

Hubungan Antara *Self Control* dengan Perilaku Agresi Verbal Pada Remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang

Gina Hafiza Ulfa A. Betawi¹ & Putu Agus Indrawan²

¹⁻² Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang,

✉ (e-mail) putu.indrawan@staf.undana.ac.id

Abstract

This study aims to determine: (1) The description of self-control in adolescents in Kayu Putih Village, Kupang City, (2) The description of verbal aggression behavior in adolescents in Kayu Putih Village, Kupang City and (3) The relationship between self-control and verbal aggression behavior in adolescents in Kayu Putih Village, Kupang City. This study used a quantitative approach with a correlation type of research. The population used in this study were 45 adolescents with different ages and genders. The sampling method used was saturated sampling method. Data collection techniques through questionnaires / surveys and processed using statistical analysis which includes Pearson's product moment correlation with the help of SPSS version 25. The results showed that most adolescents in Kayu Putih Village, Kupang City had self-control in the high category as many as 37 people with a percentage level of 82.2% while verbal aggression behavior was in the very low category as many as 27 people with a percentage level of 60%. The results of the correlation analysis show that between self-control and verbal aggression behavior there is a strong negative relationship indicated by the correlation coefficient (r) value of -0.777 . The results of this study are expected to add insight into science in Counseling Guidance regarding the relationship between self-control and verbal aggression behavior in adolescents and can be used as study material for students to enrich reading sources. Thus, there is a strong negative relationship between self-control variables and verbal aggression behavior, which means that the higher the self-control in adolescents, the lower the verbal aggression behavior, and vice versa.

Keywords: *adolescents, self-control, verbal aggression behavior*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Gambaran self-control pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang, (2) Gambaran perilaku agresi verbal pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang dan (3) Hubungan antara self-control dengan perilaku agresi verbal pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 45 remaja dengan usia dan jenis kelamin yang berbeda. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah metode sampling jenuh. Teknik pengumpulan data melalui kuesioner/angket dan diolah menggunakan analisis statistik yang meliputi korelasi product moment dari Pearson dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang memiliki self-control yang berada pada kategori tinggi sebanyak 37 orang dengan tingkat persentase 82,2% sedangkan perilaku agresi verbal berada pada kategori sangat rendah sebanyak 27 orang dengan tingkat persentase 60%. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa antara self-control dan perilaku agresi verbal terdapat hubungan negatif yang kuat ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,777$. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dalam Bimbingan Konseling mengenai hubungan antara self-control dengan perilaku agresi verbal pada remaja serta dapat dijadikan bahan kajian bagi mahasiswa guna memperkaya sumber bacaan. Dengan demikian bahwa terdapat hubungan negatif yang kuat antara

variabel self-control dan perilaku agresi verbal, yang artinya semakin tinggi self-control pada remaja maka semakin rendah perilaku agresi verbal, begitu juga sebaliknya.

Kata Kunci: remaja, *self-control*, perilaku agresi verbal

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk yang sangat tinggi. Salah satu penduduk terbanyak yang menduduki Indonesia adalah masih usia remaja. Pernyataan ini berdasarkan pada proyeksi penduduk tahun 2020 yang menunjukkan bahwa jumlah remaja dengan rentang usia 10-24 tahun berjumlah lebih dari 66,0 juta atau 25% dari jumlah penduduk Indonesia 270 juta jiwa adalah remaja (BPS, 2020). Artinya 1 dari 4 orang di Indonesia adalah remaja. Sehingga dapat dikatakan bahwa sebagian besar penduduk Indonesia didominasi oleh remaja.

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang akan dilalui oleh setiap individu. Masa ini dikenal dengan masa peralihan/transisi. Pada masa ini banyak terjadi perubahan, baik dari segi fisik (biologis) maupun psikis (psikologis), dimana terjadi proses pencarian identitas/jati diri (*self identity*) yang memungkinkan remaja melakukan sesuatu di luar batas karena memiliki rasa ingin tahu yang tinggi diikuti dengan emosi yang tidak stabil. Dalam banyak kasus, intensitas dari emosi mereka agaknya berada di luar proporsi dari peristiwa yang membangkitkannya (Steinberg & Levine dalam Zahri & Savira, 2017). Menurut Carr (dalam Zahri & Savira, 2017) emosi itu timbul jika organisme dihadapkan pada rintangan yang menghambat kebebasannya untuk bergerak, sehingga semua tenaga dan upaya dikerahkan untuk mengatasi rintangan tersebut dan merangsang organisme tersebut untuk merugikan lawannya tanpa pertimbangan terlebih dahulu. Keadaan ini dapat membawa remaja pada tindakan atau perilaku negatif yang tidak sesuai dengan norma yang salah satunya berwujud kekerasan atau agresi. Kekerasan atau agresi merupakan perilaku yang sering terjadi di kehidupan masyarakat. Menurut Shao, dkk (dalam Yunalia & Etika, 2020) dampak dari perilaku agresif ini bisa menyebabkan kerugian baik pada individu yang melakukan perilaku agresif ataupun pada individu yang menerima perlakuan perilaku agresif.

