy} = -0.589$  where  $p = 0.000$  and  $(p < 0.05)$  so that there is relationship between self-kontrol and aggressive behavior in students of SMPN 22 Bandar Lampung. so the hypothesis in this study was accepted. The results showed that between self-kontrol and aggressive behavior there was a relationship in a negatif direction, which means that if students' self-kontrol is low, then their aggressive behavior is high, and vice versa, if students' self-kontrol is high, then their aggressive behavior is low. The self-kontrol variable contributed 34.69% to the aggressive behavior of SMPN 22 Bandar Lampung students.*

**Keywords:** *self-kontrol, aggressive behavior, students*

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU AGRESIF  
PADA SISWA SMPN 22 BANDAR LAMPUNG T.A 2021/2022**

**Oleh**

**Ria Annisa Fitri**

**Skripsi**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar  
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada**

**Jurusan Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS LAMPUNG**

**BANDAR LAMPUNG**

**2023**

Judul : **HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU AGRESIF PADA SISWA SMPN 22 BANDAR LAMPUNG T.A 2021/2022**

Nama Mahasiswa : **Ria Annisa Fitri**

No. Pokok Mahasiswa : 1813052041

Program Studi : S-1 Bimbingan dan Konseling

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dosen Pembimbing 1

Prof. Dr. Syarifuddin Dahlan, M. Pd.  
NIP 195911101986031005

Dosen Pembimbing 2

Yohana Oktariana, M. Pd.  
NIK 231304871006201

**2. Ketua Jurusan**

Dr. Riswandi, M. Pd.  
NIP 19760808 200912 1 001

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

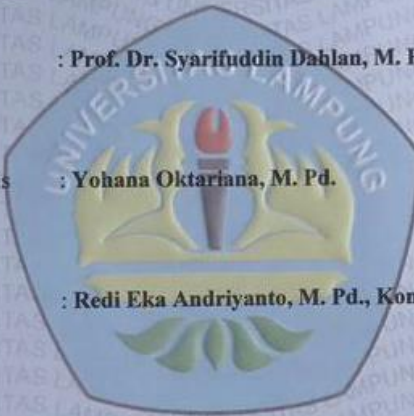
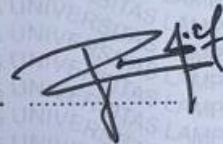
Ketua : Prof. Dr. Syarifuddin Dahlan, M. Pd. ....



Sekretaris : Yohana Oktarlana, M. Pd. ....



Penguji : Redi Eka Andriyanto, M. Pd., Kons. ....



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 9 Januari 2023

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ria Annisa Fitri  
NPM : 1813052041  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022" tersebut adalah asli hasil penelitian kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 9 Januari 2023  
Yang membuat pernyataan



Ria Annisa Fitri  
NPM 1813052041

## RIWAYAT HIDUP



Peneliti bernama Ria Annisa Fitri lahir di Bandar Lampung tanggal 28 Agustus 2000. Peneliti merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Sukri dan Ibu Nur Asiah.

Pendidikan formal yang telah diselesaikan peneliti yaitu TK Amarta Tani HKTI lulus tahun 2006, SD Negeri 02 Kampung Baru lulus tahun 2012, SMP IT Miftahul Jannah lulus tahun 2015 dan SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung lulus tahun 2018.

Pada tahun 2018 peneliti terdaftar sebagai mahasiswa S-1 Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). Peneliti melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kampung Baru, kec. Labuhan Ratu, Bandar Lampung. Peneliti juga melakukan Program Lapangan Persekolahan (PLP) di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.



## **MOTTO**

"Siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan  
mudahkan baginya jalan menuju surga"

**(HR. Muslim)**

"Do what you love and love what you do"

**(Anonim)**

## **PERSEMBAHAN**

### ***Bismillahirrahmanirrahim***

*Puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis diberikan kelancaran dalam penyelesaian skripsi ini. Shalawat teriring salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Semoga kita semua akan mendapat syafa'at di yaumul akhir kelak, amiin Ya Rabb. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:*

*Kedua orang tuaku tercinta, **Bapak Sukri dan ibu Nur Asiah***

*Terimakasih telah menjadi sosok yang hebat, yang selalu memberikan cinta dan kasih sayang tiada tara, memberikan doa tiada henti, kekuatan dalam segala kondisi, memberikan nasihat dan dukungan untuk menggapai cita-citaku, dan yang selalu bekerja keras untuk membahagiakanku, pengorbanan itu tidak mungkin dapat kubalas dengan apapun. Semoga Allah senantiasa memberikan perlindungan di dunia dan akhirat, Amiin.*

*Adikku tersayang, **Syifa Sabrina Nur Fadhilah dan Muhammad Fadli***  
***Ramadhan***

*Terimakasih atas segalanya, yang selalu membantu dan memberikan kasih sayang lewat sikap peduli dan perhatiannya*

*Serta **seluruh keluarga, sahabat dan teman-temanku** yang selalu memberikan semangat, doa, dan dukungan tiada henti*

## SANWACANA

*Bismillahirrohmanirohim*

*Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Puji syukur kehadiran Allah Subhannahu Wa Ta'ala yang telah memberikan segala limpahan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022”, sebagai syarat mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

Pada proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani D.E.A.IPM selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Prof. Dr. Sunyono, M.Si., selaku Dekan FKIP Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd., selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan FKIP Universitas Lampung.
4. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi.,M.A.,Psi selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung.
5. Bapak Prof. Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd. selaku dosen pembimbing 1. Terimakasih atas kesediaan bapak yang telah memberikan bimbingan, nasehat, saran, dan kritik yang bersifat membangun untuk penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.

6. Ibu Yohana Oktariana, M.Pd. selaku dosen pembimbing 2. Terimakasih atas kesediaan ibu yang telah memberikan bimbingan, nasehat, saran, dan kritik yang bersifat membangun untuk penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak Redi Eka Andriyanto, M.Pd., Kons. selaku dosen pembahas. Terimakasih atas bimbingan, saran, dan masukan berharga yang telah bapak berikan kepada penulis.
8. Bapak/Ibu dosen dan staf karyawan Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung. Terimakasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak/ibu berikan selama perkuliahan.
9. Ibu Kepala Sekolah SMPN 22 Bandar Lampung yang telah memberikan izin untuk penulis melakukan penelitian di SMPN 22 Bandar Lampung.
10. Ibu Zuhrida Purtika Dewi, S.Psi. selaku guru pendamping. Terimakasih atas bimbingan, saran, dan masukan berharga yang telah ibu berikan kepada penulis.
11. Bapak/Ibu guru dan staff karyawan SMPN 22 Bandar Lampung. Terimakasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak/ibu berikan selama penelitian.
12. Siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022 yang telah bersedia dan antusias dalam terselenggaranya penelitian.
13. Saudara-saudara seperjuanganku di Program Studi Bimbingan dan Konseling khususnya angkatan ku yaitu 2018 yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang selalu berbagi rasa baik suka maupun duka sejak awal menjadi mahasiswa baru yang selalu mendukung dan memberikan kebahagiaan di kampus tercinta.
14. Kedua orangtuaku, terimakasih sudah memberi dukungan moril dan materil, mendoakanku disetiap shalat dan selalu bangga dengan hasilku. Terimakasih atas segalanya
15. Keluarga besarku yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih doa dan dukungannya.

16. Sahabat terbaikku, Yuni, Ofie, Fitri. terimakasih sudah membantu dalam segala hal. Selalu membuat kebahagiaan tak terhingga, selalu mendengarkan segala keluh kesah. Terimakasih atas segalanya.
17. Sahabat penghujatku, Mira, Nova, Tri, Jeejee. Terimakasih untuk semua canda tawa, suka duka, doa, dukungan dan semangat yang selalu kalian berikan.
18. Sahabatku chibi, Arum, Eka, Teteh, Mba Al, Odel, Mira, lia, Yulid, yang menjadi pengingat, penghibur, pemberi semangat menjadi tempat berbagi suka duka selama perkuliahan, terimakasih atas doa, dukungan, semangat dan kebersamaan kita selama ini.
19. Sahabat gabutku, Niken dan Kiki. Terimakasih untuk semua canda tawa yang selalu kalian berikan.
20. Serta semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, namun tidak mengurangi rasa terima kasih yang sebesar-besarnya.

