

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU AGRESIF PADA SISWA SMPN 3 JATIAGUNG

Emi Sulasmi

SMPN 3 Jatiagung

* Corresponding Author. E-mail: emisulasmi13@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 3 Jatiagung Tahun Ajaran 2020/2021 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 3 Jatiagung Lampung Selatan, 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 3 Jatiagung Lampung Selatan

Kata Kunci : kontrol diri, perilaku agresif, siswa

Pendahuluan

Dalam menjalani proses kehidupannya, individu selalu berusaha mencari dan menemukan apa yang disebut dengan kebahagiaan (Sekali, RBR, & Tohir, A. 2021). 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 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.

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

Kontrol diri (*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 ke arah 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 ke arah 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 3 Jatiagung Lampung Selatan 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 antarakontrol 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.

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. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 3 Jatiagung Tahun Ajaran 2020/2021.

Metode

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). Penelitian ini dilakukan di SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan, yang beralamat di Perum Permata Asri Karanganyar Kec. Jatiagung Lampung Selatan. Adapun mengenai pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Mei 2022. Populasi yang akan menjadi subjek penelitian adalah Siswa Laki-laki dan perempuan berusia 12-15 tahun SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional stratified random sampling* dengan tujuan untuk memperoleh sampel yang representatif dengan melihat populasi siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan 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. Teknik analisis data 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 caraini adalah teknik analisa yang tepat. Selain itu teknik analisa *spearman rho'* adalah teknik analisa yang paling stabil dengan tingkat kesalahan paling kecil.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran umum tentang sampel penelitian yang diperoleh dari data-data jumlah siswa kelas 7 dan 8 meliputi skala perilaku agresif dan kontrol diri yang disebarkan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Jumlah Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	VII	116 Siswa
2	VIII	112 Siswa
Jumlah Sampel Penelitian		228 Siswa

Gambaran umum mengenai data hasil penelitian variabel Perilaku Agresif dan Kontrol Diri dapat dilihat dalam tabel deskripsi yang berisi fungsi statistik dasar berikut ini:

Tabel 2. Deskripsi data hasil Penelitian

Descriptive Statistics

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kontrol Diri 228	70	122	94.75	9.871
Perilaku Agresif 228	50	115	82.50	11.003
Valid 228				
N (listwise)				

Berdasarkan tabel di atas, peneliti melakukan kategorisasi berdasarkan skor empirik yang ada. Kategorisasi memiliki tujuan untuk mengetahui klasifikasi tinggi rendahnya skor yang diperoleh subjek. Variabel perilaku agresif dikategorikan menjadi kategorisasi tinggi dan rendah, begitu juga dengan variabel kontrol diri dikategorikan menjadi tinggi dan rendah. Berikut ini merupakan tabel tiga kategorisasi yang digunakan dalam pengolahan data.

a) Perilaku Agresif

Kategorisasi perilaku agresif diperoleh berdasarkan skor total subjek, yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. Kategorisasi Perilaku Agresif

Kategori	Interval	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Rendah	< 71,49	32	14%
Sedang	71,49 - 93,50	166	72.8%
Tinggi	> 93,50	30	13,2%
Jumlah		228	100

Hasil kategorisasi perilaku agresif siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan di atas menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki perilaku agresif pada kategori sedang yaitu sebanyak 166 (72.8%), lalu dalam kategori rendah sebanyak 32 (14%), sedangkan sisanya berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 30 (13.2%).

b) Kontrol Diri

Kategorisasi kontrol diri diperoleh berdasarkan skor total subjek, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. Kategorisasi Kontrol Diri

Kategori	Interval	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Rendah	< 84	2	0.9%
Sedang	84,83 - 104,57	102	44.7%
Tinggi	> 104,57	124	54.4%
Jumlah		228	100

Hasil kategorisasi kontrol diri siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan di atas menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kepercayaan diri pada kategori tinggi yaitu sebanyak 124 (54.4%), lalu dalam kategori sedang sebanyak 102 (44.7%). sedangkan sisanya berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 2 (0.9%).