Perilaku agresi tidak hanya berbentuk fisik saja namun ada juga yang berbentuk verbal (non fisik). Disadari atau tidak, dari kedua bentuk perilaku agresi ini, perilaku agresi verbal lah yang lebih sering terjadi di kehidupan sehari-hari yang sampai saat ini masih dipandang sebelah mata oleh banyak orang. Perilaku agresi secara verbal sering dianggap sebagai suatu hal yang lumrah terjadi dalam hubungan pertemanan. Padahal perilaku agresi fisik/non verbal bisa terjadi berawal dari perilaku agresi verbal yang dibiarkan. Pernyataan ini senada dengan pendapat yang dikemukakan oleh Zahri & Savira (2017) yaitu perilaku agresi sebenarnya bukan hanya masalah kekerasan seperti tawuran semata, tetapi banyak perilaku agresi yang dimulai dari agresi yang berupa perkataan (verbal), ataupun olok-olok yang dirasa menyakitkan individu dan berakhir pada tindakan agresi fisik berupa pemukulan, penusukan, dan tindakan kekerasan lainnya yang berujung pada tindakan kriminal. Amaliyyah (2021) juga mengemukakan hal yang sama yaitu perilaku seperti saling mengejek atau menghina antar teman sudah menjadi hal yang umum dilakukan, namun jika dibiarkan hal tersebut tidak menutup kemungkinan akan menjadi masalah yang lebih besar sehingga menimbulkan beberapa permasalahan baru yang cukup serius seperti perkelahian sampai saling menyakiti fisik satu sama lain.

Salah satu faktor penyebab munculnya perilaku agresi verbal adalah lemahnya kontrol diri pada tiap individu. Individu yang tidak dapat mengontrol dirinya dengan baik maka akan

memunculkan perilaku negatif. Kontrol diri merupakan sebuah usaha dari dalam diri untuk menahan dan mengatur setiap tindakan yang akan diluapkan. Kemampuan mengontrol diri sangat penting dalam kehidupan bersosialisasi individu setiap harinya. Individu yang memiliki *self control* yang baik akan mampu mengendalikan dan menyesuaikan perilaku yang akan dilakukan serta mengekspresikan apa yang dirasakan dengan cara yang tepat sehingga terjaga dari perbuatan atau ucapan yang dapat menyakiti perasaan orang lain (Amaliyyah, 2021). Menurut Casey (dalam Alfany, 2018) kemampuan mengontrol diri secara bertahap akan berkembang mulai dari anak-anak menuju remaja. Kemampuan dalam mengontrol diri tidak akan sepenuhnya dapat dilakukan secara benar hingga akhir remaja. Dari pendapat ini dapat kita ketahui bahwa pada usia remaja, kemampuan mengontrol diri yang dimiliki lebih baik jika dibandingkan dengan usia anak-anak, namun tidak lebih baik jika dibandingkan dengan usia dewasa.

