

# HUBUNGAN KEMATANGAN EMOSI DAN KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU AGRESIF PADA SISWA KELAS XII DI SMA NEGERI 1 MERAWANG BANGKA BELITUNG

**Debita Fajarika**

**Febi Herdajani**

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi

Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Jalan Diponegoro No. 74, Jakarta Pusat

## **Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung, sebanyak 148 siswa. Penentuan ukuran sampel menggunakan Rumus Slovin dan mendapatkan jumlah sampel sebanyak 108 sampel. Teknik pengambilan sampel di dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan korelasi bivariat antara variabel kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agresif diperoleh  $r = -0,474$  dan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agresif. Hasil korelasi bivariat antara variabel kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif menghasilkan  $r = -0,518$  dan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif. Hasil korelasi multivariat diperoleh nilai koefisien korelasi  $R = 0,608$  dan  $p = 0,000$  yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif.

**Keywords** : Kecenderungan Perilaku Agresif, Kematangan Emosi, Kontrol Diri

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Lazimnya, masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat anak mencapai usia matang secara hukum. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari usia 13-18 tahun, yaitu usia matang secara hukum (Hurlock, 2001, p.206). Menurut Santrock (2011, p. 352), masa remaja ditandai dengan terjadinya perubahan fisik yang cepat, seperti penambahan berat badan dan tinggi badan, serta perkembangan fungsi seksual. Para remaja mengejar kebebasan secara intens dan mencari identitasnya sendiri. Pemikiran remaja menjadi lebih abstrak, logis dan idealis.

Menurut Pастey dan Aminbahmi (dalam Handasah, 2018, p.1), masa remaja adalah masa dimana remaja banyak mengalami tekanan baik di sekolah, keluarga dan juga teman sebayanya, dan tekanan-tekanan tersebut terkadang sangat sulit untuk diatasi sehingga remaja merasa frustrasi dan terkadang melakukan tindakan yang agresif untuk meluapkan emosinya.

Perilaku agresif adalah berbagai bentuk perilaku yang bertujuan untuk melukai makhluk hidup lain yang ingin menghindari perlakuan semacam itu. Hal tersebut menunjukkan bahwa jika individu menyakiti individu lain karena unsur ketidaksengajaan, maka perilaku tersebut bukan dikategorikan perilaku agresif (Baron & Richardson, dalam Krahe, 2001, p.11).

Salah satu bentuk perilaku agresif berupa tawuran antara pelajar SMA 55 Duren

Tiga melawan SMA 60 Bangka yang bergabung dengan SMK Bhayangkari Ragunan pada tanggal 17 Januari 2020, mengakibatkan satu siswa berinisial RPM menjadi korban dan mengalami luka bacok. Siswa SMA 60 Bangka yang mengaku telah membacok RPM, menyatakan bahwa pelaku merasa kesal karena sekolahnya sering diejek (CNN Indonesia, diakses 15 April 2020, <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200121134153-12-467282/tawuran-sma-di-pasar-minggu-dipicu-ejekan-berujung-bacokan>).

Breakwell (dalam Hapsari, Indrawati dan Desiningrum, 2015, p.4), menyatakan bahwa bentuk perilaku agresif dapat diarahkan keluar maupun kedalam seperti bertindak kasar sehingga menyakiti individu lain, berkelahi, membuat onar di sekolah, mengolok-olok secara berlebihan, mengabaikan perintah dan melanggar peraturan, berbohong untuk mempertahankan diri, sering memerintah, pendendam dan menentang individu lain. Bentuk agresivitas yang diarahkan ke dalam antara lain kecenderungan putus asa, dan rasa tidak aman sehingga menarik diri dari kegiatan, cenderung tidak tertarik pada minat yang bersifat kelompok, apatis terhadap kegiatan di sekolah ataupun di masyarakat. Agresivitas juga melibatkan setiap bentuk penyiksaan psikologis atau emosional seperti mempermalukan, menakut-nakuti atau mengancam.