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'Ala melindungi dan membalas semua kebaikan yang sudah diberikan kepada peneliti. Peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini masih banyak kekurangan namun semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Aamiin. *Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wa Barakatuh.*

Bandar Lampung, 3 Januari 2023

Peneliti

Ria Annisa Fitri  
NPM 181302052041

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>I. PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	5
1.3 Batasan Masalah .....	5
1.4 Rumusan Masalah .....	6
1.5 Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	7
1.6 Kerangka Berpikir .....	7
1.7 Hipotesis Penelitian .....	10
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	11
2.1 Perilaku Agresif .....	11
2.1.1 Definisi Perilaku Agresif .....	11
2.1.2 Aspek-aspek Perilaku Agresif .....	12
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresi .....	14
2.2 Kontrol Diri .....	15
2.2.1 Definisi Kontrol Diri .....	15
2.2.2 Aspek-aspek Kontrol Diri .....	17
2.3 Hubungan Antara Kontrol diri dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Bandar Lampung .....	19
2.4 Penelitian yang Relevan .....	20
<b>III. METODE PENELITIAN</b> .....	22
3.1 Pendekatan Penelitian .....	22
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....	22
3.3 Definisi Operasional Variabel .....	23
3.4 Subjek Penelitian .....	23
3.4.1 Populasi .....	23
3.4.2 Sampel .....	24
3.5 Instrumen Penelitian .....	24
1. Skala Perilaku Agresif .....	26
2. Skala Kontrol Diri .....	26
3.6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	27

3.6.1 Uji Validitas.....	27
3.6.2 Uji Reliabilitas.....	28
3.7 Analisis Data .....	29
<b>IV.HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	30
4.1.1 Deskripsi Sampel Penelitian.....	30
4.1.2 Deskripsi Data .....	30
4.2 Analisis Hasil Penelitian .....	32
4.2.1 Uji Normalitas .....	32
4.2.2 Uji Linearitas .....	33
4.2.3 Uji Hipotesis .....	34
4.3 Pembahasan .....	34
<b>V.SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>39</b>
5.1 Simpulan.....	39
5.2 Saran .....	39
5.2.1 Bagi Pendidik .....	39
5.2.2 Bagi Peneliti Lain .....	40
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>42</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Blueprint skala perilaku agresif .....	26
3.2 Blueprint skala kontrol diri .....	27
3.3 Hasil uji reliabilitas variabel perilaku agresif .....	29
3.4 Hasil uji reliabilitas variabel kontrol diri .....	30
3.5 Rumus kategorisasi tiga jenjang.....	30
4.1 Jumlah sampel penelitian .....	30
4.2 Deskripsi data hasil penelitian .....	31
4.3 Kategorisasi perilaku agresif.....	31
4.4 Kategorisasi kontrol diri.....	31
4.5 Tabulasi silang variabel perilaku agresif dan kontrol diri.....	32
4.6 Hasil Uji Normalitas .....	32
4.7 Hasil Uji Linearitas .....	33
4.8 Hasil Uji Korelasi.....	34



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Kerangka pikir penelitian.....	9

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Laporan Hasil Uji Ahli Instrumen.....	48
2. Perhitungan Hasil Uji Validitas.....	59
3. Laporan Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	62
4. Laporan Hasil Frekuensi Tingkat Kontrol Diri dan Perilaku Agresif Siswa .....	66
5. Laporan Hasil Instrumen yang diberikan Kepada Siswa .....	67
6. Data Perolehan Skor Kontrol Diri dan Perilaku Agresif .....	73
7. Uji Normalitas .....	97
8. Uji Linearitas.....	98
9. Uji Hipotesis .....	99
10. R Tabel .....	100
11. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian .....	101
12. Surat Balasan Penelitian.....	102

# I. PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja juga sering disebut dengan masa transisi, dan biasanya pada masa itu merupakan saat-saat dimana mereka sedang dalam pencarian jati diri atau bisa juga disebut identitas diri (*self identity*). Sehingga pada masa-masa ini mereka sangatlah mudah dalam terbawa arus pergaulan, dimana pergaulan-pergaulan tersebut bisa saja mengacu kearah positif bahkan negatif. Akhir-akhir ini kita juga sering melihat banyak perilaku agresif yang terjadi dan dilakukan oleh para remaja, sungguh ironis memang remaja yang kelak menjadi generasi penerus bangsa, yang seharusnya belajar dan mempersiapkan diri untuk menghadapi masa depan dengan baik namun masih terdapat remaja yang melakukan tindak kekerasan ataupun perilaku agresif, demi menunjukkan eksistensinya. Masa remaja (12-21 tahun) merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa. Masa remaja juga sering dikenal dengan masa pencarian jati diri atau *ego identity* (Febrini, 2017).

Tahap selama remaja adalah berpusat pada siapa saya, dengan identitas apa sebetulnya saya (Erikson, 1968). Perubahan pubertas memerlukan remaja untuk mengubah konsep fisik, menyesuaikan diri terhadap harapan-harapan teman dan keluarga serta membuat keputusan tentang peranan sekolah dan tingkah laku. Kemampuan intelektual remaja tumbuh, termasuk kecenderungan baru tentang refleksi diri dan juga membuat perubahan dalam konsep diri dan integrasi terhadap keterampilan logika baru.

Remaja sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional (Santrock, 2007). Perubahan biologis mencakup perubahan-perubahan dalam hakikat fisik individu. Perubahan biologis pada wanita dimulai dari payudara yang membesar, pinggul melebar, pertumbuhan rahim, menstruasi, tumbuhnya bulu-

bulu halus di area ketiak dan vagina. Sedangkan perubahan biologis pada laki-laki yaitu perubahan suara, tumbuhnya jakun, dada lebih besar, badan berotot, tumbuhnya kumis, jambang, rambut disekitar kemaluan dan ketiak. Perubahan kognitif meliputi perubahan dalam pikiran, tingkat inteligensi seseorang dan bahasa tubuh. Sedangkan perubahan sosial-emosional meliputi perubahan dalam hubungan individu dengan individu lain mencakup emosi, kepribadian, dan peran dari konteks sosial dalam perkembangan remaja.

Perilaku agresif merupakan sesuatu yang dipelajari yang dibawa individu sejak lahir (Bandura, 1997). Perilaku agresif ini dipelajari dari lingkungan sosial seperti interaksi dengan keluarga, interaksi dengan teman sebaya, dan media massa melalui *modelling*. Perilaku agresif juga dapat terjadi karena pengaruh media massa, pengaruh dari media massa ini juga dapat berupa tayangan yang berisi tentang kekerasan. Sehingga para remaja yang menyaksikannya dapat menirukan atau melakukan *modelling* terhadap tayangan tersebut. Karena di usia yang masih labil remaja cenderung belum memikirkan sebab akibat dari perilaku yang dilakukannya.

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. Mulai dari rentang usia 6-12 tahun sebanyak 68 anak (9%), serta anak berusia 13-18 tahun sebanyak 829 (91%). Mayoritas pelaku tindak kejahatan didominasi oleh anak laki-laki sebanyak 2.627 anak (91%) dan anak perempuan sebanyak 252 anak (9%) (artikel Tempo, 2017)..

Berdasarkan artikel tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif tidak terjadi hanya pada orang dewasa dan remaja saja, tetapi anak-anak pun banyak

yang melakukan tindak kekerasan dan perilaku agresif. Banyak faktor yang dapat memunculkan perilaku agresif tersebut, salah satunya yaitu kurangnya kontrol diri atau ketidakmampuan individu untuk meregulasi emosi.

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. Agresif yang dilakukan adalah agresif yang secara terpaksa harus dilakukan oleh individu ketika berada pada posisi terdesak dengan tujuan untuk mempertahankan diri agar tidak dilukai atau disakiti orang lain. 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 (*self kontrol*) sebagai pengaruh seseorang terhadap, dan peraturan tentang fisiknya, tingkah laku, dan proses-proses psikologisnya dengan kata lain, sekelompok proses yang mengikat dirinya (Calhoun dan Acocella, 1995). Kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Chaplin, 2011).

Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilaku individu kearah yang lebih positif (Karniyanti dan Lestari, 2018). Kontrol diri dapat juga diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku (Tripambudi dan Indrawati, 2018).

Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak.

Kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif, berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Kontrol diri ini dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ginting dan Rustika, 2019).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 9 maret 2022 kepada siswa di SMPN 22 Bandar Lampung bahwa rata-rata siswa pernah melakukan perilaku agresif baik secara fisik maupun verbal. Banyak faktor yang menyebabkan siswa melakukan perilaku agresif. Sebagai contoh yaitu ada beberapa siswa yang melakukan perilaku agresif fisik yang berawal dari bercanda sesama teman, tetapi berujung perkelahian. Salah satu faktor yang menyebabkan siswa berperilaku agresif yaitu rendahnya kontrol diri yang dimiliki oleh siswa. Rendahnya kontrol diri yang dimiliki siswa, menyebabkan siswa sulit mengendalikan perilakunya terhadap orang lain.

Dari hasil penelitian Auliya dan Nurwidawati (2014) yang berjudul Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Pada Siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro mendapatkan hasil bahwa korelasi variabel kontrol diri dengan perilaku agresif adalah sebesar 0,000 dengan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar -0,468. Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan negatif yang cukup kuat antara kontrol diri dengan perilaku agresif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku agresifnya, begitu juga sebaliknya semakin rendah kontrol dirinya maka semakin tinggi perilaku agresifnya. Hasil koefisien determinasi ( $R^2$ ) variabel kontrol diri terhadap perilaku agresif sebesar 0,219% maka variabel kontrol diri memiliki pengaruh 21,9% untuk memunculkan perilaku agresif, 78,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor diluar penelitian yang ikut mempengaruhi perilaku agresif.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Khoir (2019) penelitian ini menunjukkan bahwa remaja dalam kategori kontrol diri yang tinggi sebesar 82%, dan remaja dengan kategori tingkat agresivitas yang tinggi sebesar 5%. Artinya,

sebesar 82% adalah remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi tingkat agresivitasnya juga akan semakin rendah. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor yang dapat menurunkan atau meminimalisir tingkat agresivitas seseorang.

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat diketahui bahwa rata-rata siswa memiliki kontrol diri dan keinginan untuk mengendalikan diri agar terhindar dari perilaku-perilaku yang negatif termasuk perilaku agresif akan tetapi masing-masing dari siswa masih melakukan perilaku agresif dan terkadang masih sering berperilaku agresif meskipun agresif verbal.

Berdasarkan uraian diatas tersebut maka peneliti tertarik mengambil judul *“hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022”*.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan, antara lain:

1. Terdapat siswa yang berperilaku agresif baik secara fisik maupun verbal.
2. Perilaku agresif siswa tidak hanya mengarah kepada teman sebayanya, tetapi juga kepada lingkungan sekitar.
3. Terdapat siswa yang memiliki kontrol diri rendah.
4. Terdapat siswa meledak-ledak emosinya saat dihadapkan pada situasi tertentu.

## 1.3 Batasan Masalah

Berbagai kompleksitas permasalahan muncul terkait dengan objek yang akan dikaji. Oleh karena itu, pembatasan masalah perlu dilakukan agar penelitian tidak jauh menyimpang dengan topik yang akan dikaji. Hal ini dilakukan agar

pembahasan dapat lebih spesifik dan terfokuskan sehingga akan diperoleh suatu kesimpulan yang terarah pada aspek yang akan diteliti. Adapun batasan masalah pada penelitian ini adalah “Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022”.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Masa remaja juga sering disebut dengan masa transisi, dan biasanya pada masa itu merupakan saat-saat dimana mereka sedang dalam pencarian jati diri atau bisa juga disebut identitas diri (*self identity*). Sehingga pada masa-masa ini mereka sangatlah mudah dalam terbawa arus pergaulan, dimana pergaulan-pergaulan tersebut bisa saja mengacu ke arah positif bahkan negatif.

Akhir-akhir ini sering terjadi tindak kekerasan atau perilaku agresif, ironisnya tindakan tersebut seringkali dilakukan oleh para remaja, baik itu berstatus sebagai pelajar maupun bukan pelajar. Perilaku-perilaku agresif tersebut mereka lakukan karena banyak faktor-faktor yang mencetuskan terjadinya perilaku-perilaku tersebut. Sehingga mereka melakukan perilaku-perilaku tersebut seperti tanpa adanya beban dan perasaan bersalah ketika melakukan tindakan tersebut.

Perilaku agresif yang dilakukan oleh para siswa seperti adanya siswa yang berkelahi dengan teman sekelas ataupun siswa dari kelas lain disebabkan saling ejek antara siswa, adanya siswa yang melakukan pelanggaran sekolah dengan tidak disiplin antara lain, siswa membolos, merokok di lingkungan sekolah, tidak menggunakan atribut sekolah secara lengkap serta siswa yang tergabung dalam kelompok sering terlibat permasalahan dengan kelompok lain (Auliya dan Nurwidawati, 2014). Berbagai permasalahan remaja diatas menunjukkan kontrol diri yang dimilikinya masih lemah, jika remaja memiliki kontrol diri yang baik maka remaja mampu untuk menahan kebutuhan kesenangan sesaat dan mampu memikirkan resiko atas perbuatan yang sudah dilakukannya.



Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas maka peneliti ingin meneliti apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022?

## 1.5 Tujuan dan Manfaat Penelitian

### 1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022.

### 2. Manfaat Penelitian

#### a. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan mengenai kontrol diri dan perilaku agresif dan juga sebagai referensi kepada pihak yang memerlukan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

#### b. Manfaat Praktis

Sebagai sumber informasi bagi guru dan siswa. Selain itu dapat menjadi bahan konseling bagi guru BK untuk mencegah terjadinya perilaku agresif remaja seperti konseling bagaimana menggunakan koping dalam menyelesaikan masalah sehingga siswa terhindar dari perilaku agresif.

## 1.6 Kerangka Berpikir

Masa remaja merupakan salah satu fase dalam rentang perkembangan yang terjadi pada manusia yang terentang sejak anak masih dalam kandungan hingga meninggal dunia. Pada masa remaja terjadi ketegangan emosi yang bersifat khas sehingga masa ini disebut masa badai dan topan, yang menggambarkan keadaan emosi remaja yang tidak menentu, tidak stabil, dan meledak-ledak. Sehingga tidak

jarang remaja melakukan perilaku yang tidak sesuai norma seperti perilaku agresif yang ditunjukkan sebagai akibat dari adanya pengaruh dari dalam maupun dari luar.

Perilaku agresif merupakan perilaku yang dilakukan secara sengaja dan bertujuan menyakiti orang lain. Secara garis besar, terdapat dua bentuk perilaku agresif, yakni secara verbal dan non-verbal. Perilaku agresif mempunyai karakteristik mengarah pada perilaku negatif yang dapat menimbulkan kerugian baik kepada orang lain ataupun pada pelaku perilaku agresif.

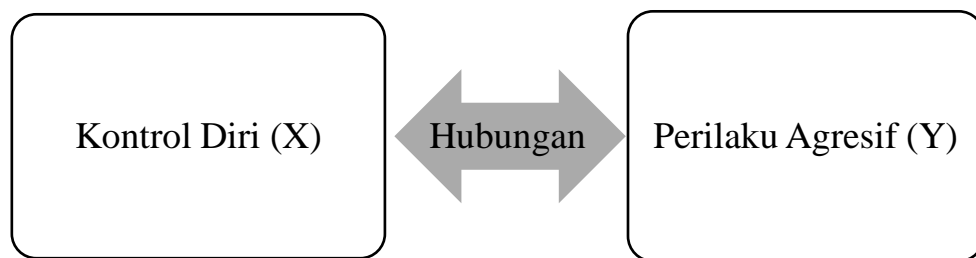
Maraknya perilaku agresif dilakukan oleh remaja, dewasa ini menjadi sorotan berbagai pihak yang turut prihatin dengan kondisi tersebut. Perilaku agresif muncul dikarenakan beberapa faktor penyebab internal seperti perubahan sistem endokrin yang mempengaruhi psikologis, genetika dan biologis, serta pengaruh eksternal dari kondisi keluarga, lingkungan dan media massa. Secara moral maupun sosial, perilaku agresif dianggap tidak tepat. Tidak jarang ada kasus perilaku agresif yang dilakukan oleh remaja di Bandar Lampung.

Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku yang dilakukan oleh seseorang. Kontrol diri dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa remaja ke arah konsekuensi positif. Adanya kontrol diri ini diharapkan remaja mampu untuk menahan gejolak emosi dan diri terhadap rangsangan yang dilakukan oleh orang-orang sekitarnya. Semakin tinggi kontrol diri seseorang, maka semakin rendah perilaku agresif yang dilakukan orang tersebut.

Kemampuan mengontrol diri berarti remaja berusaha dengan sekuat-kuatnya mengarahkan perilaku terhadap sesuatu yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Kontrol diri memungkinkan remaja berpikir atau berperilaku yang lebih terarah dapat menyalurkan dorongan-dorongan perasaan dalam dirinya secara benar dan tidak menyimpang dari norma-norma dan aturan-aturan yang berlaku di lingkungan sekitarnya.

Kurangnya kontrol diri dapat terlihat dari sikap maupun perilaku remaja di masa kini yang semakin menyimpang. Banyak kasus yang melibatkan sifat atau perilaku remaja yang menyimpang dari nilai-nilai yang sudah ada dan dikembangkan di beberapa daerah serta perilaku yang memiliki kontrol diri yang rendah seperti siswa mengalami pergaulan yang salah dengan teman sebayanya, emosi yang meluap-luap dan tidak terkendali, serta kurangnya memiliki sikap yang mencerminkan jati diri mereka sendiri. Hal ini menjadi hambatan dalam diri maupun sosial mereka. Oleh karenanya, kemampuan mengontrol diri menjadi hal yang penting dan mendasar demi membangun kepribadian yang sesuai dengan jati diri mereka sendiri.

Berdasarkan uraian di atas, kerangka pikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1.1 Kerangka Pikir Penelitian

Keterangan:

X : Kontrol Diri Siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022

Y : Perilaku Agresif Siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022

—————> : Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif Siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022

### 1.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan perilaku agresif remaja, yang artinya jika kontrol diri tinggi maka perilaku agresif rendah dan begitu sebaliknya.

Berdasarkan kerangka pikir yang telah dikemukakan, maka hipotesis statistik dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

Ho : Tidak terdapat hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022.

Ha : Terdapat hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif siswa SMPN 22 Bandar Lampung T.A 2021/2022.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Perilaku Agresi

#### 2.1.1 Definisi Perilaku Agresif

Kehidupan sehari-hari manusia tidaklah luput dari perilaku. 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. Dampak dari perilaku agresif inipun tidak hanya berbahaya bagi diri sendiri melainkan juga dapat berbahaya bagi orang lain. Dampak terburuk dari perilaku agresif ini adalah dapat menyebabkan kematian.

Agresif merupakan setiap tindakan yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai orang lain (Taylor, Peplau, & Sears, 2009). Baron dan Richardson (dalam Krahe, 2005) mendefinisikan agresi sebagai suatu perilaku yang diwujudkan

dalam berbagai bentuk yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup lain yang terdorong untuk menghindari perlakuan tersebut. Agresi merupakan perilaku fisik maupun verbal yang disengaja maupun tidak disengaja namun memiliki maksud untuk menyakiti, menghancurkan atau merugikan orang lain untuk melukai objek yang menjadi sasaran agresi (Myers, 2002).

Agresif lebih difokuskan pada pengertian dari perilaku agresif itu sendiri yang menurut pendapat para ahli yang mendefinisikan perilaku agresif merupakan tingkah laku yang diarahkan untuk tujuan menyakiti makhluk hidup lain yang

ingin menghindari perlakuan semacam menyakiti. Perilaku agresif merupakan setiap perilaku yang merugikan atau menimbulkan korban pada pihak lain (Sarwono, 2009). Buss dan Perry (1992) menyatakan perilaku agresif sebagai perilaku atau kecenderungan perilaku yang niatnya untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun secara psikologis.

Berdasarkan teori yang telah dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif merupakan suatu perilaku atau kecenderungan perilaku yang dilakukan oleh individu ataupun kelompok yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai orang lain atau kelompok dengan niat atau kesengajaan baik secara verbal maupun fisik yang dapat merugikan seseorang.

### 2.1.2 Aspek-aspek Perilaku Agresif

Menurut Buss dan Perry (1992), terdapat empat aspek perilaku agresif yang didasari dari tiga dimensi dasar yaitu motorik, afektif, dan kognitif. Empat aspek perilaku agresif yang dimaksud yaitu:

#### a. *Physical aggression*

*Physical aggression* yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, mengganggu, atau membahayakan orang lain melalui respon motorik dalam bentuk fisik, seperti memukul, menendang, dan lain-lain.

#### b. *Verbal aggression*

*Verbal aggression* yaitu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, mengganggu, atau membahayakan orang lain dalam bentuk penolakan dan ancaman melalui respon vokal dalam bentuk verbal.

#### c. *Anger*

*Anger* merupakan emosi negatif yang disebabkan oleh harapan yang tidak terpenuhi dan bentuk ekspresinya dapat menyakiti orang lain serta dirinya sendiri. Beberapa bentuk anger adalah perasaan marah, kesal, sebal, dan bagaimana mengontrol hal tersebut. Termasuk didalamnya adalah *irritability*, yaitu mengenai

temperamental, kecenderungan untuk cepat marah, dan kesulitan mengendalikan amarah.

d. *Hostility*

*Hostility* yaitu tindakan yang mengekspresikan kebencian, permusuhan, antagonisme, ataupun kemarahan yang sangat kepada pihak lain. *Hostility* adalah suatu bentuk agresi.

Menurut Medinus dan Jhonson (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2006), agresi dapat dikelompokkan kedalam empat aspek yaitu:

- a. Menyerang secara fisik yang termasuk didalamnya adalah mendorong, meludahi, menendang, meninju, memarahi dan merampas.
- b. Menyerang suatu objek yang dimaksud adalah menyerang benda mati atau binatang.
- c. Secara verbal atau simbolis, yang termasuk didalamnya adalah mengancam secara verbal, menjelekkkan orang lain, sikap mengancam yang menuntut.
- d. Pelanggaran terhadap hak milik atau menyerang daerah lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti menggunakan indikator perilaku agresif yang dikemukakan oleh Buss dan Perry (1992) yang nantinya akan digunakan sebagai acuan dalam pembuatan alat ukur dalam penelitian ini. Indikator perilaku agresif yang telah dikemukakan oleh Buss dan Perry (1992) yaitu agresi fisik (*physical aggression*), agresi verbal (*verbal aggression*), kemarahan (*anger*), dan permusuhan (*hostility*). Indikator ini dipilih karena lebih lengkap untuk mengungkap permasalahan subjek dan lebih sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi di lapangan.

### 2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresi

Perilaku agresif yang muncul pada individu berkaitan erat dengan rasa marah yang terjadi dalam diri individu. Menurut Taylor, Peplau, & Sears (2009) perilaku agresif dapat muncul dengan sebab-sebab sebagai berikut:

a. Adanya serangan dari orang lain

Individu akan secara refleks memunculkan sikap agresif terhadap seseorang yang secara tiba-tiba menyerang atau menyakiti baik dengan perkataan (verbal) maupun dengan tindakan fisik.

b. Terjadinya frustrasi dalam diri seseorang

Frustrasi adalah gangguan atau kegagalan dalam mencapai tujuan. Ketika individu mengalami frustrasi maka akan dapat memunculkan kemarahan yang dapat membangkitkan perasaan agresif.

c. Ekspektasi pembalasan atau motivasi untuk balas dendam

Ketika individu yang marah mampu untuk melakukan balas dendam, maka rasa marah akan semakin besar dan kemungkinan untuk melakukan agresi juga bertambah besar.

d. Kompetisi

Agresi yang tidak berkaitan dengan keadaan emosional, tetapi mungkin muncul secara tidak sengaja dari situasi yang melahirkan suatu kompetisi. Secara khusus merujuk pada situasi kompetitif yang sering memicu pola kemarahan, pembantahan dan agresi yang tidak jarang bersifat destruktif.