Sedangkan untuk tabulasi silang antara kedua variabel adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Tabulasi silang variabel perilaku agresif dan kontrol diri

Kategori_PA * Kategori_KDCrosstabulation

Count

		Kategori_KD						Total	
		Rendah		Sedang		Tinggi		F	%
		F	%	F	%	F	%		
Kategori_PA	Rendah	0	0%	13	5,7%	19	8,3%	32	14%
	Sedang	15	6,5%	137	60%	14	6,1%	166	72,8%
	Tinggi	16	7%	14	6,1%	0	0%	30	13,1%
Total		31	13,5%	164	71,8%	33	14,4%	228	100%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa siswa yang memiliki perilaku agresif dan kontrol diri rendah sebanyak 0 siswa, siswa yang memiliki perilaku agresif rendah dan kontrol diri sedang sebanyak 13 (5,7%) siswa, siswa yang memiliki perilaku agresif rendah dan kontrol diri tinggi sebanyak 19 (8,3%)siswa. Lalu siswa yang memiliki perilaku agresif sedang dan kontrol diri rendah sebanyak 15 (6,5%) siswa, siswa yang memiliki perilaku agresif dan kontrol diri sedang sebanyak 137 (60%) siswa, siswa yang memiliki perilaku agresif sedang dan kontrol diri tinggi sebanyak 14 (6,1%). Lalu siswa yang memiliki perilaku agresif tinggi dan kontrol diri rendah sebanyak 16 (7%) siswa, siswa yang memiliki perilaku agresif tinggi dan kontrol diri sedang sebanyak 14 (6,1%)siswa, dan siswa yang memiliki perilaku agresif dankontrol diri tinggi sebanyak 0 siswa.

Uji Normalitas

Pengujian Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana. Pengujian pengaruh menggunakan analisis linier sederhana dilakukan untuk menguji pengaruh dari 1 variabel independen terhadap 1 variabel dependen. Sebelum dilakukan analisis regresi linier sederhana terlebih dahulu dilakukan pengujian asumsi regresi linier sederhana yaitu uji normalitas dengan menggunakan uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan cara mengukur jika nilai yang di hasilkan kurang dari 0,05 maka persebarannya dianggap tidak normal sebaliknya jika hasil yang didapat lebih dari 0,05 maka dinyatakan persebarannya normal.

Dalam uji *Kolmogorov-smirnov* diasumsikan bahwa distribusi variable yang sedang diuji mempunyai sebaran yang normal. Kelebihan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan uji normalitas yang lain adalah sederhana dan tidak menimbulkan perbedaan persepsi di antara satu pengamatan dengan pengamatan lain.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Variabel	P > 0,05	Keterangan
Kontrol diri dan perilaku Agresif	0,200 > 0,05	Normal

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan nilai signifikansi pada tabel 4.4 (Asymp. Sig.(2-tailed)) sebesar 0,200 lebih besar dari α (0.05). Diambil keputusan terima H_0 yang artinya persebaran variabel kontrol diri (X) dengan variabel perilaku agresif (Y) berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Penelitian ini harus ada pengujian linieritas yang bertujuan untuk mengetahui variabel bebas dan variabel terikat mempunyai hubungan linier atau tidak mempunyai hubungan, dengan cara mencari tau nilai *sig. Deviation from linearity* dari variabel X dan variabel Y. Jika nilai *sig* > 0,05 maka bisa dinyatakan kedua variabel tersebut mempunyai hubungan sebaliknya jika nilai didapat < 0,05 maka berarti kedua variabel tersebut tidak linier. Hasil dari perhitungan uji linieritas dari penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Linearitas

Variabel	P > 0,05	Keterangan
Kontrol diri dan perilaku Agresif	0,072 > 0,05	Linier

Berdasarkan dari hasil uji linieritas diatas diketahui nilai *sig. Deviation from linearity* adalah 0,072 signifikan, berarti hasil tersebut bisa dibilang lebih tinggi dari pada 0,05 dan menyatakan bahwa kedua variabel ini mempunyai hubungan linier atau dapat disebut variabel kontrol diri (X) dan variabel perilaku agresif (Y) mempunyai hubungan linier.

Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji asumsi, selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik *correlation Spearman's rho* untuk menguji apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMPN 3 Jatiagung Tahun Ajaran 2020/2021, dengan menggunakan bantuan SPSS versi 25.

Hipotesis statistik penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah

H_0 : Tidak terdapat hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif siswa SMPN 3 Jatiagung Tahun Ajaran 2020/2021.

H_a : Terdapat hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif siswa SMPN 3 Jatiagung Tahun Ajaran 2020/2021.

