

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa perkembangan yang berlangsung sekitar usia 10 hingga 18 tahun, hal ini ditandai dengan beralihnya masa kanak-kanak ke masa dewasa awal. Pada usia ini remaja mengalami perubahan yang signifikan baik secara fisiologis maupun secara psikologis. Perilaku remaja yang mengalami perubahan tersebut tidak hanya secara fisik, namun secara emosional, sosial dan pribadi yang menyertai perubahan fisik (Febriana & Situmorang, 2019).

Siswa pada jenjang SMA merupakan individu yang berada dalam masa remaja. Remaja biasanya terlibat dalam berbagai aktivitas emosional termasuk berperilaku agresif, untuk menunjukkan perilaku yang diinginkan. Seorang remaja mungkin melepaskan energinya dengan cara yang berbahaya, termasuk melakukan kekerasan, karena beberapa aktivitas yang mereka lakukan tidak sejalan dengan keinginannya. Menurut Bussh dan Perry (1992:64), perilaku agresif adalah tingkah laku dan kecenderungan berperilaku yang bertujuan untuk menimbulkan kerugian fisik dan psikologis pada orang lain guna melampiaskan emosi yang tidak menyenangkan agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Myers (2012) mendefinisikan agresi sebagai tindakan, baik fisik maupun verbal, yang dimaksudkan untuk menimbulkan kerugian pada individu lain. Menendang, menampar, mengancam, menghina, bahkan bergosip atau menggunakan sarkasme merupakan contoh perilaku yang termasuk dalam kategori agresivitas. Selain itu, berbohong, merusak benda,

dan tindakan lain yang bertujuan untuk melukai juga termasuk dalam pengertian agresivitas.

Ada empat agresivitas yang digolongkan Buss, A.H., & Perry, M (1992) sebagai bentuk perilaku agresif yang pertama agresi fisik yaitu suatu tindakan kekerasan fisik yang dimaksudkan untuk melampiaskan amarah seperti melukai orang lain. Yang kedua, agresi verbal yaitu tindakan menyerang dan menyakiti orang lain secara verbal. Yang ketiga, marah merupakan manifestasi emosional yang direpresentasikan sebagai impuls fisiologis yang mendahului agresivitas. Yang terakhir, permusuhan yaitu suatu proses berpikir atau mental yang dimotivasi oleh rasa iri dan benci terhadap orang lain diwakili oleh perasaan sakit hati dan iri hati.

Menurut Anderson (1997), model agresi afektif umum atau yang biasa dikenal dengan teori GAAM, agresi dipicu oleh berbagai variabel masukan, termasuk karakteristik situasi individu saat ini atau kecenderungan yang dibawa individu ketika menghadapi situasi tertentu. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti terdapat berbagai input antara lain situasi yang menyebabkan perilaku agresi itu muncul misalnya pada saat siswa mengantri dikantin kemudian terdapat siswa lain yang mencoba mengganggu dengan mendorong antrian. Hal tersebut menyebabkan siswa yang merasa terganggu dengan hal tersebut mengumpat dan mengucapkan kata-kata kotor. Selain itu hal tersebut juga membuat siswa yang mendorong ikut melakukan hal yang sama yaitu membalas umpatan tersebut sehingga terjadi perkelahian dan saling pukul.

Hal ini sesuai dengan teori modern agresi GAAM, ada beberapa sumber agresivitas manusia. Agresi manusia berasal dari banyak faktor yang berbeda serta menyadari pentingnya proses belajar, berbagai variabel input, kognisi, perbedaan individu, dan keadaan afektif dalam kaitannya dengan agresi.

Menurut Sentana & Kumala, (2017) kontrol diri merupakan salah satu dasar yang membantu orang berperilaku baik dan mengurangi perilaku agresi. Sebagaimana diungkapkan Aroma dan Suminar, 2012 kecenderungan melakukan kekerasan menurun seiring dengan meningkatnya kontrol diri. Sebaliknya, kecenderungan melakukan kekerasan meningkat seiring dengan menurunnya tingkat kontrol diri.