Pemaparan lain dikemukakan oleh Baron dan Byrne (2000) yang menyebut dua kondisi penyebab timbulnya perilaku agresi yaitu :

a. Kondisi internal, meliputi

1. Kepribadian individu, yaitu individu yang mempunyai kepribadian yang kurang matang cenderung mempunyai kontrol diri yang rendah.
2. Kemampuan hubungan interpersonal, hubungan interpersonal ini dilakukan untuk memahami diri sendiri, membina dan menjaga hubungan sosial dengan



orang lain. Kurangnya kemampuan individu untuk melakukan hubungan interpersonal yang efektif akan mendorong munculnya perilaku agresi.

b. Kondisi eksternal, meliputi

1. Frustrasi, hal ini disebabkan oleh kegagalan yang dialami dan biasanya dinyatakan dalam bentuk agresi.
2. Provokasi, provokasi langsung yang bersifat verbal ataupun fisik mengenai kondisi pribadi.
3. Model, model yang kurang baik dilingkungannya sangat besar pengaruhnya terhadap munculnya perilaku agresi.

Berdasarkan penjelasan yang telah dijelaskan beberapa tokoh di atas seperti Taylor, Peplau, & Sears dan Baron & Byrne yang memiliki kesamaan beberapa faktor dalam menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif yaitu serangan dari orang lain, frustrasi, ekspektasi pembalasan/motivasi balas dendam, kompetisi, kepribadian individu, hubungan interpersonal, provokasi dan model. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa maka peneliti memilih menggunakan faktor yang dijelaskan menurut Baron & Byrne sebagai dasar dalam melakukan penelitian ini. Dari dua faktor yang dikemukakan oleh Baron & Byrne, maka peneliti memilih kondisi internal sebagai variabel bebas, dimana pada kondisi internal ini menyebutkan bahwa kepribadian individu yang kurang matang cenderung mempunyai kontrol diri yang rendah. Kontrol diri inilah yang sangat diperlukan untuk setiap individu termasuk pada masa remaja awal, sehingga dalam penelitian ini kontrol diri dipilih oleh peneliti sebagai variabel bebas.

## 2.2 Kontrol Diri

### 2.2.1 Definisi Kontrol Diri

Kontrol diri adalah tenaga kontrol atas diri, oleh dirinya sendiri. Kontrol diri terjadi ketika seseorang atau organisme mencoba untuk mengubah cara bagaimana seharusnya individu tersebut berpikir, merasa, atau berperilaku (Muraven &

Baumeister, 2000). Kontrol diri merupakan kecenderungan individu untuk mempertimbangkan berbagai konsekuensi untuk perilaku tertentu. Dijelaskan kembali bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan diri atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik Ketika dihadapkan dengan godaan-godaan (Hofmann, Baumeister, Förster, & Vohs, 2012).

Kontrol diri dikatakan sebagai kemampuan manusia untuk menahan dan mengendalikan perilaku sosial yang tidak pantas (DeWall, Baumeister, Stillman, & Gailliot, 2005). Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian DeWall, Finkel, dan Denson (2011) yang menyatakan bahwa kegagalan kontrol diri dapat memberikan kontribusi untuk tindakan yang paling agresif yang menyertakan kekerasan. Ketika agresi mendesak menjadi aktif, kontrol diri dapat membantu seseorang mengabaikan keinginan untuk berperilaku agresif, dan akan membantu seseorang merespon sesuai dengan standar pribadi atau standar sosial yang dapat menekan perilaku agresif tersebut. Penjelasan lain juga menunjukkan bahwa individu yang memiliki sifat pengendalian diri yang rendah lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku kriminal, dan menyimpang dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi (McMullen, 1999).

Kontrol diri merupakan fungsi utama dari diri dan kunci penting untuk kesuksesan dalam hidup. Dalam penelitian ditunjukkan bahwa kontrol diri yang tinggi juga memiliki keterkaitan dengan penyesuaian diri yang lebih baik (diantaranya berkurangnya psikopatologi, dan meningkatnya *self-esteem*), berkontribusi terhadap keberhasilan dibidang akademis, mengurangi makan yang berlebihan dan mengurangi penyalahgunaan alkohol, memiliki hubungan yang lebih baik dan memiliki keterampilan interpersonal yang baik (Tangney, baumeister, & Boone, 2004). Kontrol diri memungkinkan manusia untuk hidup dan bekerja bersama-sama dalam suatu sistem budaya yang dapat menguntungkan berbagai pihak (DeWall, Baumeister, Stillman, & Gailliot, 2005), serta masih banyak manfaat positif yang lainnya.

Secara garis besar dapat disimpulkan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan dari dalam dirinya

sehingga mampu membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif sesuai dengan standar ideal, nilai-nilai moral dan harapan sosial.

### 2.2.2 Aspek-aspek Kontrol Diri

Aspek-aspek kontrol diri menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (dalam Chaq, Suharnan, & Rini, 2018) antara lain :

- a. *Self-Discipline* yaitu aspek ini menekankan kemampuan individu dalam mendisiplinkan diri sendiri.
- b. *Deliberate/Nonimpulsive* yaitu kecenderungan individu dalam melakukan sesuatu dengan tidak tergesa-gesa dan hati-hati.
- c. *Healthy Habits* yaitu aspek ini merujuk pada bagaimana individu dapat mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan dan positif bagi individu.
- d. *Work Ethic* yaitu penilaian individu terhadap regulasi diri mereka dalam layanan etika kerja dan mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan.
- e. *Reliability* yaitu merujuk pada penilaian individu terhadap kemampuannya dalam pelaksanaan rencana jangka panjang untuk pencapaian tertentu.

Menurut Calhoun dan acocella (1990) terdapat tiga aspek mendasar yang mempengaruhi kontrol diri seseorang yaitu :

#### a. Membuat pertimbangan terhadap pilihan

Setiap individu dapat membuat pertimbangan terhadap suatu pilihan. Individu dihadapkan dalam dua pilihan dimana individu harus memilih salah satu dari pilihannya tersebut yang dianggapnya baik atau positif, dan tidak membuat suatu pilihan yang tidak baik atau negatif.

b. Memilih salah satu dari dua perilaku

Individu memilih salah satu dari dua perilaku yang menyebabkan konflik, yang satu menawarkan ganjaran tapi dalam jangka waktu yang lama dan yang lain menawarkan kepuasan segera. Pada saat dihadapkan pada pemilihan satu dari dua perilaku tersebut melibatkan sikap tidak impulsif. Impulsif yaitu satu keadaan yang mempengaruhi atau memberikan kecenderungan kepada seseorang yang berbuat. Melakukan meditasi menyebabkan seseorang tidak impulsif. Karena dalam meditasi dibutuhkan konsentrasi, kesabaran dan ketenangan.

c. Memanipulasi stimulus untuk membuat suatu perilaku menjadi lebih mungkin dilakukan dan perilaku lain kurang mungkin dilakukan.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dijelaskan diatas, dapat dikatakan bahwa aspek dalam kontrol diri diantaranya adalah kontrol perilaku yang merupakan respon yang langsung mempengaruhi keadaan yang tidak menyenangkan, kontrol keputusan yang merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil berdasarkan sesuatu yang diyakini, mengontrol kognitif yang merupakan kemampuan untuk mengolah informasi, serta memanipulasi stimulus untuk membuat suatu perilaku menjadi lebih mungkin dilakukan. Berdasarkan beberapa aspek di atas, peneliti lebih memilih aspek-aspek yang dikemukakan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (dalam Chaq, Suharnan, & Rini, 2018) yang menyebutkan bahwa terdapat 5 aspek dalam kontrol diri, yaitu *Self-Discipline*, *Deliberate/Nonimpulsive*, *Healthy Habits*, *Work Ethic*, dan *Reliability*. Pada 5 aspek tersebut peneliti pilih dalam penyusunan skala penelitian. Komponen ini digunakan karena aspek-aspek yang dikemukakan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone lebih jelas dan sesuai dengan penelitian yang akan diukur oleh peneliti, sehingga harapannya penelitian yang dilakukan dapat menghasilkan data yang akurat.