Aroma (dalam Alfany, 2018) berpendapat bahwa remaja yang kontrol dirinya rendah beresiko melanggar aturan yang ada di sekitar tanpa memikirkan efek jangka panjangnya. Hal inilah yang mendasari terjadinya perilaku agresi yang berbentuk verbal. Perilaku agresi verbal merupakan fenomena umum yang terjadi di masyarakat. Sekarang ini, sering kita temui individu yang berperilaku agresi verbal, baik itu dari kalangan dewasa, remaja, bahkan anak-anak. Perilaku ini sepertinya sudah melekat dan menjadi tradisi di setiap diri individu dan sulit untuk mengurangi atau menghilangkannya. Remaja yang berperilaku agresi verbal tersebut biasanya dilakukan sebagai bentuk mengekspresikan perasaan dan juga menyelesaikan masalah dengan cara yang tidak tepat, serta ingin memperoleh sesuatu yang diinginkan namun tidak mengerti bagaimana jalan yang tepat untuk mendapatkannya. Sehingga membuat mereka berperilaku agresi verbal, seperti mengejek, menghina, mudah marah, berkata kasar, memanggil orang dengan sebutan yang kurang pantas, suka menyebarkan fitnah/hal-hal yang tidak benar dan mengadu domba antar sesama. Mereka menganggap bahwa perilaku tersebut adalah hal biasa atau hanya lelucon dalam hubungan pertemanan yang tidak berdampak. Hal ini dikarenakan ketidaktahuan mereka tentang apa itu perilaku agresi verbal dan dampaknya bagi individu yang menerima perlakuan agresi verbal tersebut.

Melihat dari banyaknya remaja yang melakukan perilaku agresi verbal tanpa mengetahui akibat dari perilaku tersebut, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana *self control* dari remaja di Kota Kupang, khususnya di Kelurahan Kayu Putih terhadap perilaku agresi verbal. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan, remaja pada Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang juga berperilaku agresi verbal, seperti ada beberapa remaja yang menghina temannya karena hitam atau gemuk atau kurus, namun setelah itu mereka merasa bersalah dan ada yang langsung meminta maaf, saling berkata kasar disela-sela percakapan karena sedikit kesalahpahaman namun salah satu dari mereka bisa mengatasinya dengan baik, ada yang marah ketika keinginannya tidak dipenuhi namun tidak dibalas amarahnya oleh orang yang dimarahi, ada juga yang pura-pura baik di depan lalu memfitnah di belakang, namun orang difitnah tidak membalas. Pernyataan ini diperkuat oleh hasil wawancara terhadap 5 orang remaja di Kelurahan Kayu Putih dengan usia dan jenis kelamin yang berbeda, mereka mengatakan bahwa mereka melakukan perilaku agresi verbal, namun mereka juga dapat mengontrol diri menahan keinginan untuk berperilaku agresi verbal. Berdasarkan penjabaran di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai "Hubungan antara *Self Control* dengan Perilaku Agresi Verbal pada Remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang".

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode penelitian yaitu penelitian korelasional. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Sedangkan penelitian korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain yang berdasarkan koefisien korelasi (variasi variabel X dan variabel Y) (Azwar, 2009).

Sumber Data

Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang yang berjumlah 45 orang. Penelitian ini menggunakan Teknik sampling jenuh, artinya seluruh jumlah populasi digunakan sebagai sumber data.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan angket/kuesioner skala kontrol diri disusun berdasarkan aspek-aspek kontrol diri dari Averill (dalam Serena, 2014), yaitu *behavior control*, *cognitive control* dan *decitional control*. Sedangkan skala perilaku agresi verbal disusun berdasarkan konsep Buss (dalam Karim, 2019), yaitu perilaku agresi verbal aktif langsung, perilaku agresi verbal pasif langsung, perilaku agresi verbal aktif tidak langsung dan perilaku agresi verbal pasif tidak langsung.

Teknik Analisis Data

Sebelum data dianalisa dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu dengan menggunakan bantuan *software SPSS 25 for windows*. Analisa data menggunakan uji asumsi klasik (uji normalitas, uji linearitas, uji homogenitas) dan Uji *Korelasi Pearson Product Moment* yang diterapkan untuk menguji hipotesis hubungan antara variabel independen (*Self Control*) dan variabel dependen (Perilaku Agresi).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *self control* dengan perilaku agresi verbal pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran instrumen penelitian pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang yang berjumlah 45 orang.

1. Gambaran Responden Penelitian

Gambaran umum responden dalam penelitian ini diuraikan berdasarkan jenis kelamin dan usia. Subyek dalam penelitian ini adalah remaja laki-laki dan perempuan yang berada pada rentang usia antara 13-21 tahun dan berdomisili di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang. Berikut merupakan tabel yang memperlihatkan gambaran responden berdasarkan jenis kelamin dan usia pada penelitian ini:

2. Deskripsi Data Penelitian

a. *Self Control*

Data variabel *self control* diperoleh dari penyebaran angket/kuesioner yang dilakukan secara *online* melalui *google form* kepada remaja di kelurahan kayu putih, kota kupang.