Dwi Marsela dan Supriatna (2019) menjelaskan bahwa kemampuan mengatur, mengarahkan, menyusun perilaku seseorang sedemikian rupa sehingga membuahkan hasil yang lebih baik disebut dengan kontrol diri. Setiap individu memerlukan kontrol diri khususnya remaja. Remaja yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan diri dikhawatirkan dapat mengalami krisis identitas, yang akan membuat mereka cenderung berperilaku negatif (Auliya & Nurwidawati, 2014). Sedangkan menurut Baumeister, Vohs, dan Tice (2007), kontrol diri adalah proses yang diperoleh seseorang melalui intervensi psikologis dan berlanjut hingga dewasa. Seseorang yang mampu mengontrol dirinya secara sadar dan sengaja mengubah responnya, memungkinkannya menolak atau menghilangkan reaksi negatif dan menggantinya dengan reaksi positif (Sentana & Kumala, 2017).

Kontrol diri mencakup kemampuan untuk mengatur perilaku, keinginan untuk menyesuaikan perilaku untuk memenuhi kebutuhan orang lain, dan kebutuhan berkelanjutan untuk beradaptasi dengan orang lain (Rahayu, 2018). Menurut definisi yang diberikan di atas, pengendalian diri adalah kemampuan untuk menahan diri dari melakukan aktivitas yang melanggar standar budaya. Hal ini dicapai dengan mengatur perilaku seseorang dengan cara yang dapat diterima oleh orang lain dan konsisten dengan standar sosial yang berlaku. Berdasarkan hasil observasi di SMA Negeri (X) peneliti juga menemukan siswa yang mendapat umpatan dari siswa lain merasa tidak nyaman dan marah karena dianggap menyinggung perasaannya sehingga siswa memutuskan untuk membalas perlakuan tersebut dan meluapkan emosinya dengan tindakan fisik misalnya memukul siswa lain. Hal tersebut menunjukkan siswa sulit untuk mengendalikan emosi dan perilaku yang dimiliki.

Terdapat empat faktor yang dapat mengukur kontrol diri yang dikemukakan oleh Patty, dkk, (Siallagan et al., 2021) di antara lain kontrol terhadap pemikiran (kognitif) yaitu kapasitas individu untuk mengarahkan ide-idenya sedemikian rupa sehingga menghasilkan rupa sehingga menghasilkan perilaku yang baik. Yang kedua kontrol terhadap impulse (dorongan hati) disebut juga sebagai kemampuan individu untuk menahan impuls negatif ketika muncul dan meresponsnya dengan bijaksana. Yang ketiga kontrol terhadap emosi yaitu kapasitas kesadaran diri emosional dalam hubungan interpersonal dan hubungan diri dikenal sebagai pengendalian emosi. Yang keempat kontrol terhadap unjuk kerja yaitu kemampuan seseorang mengelola

prestasi kerja seseorang untuk mencapai nilai yang lebih tinggi dengan jangka waktu yang panjang. Hal ini karena prestasi kerja yang dikelola dengan baik mencakup penyelesaian tugas yang tepat waktu, strategi belajar yang efektif, pemilihan topik yang tepat, dan kemampuan mengatur emosi negatif yang dapat melemahkan kinerja.

Peneliti melakukan studi pendahuluan untuk mendapatkan data awal mengenai perilaku agresi yang ada di diri siswa menggunakan teknik wawancara. Siswa melaporkan bahwa penggunaan kata-kata kotor sangat umum di antara teman-teman mereka. Ini termasuk makian, umpatan, dan kata-kata kasar lainnya yang sering digunakan dalam percakapan sehari-hari, baik di dalam maupun di luar kelas. Misalnya, seorang siswa kelas XI IPS mengungkapkan bahwa hampir setiap hari ada teman yang mengucapkan kata-kata kotor kepada siswa lain, baik saat bercanda maupun saat marah. Perilaku ini tidak hanya menciptakan lingkungan yang tidak menyenangkan tetapi juga dapat memicu konflik lebih lanjut.