### 2.3 Hubungan Antara Kontrol diri dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Bandar Lampung

Masa remaja merupakan masa transisi, dimana pada masa tersebut biasanya mereka masih mencari jati dirinya atau identitas dirinya. Sehingga pada masa-masa tersebut masihlah sangat rentan seseorang untuk melakukan kesalahan dan mudah terbawa arus atau mengikuti teman-temannya.

Sehingga dibutuhkan kemampuan dalam melakukan pengendalian diri agar tidak terjerumus dalam pergaulan yang kurang baik. Kemampuan kontrol diri ini sangatlah diperlukan dari saat masih kecil sampai dewasa. Tujuannya adalah agar dapat menjadi pribadi yang baik dan mampu berperilaku baik serta mengurangi keinginan untuk bertindak negatif dan juga berperilaku agresif yang biasa dilakukan secara sadar maupun tanpa disadari.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Chaq, Suharnan, dan Rini (2018) menyatakan bahwa kontrol diri mampu menghentikan tindakan berbahaya dari individu. Kontrol diri berhubungan dengan sukses dalam berbagai bidang kehidupan. Kontrol diri akan dapat menjadikan remaja mampu mengendalikan diri untuk melakukan tindakan yang bertentangan dengan ketentuan yang ada. Remaja dengan kontrol diri yang baik dapat menahan diri dari perilaku agresivitas verbal. Penjelasan atas hasil penelitian ini adalah bahwa remaja yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung dapat mengendalikan diri kearah yang positif dan tidak merugikan.

Berdasarkan dari hasil penelitian-penelitian di atas, maka antara kontrol diri dengan perilaku agresif memiliki korelasi yang negatif dan saling berhubungan. Dimana jika kontrol diri seseorang tinggi maka perilaku agresif akan menurun ataupun jika kontrol diri rendah maka perilaku agresif akan meningkat, karena dari beberapa kasus yang terjadi biasanya jika perilaku agresif meningkat salah satu faktor yang menyebabkannya adalah karena ketidakmampuan atau rendahnya kontrol diri pada individu, dan sebaliknya penurunan kadar perilaku agresif yang dilakukan oleh individu disebabkan karena individu tersebut memiliki kemampuan dalam melakukan kontrol diri atau mengelola kontrol diri guna menekan tindakan-tindakan agresif tersebut.

## 2.4 Penelitian yang Relevan

Terdapat beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan atau berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut:

- a. Penelitian oleh Auliya dan Nurwidawati yang berjudul Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Pada Siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro. Penelitian ini menggunakan Kuantitatif Analisis regresi dengan hasil korelasi variabel kontrol diri dengan perilaku agresif adalah sebesar 0,000 dengan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar -0,468. Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan negatif yang cukup kuat antara kontrol diri dengan perilaku agresif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku agresifnya, begitu juga sebaliknya semakin rendah kontrol dirinya maka semakin tinggi perilaku agresifnya. Hasil koefisien determinasi ( $R^2$ ) variabel kontrol diri terhadap perilaku agresif sebesar 0,219% maka variabel kontrol diri memiliki pengaruh 21,9% untuk memunculkan perilaku agresif, 78,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor diluar penelitian yang ikut mempengaruhi perilaku agresif.
- b. Penelitian oleh Khoir yang berjudul Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada narapidana laki-laki yang menjelang masa bebas di lembaga pasyarakatan kelas IA Semarang. Penelitian ini menggunakan Kualitatif deskriptif dengan hasil remaja dalam kategori kontrol diri yang tinggi sebesar 82%, dan remaja dengan kategori tingkat agresivitas yang tinggi sebesar 5%. Artinya, sebesar 82% adalah remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi tingkat agresivitasnya juga akan semakin rendah. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor yang dapat menurunkan atau meminimalisir tingkat agresivitas seseorang.
- c. Penelitian oleh Chaq, dkk yang berjudul Religiusitas, Kontrol Diri dan Agresivitas Verbal Remaja. Penelitian ini menggunakan Kuantitatif Spearman's Rho dengan hasil kontrol diri mampu menghentikan tindakan berbahaya dari individu. Kontrol diri berhubungan dengan sukses dalam berbagai bidang kehidupan. Kontrol diri akan dapat menjadikan remaja

mampu mengendalikan diri untuk melakukan tindakan yang bertentangan dengan ketentuan yang ada. Remaja dengan kontrol diri yang baik dapat menahan diri dari perilaku agresivitas verbal. Penjelasan atas hasil penelitian ini adalah bahwa remaja yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung dapat mengendalikan diri kearah yang positif dan tidak merugikan.

### **III. METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Pendekatan Penelitian**

Pendekatan penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini adalah Pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dan pengambilan sampel secara random dengan pengumpulan data menggunakan instrumen, analisis data bersifat statistic (Sugiyono, 2015).

Peneliti akan menggunakan pendekatan penelitian deskriptif dalam penelitian ini. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa dan kejadian yang terjadi pada saat sekarang dimana peneliti berusaha memotret peristiwa dan kejadian yang menjadi pusat perhatian untuk digambarkan sebagaimana adanya (Sudjana & Ibrahim, 1989). Metode penelitian deskriptif adalah sebuah metode yang berusaha mendeskripsikan, menginterpretasikan sesuatu, misalnya kondisi atau hubungan yang ada, pendapat yang berkembang, proses yang sedang berlangsung, akibat atau efek yang terjadi atau tentang kecenderungan yang sedang terjadi (Sukmadinata, 2006).

#### **3.2 Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMPN 22 Bandar Lampung, yang beralamat di Jl. ZA. Pagar Alam No.109, Gedong Meneng, Kec. Rajabasa, Kota Bandar Lampung. Adapun mengenai pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Mei 2022.



### 3.3 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel penelitian menurut Sugiyono (2015) adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari obyek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Definisi variabel-variabel penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Perilaku Agresif

Perilaku agresif merupakan perilaku yang dilakukan secara sengaja dengan tujuan untuk melukai atau mencelakai individu lain yang didapat melalui proses pembelajaran, pengamatan, dan pengalaman sehingga ditirukan untuk memenuhi keinginannya tersebut dalam mencelakakan individu lain. Perilaku agresif memiliki beberapa aspek, yakni aspek agresi fisik (*physical aggression*), agresi verbal (*verbal aggression*), kemarahan (*anger*), dan permusuhan (*hostility*).

#### 2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengontrol dan mengendalikan perilaku yang bertujuan untuk menghindari perilaku yang kurang baik. Kontrol diri memiliki berbagai aspek yakni aspek disiplin diri, tindakan non-impulsif, kebiasaan sehat, regulasi diri, dan reliabilitas diri.

### 3.4 Subjek Penelitian

#### 3.4.1 Populasi

Selain menentukan variabel di dalam sebuah penelitian langkah lain dalam penelitian adalah menentukan adanya populasi dan sampel. Tujuan diadakannya penelitian terhadap subjek penelitian ini adalah untuk menghindari sebuah kesalahan generalisasi atau kesalahan dalam suatu keputusan.

Menurut Sugiyono (2016) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut pendapat lain menyatakan populasi penelitian merupakan keseluruhan (universum) dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup, dan sebagainya. Sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian (Bungin, 2018). Populasi yang akan menjadi subjek penelitian adalah:

- a. Siswa SMPN 22 Bandar Lampung
- b. Laki- laki dan perempuan berusia 12-15 tahun

### 3.4.2 Sampel

Sementara itu menurut Sugiyono (2016) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak memungkinkan untuk mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional stratified random sampling* dengan tujuan untuk memperoleh sampel yang representatif dengan melihat populasi siswa SMPN 22 Bandar Lampung yang berstrata, yakni terdiri beberapa kelas dan usia yang heterogen (tidak sejenis). Sehingga peneliti mengambil sampel dari kelas 7 dan 8 dari masing-masing kelas diambil wakilnya sebagai sampel yang berjumlah 228.