masing-masing item pernyataan diukur dengan skor 1 sampai 4 sehingga diperoleh skor tertinggi dan skor terendah. Skor tertinggi untuk variabel *self control* adalah 217 sedangkan skor terendah adalah 54. Skor tertinggi diperoleh dari banyaknya jumlah item pernyataan dikali dengan angka tertinggi pada alternatif jawaban ($54 \times 4 = 216$), sedangkan skor terendah diperoleh dari banyaknya jumlah item pernyataan dikali dengan angka terendah pada alternatif jawaban ($54 \times 1 = 54$). Dari skor tersebut maka rentangan skor skala *self control* adalah skor tertinggi (maksimal) dikurangi skor terendah (minimal) ($216 - 54 = 162$).

b. Perilaku Agresi Verbal

Data variabel perilaku agresi verbal diperoleh dari penyebaran angket/kuesioner yang dilakukan secara *online* melalui *google form* kepada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang. masing-masing item pernyataan diukur dengan skor 1 sampai 4 sehingga diperoleh skor tertinggi dan skor terendah. Skor tertinggi untuk variabel perilaku agresi verbal adalah 185 sedangkan skor terendah adalah 46. Skor tertinggi diperoleh dari banyaknya jumlah item pernyataan dikali dengan angka tertinggi pada alternatif jawaban (46×4), sedangkan skor terendah diperoleh dari banyaknya jumlah item pernyataan dikali dengan angka terendah pada alternatif jawaban (46×1). Dari skor tersebut diperoleh panjang kelas interval yaitu 34.

3. Uji Asumsi Klasik

Sebelum melakukan uji hipotesis penelitian, peneliti melakukan uji pra syarat dengan menggunakan uji asumsi klasik, diantaranya adalah uji normalitas dan uji linearitas yang akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data merupakan hal yang penting karena dengan data yang terdistribusi normal maka data tersebut dianggap dapat mewakili populasi. Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan program SPSS 25 dengan metode yang digunakan adalah *Kolmogorov smirnov*. Kriteria pengambilan keputusan dengan nilai signifikansi lebih tinggi (lebih dari 0,05), maka dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal (Purnomo, 2016).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui linearitas data, yaitu apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Uji ini digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi Pearson atau regresi linear. Pengujian pada SPSS 25 dengan menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikan 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai dua hubungan yang linear bila signifikansi (*Linearity*) lebih dari 0,05 (Purnomo, 2016).

c. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Pengujian hipotesis dilakukan dengan cara mencari koefisien antara kedua variabel. Menurut Priyatno (2011), pengujian hipotesis dapat dilakukan dengan membandingkan signifikansi. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 5%. Jika signifikansi lebih besar dari 0,05 maka H_0 diterima ($(Sig \text{ hitung}) > 0,05$), jika signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka H_0 ditolak ($(Sig \text{ hitung}) < 0,05$).

Uji signifikansi korelasi *product moment* dengan menggunakan ketentuan bila r hitung lebih kecil dari r tabel, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Begitu juga sebaliknya bila r hitung lebih besar dari r tabel maka H_a diterima.

d. Uji Koefisien Determinasi

Pengujian koefisien determinasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel bebas dapat menjelaskan variabel terikat.

Koefisien determinasi dapat dicari dengan mengkuadratkan nilai koefisien korelasi yaitu $-0,777$, sehingga diperoleh koefisien determinasi sebesar $0,603$. Berikut perhitungannya:

$$R = r^2 \times 100\%$$

$$R = -0,777^2 \times 100\%$$

$$R = 0,603 \times 100\%$$

$$R = 60,3\%$$

Hasil perhitungan di atas menunjukkan besarnya kontribusi kontrol diri terhadap kecenderungan berperilaku agresi verbal yaitu $60,3\%$ sedangkan sisanya sebesar $39,7\%$ yang disebabkan oleh faktor lain di luar penelitian yang ikut mempengaruhi perilaku agresi verbal. X akan diikuti dengan kenaikan pada variabel Y begitupun sebaliknya.

Pembahasan

1. Gambaran *Self Control* Remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang

Berdasarkan hasil analisis data, *self control* pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang berada pada kategori sangat tinggi dengan tingkat persentase $2,2\%$ berjumlah 1 orang, kategori tinggi dengan tingkat persentase $82,2\%$ berjumlah 37 orang, kategori rendah dengan tingkat persentase $15,6\%$ berjumlah 7 orang dan kategori sangat rendah dengan tingkat persentase 0% . Maka dapat diketahui bahwa remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang memiliki gambaran *self control* yang tinggi yaitu terdapat 37 orang dengan persentase $82,2\%$.