Dalam penelitian ini, kecenderungan perilaku agresif merupakan suatu perilaku maladaptif yaitu perilaku yang tidak sesuai dengan norma yang melekat pada diri individu

dan bersifat melukai serta merugikan individu lain secara sengaja, baik itu secara verbal maupun fisik.

Menurut Guswani & Kawuryan (2011, p.91) faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan perilaku agresif antara lain kematangan emosi, kontrol diri, religiusitas, kecerdasan emosi dan pengaruh media. Kematangan emosi menjadi salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi tingkat agresivitas individu dalam merespon emosi negatif. Remaja yang mengekspresikan emosi secara meledak-ledak, sensitif dan reaktif terhadap suatu stimulus cenderung akan melakukan perilaku agresif. Hal tersebut dikarenakan emosi remaja yang tidak stabil menandakan bahwa remaja tersebut belum mencapai kematangan emosi yang baik.

Chaplin (dalam Handasah, 2018, p.5) mendefinisikan kematangan emosi sebagai kemampuan individu untuk mengontrol emosinya secara tepat, tidak meledak-ledak dan tidak kekanak-kanakan. Kematangan emosi adalah kemampuan menerima hal-hal negatif dari lingkungan tanpa membalasnya dengan sikap yang negatif, melainkan dengan kebijakan (Martin dalam Guswani & Kawuryan, 2011, p.87).

Stein dan Book (dalam Raviyoga & Marheni, 2019) berpendapat bahwa individu dengan kematangan emosi yang rendah tidak dapat mengendalikan rangsangan emosi, mudah merasa frustrasi, impulsif, sulit mengendalikan amarah, berindak kasar, kehilangan kendali diri, perilaku yang meledak-ledak dan tidak terduga seperti perilaku agresif

yang diluar kendali.

Hurlock (2001, p.213), berpendapat bahwa remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya di hadapan individu lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Petunjuk kematangan emosi yang lain adalah bahwa remaja menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau individu yang tidak matang.

Selain kematangan emosi, perilaku agresif dapat juga dipengaruhi oleh kontrol diri individu (Guswani & Kawuryan (2011, p.91). Kontrol diri diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi yang lebih positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (Goldfried & Merbaum, dalam Ghufroon & Risnawita, 2010, p.22).

SMA Negeri 1 Merawang merupakan sekolah negeri yang berlokasi di Bangka Belitung. Berdasarkan wawancara singkat yang penulis lakukan kepada guru Bimbingan Konseling (BK), penulis mendapatkan informasi bahwa perilaku agresif pernah terjadi di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Perilaku agresif yang terjadi di dalam sekolah ditunjukkan dengan siswa yang secara

bergantian sering di panggil ke ruang BK karena ketahuan berkata kasar, melakukan kekerasan di sekolah terhadap teman ataupun adik kelas dan juga atas tindakan pemalakan. Siswa juga pernah berkelahi, baik secara fisik maupun verbal dengan teman satu sekolahnya. Guru BK juga mengakui ada siswa yang pernah beradu mulut dengan guru saat pelajaran di kelas.

Guru BK juga menyatakan bahwa bukan hanya siswa yang pernah melakukan perilaku agresif namun juga para siswi pernah melakukan pemalakan terhadap adik kelas dengan cara menyuruh adik kelas membelikan makanan atau membelikan produk-produk kecantikan secara *online*. Pihak sekolah sering memberikan sanksi terkait perilaku negatif yang dilakukan siswa-siswi bahkan pernah mengeluarkan siswa yang memiliki poin di atas 100, karena sering berkelahi dengan siswa maupun sekolah lain, namun usaha tersebut belum sepenuhnya dapat mengurangi tindakan agresi siswa-siswi.

