



**Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada**  
<https://akper-sandikarsa.e-journal.id/IJKSH>  
 Vol 11, No, 1, Juni 2020, pp;122-128  
 p-ISSN: 2354-6093 dan e-ISSN: 2654-4563  
 DOI: 10.35816/jiskh.v10i2.234

---

ARTIKEL PENELITIAN

**Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif Siswa SMA Negeri 1  
 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah**

*Self-Control with Aggressive Behavior of Trimurjo 1 High School Students Central Lampung  
 Regency*

**Indah Dwi Cuyunda<sup>1</sup>, Octa Reni Setiawati<sup>2</sup>, Sri Maria Puji Lestari<sup>3</sup>,  
 Prambudi Rukmono<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Kedokteran, Universitas Malahayati

<sup>2</sup> Departemen Psikologi, Universitas Malahayati

<sup>3</sup> Departemen Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

<sup>4</sup> Departemen Perinatologi, RSUD Dr. H. Abdul Moeloek

---

**Artikel info**

*Received; 15 Maret 2020*

*Revised: 19 Maret 2020*

*Accepted; 20 Maret 2020*

---

**Abstrak.**

**Latar Belakang:** Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, pada masa ini kenakalan remaja sangat marak terjadi seperti perilaku agresif. Salah satu bentuk perilaku agresif yang sering terjadi di kalangan remaja adalah tawuran antar pelajar, pada dasarnya kenakalan serta agresivitas pada remaja khususnya perilaku tawuran dapat terjadi karena tidak berhasilnya remaja untuk mengontrol dirinya sendiri. **Tujuan:** Penelitian ini setuju untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah. **Metode Penelitian:** Penelitian kuantitatif dengan desain analitik dan rancangan cross sectional serta teknik pengambilan sampel Simple Random Sampling. Data dievaluasi dengan SPSS. **Hasil:** Jumlah sampel 205 dari 50 populasi, nilai median 82,00 (sedang), nilai min-max (52-120) untuk kontrol diri dan nilai median 79,00 (sedang), nilai min-max (43-990) untuk perilaku agresif. Hasil analisis bivariat uji Spearman didapatkan nilai P Value 0,021, dan nilai  $r = -0,161$ . **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah, dengan kekuatan korelasi rendah dan arah korelasi negatif yaitu semakin tinggi kontrol diri semakin rendah perilaku agresif seseorang.

**Abstrak**

**Background:** Adolescence is a transition from childhood to adulthood, during this time juvenile delinquency is very prevalent as aggressive behavior. One form of aggressive

behavior that often occurs among teenagers is brawls between students, basically delinquency and aggressiveness in adolescents, especially brawl behavior can occur due to the failure of adolescents to control themselves. **Purpose:** This study agrees to find out the relationship between self-control and aggressive in Trimurjo Stage 1 High School Student Central Lampung Regency. **Research Method:** Quantitative research with analytic design and cross sectional design and Simple Random Sampling sampling techniques. Data were evaluated with SPSS. **The result:** 205 samples out of 500 populations, median values 82.00 (moderate), min-max values (52-120) for self-control and median values 79.00 (moderate), min-max values (43-99) for aggressive behavior. The results of the Bivariate Spearman test showed a P Value of 0.021, and a r value of - 0.161. **Conclusion:** There is a significant relationship between self-control and aggressive behavior in Trimurjo1 Lampung Tengah High School students, with low correlation strength and negative correlation direction, namely the higher the self-control, the lower the person's aggressive behavior.

---

**Keywords:**

Kontrol Diri;  
Perilaku Agresif;  
Remaja;