Dari hasil analisis data di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang memiliki *self control* yang berada pada kategori tinggi ditunjukkan dengan kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol kognitif dan kemampuan mengontrol keputusan dengan baik, dan dari ketiga aspek yang disebutkan, aspek kemampuan mengontrol perilaku pada indikator kedua yaitu kemampuan mengontrol stimulus yang paling dominan di antara kedua aspek lainnya. Sisanya berada pada kategori sangat tinggi dan rendah dimana hanya terdapat sedikit remaja yang mampu mengontrol perilaku, mampu mengontrol kognitif dan mampu mengontrol keputusan dengan baik dan juga cenderung tidak mampu mengontrol perilaku, mengontrol kognitif dan mengontrol keputusan. Selanjutnya pada kategori sangat rendah tidak terdapat remaja yang tidak mampu mengontrol perilaku, mengontrol kognitif dan mengontrol keputusan.

Terkait pernyataan di atas, Hurlock (dalam Karim, 2019) mengatakan bahwa kontrol diri muncul karena adanya perbedaan dalam mengelola emosi dan cara mengatasi masalah. Kontrol diri sendiri berkaitan dengan bagaimana individu mampu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Selain itu Baron dan Byrne (dalam Handayani, 2011) juga berpendapat bahwa kontrol diri sebagai pemantauan diri (*self monitoring*) yaitu kemampuan individu untuk menyadari akan setiap perbuatan yang dilakukannya. Selanjutnya kesadaran ini dapat membantu seseorang untuk mengubah perilaku dan mengendalikan faktor-faktor lain di luar dirinya.

2. Gambaran Perilaku Agresi Verbal Remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang

Berdasarkan hasil analisis data, perilaku agresi verbal pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang berada pada kategori sangat tinggi dengan tingkat persentase 0%, kategori tinggi dengan tingkat persentase 8,8% sebanyak 4 orang, kategori rendah dengan tingkat persentase 31,1% sebanyak 14 orang dan kategori sangat rendah dengan tingkat persentase 60% sebanyak 27 orang.

Dari hasil analisis di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang berada pada kategori sangat rendah dan rendah dimana para remaja dapat menahan perilaku agresi verbal dengan sangat baik yang ditunjukkan dengan dapat mengontrol diri untuk tidak menghina, tidak memaki, tidak mengumpat, tidak menolak berbicara/bungkam, tidak menyebar fitnah, tidak mengadu domba, dan memberi dukungan/hak suara. Sisanya berada kategori tinggi dimana terdapat sedikit remaja yang tidak dapat mengontrol diri untuk berperilaku agresi verbal, dan tidak terdapat remaja yang berperilaku agresi verbal pada kategori sangat tinggi.

Pernyataan di atas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh DeWall, Finkel & Denson (dalam Alfany, 2018) yaitu tindakan agresi terjadi apabila seseorang tidak mampu mengontrol diri dengan baik. Hal ini juga senada dengan penelitian dari Sentana dan Kumala (2017) yaitu kontrol diri yang tinggi berkaitan dengan perilaku agresivitas yang rendah. Rahayu (dalam Fuadina, 2021) juga mengatakan bahwa *self control* mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penurunan agresivitas verbal yang dimiliki oleh seseorang yang cenderung memiliki tingkat agresivitas verbal tinggi maupun rendah.