### 3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang peneliti gunakan yaitu skala. Alasan menggunakan skala adalah data yang diungkap berupa konstruk psikologis yang menggambarkan keadaan subyek, pernyataan pada skala adalah stimulus yang tertuju pada indikator perilaku serta bertujuan untuk merangsang subjek agar

dapat mengungkapkan keadaan diri yang tidak disadari, responden memahami isi pernyataan namun tidak menyadari arah jawaban yang tidak dikehendaki dan kesimpulan apa yang sesungguhnya ingin diungkapkan dari pernyataan tersebut, respon skala diberi skor melalui proses penskalaan, hanya untuk mengungkap satu tujuan ukur saja (*undimensional*) (Azwar, 2017). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan pengambilan sampel non probabilitas (*non probability*) dengan jenis *Proportionate Stratified Random Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel pada populasi yang heterogen dan berstrata dengan mengambil sampel dari tiap-tiap sub populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota dari masing-masing sub populasi secara acak atau serampangan.

Terdapat dua jenis skala yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala perilaku agresif yang dikembangkan berdasarkan perilaku agresif menurut Buss dan Perry (1992) yaitu *physical aggression*, *verbal aggression*, *anger*, dan *hostility*. Sedangkan Skala kontrol diri yang akan digunakan dikembangkan berdasarkan lima indikator yang disusun oleh Tangney, Baumeister dan Boone (2004) yaitu disiplin diri, tindakan non-impulsif, kebiasaan sehat, regulasi diri, dan reliabilitas diri. Skala *Likert* adalah jenis skala yang dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan subjek diminta untuk menyatakan kesesuaian dan ketidakesesuaian terhadap isi pernyataan (Azwar, 2015). Menurut Sugiyono (2016) skala Model *Likert* dapat digunakan untuk mengukur sikap, perilaku, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena atau gejala sosial yang terjadi.

Skala pengukuran dimulai dengan menggunakan skor 1 sampai 4 dengan pilihan jawaban Selalu (SI), Sering (Sr), Kadang-kadang (KK), dan Tidak Pernah (TP). Pernyataan *favourable* memiliki skor 4 untuk pernyataan Selalu (SI), skor 3 untuk pernyataan Sering (Sr), skor 2 untuk pernyataan Kadang-kadang (KK), dan skor 1 untuk pernyataan Tidak Pernah (TP). Sedangkan pernyataan *unfavourable* memiliki skor 1 untuk pernyataan Selalu (SI), skor 2 untuk pernyataan Sering (Sr), skor 3 untuk pernyataan Kadang-kadang (KK), dan skor 4 untuk pernyataan Tidak Pernah (TP). Penggunaan 4 alternatif jawaban bertujuan agar subyek berpendapat dan tidak bersikap netral, apabila pilihan tengah atau netral disediakan maka kebanyakan subyek akan cenderung untuk menempatkannya dikategori tengah

tersebut, sehingga data mengenai perbedaan diantara responden menjadi kurang informative (Azwar, 2015). Menurut Hadi (2016) jawaban ditengah-tengah harus sedapat mungkin dihilangkan untuk menghindari hal-hal yang tidak dapat dianalisis.

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

### 1. Skala Perilaku Agresif

Skala yang digunakan mengacu pada aspek-aspek perilaku agresif yang dikembangkan oleh Buss dan Perry (1992) yaitu aspek agresi fisik (*physical aggression*), agresi verbal (*verbal aggression*), kemarahan (*anger*), dan permusuhan (*hostility*). Skala adaptasi perilaku agresif terdiri atas 35 item dengan spesifikasi atau *blueprint* sebagai berikut.

Tabel 3.1 *Blueprint* Skala Perilaku Agresif

No	Aspek	Indikator Perilaku	Instrumen		Jumlah
			F	UF	
1	<i>Physical Aggression</i>	Menyerang	2,11,23		8
		Memukul	5,18,13,16,21		
2	<i>Verbal aggression</i>	Mencela	6,7,14,20,25	27	9
		Menyebarkan gosip	4,28	29	
3	<i>Anger</i>	Kesal	18,30,31,32	33	11
		Mudah marah	1,12,17,22,26	9	
4	<i>Hostility</i>	Curiga	3,10,19,24		7
		Iri	15,34	35	
<b>Jumlah</b>					<b>35</b>

### 2. Skala Kontrol Diri

Skala yang digunakan mengacu pada aspek-aspek kontrol diri yang dikembangkan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) yaitu aspek disiplin diri, tindakan non-impulsif, kebiasaan sehat, regulasi diri, dan reliabilitas diri. Skala adaptasi kontrol diri terdiri atas 36 item dengan spesifikasi atau *blueprint* sebagai berikut.

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala Kontrol Diri

No	Aspek	Instrumen		Total
		F	UF	
1	Disiplin diri	1,7,22,36	3,17,20,23,31	9
2	Tindakan non-impulsif	5,25	2,6,11,12,14,16, 28,32,33,34	12
3	Kebiasaan sehat	13,15,26,27	8,35	6
4	Regulasi diri	24,30	9,19,29	5
5	Reliabilitas diri	18	4,10,21	4
<b>Jumlah</b>				<b>36</b>

### 3.6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

#### 3.6.1 Uji Validitas

Pengujian Validitas dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya suatu kuesioner dari masing-masing variabel tersebut. Uji validitas yang telah dilakukan dalam penelitian ini ditampilkan dalam tabel berikut:

Dari hasil pengujian validitas variable perilaku agresif, kuesioner yang berisi 36 item yang telah diisi oleh 228 responden pada penelitian ini. Salah satu cara agar bisa mengetahui kuesioner mana yang valid dan tidak valid, kita harus mencari tau r tabelnya terlebih dahulu. Rumus dari r tabel adalah  $df = N-2$  jadi  $228-2 = 226$ , sehingga  $r \text{ tabel} = 0,138$ . Dari hasil perhitungan validitas pada tabel diatas, dapat dilihat bahwa  $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$  ada 32 item yang dinyatakan valid dan 3 item  $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$  dinyatakan negatif, 32 item semua dinyatakan valid karena  $r \text{ hitung}$  lebih dari  $r \text{ tabel}$  namun ada 3 item yang dinyatakan negatif karena hasilnya kurang dari jumlah  $r \text{ tabel}$  yaitu 0,138.

Dari hasil perhitungan validitas pada variable kontrol diri, dapat dilihat bahwa  $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$  ada 31 item yang dinyatakan valid dan 5 item  $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$  dinyatakan negatif, 31 item semua dinyatakan valid karena  $r \text{ hitung}$  lebih dari  $r \text{ tabel}$  namun ada 5 item yang dinyatakan negatif karena hasilnya kurang dari jumlah  $r \text{ tabel}$  yaitu 0,138.

### 3.6.2 Uji Reliabilitas

Penelitian ini harus dilakukannya uji reliabilitas untuk mengukur konsisten atau tidak kuesioner dalam penelitian yang digunakan untuk mengukur pengaruh tidaknya variabel X dengan variabel Y. Sebelum dilakukannya pengujian reliabilitas harus ada dasar pengambilan keputusan yaitu *alpha* sebesar 0,60. Variabel yang dianggap reliabel jika nilai variabel tersebut lebih besar dari  $>0,60$  jika lebih kecil maka variabel yang diteliti tidak bisa dikatakan reliabel karena  $<0,60$ . Hasil dari pengujian reliabilitas pada variabel penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Perilaku Agresif

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,806	35

Hasil dari uji reliabilitas pada variabel perilaku agresif dapat dilihat bahwa *cronbach's alpha* pada variabel ini lebih tinggi dari pada nilai dasar yaitu  $0,806 > 0,60$  hasil tersebut membuktikan bahwa semua pernyataan dalam kuesioner variabel (Y) dinyatakan reliabel.

Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kontrol Diri

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,752	36

Hasil dari uji reliabilitas pada variabel kontrol diri dapat dilihat pada tabel 4.7 hasil yang dihasilkan dari variabel ini adalah 0,752 menunjukkan bahwa *cronbach's alpha*  $0,752 > 0,60$ . Dari hasil tersebut bisa disimpulkan bahwa semua pernyataan pada variabel ini dinyatakan reliabel atau bisa dipercaya.