Kaidah keputusan: Jika $> =$ tidak valid

Jika $< =$ valid

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai *sig. (2-tailed)* sebesar 0,000, karena nilai *sig. (2-tailed)* < 0,05 maka artinya ada hubungan yang signifikan antara variable x dan variable y. Dari tabel di atas, diperoleh angka koefisien korelasi sebesar - 0,589 artinya tingkat kekuatan korelasi/hubungannya adalah hubungan yang kuat. Angka koefisien korelasi di atas bernilai negatif, yaitu sebesar -0,589 maka arah hubungan variabelnya yaitu negatif.

Tabel 8. Arah Hubungan Variabel

Korelasi	r.hitung	r.tabel
Kontrol diri dan perilaku agresif	-0,589	0,138

Hasil dari uji hipotesis ini diperoleh nilai r hitung = -0,589. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa. Hasil perhitungan korelasi menunjukkan tanda negatif, yang artinya jika kontrol diri siswa tinggi, maka kemungkinan siswa berperilaku agresif rendah. Begitu juga sebaliknya, jika kontrol diri

siswa rendah, maka kemungkinan siswa berperilaku agresif menjadi tinggi. Selanjutnya perlu dilakukan uji signifikansi untuk menjawab rumusan masalah yang diajukan penulis. Hasil dari uji hipotesis ini diperoleh nilai r hitung = -0,589. Untuk nilai r tabel pada taraf signifikansi 5% dengan N sebesar 228 siswa diperoleh r tabel = 0,138. Karena nilai r hitung > r tabel, maka hubungan antara variabel kontrol diri dengan perilaku agresif siswa signifikan. Jadi kesimpulannya ada hubungan positif dan nilai koefisien korelasi antara kontrol diri dengan perilaku agresif sebesar -0,589 data dan koefisien yang diperoleh dari populasi tersebut menggambarkan keadaan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif. Hasil koefisien korelasi ($r_{xy} = -0,589$) diperoleh indeks determinasi ($r^2 \times 100\%$). Hal ini menunjukkan jika kontrol diri (variabel x) memberikan kontribusi terhadap terbentuknya perilaku agresif pada siswa (variabel y) sebesar 34,69% sedangkan sisanya 65,31% oleh variabel lain diluar kontrol diri. Menurut 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.

Dapat disimpulkan terdapat dua faktor yang berpengaruh terhadap perilaku agresif. Faktor dari dalam diri individu dan dari luar individu. Faktor dari dalam individu antara lain kepribadian individu, yaitu individu yang mempunyai kepribadian yang kurang matang cenderung mempunyai kontrol diri yang rendah, selanjutnya 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. Sedangkan faktor dari luar individu yang diantaranya adalah frustrasi, hal ini disebabkan oleh kegagalan yang dialami dan biasanya dinyatakan dalam bentuk agresi. Selanjutnya provokasi, provokasi langsung yang bersifat verbal ataupun fisik mengenai kondisi pribadi. Terakhir adalah model, model yang kurang baik dilingkungannya sangat besar pengaruhnya terhadap munculnya perilaku agresi.

Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang didapat sebesar -0,589. Hal ini karena faktor perilaku agresif siswa itu banyak. Kontrol diri merupakan salah satu faktor dari dalam diri individu yang berpengaruh terhadap perilaku agresif siswa. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dapat dilihat bahwa hasil skala kontrol diri dengan perilaku agresif siswa rata-rata dalam kategori sedang, karena rata-rata siswa menjawab skala dengan skor yang cukup tinggi. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa rata-rata siswa memiliki kontrol diri yang cukup baik. Hal ini menunjukkan bahwa Sebagian besar siswa tidak sering berperilaku agresif. Bagi remaja, kebutuhan untuk berinteraksi lebih besar dengan teman-teman sebayanya. Interaksi teman sebaya di masa remaja juga berdampak bagi masa perkembangan di masa selanjutnya. Salah satu tugas perkembangan remaja yaitu memperkuat *self kontrol* (kontrol diri).

Masa remaja adalah sebagai periode perubahan, dimana sikap dan tingkah laku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Perubahan fisik tentunya memiliki efek psikologis, dimana remaja memiliki perasaan tidak puas terhadap diri sendiri. Keadaan tersebut menyebabkan remaja sulit menerimanya, apabila tidak sesuai dengan keinginan dan harapannya, remaja akan mencari pelarian dari keadaan yang tidak menyenangkan dengan mencari perhatian dan melakukan hal-hal negatif. Remaja cenderung menilai sesuatu dan bertindak atas pandangannya dan penilaian sendiri, tidak membedakan antara hal-hal yang dipikirkannya dengan orang lain dengan menunjukkan tingkah laku yang negative. Fenomena yang banyak terjadi pada masa ini adalah banyak siswa berperilaku yang mengarah pada perilaku agresif, seperti saling bully, tidak sopan, berbicara kotor, suka mengganggu, suka marah-marah, berkelahi, dan merusak. Fakta di atas menunjukkan bahwa pengendalian diri yang rendah dari para pelajar. Oleh karena itu perlu dilakukan suatu tindakan bimbingan agar siswa memiliki kontrol diri yang baik untuk meminimalisir timbulnya perilaku agresif pada siswa. Pemberian layanan bimbingan yang tepat dapat menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada para siswa di sekolah.