3. Gambaran Hubungan *Self Control* Dengan Perilaku Agresi Verbal Pada Remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* terhadap kedua variabel (*self control* dan perilaku agresi verbal) diperoleh harga koefisien korelasi sebesar -0,777 pada taraf signifikan 0,01. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima yang berarti terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan perilaku agresi verbal pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang. Skor dari uji korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan perilaku agresi verbal pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang. Dalam penelitian ini, *self control* dari sebagian besar subyek penelitian cenderung tinggi dan perilaku agresi verbal cenderung rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu. Hasil penelitian yang diperoleh Fuadina (2021) yaitu semakin tinggi *self control* yang dimiliki maka semakin rendah perilaku agresi verbal. Hasil penelitian yang sama juga ditunjukkan oleh Khumairoh (2020) yaitu semakin tinggi tingkat *self control* pada remaja, maka akan semakin rendah pula tingkat agresivitas pada remaja. Kontrol diri yang baik pada remaja dapat mengontrol emosinya untuk berlaku agresif dan mengalihkan ke hal yang bersifat positif. Hasil penelitian lain yang sama juga ditunjukkan oleh Nurfauliyanti (2010) yaitu semakin tinggi pengendalian diri, agresivitasnya semakin rendah, sebaliknya semakin rendah pengendalian diri, agresivitasnya semakin tinggi. Ismail (2019) juga menyimpulkan bahwa 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.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (dalam Ismail, 2019) kontrol diri memiliki posisi yang cukup strategis dan mampu menghibisi perilaku agresif. Oleh karena kontrol diri perlu dimiliki oleh remaja yang bertujuan untuk mengontrol/mengatur setiap tingkah laku yang akan dilakukan. Hal ini dikarenakan remaja umumnya menyukai hal baru sehingga memicu remaja untuk mencoba melakukan sesuatu yang terkadang memiliki resiko, salah satunya yaitu melakukan perilaku agresi. Perilaku agresi merupakan perilaku menyakiti orang lain baik secara fisik ataupun nonfisik (verbal). Munculnya perilaku agresi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor kepribadian, yaitu iritabilitas, kerentanan emosional, pikiran kacau versus perenungan, gaya atribusi permusuhan, harga diri dan kontrol diri (Krahe dalam Karim, 2019).

Salah satu faktor kepribadian yang mempengaruhi munculnya perilaku agresi yaitu kontrol diri. Individu yang mempunyai kontrol diri yang baik akan dapat mengendalikan dorongan impulsif pada diri mereka dalam berlaku, mereka juga akan dapat berinteraksi dan memiliki hubungan interpersonal yang baik dibandingkan mereka yang memiliki kekurangan dalam mengontrol diri.

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Auliya dan Nurwidawati, 2014) kontrol diri diperlukan karena seorang individu tidak hidup sendiri sehingga membutuhkan orang lain, agar individu tidak melanggar hak-hak orang lain serta membahayakan orang lain, maka individu harus mengontrol perilaku yang dimiliki. Tingkat kontrol diri yang dimiliki tiap individu berbeda-beda, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi usia dan kematangan sedangkan faktor eksternal yaitu pengaruh lingkungan. Dimana semakin bertambahnya usia, maka semakin baik kontrol diri yang dimiliki, individu yang matang secara psikologis akan berdampak pada kemampuannya untuk mengontrol perilakunya, karena individu tersebut telah mempertimbangkan mana hal yang baik dan mana hal yang buruk bagi dirinya (Hurlock, dalam Auliya dan Nurwidawati, 2014).

Pada penelitian ini hasil koefisien determinasi variabel kontrol diri terhadap perilaku agresi verbal adalah 0,603. Artinya bahwa besarnya kontribusi kontrol diri terhadap kecenderungan berperilaku agresi verbal yaitu 60,3% sedangkan sisanya sebesar 39,7% yang disebabkan oleh faktor lain di luar penelitian yang ikut mempengaruhi perilaku agresi verbal. Faktor lain yang dimaksud mempengaruhi perilaku agresi verbal yaitu faktor eksternal seperti keluarga, sekolah, teman sebaya. Pendapat ini didukung oleh pernyataan dari Widiyani (dalam Fuadiana, 2021) yaitu banyak kasus menunjukkan bahwa dalam perkembangan remaja yang memunculkan agresivitas verbal dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor lingkungan, keluarga dan peran sebagai orang tua dengan cara proses pembelajaran sosial atau peniruan perilaku yang mengakibatkan banyak remaja memunculkan perilakunya ketika bersama teman-temannya atau orang lain.asiswa.

PENUTUP

1. Remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang memiliki *self control* yang berada pada kategori tinggi. Aspek mengontrol perilaku merupakan aspek yang paling dominan dalam hal ini adalah mengontrol stimulus. Artinya bahwa remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang memiliki kemampuan dalam mengontrol setiap stimulus yang diberikan dari luar, sehingga dapat meminimalisir perilaku agresi verbal.

2. Remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang memiliki perilaku agresi verbal yang sangat rendah yang ditunjukkan dengan dapat mengontrol diri untuk tidak menghina, memaki, mengumpat, menolak berbicara/bungkam, menyebar fitnah, mengadu domba, dan memberi dukungan/hak suara.
3. Berdasarkan data penelitian yang telah dianalisis, diperoleh nilai signifikan korelasi variabel *self control* dan perilaku agresi verbal adalah 0,000 dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,777 yang menunjukkan kekuatan korelasi pada penelitian ini kuat. Hal ini berarti semakin tinggi *self control* pada remaja di Kelurahan Kayu Putih, Kota Kupang, maka perilaku agresi verbalnya rendah, begitu juga sebaliknya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada beberapa pihak yang telah mendukung dalam penyelesaian artikel ilmiah ini. Dukungan yang bersifat moril dan materiil yang telah penulis peroleh selama menyusun artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfany, S. S. (2018). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Pada Siswa Sma Negeri 3 Demak* (Doctoral dissertation, Fakultas Psikologi UNISSULA)
- Amaliyyah, R. (2021). *Hubungan Self Control Dengan Perilaku Agresi Verbal Peserta Didik Di Smp Negeri 17 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2020/2021*. 6.
- Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Auliya, M., & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi pada Siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro. *Jurnal Character*, 2(3), 1–6. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/10992>
- Azwar, Saifuddin. (2005). *Tes Prestasi: Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifuddin. (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bau, Y. Y., Geradus, U., & Indrawan, P. A. (2023). Hubungan Kepuasan Perolehan Layanan Bimbingan dan Konseling dengan Kedisiplinan Menaati Tata Tertib Sekolah pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 2 Atambua. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(1).
- [BPS] Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Indonesia Tahun 2020*. Jakarta Pusat: Badan Pusat Statistik'
- Fuadiana, K. (2021). *Hubungan Self Control Dengan Agresivitas Verbal Pada Siswa SMP Al-Islam Krian*.
- Karim, A. F. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Verbal Pada Siswa Di SMP Negeri 4 Ungaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, VI(2), 1–8.
- Lalitya, L., & Tedjasaputra, M. S. (2019). Efektifitas Differentiated Reinforcement of Incompatible Behavior (Dri) Dalam Menurunkan Perilaku Agresi Verbal Pada Remaja Dengan Moderate Intellectual Disability. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(2), 105. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v3i2.21616>
- Nurfaujiyanti. (2012). Hubungan Pengendalian Diri (*Self-Control*) Dengan Agresivitas Anak Jalanan
- Pawe, M. F., Upa, M. P., Geradus, U., & Masi, L. M. (2023). Burnout Belajar selama masa Pandemi Covid 19 pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 6 Kota Kupang. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(1).

- Priyatno, Duwi. (2011). *Buku SPSS Analisis Statistik Data*. Yogyakarta: Mediakom
- Purnomo, A. Rochmat. (2016). *Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis Dengan SPSS*. Ponorogo: Wade Droup
- Rachdianti, Y. (2011). Hubungan antara self-control dengan intensitas penggunaan internet remaja akhir. *Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*, 40-41. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/2732/1/YUNIAR_RACHDIANTI-FPS.PDF
- Serena, M. K. (2014). *Pengaruh kecerdasan emosi dan self control terhadap agresivitas remaja pengguna game online*. http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/29310%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/29310/1/MEGATASYA_SERENA-FPSI.pdf
- Sugiyono 2014. *Metode Penelitian Administrasi Dilengkapi Dengan Metode R&D*. Bandung: Alfabeta
- Thalib, Syamsul Bahri. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana. Dari Google Books, (Online), https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi_Pendidikan_Berbasis_Analisis_E/gHADwAAQBA?hl=id&gbpv=1&dq=psikologi+pendidikan&printsec=frontcover diakses pada 02 september 2021
- Utami, F., Uda, G., Masi, L. M., & Abel, R. M. (2023). Pengaruh Penggunaan Teknik Self Control Dalam Konseling Kelompok Untuk Mengatasi Kecanduan Bermain Game Online Mahasiswa BK Undana. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(2).
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. N. (2020). Analisis perilaku agresif pada remaja di sekolah menengah pertama. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(1), 38-45. <https://doi.org/10.31101/jhes.1358>
- Zahri, H., & Savira, I. (2017). Pengaruh Self-Control Terhadap Agresivitas Remaja Pada Pelajar SMP dan SMU di Sekolah Perguruan Nasional. *Jurnal JP3SDm*, 1-10. [ejournal.borobudur.ac.id › index.php › psikologi › article › download](http://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/download)