Penulis kemudian melakukan wawancara terhadap dua siswa dan siswi SMA Negeri 1 Merawang yang sebelumnya mengaku pernah melakukan perilaku agresif. Siswa A mengaku pernah dipanggil ke ruang BK karena sebelumnya telah berkelahi dengan teman sekelasnya. Siswa A menyatakan bahwa teman sekelasnya sering mengejek dan meminta uang dengan paksa, hingga akhirnya siswa A melakukan pemukulan. Siswi B juga mengaku pernah berkelahi dengan teman sekelasnya dikarenakan ejekan-ejekan yang dilontarkan terus-menerus terhadapnya, yang kemudian

mengakibatkan pertengkaran. Siswi B

menyatakan bahwa ia telah menahan kekesalannya hingga emosinya meledak dan meludahi teman kelasnya tersebut.

Berdasarkan uraian fenomena di atas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung”

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **Kecenderungan Perilaku Agresif**

1. Pengertian Kecenderungan Perilaku Agresif

Baron dan Branscombe (2012, p.322) mendefinisikan kecenderungan perilaku agresif sebagai perilaku yang diarahkan dengan tujuan untuk menyakiti makhluk hidup

dengan pendapat diatas, Atkinson (dalam Fadila, 2013) mendefinisikan kecenderungan perilaku agresif sebagai perilaku yang secara sengaja bermaksud melukai individu lain secara langsung baik fisik maupun verbal, serta menghancurkan harta benda yang individu miliki.

Menurut Baron dan Richardson (dalam Krahe, 2001, p.11), kecenderungan perilaku agresif adalah berbagai bentuk perilaku yang bertujuan untuk melukai makhluk hidup lain yang ingin menghindari perlakuan semacam itu. Hal tersebut menunjukkan bahwa jika individu menyakiti individu lain karena unsur ketidaksengajaan, maka perilaku tersebut bukan dikategorikan perilaku agresif.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecenderungan perilaku agresif merupakan perilaku yang tidak sesuai dengan norma yang melekat pada diri individu dan bersifat melukai serta merugikan individu lain secara sengaja, baik itu secara verbal maupun fisik.

## 2. Aspek-aspek Kecenderungan Perilaku Agresif

Buss dan Perry (dalam Dewi & Susilawati, 2016, p.109) menyatakan bahwa kecenderungan perilaku agresif dipengaruhi oleh empat aspek. Aspek pertama dan kedua dilihat dari jenis perilakunya, yaitu agresi fisik dan agresi verbal. Agresi fisik maupun agresi verbal dilihat dari segi motorik atau konatif. Aspek ketiga adalah kemarahan (*anger*) yang dilihat dari segi emosional atau afektif. Dan

aspek terakhir adalah kebencian (*hostility*) yang merupakan perwakilan dari sisi kognitif.

### a. Agresi Fisik (*Physical Aggression*)

Agresi fisik adalah kecenderungan individu untuk melakukan serangan secara fisik untuk mengekspresikan kemarahan atau agresi. Bentuk serangan fisik tersebut dapat berupa memukul, mendorong, menendang, mencubit dan lain sebagainya.

### b. Agresi Verbal (*Verbal Aggression*)

Agresi verbal adalah kecenderungan untuk menyerang individu lain secara verbal yang dapat merugikan dan menyakitkan, yaitu melalui kata-kata atau penolakan. Bentuk serangan verbal seperti cacian, ancaman, mengumpat, atau penolakan.

### c. Kemarahan (*Anger*)

Beberapa bentuk kemarahan adalah perasaan marah, kesal dan bagaimana cara mengontrol hal tersebut. Termasuk didalamnya iritabilitas (sifat lekas marah), yaitu mengenai temperamental, kecenderungan untuk cepat marah, dan kesulitan untuk mengendalikan amarah.

### d. Permusuhan (*Hostility*)

Permusuhan, yaitu perasaan sakit hati dan merasakan ketidakadilan sebagai representasi dari proses berpikir atau kognitif. Permusuhan merupakan pengekspresian dari kebencian kepada individu lain

## **Kematangan Emosi**

### 1. Pengertian Kematangan Emosi

*American Psychological Association* (APA) (2015, p. 364) mendefinisikan kematangan emosi sebagai tingginya tingkat

kontrol dan ekspresi emosi individu. Menurut Martin (dalam Guswani & Kawuryan, 2011), kematangan emosi adalah kemampuan menerima hal-hal negatif dari lingkungan tanpa membalasnya dengan sikap yang negatif, melainkan dengan kebijakan.