### 3.7 Analisis Data

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *spearman rho*' dengan bantuan program IBM SPSS Statistic 25. Teknik analisis korelasi *spearman rho*' merupakan teknik statistic yang menggunakan data interval atau rasio dengan persyaratan tertentu (Riduwan & Akdon, 2005). Syarat-syarat untuk menggunakan statistic parametrik adalah kedua variable penelitian menggunakan data interval atau rasio, data berdistribusi normal, jumlah data (sampel) lebih besar dari 30 (Santoso, 2001). Pada penelitian ini, data yang akan diolah diasumsikan memenuhi syarat-syarat penggunaan *spearman rho*' sehingga cara ini adalah teknik analisa yang tepat. Selain itu teknik analisa *spearman rho*' adalah teknik analisa yang paling stabil dengan tingkat kesalahan paling kecil.

Pada teknik korelasi ini peneliti menggunakan satu variabel bebas dan satu variabel terikat yang akan diukur ada tidaknya hubungan antara dua variabel tersebut. Dalam penelitian ini hubungan yang ingin dilihat adalah hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa SMPN 22 Bandar Lampung.

Rumus korelasi *Spearman Rho* dengan sebagai berikut :

$$\rho = 1 - \frac{6 \cdot \sum b_1^2}{n(n^2 - 1)}$$

$\rho$  = korelasi spearman (dibaca: rho)

Untuk perhitungan ketegorisasi, peneliti berpedoman kepada ketegorisasi menurut Azwar tahun 2008 dengan rumus:

Tabel 3.5 Rumus ketegorisasi tiga jenjang

Rumus	Kategori
$X \leq (\mu - 1\sigma)$	Tinggi
$(\mu - 1\sigma) < X \leq (\mu + 1\sigma)$	Sedang
$X > (\mu + 1\sigma)$	Rendah

Keterangan :

X : skor mentah sampel

$\mu$  : rata-rata distribusi dalam populasi

$\sigma$  : standar deviasi distribusi populasi

## V. SIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa SMPN 22 Bandar Lampung”, maka dapat disimpulkan bahwa Terdapat Hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku agresif pada siswa SMPN 22 Bandar Lampung dengan hasil koefisien korelasi sebesar -0,589. Variabel kontrol diri memberikan kontribusi sebesar 34,69% pada perilaku agresif siswa SMPN 22 Bandar Lampung. Karena hasil koefisien korelasi bernilai negatif maka arah hubungannya negatif, artinya jika kontrol diri siswa semakin tinggi, maka perilaku agresifnya menjadi rendah, begitu pula jika kontrol diri siswa semakin rendah, maka perilaku agresifnya menjadi tinggi. Hal ini berarti bahwa kontrol diri siswa akan berpengaruh terhadap perilaku agresif siswa tersebut.

### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMPN 22 Bandar Lampung, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

#### 5.2.1 Bagi Pendidik

Guru BK perlu meningkatkan pelayanan terkait kontrol diri di sekolah dengan tujuan perilaku agresif tidak menjadi budaya di SMPN 22 Bandar Lampung.



### 5.2.2 Bagi Peneliti Lain

Disarankan untuk peneliti selanjutnya untuk mencari faktor perilaku agresif selain kontrol diri dan harus cermat dalam pengambilan sampel, supaya hasil penelitian bisa akurat dan sesuai yang di inginkan.

# **DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR PUSTAKA

- Akdon & Riduwan. 2005. *Rumus dan Data dalam Aplikasi Statistik*. Alfabeta, Bandung.
- Auliya, M., dan Nurwidawati, D. 2014. Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro. *Character*, 2(3), 1-6.
- Azwar, S. 2015. *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Bandura, A. 1997. *Self Efficacy – The Exercise of Kontrol (Fifth Printing, 2002)*. W.H. Freeman & Company, New York.
- Baron, R.A. 1977. *Human aggression*. (Online), diakses dari [https://books.google.co.id/books?id=M0ljg8xXIIoC&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?id=M0ljg8xXIIoC&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Baron, R.A. dan Byrne, D. 2005. *Psikologi sosial. Edisi kesepuluh: jilid 2*. Erlangga, Jakarta.
- Buss, A.H & Perry, M. 1992. *The aggression questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology*. The American Psychological Association, Inc. Vol. 63, No 3, 452-459
- Buss, A.H. 1961. *The psychology of aggression*. (Online), diakses dari <https://psycnet.apa.org/PsycBOOKS/toc/11160>
- Calhoun J, F., & Acocella, J.R. 1990. *Psychology of Adjustment and Human Relationship (3rd Edition)*. McGraw-Hill Book, Inc, New York.
- Calhoun, F & Acocella, J. 1995. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan (edisi ketiga)*. IKIP Semarang, Semarang.
- Chaq, M.C., Suharna., dan Rini, A.P. 2018. Religiusitas, Kontrol Diri dan Agresivitas Verbal Remaja. *Fenomena: Jurnal Psikologi*, 27(2), 20-30.
- Dayakisni, T & Hudaniah. 2006. *Psikologi Sosial*. Universitas Muhammadiyah Malang, Malang
- DeWall, C.N., Baumeister, R.F., Stillman, T., & Gailliot, M.T. 2005. Violence restrained: Effect of self regulation and its depletion on aggression. *Journal of Experimental Social Psychology*. Diunduh pada tanggal 21 Mei 2022, dari <http://www.sciencedirect.com>
- Erikson, E.H. 1968. *Identity: Youth and Crisis*. Norton, New York.

- Febrini, D. 2017. *Psikologi Pembelajaran*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta
- Ginting, D.D., dan Rustika, I.M. 2019. Peran Kontrol Diri Dan Intensitas Mengakses Pornomedia Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Remaja Madya Di SMK N 1 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 794- 804.
- Hadi, S. 2016. *Metodologi Riset*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Hastuti, L.W. 2018. *Kontrol diri dan agresif: tinjauan meta-analisis*. Buletin Psikologi. 26(1), 42-53.
- Hofmann, W., Baumeister, R.F., Förster, G., & Vohs, K.D. 2012. Everyday temptations: an experience sampling study of desire, conflict, and self-kontrol. *Journal of Personality and Social Psychology*. 102(6), 1318-1335.
- John W. Santrock. 2007. *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. PT. Erlangga, Jakarta.
- Karniyanti, N.K., dan Lestari, M.D. 2017. Peran Kontrol Diri Dan Asertivitas Pada Sikap Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Akhir Di Bangli. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 72-85.
- Khoir, A.M. 2019. Kontrol Diri Dengan Tingkat Agresivitas Remaja Yang Memiliki Orang Tua TNI Atau POLRI. *Cognicia*, 7(2), 51-62
- Krahe, B. 2005. *Perilaku agresif : buku panduan psikologi sosial*. Pustaka Pelajar, Jakarta.
- McMullen, J.C. 1999. *A Test of Self-kontrol Theory Using General Patterns of Deviance. (Dissertation)*. Doctor of Philosophy Polytechnic Institute University, Virginia
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. 2000. *Self-Regulation and Depletion of Limited Resources: Does self-kontrol resemble a muscle?*. Psychological Bulletin, New York.
- Myers, D.G. 2012. *Social psychology (7th edition)*. McGrawHill Companies, Inc, North America.
- Pradana, Y.I., Dwikurnaningsih, Y., dan Setyorini. 2018. Hubungan Antara Menonton Acara Kekerasan Televisi Dengan Perilaku Agresif Siswa SMP Di Salatiga. *Kelola: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 5(1), 55-65.
- Santoso, Singgih.. 2001. *SPSS Versi 11,5 Mengolah Data Statistik Secara Profesional*. PT Elex Media Komputindo, Jakarta.
- Sarwono, 2009. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan neonatal*. YBP-SP, Jakarta.
- Tangney, J.P., Baumeister, R, F., Boone, F.L. 2004. High Self Kontrol Predicts Good Adjusment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal Of Personality*, 72 (2), 271-324.
- Taylor, Shelley E., Letitia Anne Peplau & David O. Sears. 2009. *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Kencana Prenada Media Group, Jakarta.

- Tripambudi, B., dan Indrawati, E.S. 2018. Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif Pembelian Gadget pada Mahasiswa Teknik Industri Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(2), 189-195.
- Yudha, P. T., & Christine. 2005. Hubungan Antara Kesusakan dan Konsep Diri Dengan Intensi Perilaku Agresi: Studi Pada Remaja di Pemukiman Kumuh Kelurahan Angke Jakarta Barat. *Jurnal Psikologi*, 3(1), 24-43.