Perilaku agresif adalah suatu perbuatan baik disengaja maupun tidak disengaja yang ditunjukkan untuk menyerang pihak lain, baik secara fisik maupun secara verbal. Sedangkan kontrol diri adalah kemampuan menyusun, membimbing mengatur, dan mengarahkan perilaku yang membawa ke arah positif agar dapat mengambil keputusan dan tindakan yang efektif untuk mendapatkan akibat yang diinginkan tanpa menyinggung perasaan orang lain. Program yang dinilai efektif untuk mengurangi agresivitas, baik sebagai pencegahan maupun penanganan, adalah yang menggunakan pendekatan kognitif-perilaku karena tidak hanya fokus pada aspek kognitif saja, namun juga memperhitungkan fungsi individu pada aspek afektif dan perilaku. Perubahan pada salah satu aspek akan diikuti oleh perubahan pada aspek yang lainnya.

Penelitian ini memberikan kontribusi 34,69% terhadap perilaku agresif siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan Kondisi ini mencerminkan bahwa kontrol diri siswa akan berpengaruh terhadap perilaku agresif siswa. Hasil yang diperoleh dapat dikatakan dalam kategori sedang. Sesuai dengan latar belakang masalah yang telah diuraikan. Dalam penelitian ini juga masih memiliki beberapa kelemahan diantaranya, berkaitan dengan pengisian skala penelitian. Terdapat beberapa subyek yang mengisi dengan melihat dan mengikuti jawaban subyek lainnya, hal ini ditunjukkan dengan hasil pengisian skala yang hampir serupa pada pilihan jawaban yang tersedia pada beberapa subyek. Selain pengisian skala yang hampir serupa terdapat subyek yang mengisi skala dengan asal mengisi tanpa memahami pernyataan yang terdapat dalam skala tersebut terlebih dahulu.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan”, maka dapat disimpulkan bahwa Terdapat Hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku agresif pada siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan dengan hasil koefisien korelasi sebesar - 0,589. Variabel kontrol diri memberikan kontribusi sebesar 34,69% pada perilaku agresif siswa SMPN 3 Jatiagung Lampung Selatan 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.

Daftar Pustaka

- Auliya, M., dan Nurwidawati, D. (2014). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa SMA Negeri 1 Padang Bojonegoro. *Character*, 2(3), 1-6.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy-The Exercise of Kontrol (Fifth Printing, 2002)*. New York: W.H. Freeman & Company.
- Baron, R.A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial. Edisi kesepuluh: jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Calhoun, F & Acocella, J. (1995). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan (edisi ketiga)*. Semarang: IKIP Semarang.
- Chaplin. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi (terjemahan Kartini Kartono)*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Febrini, D. (2017). *Psikologi Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- 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.
- Hastuti, L.W. (2018). *Kontrol diri dan agresi: tinjauan meta-analisis*. Buletin Psikologi. 26(1), 42-53.
- 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.
- Pradana, Y.I., dkk. (2018). Hubungan Antara Menonton Acara Kekerasan Televisi Dengan Perilaku Agresif Siswa SMP Di Salatiga. *Kelola: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 5(1), 55-65.
- Ratna BR Karo Sekali, & Ahmad Tohir. (2020). Upaya Meningkatkan Penerimaan Diri (Selfacceptance) Siswa Melalui Konseling Individu Dengan Pendekatan Realita Kelas XI SMA Negeri 15 Bandar Lampung. *Jurnal Evaluasi Dan Pembelajaran*, 2(2), 135-147. <https://doi.org/10.52647/jep.v2i2.21>
- Riduwan & Akdon. (2005). *Rumus dan Data dalam Aplikasi Statistik*. Bandung: Alfabeta.
- Santoso, Singgih. (2001). *SPSS Versi 11,5 Mengolah Data Statistik Secara Profesional*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. (2007). *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta: PT. Erlangga.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- 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.