Kartono (dalam Asih & Pratiwi, 2010) mengartikan kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional seperti pada masa kanak-kanak, dalam arti, individu yang telah mencapai kematangan emosi dapat mengendalikan emosinya. Menurut Walgito (dalam Asih & Pratiwi, 2010), emosi yang terkendali menyebabkan individu mampu berpikir secara lebih baik dan melihat persoalan secara objektif.

Dari beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi dimana individu mencapai tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosional.

2. Karakteristik Kematangan Emosi Menurut Walgito (dalam Syarif, 2017), karakteristik individu dengan kematangan emosi adalah sebagai berikut:

a. Dapat menerima keadaan dirinya maupun individu lain seperti apa adanya sesuai dengan keadaan sesungguhnya. Individu tidak memaksakan suatu hal harus didapatkan atau harus terjadi pada dirinya untuk meraih kepuasan. Individu yang

menerima keadaan dirinya akan selalu merasa puas dengan apapun yang dimiliki.

- b. Tidak impulsif. Impulsif yaitu melakukan suatu perbuatan refleksi (tanpa berpikir) yang tidak dapat ditahan-tahan dan tidak dapat ditekan. Biasanya individu yang bersifat impulsif akan segera bertindak sebelum dipikirkan dengan baik.
- c. Dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya dengan baik. Individu dapat mengontrol emosinya dengan baik sehingga dapat mengatur kapan kemarahan itu perlu diekspresikan. Jika individu telah memiliki kontrol emosi yang tinggi maka sifat impulsif yang sebelumnya pernah dimiliki tidak akan dialaminya lagi ketika berhadapan dengan suatu stimulus.
- d. Dapat berfikir secara objektif dan realistis, sehingga bersifat sabar juga penuh pengertian dan memiliki toleransi yang baik. Jika sifat-sifat ini sudah dapat dilakukan, maka emosi yang diakibatkan oleh sifat impulsif akan dapat ditekan untuk diproses dan diputuskan sikap apa yang harus diambil.
- e. Mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

### **Kontrol Diri**

#### 1. Pengertian Kontrol Diri

Ghufron & Risnawita (2012, p.21) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku



yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Selain itu juga merupakan kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi di lingkungannya dan kemampuan mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi dalam menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi.

Calhoun dan Acocella (dalam Khairunnisa, 2013), mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku individu, dengan kata lain kontrol diri merupakan serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Serupa dengan pendapat di atas, menurut Aviyah & Farid (2014), kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, penulis menyimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengendalikan emosi dan merubah respon dalam dirinya untuk mengendalikan dorongan-dorongan yang ada untuk menekan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari melakukan perilaku tersebut agar mengarah pada perilaku yang lebih baik

## 2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2012), menyatakan bahwa terdapat 3 aspek kontrol diri, yaitu :

a. *Behavioral control* atau kontrol perilaku

Merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu yang ada diluar dirinya. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

b. *Cognitive control* atau kontrol kognitif

Merupakan kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. *Decisional control* atau kontrol pilihan

Merupakan kemampuan individu untuk

c. memilih suatu tindakan berdasarkan pada

sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

### **Hipotesis**

Adapun hipotesis pada penelitian ini adalah :

Ha<sub>1</sub> : Ada hubungan kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.

Ha<sub>2</sub> : Ada hubungan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.

Ha<sub>3</sub> : Ada hubungan kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.

## **METODOLOGI**

### **Definisi Operasional**

#### **1. Kecenderungan Perilaku Agresif**

Kecenderungan perilaku agresif adalah perilaku yang tidak sesuai dengan norma yang melekat pada diri individu dan bersifat melukai serta merugikan individu lain secara sengaja, baik itu secara verbal maupun fisik. Dioperasionalkan melalui skor skala perilaku agresif yang terdiri dari agresi fisik, agresi verbal, kemarahan dan permusuhan.