**Corresponden author:**

Email: [dwicuyunda@gmail.com](mailto:dwicuyunda@gmail.com)



artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY -4.0

---

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa, pada masa ini perkembangan fisik, mental, sosial, dan emosional mencapai tingkat kematangan. Remaja yang berada di umur 13 tahun sampai 18 tahun yang umumnya duduk di bangku sekolah menengah atas, merupakan remaja yang berada di periode perkembangan remaja awal. Pada periode remaja awal, perkembangan fisik pada remaja semakin tampak, seperti perubahan fungsi alat kelamin, dan remaja seringkali sulit untuk menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang ada pada dirinya, dan membuat mereka cenderung menyendiri, merasa tersaingi, kurang perhatian dari orang lain, bahkan merasa tidak ada yang memperdulikannya, sehingga untuk membuat dunia sekitarnya yakin, mereka akan lebih cepat marah dengan cara-cara yang kurang wajar dan akan lebih sulit untuk mengontrol diri. Fase "mencari jati diri" atau fase "topan dan badai", biasanya merupakan sebutan untuk fase remaja, yang artinya pada fase ini kedudukan remaja masih belum jelas, karena tidak bisa dikatakan anak-anak lagi tetapi belum bisa dikatakan orang dewasa. Dan pada fase ini untuk memfungsikan dan menguasai fungsi fisik maupun psikisnya remaja masih belum mampu secara maksimal (Ali, et al, 2014).

Kejadian bermula di kantin sekolah saat jam istirahat, pertikaian terjadi karena kedua belah pihak terlibat adu mulut, berawal dari siswa SMA Utama 2 yang meminta rokok kepada siswa SMK Utama namun permintaan tersebut tidak dihiraukan oleh siswa SMK Utama, sehingga terjadi keributan yang melibatkan 20 pelajar SMK Utamadansambilan pelajar SMA Utama 2. Data terbaru pada Juli 2019 dikutip dari media *Radar Lampung.co.id*, telah terjadi tawuran pelajar di kabupaten Lampung Tengah. Tawuran antar pelajar SMKN1 Metro ini berawal dari dua pelajar kelas 12 SMKN 1 Metro yaitu G dan R yang

terlibat cekcok mulut, kemudian G mengajak R bertemu dengan dalih ingin berdamai, saat tiba di tempat pertemuantiba-tiba G bersama teman-temannya berjumlah sekitar 6 orang langsung menyeraang R menggunakan senjata tajam, akibatnya korban luka-luka dan dirawat intensif di rumahsakit. Berdasarkan data dan kasus diatas membuktikan bahwa masih maraknya kenakalan remaja yang sangat merugikan dan meresahkan, menurut (Novarianto,etall, 2018) perilaku tawuran pada remaja ini disebabkan oleh beberapa faktor, selain faktor dari dalam (internal) jugaada beberapa faktor dari luar, yaitu keluarga, lingkungan sekolah yang tidak menguntungkan dan lingkungan sekitar.

## Metode

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode analitik dengan menggunakan metode sampel simple random sampling. Dengan maksud untuk melihat apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif, Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*, pengumpulan data baik variabel dependen maupun independen dan faktor-faktor yang mempengaruhinya dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa yang berjumlah 500 siswa yang berada di SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 205 siswa yang sesuai dengan kriteria inklusi.

## Hasil Dan Pembahasan

**Tabel 1. Hasil Uji Bivariat Hubungan Kontrol Diri dan Perilaku Agresif pada Siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah**

Variabel	Median (Min-Max)	P value	Nilai r
Kontrol Diri	82.00 (51-120)	0.021	-0.161
Perilaku Agresif	79.00 (43-99)		

Menurut hasil penelitian pada Siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah, di dapatkan 10 siswa (4,9%) dengan kontrol diri tingkat rendah, 148 siswa (72,2%) dengan kontrol diri tingkat sedang, serta 47 siswa (22,9%) dengan kontrol diri tingkat tinggi. Didapatkan nilai Median 82.00, Nilai minimum 51, dan nilai maksimum 120. Dengan hasil penelitian tersebut, disebutkan bahwa rata-rata siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah memiliki Kemampuan kontrol diri tingkat sedang. Hal ini bisa diartikan bahwa kemampuan kontrol diri pada siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah dapat menekan munculnya perilaku agresif pada siswa.

Menurut hasil penelitian pada Siswa SMA Negeri1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah, di dapatkan 28 siswa (13,7%) dengan perilaku agresif dengan tingkat rendah, 169 siswa(82,4%)dengan perilaku agresif tingkat sedang, serta 8 siswa (3,9%)dengan perilaku agresif tingkat tinggi. Didapatkan nilai Median 79.00, Nilai minimum43 dan nilai maksimum 99. Dengan hasil penelitian tersebut, disebutkan bahwa rata-rata siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah memiliki perilaku agresif tingkat sedang. Hal ini bisa di artikan bahwa perilaku agresif siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah masih cukupbanyak.

