

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Self-control merupakan kemampuan individu untuk dapat mengendalikan semua tingkah laku sendiri yang buruk, termasuk juga mengendalikan emosi dan menekan perilaku impulsif yang dapat diarahkan pada tindakan yang positif. *Self-control* memiliki pengaruh besar terhadap perilaku individu, baik perilaku yang positif maupun yang negatif. Perilaku yang negatif seperti tawuran, mencuri, pertengkaran, membolos sekolah, dan lain-lain, merupakan hasil dari ketidakmampuan individu dalam mengendalikan dirinya.

Kemampuan mengendalikan diri menjadi sangat berarti untuk meminimalkan perilaku buruk yang selama ini banyak dijumpai dalam kehidupan di masyarakat termasuk juga dalam lingkungan sekolah karena banyak peristiwa yang terjadi karena ketidakmampuan mengendalikan diri. Menurut Santrock, bila individu tidak mampu mengendalikan dirinya dapat diartikan bahwa mereka gagal membedakan tingkah laku yang dapat diterima dan yang tidak dapat diterima, atau mungkin mereka sebenarnya sudah mengetahui perbedaan antara keduanya namun gagal mengembangkan kontrol yang memadai dalam menggunakan perbedaan itu untuk membimbing tingkah laku mereka.¹

¹ John W. Santrock, *Adolescence*, (Jakarta: Penerbit Erlangga 2003), 523-524

Self-control merupakan hal yang sangat penting dalam diri setiap individu. Individu yang mampu mengendalikan diri dan membuat keputusan dengan benar yang sesuai dengan nilai-nilai moral dan norma sosial akan menghindarkan dirinya tersebut dari hal-hal yang salah dan buruk. Setiap individu memiliki tingkat pengendalian diri yang berbeda, ada yang memiliki pengendalian yang tinggi dan ada yang memiliki pengendalian diri yang rendah.

Individu yang memiliki pengendalian diri yang tinggi adalah individu yang mampu mengendalikan dirinya untuk tidak melakukan hal yang salah dan tidak sesuai dengan norma atau aturan yang berlaku, sehingga individu tersebut mampu menghindarkan dirinya dari hal-hal yang tidak diinginkannya. Individu yang memiliki pengendalian diri yang tinggi jika akan melakukan segala sesuatu selalu merencanakannya terlebih dahulu dan tidak cepat mengambil keputusan. Individu tersebut tidak mudah terpancing emosinya dan selalu bisa menahan emosi-emosi negatifnya yang dapat berakibat buruk bagi dirinya.

Sedangkan individu yang memiliki pengendalian diri yang rendah adalah individu yang kurang atau bahkan tidak mampu mengelola emosinya dengan baik supaya tidak terpancing oleh stimulus yang ada sehingga individu tersebut dengan mudah terjerumus dalam hal yang salah. Individu tersebut juga akan mudah terjerumus dalam berbagai masalah karena sulit mengontrol perilakunya sendiri. Individu yang memiliki sifat pengendalian diri yang

rendah lebih mudah untuk terlibat dalam perilaku kriminal, dan menyimpang dibandingkan dengan mereka yang memiliki pengendalian diri yang tinggi.

Kekerasan merupakan konsep psikologi dari perilaku agresif. Kekerasan berkembang dengan bentuk dan modus yang beraneka ragam. Kekerasan dapat terjadi dalam keluarga, sekolah, tempat kerja, ataupun masyarakat tidak sulit dicarikan kasusnya. Beberapa bulan terakhir kasus kekerasan di sekolah semakin marak. Menurut Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau & David O. Sears sejumlah siswa yang melakukan kejahatan pernah menjadi objek ejekan dan *bullying* atau menganggap dirinya diperlakukan tidak adil atau dilecehkan teman-temannya. Kemarahan dan frustrasi yang disebabkan oleh pengalaman ini, dipadukan dengan mudahnya mendapatkan senjata, setelah meledak menjadi tindakan kekerasan yang dramatis.²