#### **2. Kematangan Emosi**

Kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi dimana individu mencapai tingkat

kedewasaan dalam perkembangan emosional. Dioperasionalkan melalui skor skala kematangan emosi yang terdiri dari dapat menerima keadaan dirinya maupun individu lain seperti apa adanya sesuai dengan keadaan sesungguhnya, tidak impulsif, dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya dengan baik, dapat berfikir secara objektif dan realistis, sehingga bersifat sabar juga penuh pengertian dan memiliki toleransi yang baik, dan mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

#### **3. Kontrol Diri**

Kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengendalikan emosi dan merubah respon dalam dirinya untuk mengendalikan dorongan-dorongan yang ada untuk menekan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari melakukan perilaku tersebut agar mengarah pada perilaku yang lebih baik. Dioperasionalkan melalui skor skala kontrol diri yang terdiri dari *behavior control* (mengontrol perilaku), *cognitive control* (mengontrol kognisi), dan *decisional control* (mengontrol keputusan).

### **Subjek Penelitian**

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Menurut Sugiyono (2015), *simple random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dari sebuah populasi secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Cara demikian dilakukan bila anggota

populasi dianggap homogen. Penentuan ukuran sampel dilakukan dengan perhitungan statistik yaitu menggunakan Rumus Slovin. Berdasarkan Rumus Slovin, maka besarnya penarikan jumlah sampel penelitian adalah 108 siswa.

### **Metode Pengumpulan Data**

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala dengan pernyataan yang bersifat mendukung (*favourable*) dan yang tidak mendukung (*unfavourable*). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *model Likert*.

### **Metode Analisis Data**

Metode yang digunakan adalah *Bivariate Correlation* dan *Multivariate Correlation* secara operasionalnya menggunakan program SPSS versi 24.0 *for Windows*.

## **ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan bantuan program SPSS 24.0 *for Windows*, diperoleh hasil  $R = 0,571$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang artinya ada hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif.

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan formula *Kolmogorov-Smirnov* karena sampel penelitian lebih dari 100 subjek. Hasil uji normalitas pada skala kecenderungan perilaku agresif berdistribusi normal, hal ini

dibuktikan dengan melihat taraf signifikansi sebesar  $p = 0,200$  ( $p > 0,05$ ). Hasil uji normalitas pada skala kematangan emosi berdistribusi normal, hal ini dibuktikan dengan melihat nilai taraf signifikansi sebesar  $p = 0,082$  ( $p > 0,05$ ). Hasil uji normalitas pada skala kontrol diri berdistribusi normal, hal ini dibuktikan dengan melihat nilai signifikansi sebesar  $p = 0,200$  ( $p > 0,05$ ).

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil uji hipotesis pertama ( $H_1$ ) yang dilakukan terhadap 108 responden, diperoleh hasil perhitungan dengan menggunakan metode analisis *bivariate correlations* dengan nilai koefisien bivariat antara variabel kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agresif  $r = -0,474$  dan  $p = 0,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif antara kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kematangan emosi pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung, maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresifnya. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah nilai kematangan emosi pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku agresifnya.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Syarif (2017) mengenai hubungan antara kematangan emosi dengan perilaku agresif,

terhadap 84 warga Komplek Asrama Ayu Sempaja Samarinda, yang menemukan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif yang signifikan antara kematangan emosional dengan perilaku agresif, hal ini berarti, semakin tinggi kematangan emosional maka perilaku agresifnya akan semakin rendah, dan semakin rendah tingkat kematangan emosional, maka akan semakin tinggi tingkat perilaku agresifnya. Hasil penelitian tersebut juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maharani dan Laksmiwati (2017) mengenai hubungan antara kematangan emosi dengan perilaku agresif terhadap siswa kelas X SMA "X" Kota Mojokerto, menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa, hal ini berarti, semakin tinggi kematangan emosi siswa maka tingkat perilaku agresifnya semakin rendah, begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kematangan emosi siswa, maka tingkat perilaku agresifnya semakin tinggi.