Perkelahian fisik merupakan perilaku yang dilaporkan oleh banyak siswa. Misalnya, seorang siswa kelas XI IPS menyatakan bahwa banyak temannya yang dihukum oleh guru BK karena terlibat dalam perkelahian. Perkelahian ini sering kali dipicu oleh hal-hal sepele, seperti perselisihan kecil yang kemudian berkembang menjadi adu fisik. Bentuk perkelahian ini meliputi saling memukul, menarik rambut, dan bentuk kekerasan fisik lainnya yang dapat menyebabkan cedera.

Siswa kelas XI IPA melaporkan bahwa insiden pemukulan dan tendangan sering terjadi saat mereka mengantri di kantin. Situasi ini biasanya terjadi ketika siswa merasa tidak sabar atau merasa didahului oleh siswa lain. Bentuk kekerasan ini melibatkan dorongan, pukulan, dan tendangan yang dilakukan secara sengaja untuk melukai atau mengintimidasi siswa lain. Hal ini menunjukkan kurangnya kontrol diri dan kemampuan untuk mengelola emosi dalam situasi yang penuh tekanan.

Berdasarkan hasil fenomena yang telah dijelaskan diatas masih banyaknya siswa-siswi di sekolah tersebut yang berperilaku agresif. Sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa. Hasil penelitian ini sebagai dasar untuk menyusun program penanganan dalam mengurangi perilaku agresif siswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian permasalahan di awal, maka permasalahan yang akan diangkat adalah: Adakah hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah yang diberikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk membantu beberapa pihak, baik secara konseptual maupun praktis. Hal ini dapat diungkapkan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan perilaku agresi. Penelitian ini dapat membantu membentuk penelitian psikologi sosial di masa depan.

2. Manfaat praktis bagi sekolah

Penelitian ini dapat membantu SMA untuk menentukan strategi hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresi pada siswa, baik jangka pendek maupun jangka panjang.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi ini sudah pernah diteliti sebelumnya oleh peneliti lain yaitu tentang:

1. Erica dan Zulian (2020) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengendalian Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa SMA Pembangunan Kota Bukittinggi”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengendalian diri dengan perilaku agresif pada siswa SMA Pembangunan Kota Bukittinggi. Metodologi penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode mempelajari populasi dan sampel, dan data yang dihasilkan dalam penelitian kuantitatif dianalisis menggunakan alat penelitian angket dan kuisioner. Penelitian ini menemukan adanya hubungan negatif yang cukup besar antara

pengendalian diri dengan perilaku kekerasan pada siswa SMA Pembangunan Kota Bukittinggi.

2. Resty dan Yohana (2019) melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Verbal Pada Siswa Kelas X Di SMK “X” Gresik”. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif. Pendekatan kuantitatif berfokus pada analisis data numerik (angka) dengan menggunakan metode statistik. Artinya sumber data primer dikumpulkan dengan cara observasi langsung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengendalian diri dengan perilaku agresif verbal pada siswa kelas X di SMK “X” Gresik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara pengendalian diri dengan perilaku agresif pada siswa kelas X SMK “X” Gresik.
3. Miftahul dan Desi (2014) melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa SMA Negeri 1 Padangan”. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kuantitatif, termasuk analisis regresi. Temuan penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro mengungkapkan bahwa pengendalian diri mereka cukup baik, namun perilaku agresif mereka tergolong sedang. Hal ini terjadi karena anak menunjukkan ciri-ciri remaja dengan pengendalian diri yang tinggi.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu dalam beberapa hal, dapat dilihat dari metode pengambilan sampel dalam penelitian terdahulu Dimana Erica dan Zulian (2020) menggunakan teknik

Disproportionate Stratified Random Sampling sedangkan pada penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling. Kemudian indikator pada penelitian Resty dan Yohana (2019) hanya membahas tentang perilaku agresi verbal sedangkan pada penelitian ini indikator yang dibahas adalah agresi fisik, agresi verbal, agresi marah, dan permusuhan. Kemudian penelitian terdahulu menggunakan sampel dan populasi yang lebih terbatas, misalnya pada penelitian Miftahul dan Desi (2014) dengan sampel sejumlah 155 siswa kelas XI dari jumlah populasi 282 siswa. Sedangkan pada penelitian ini menggunakan populasi dan sampel yang luas, dengan sampe