Menurut Muhammad Al-Migwar pada umumnya, tingkah laku manusia didorong oleh dua kebutuhan yang saling berkaitan sebagai implementasi dari banyaknya tuntutan sosial. Dua kebutuhan itu, *pertama*, diterima oleh kelompok atau orang-orang di sekelilingnya. *Kedua*, menghindari penolakan kelompok atau orang lain di sekitarnya. Mengingat lingkungan sosial individu tidak selalu memberinya pengalaman yang menyenangkan sehingga dua kebutuhan tersebut tidak selalu dapat terpenuhi. Hal itu yang membuat individu menjadi frustrasi dan mendapatkan cemoohan

² Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau & David O. Sears, *Psikologi Sosial Ed. Ke-12*, (Jakarta: Kencana, 2009), 499

orang lain. Akibatnya, muncullah kebutuhan ketiga, yaitu bertindak agresif terhadap orang lain.³

Perilaku agresif merupakan semua tindakan kekerasan atau tindakan yang dapat melukai atau mengancam orang lain baik secara fisik maupun psikis. Perilaku agresif dapat terjadi dalam lingkungan sekolah seperti tawuran antar kelas atau antar sekolah, pertengkaran antar siswa, memukul teman sekelas dan bahkan menendang teman, dan lain sebagainya. Agresi manusia lebih kompleks bentuknya, berbeda dengan agresi hewan, dan ia sering terjadi dalam konteks sosial yang berbeda yang diatur oleh norma sosial yang berbeda. Menurut Huesmann dan Moise, sebagaimana dikutip oleh David O. Sears agresi cenderung stabil dalam rentang hidup; orang yang relatif tidak agresif cenderung tetap demikian dan orang yang sangat agresif cenderung tetap agresif sampai tua.⁴

Menurut Seggal, sebagaimana dikutip oleh Sarlito Sarwono, marah adalah sebuah pernyataan yang disimpulkan dari perasaan yang ditunjukkan yang sering disertai dengan konflik atau frustrasi.⁵ Menurut O. Sears frustrasi adalah gangguan atau kegagalan dalam mencapai tujuan dan frustrasi cenderung membangkitkan perasaan agresif.⁶ Menurut Berkowitz dan Dollard et al., sebagaimana dikutip oleh Faturochman penyebab agresi yang paling

³ Muhammad Al-Migwar, *Psikologi Remaja*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), 167-168

⁴Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau & David O. Sears, *Psikologi Sosial Ed. Ke-12*, 496

⁵Sarlito W. Sarwono dan Eko A. Meinarno, *Psikologi Sosial* (Jakarta: Salemba Humanika 2012),148

⁶ David O. Sears, Jonathan L. Freedman & L. Anne Peplau, *Psikologi Sosial Ed. Ke-5*, (Jakarta: Erlangga), 6

menonjol adalah frustrasi.⁷ Menurut Dollard, et al, sebagaimana dikutip oleh Yustinus Semium terjadinya tingkah laku yang agresif selalu mengandalkan adanya frustrasi dan sebaliknya adanya frustrasi selalu menyebabkan suatu bentuk agresi. Pada banyak orang dewasa dan bahkan anak-anak, frustrasi mungkin diikuti oleh sikap yang jelas dan begitu cepat menerima situasi dan dapat menyesuaikan diri kembali sehingga orang sia-sia mencari kriteria yang relatif kasar dan biasanya dianggap sebagai yang memberi ciri khas pada perbuatan agresif.⁸ Menurut Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau & David O. Sears problem ekonomi yang sedang dialami oleh seorang individu menghasilkan level frustrasi yang amat tinggi dalam keluarga. Karena kehidupan keluarga adalah satu sumber utama frustrasi.⁹ Dapat disimpulkan bahwa banyak faktor yang menjadi penyebab agresivitas diantaranya marah, frustrasi, situasi dan keadaan yang sedang dialami oleh individu.