Berdasarkan hasil uji hipotesis kedua ( $H_2$ ) yang dilakukan terhadap 108 responden, diperoleh hasil perhitungan dengan menggunakan metode analisis *bivariate correlations* dengan nilai koefisien bivariat antara variabel kontrol diri dengan variabel kecenderungan perilaku agresif sebesar  $r = -0,518$  dan  $p = 0,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII SMA

Negeri 1 Merawang Bangka Belitung. Sehubungan dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi

tingkat kontrol diri pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung, maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresifnya. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat kontrol diri pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku agresifnya.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sentana dan Kumala (2017) mengenai kontrol diri dan perilaku agresif terhadap 270 remaja di Banda

Aceh, menemukan bahwa kontrol diri memiliki korelasi negatif terhadap agresi, hal ini berarti, semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki siswa, maka tingkat perilaku agresifnya akan semakin rendah, begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kontrol diri siswa, maka akan semakin tinggi tingkat perilaku agresifnya.

Hal tersebut juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Auliya dan Nurwidawati (2014) mengenai kontrol diri dengan perilaku agresif pada 155 siswa SMA Negeri 1 Padang Bojonegoro, yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku agresif dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,468$ . Artinya bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri maka semakin rendah tingkat perilaku agresifnya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat kontrol diri maka semakin tinggi perilaku agresifnya.

Hasil analisis data pada hipotesis ketiga ( $H_3$ ), menunjukkan bahwa ada hubungan

kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa

kelas XII SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa :

Ada hubungan dengan arah negatif antara kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.

Ada hubungan dengan arah negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.

Ada hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung.

### **Saran**

#### **Saran teoritis**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel kematangan emosi dan kontrol diri menyumbang secara bersama-sama sebesar 32,6% terhadap kecenderungan perilaku agresif dan sisanya sebanyak 67,4% adalah faktor lain diluar dari penelitian ini. Diharapkan bagi peneliti yang ingin meneliti tentang kecenderungan perilaku agresif dapat memperhatikan faktor-faktor lain selain kematangan emosi dan kontrol diri, misalnya pola asuh orang tua, dukungan sosial dan konformitas teman sebaya.

Hal lain yang perlu diperhatikan adalah menggunakan data tambahan seperti observasi dan wawancara yang lebih mendalam kepada responden penelitian, karena tidak semua hal dapat diungkap dengan skala dan juga dengan memperluas lingkup penelitian dengan jumlah sampel yang berbeda dan memilih subyek penelitian yang berbeda

### **Saran Praktis**

#### **Bagi Siswa**

Siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Merawang Bangka Belitung memiliki kecenderungan perilaku agresif yang sedang, namun diharapkan agar tingkat kecenderungan perilaku agresif dapat semakin menurun agar dapat terhindar dari dampak-dampak negatif perilaku agresif. Hal ini dapat dilakukan dengan cara meningkatkan kematangan emosi diri, yaitu mampu menerima keadaan diri dan lingkungan seperti apa adanya, tidak impulsif, dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosi dengan baik, dapat berpikir objektif dan realistis dan mempunyai tanggung jawab yang baik. Siswa diharapkan juga dapat meningkatkan kontrol diri, mengingat kontrol diri merupakan variabel yang paling besar mempengaruhi kecenderungan perilaku agresif, dengan cara mampu mengendalikan diri sendiri, mampu mengantisipasi stimulus yang muncul, mampu menilai informasi yang diterima dan mampu menentukan pilihan dan mengambil keputusan.