Menurut Atkins dan Matsuba, sebagaimana dikutip oleh Lilik Sriyanti berbagai penelitian dalam psikologi melaporkan bahwa lingkungan berpengaruh terhadap kondisi anak termasuk menentukan perkembangan intelektual dan kemampuan mengendalikan diri. Rich dan Santrock mengatakan bahwa peran orang tua sangat besar pengaruhnya terutama dalam pembentukan sikap otonomi dan *attachment*. Kesulitan dan gangguan perilaku banyak bersumber dari rendahnya kontrol diri, sebagaimana Messina dan

⁷ Faturochman, *Pengantar Psikologi Sosial*, (Yogyakarta: Pustaka, 2006), 85

⁸ Yustinus Semium, *Kesehatan Mental 1*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), 397

⁹ Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau & David O. Sears, *Psikologi Sosial*.498

Messina pada tahun 2003 menyatakan bahwa *self-destructive* bersumber dari *self-control* yang rendah.¹⁰

Gangguan perilaku seseorang atau individu dapat berupa tindakan kekerasan yang terjadi dalam lingkungan sosial termasuk lingkungan sekolah yang terjadi bila individu tersebut tidak mampu mengendalikan emosi yang kemudian bisa berujung pada tindakan agresivitas. Menurut Nurfauliyanti ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya agresivitas yang salah satunya adalah faktor internal yang berasal dari kondisi internal seorang individu, yang meliputi adanya insting agresivitas abnormalitas secara fisiologis, reaksi emosi penolakan seperti frustrasi, marah, takut dan sakit, minuman keras dan faktor bawaan sejak lahir. Keadaan tersebut bisa saja terjadi karena manusia tidak mampu menahan suatu penderitaan yang menimpa dirinya. Ketidakmampuan dalam menahan suatu penderitaan yang menimpa dirinya tersebut dapat dinyatakan sebagai kemampuan dalam mengontrol diri, sehingga kemampuan mengontrol diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi agresivitas.¹¹

Usia sekolah menengah pertama (SMP) adalah usia remaja, dimana pada usia ini individu mengalami proses mencari jati diri dan masa perubahan. Tugas perkembangan pada masa remaja awal adalah harus mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya seperti orang dewasa, menurut William W. Wattenberg yang dikutip oleh Muhammad Al-Mighwar *self-control* termasuk

¹⁰ Lilik Sriyanti, "Pembentukan *Self Control* dalam Perspektif Nilai Multikultural" 2

¹¹ Nurfauliyanti, "Hubungan Pengendalian Diri (*Self-control*) dengan Agresivitas Anak Jalanan" (Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta, 2010),8

dalam tugas perkembangan remaja awal.¹² Menurut Jane Brooks selama masa remaja, tingkat perubahan sikap dan perilaku sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Intensitas emosi yang tinggi dan bersikap ambivalen dapat menimbulkan perilaku agresif bila remaja tersebut tidak dapat mengolah atau memproses sikap dan kemudian dituangkan dalam perilaku.¹³ Ketika orang tua memberikan perhatian positif, menghargai perilaku yang baik, dan menghindari kritikan dan hukuman keras, maka sifat agresif anak akan menurun.

Berdasarkan observasi awal menyebutkan data sebanyak 162 kasus tentang masalah antar siswa dari 996 siswa pada tahun ajaran 2012/ 2013 di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri. Masalah antar siswa dapat berupa tindakan verbal maupun non-verbal, seperti tawuran, pertengkaran, menampar, menendang, mencaci, memarahi, dan lain sebagainya. Dari banyaknya kasus yang terjadi di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri mengenai agresivitas dapat diartikan bahwa siswa di sekolah tersebut memiliki *self-control* yang rendah, karena mereka kurang mampu mengendalikan dirinya untuk tidak bertindak buruk yang dapat merugikan orang lain. Bila siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri memiliki *self-control* yang tinggi maka tingkat agresivitas akan cenderung menurun.

Menurut guru BK SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri:

Masa remaja identik dengan perilakunya yang negatif seperti bertengkar dan tawuran yang dapat melibatkan lebih dari dua individu. Ada beberapa penyebab yang menjadi latar belakang

¹²Muhammad Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), 155

¹³ Jane Brooks, *The Process of Parenting Edisi Ke8*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 539

siswa melakukan perilaku agresif tersebut mulai dari kurangnya perhatian atau pengawasan dari orang tua, orang tua yang kurang atau tidak peduli terhadap perilaku anaknya yang disekolah, kurangnya pendidikan mengenai perilaku yang diberikan oleh orang tua sehingga remaja tidak mampu memilih apa yang harus dilakukan ketika mengalami masalah disekolah. Penyebab yang paling utama adalah individu tidak mampu mengontrol emosi dan perilakunya sehingga perilaku agresif yang menjadi pilihannya. Dalam setiap pergantian tahun pelajaran masalah mengenai pertengkaran antar siswa tetap ada dan bahkan cenderung meningkat. Dan bila agresivitas di sekolah semakin meningkat kemungkinan besar dapat mengganggu aktivitas belajar teman yang lain atau bahkan perangkat didalam sekolah lainnya.¹⁴

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti berasumsi bahwa salah satu variabel yang diduga dapat mengurangi agresivitas siswa SMP Negeri 1 Plosoklaten adalah pengendalian diri (*self control*). Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti memilih judul penelitian “**Pengaruh *self-control* terhadap agresivitas siswa SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri**”.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana *self-control* siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri?
2. Bagaimana agresivitas siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri?
3. Bagaimana pengaruh *Self-control* terhadap perilaku agresivitas siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri?

¹⁴Endah Rosiana, Guru BK SMP Negeri 1 Plosoklaten, Kediri, 16 Februari 2014.

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui *Self-control* siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri.
2. Untuk mengetahui agresivitas siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri.
3. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *Self-control* terhadap agresivitas siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat berguna untuk pengembangan wacana dan kajian psikologi pendidikan tentang *self-control* dan agresivitas siswa SMP Negeri 1 Plososklaten Kabupaten Kediri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri

Memberikan informasi dan seberapa besar pengaruh *Self-control* terhadap agresivitas siswa di SMP Negeri 1 Plsosoklaten Kabupaten Kediri, sehingga mampu membimbing atau mengontrol tingkah laku sendiri untuk meminimalisir agresivitas.

b. Bagi Orang Tua SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri

Memberikan wacana baru bagi orang tua tentang kemampuan anak dalam mengendalikan dirinya yang dapat membentuk perilaku agresif, sehingga orang tua mampu mengontrol semua perilaku

anaknya dan orang tua dapat mengambil tindakan sebagai upaya untuk menghentikan perilaku-perilaku yang dapat menghasilkan perilaku agresif.

c. Bagi pihak SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri

Memberikan informasi dan gambaran pada SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri tentang pengaruh *self-control* terhadap agresivitas pada siswa, sehingga para guru dapat melakukan pendekatan secara personal kepada siswa untuk mengontrol perilaku siswanya yang dapat memicu perilaku agresif.

d. Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti yang paling utama adalah untuk memenuhi syarat guna mengerjakan tugas akhir (skripsi) sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S1), selain itu untuk menambah wawasan, pengetahuan serta dapat mengaplikasikan teori-teori yang didapat selama perkuliahan ke dalam dunia kerja maupun kehidupan sosial bermasyarakat yang lebih nyata.

e. Bagi pihak STAIN Kediri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi mahasiswa STAIN Kediri khususnya bagi Program Studi Psikologi Islam yang akan melakukan penelitian pada kajian yang sama.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah dugaan yang perlu diverifikasi atau dibuktikan benar atau salahnya, yang memungkinkan pemecahan masalah berkenaan dengan topik yang sedang diteliti.¹⁵ Hipotesis dapat di artikan sebagai suatu jawaban sementara terhadap permasalahan penelitian. Sampai terbukti data terkumpul.¹⁶

H_a : Ada hubungan yang signifikan antara pengendalian diri (*Self-control*) dengan agresivitas siswa SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri.

H₀ : Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengendalian diri (*Self-control*) dengan agresivitas siswa SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri.