#### **Bagi Sekolah**

Diharapkan bagi pihak sekolah untuk

memberikan pengarahan mengenai  
dampak



negatif dari kecenderungan perilaku agresif yang dapat merugikan siswa. Selain itu, pihak sekolah juga diharapkan untuk lebih aktif mengawasi dan menindak siswa dan siswi di dalam lingkungan sekolah, sehingga kecenderungan perilaku agresif yang muncul akan semakin berkurang. Selain itu, diharapkan bagi pihak sekolah untuk dapat membuat siswa-siswi lebih aktif dalam kegiatan-kegiatan sosial yang diselenggarakan di sekolah, agar siswa-siswi dapat mengurangi tingkat kecenderungan perilaku agresif.

#### Daftar Pustaka

- American Psychological Association. (2015). *APA Dictionary of Psychology; Second Edition*. Washington DC; American Psychological Association.
- Annisavitry, Y., dan Budiani, M. S. (2017). Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Agresivitas pada Remaja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1).
- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. M. S. (2010). Perilaku Prosocial ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, 1(1): 33-42.
- Auliya, M., & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi pada Siswa SMA Negeri 1 Padang Bojonegoro. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(3): 1-6.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2): 126-129.
- Baron, R. A & Branscombe, N. R. (2012). *Social Psychology; Thirteenth Edition*. Pearson; United States of America.
- Dewi, N. P. A. R., & Susilawati, L. K. P.A. (2016). Hubungan Antara Kecenderungan Pola Asuh Otoriter (Authoritarian Parenting Style) dengan Gejala Perilaku Agresif pada Remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1): 108-116.
- Fadila, R. (2013). Hubungan Identitas Sosial dengan Perilaku Agresif pada Geng Motor. *Jurnal Psikologia*, 8(2): 73-78.
- Ghuftron, M. N., & Risnawati, R. S. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz.
- Guswani, A., M., & Kawuryan, F. (2011). Perilaku Agresi pada Mahasiswa Ditinjau dari Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2): 86-92.
- Handasah, R. R. (2018). Pengaruh Kematangan Emosi terhadap Agresivitas dimediasi oleh Kontrol Diri pada Siswa SMA Negeri di Kota Malang. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 2(2).
- Hapsari, M. F., Indrawati, E. S., Desiningrum, D. R. (2015). Agresivitas Ditinjau dari Kontrol Diri pada Remaja Pemain Game Online di Kota Semarang. *Jurnal Psikologi, Empati*, 2(4): 288-295.
- Hastuti, L. W. (2018). Kontrol Diri dan Agresi: Tinjauan Meta-Analisis. *Jurnal Buletin Psikologi*, 26(1): 42-53.
- Hurlock, E. B. (2001). *Psikologi Perkembangan; Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Jakarta : Gramedia.
- Khairunnisa, A. (2013). Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda. *Ejournal Psikologi*. 1(2): 220-229.
- Krahe, B. (2001). *The Social Psychology of Aggression*. Philadelphia: Psychology Press.
- Kurnia, S., Sitasari, N. W., & Safitri, M. (2020). Kontrol Diri dan Perilaku Phubbing pada Remaja di Jakarta. *Jurnal Psikologi*. 18(1). Mahfud, S. M., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Kecenderungan Perilaku Agresi di Media Sosial pada Siswa SMK "X" Sidoarjo. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1).
- Raviyoga, T. T., Marheni, A. (2019). Hubungan Kematangan Emosi dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Agresivitas Remaja di SMAN 3 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*. 6 (1): 44-55.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development; Seventeenth Edition*. New York: McGraw Hill.

- Sentana, M. A., & Kumala, I. D. (2017). Agresivitas dan Kontrol Diri pada Remaja di Banda Aceh. *Jurnal Sains Psikologi*. 6(2): 51-55.
- Susantyo, B. (2016). Faktor-faktor Determinan Penyebab Perilaku Agresif Remaja di Permukiman Kumuh Kota Bandung. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial*. 6(1).
- Syarif, F. (2017). Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Agresi Pada Mahasiswa Warga Asrama Komplek Asrama Ayu Sempaja. *Jurnal Psikoborneo*. 5(2): 267-280.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self-control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*. 72(2): 271-322.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O., (2006). *Social Psychology Twelfth Edition*. Pearson Education International