F. Asumsi Penelitian

Peneliti mengajukan asumsi bahwa agresivitas seseorang dapat diukur dengan menggunakan skala agresivitas berdasarkan teori Baron dan Byrne pada tahun 1997. Agresi sebagai segala bentuk perilaku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak diinginkan datangnya perilaku tersebut, skala agresivitas dapat disusun berdasarkan teori pengertian agresi yang kemudian melahirkan delapan bentuk agresi yaitu: agresi langsung-aktif-verbal, agresi langsung-aktif-non-verbal, agresi langsung-pasif-verbal, agresi langsung-pasif-non-verbal, agresi tidak

¹⁵Tim penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Kediri: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN), 2009), 62

¹⁶Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1996), 110

langsung-aktif-verbal, agresi tidak langsung-aktif-non-verbal, agresi tidak langsung-pasif-verbal, agresi tidak langsung-pasif-non-verbal.

Self-control menurut Chaplin adalah kemampuan individu untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri; kemampuan untuk menekan atau menghambat dorongan yang ada.¹⁷ Sedangkan skala *self-control* peneliti mengacu pada teori Averil pada tahun 1973 dengan menggunakan model Likert. Dengan aspek-aspek *self-control* tersebut adalah aspek mengontrol perilaku, aspek mengontrol kognitif, dan aspek mengontrol keputusan.

G. Penegasan Istilah

Definisi operasional dari *Self-control* menurut Chaplin adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.¹⁸ Berdasarkan teori Averil pada tahun 1973 sebagaimana dikutip oleh Nurfaujiyanti, aspek-aspek *Self-control* tersebut adalah aspek mengontrol perilaku, dengan indikator: mengatur pelaksanaan dan memodifikasi stimulus, aspek mengontrol kognitif, dengan indikator: memperoleh informasi dan melakukan penilaian, dan aspek mengontrol keputusan, dengan indikator: mengantisipasi peristiwa dan menafsirkan peristiwa.¹⁹

Sedangkan definisi operasional dari agresivitas disusun berdasarkan teori Baron dan Byrne pada tahun 1997, agresi sebagai segala bentuk perilaku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang

¹⁷JP. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 1999), 450

¹⁸Ibid, 450

¹⁹ Nurfaujiyanti, "Hubungan pengendalian diri (*self-control*) dengan agresivitas anak jalanan", (Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta, 2010), 28-29

tidak diinginkan datangnya perilaku tersebut.²⁰ Menurut Baron dan Byrne, sebagaimana dikutip oleh Agus Abdul Rahman, berdasarkan teori tersebut muncul delapan bentuk agresi yaitu: agresi langsung-aktif-verbal, dengan indikator: meneriaki, menyoraki, mencaci, membentak, berlagak. Agresi langsung-aktif-non-verbal, dengan indikator: mendorong, memukul, menendang, menunjukkan gesture menghina orang lain. Agresi langsung-pasif-verbal, dengan indikator: diam dan tidak menjawab panggilan telepon. Agresi langsung-pasif-non-verbal, dengan indikator: keluar ruangan ketika target masuk dan tidak memberi kesempatan target berkembang. Agresi tidak langsung-aktif-verbal, dengan indikator: menggosip atau menyebarkan rumor negatif dan menghinakan opini target pada orang lain. Agresi tidak langsung-aktif-non-verbal, dengan indikator: mencuri atau merusak barang dan menghabiskan kebutuhan yang diperlukan target. Agresi tidak langsung-pasif-verbal, dengan indikator: tidak menyampaikan informasi dan membiarkan rumor berkembang. Agresi tidak langsung-pasif-non-verbal, dengan indikator: cuek atau tidak berusaha melakukan sesuatu yang dapat menghindarkan target dari masalah dan melarang orang lain mengerjakan hal penting.²¹

²⁰ R.A. Baron and D. Byrne, *Exploring Social Psychology*, (United States of America, Allyn and Bacon Inc., 1981), 184

²¹ Agus Abdul Rahman, *Psikologi Sosial Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013), 207-208