Perilaku agresif rendah ditemukan pada siswa SMA Negeri 1Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah dengan jumlah 28 siswa(13,7%), artinya siswa tersebut masih bisa mengontrol diri dengan hanya sesekali merasa kesal ketika ada hal yangmembuatnyaemosi. Sedangkan perilaku agresif tinggi, ditemukan sebesar 8 siswa (3,9%), perilaku agresif ini berupa menyerang secara fisik, mudah meluapkan emosi, emosi sulit untuk dikendalikan, dalam

hal ini peneliti tidak menemukan siswa yang memperlihatkan perilaku agresif tinggi secara objektif, kemungkinan dikarenakan faktor peraturan masing-masing sekolah yang menekankan terhadap siswa untuk selalu tertib baik di dalam maupun diluar lingkungan sekolah.

Didapatkan nilai korelasi  $r = -0,161$ , artinya kekuatan korelasi penelitian ini memiliki keterkaitan rendah dan mempunyai arah korelasi negatif yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku agresif seseorang. Didapatkan rata-rata siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah memiliki kemampuan kontrol diri tingkat sedang, yang mengartikan bahwa kemampuan kontrol diri pada siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah dapat menekan munculnya perilaku agresif pada siswa. Hal tersebut didukung oleh pendapat (Widiarti, 2010) bahwa kontrol diri sangat diperlukan bagi setiap individu, khususnya remaja jika remaja tidak mampu untuk melakukan kontrol diri dengan baik maka remaja di- khawatirkan dapat mengalami krisis identitas, sehingga remaja memiliki kecenderungan berperilaku negatif.

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner oleh siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah dimana untuk kuesioner kontrol diri mayoritas siswa mengisi kolom sangat setuju untuk kuesioner point 9 yaitu "Saya mudah terpengaruh terhadap ajakan orang lain meskipun saya tau hal tersebut salah". Bagi siswa hendaknya dapat berpendirian teguh dan tanamkan prinsip dalam diri agar tidak mudah terpengaruh pada hal- hal yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Hasil penelitian ini juga sesuai dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri dapat menekan munculnya perilaku agresif dalam diri seseorang, semakin tinggi kontrol diri semakin rendah perilaku agresif.

Faktor tersebut didukung oleh pendapat (Taylor, etall ,2015) bahwa perilaku agresif ini muncul disebabkan karena kurangnya kemampuan mengontrol diri yang mengakibatkan ketidak-mampuan seseorang untuk menghargai serta berempati terhadap orang lain. Hal ini sependapat dengan pernyataan (Situmorang, etall, 2018), bahwa perilaku agresif adalah bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukaiooranglain. Pada kalangan remaja bentuk perilaku agresif yang terjadi biasanya dalam bentuk perilaku agresif fisik dan verbal, contoh dari perilaku agresif verbal biasanya pelajar melontarkan kata-kata kasardan bersikap seakan-akan dirinyalah yang paling benar, menyindir sesama teman sebaya untuk menyakiti perasaan orang lain dan membuat orang lain tersinggung dengan cara membentak orang lain di depan umum ,sedangkan untuk perilaku agresif fisik ditunjukkan dengan berkelahi dengan teman sebaya dilingkungan sekolah, me- ngganggu teman saat mengerjakan tugas, serta melampiaskan amarah dengan memukul meja atau merusak fasilitas kelas, bahkan melakukan tindakan tawuran antar pelajar (Fitriana, etall, 2018).

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner oleh siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah dimana untuk kuesioner perilaku agresif mayoritas siswa mengisi kolom sangat setuju untuk kuesioner point 1 dan 8 yaitu "Saya sering memanggil orang-orang disekitar dengan julukan tertentu" dan "Jika saya dipukul saya akan memukul kembali orang tersebut". Bagi siswa hendaknya dapat menjaga perilaku baik antara teman sebaya ataupun orang yang lebih tua, dan lebih tenang dalam menghadapi perlakuan dari oranglain. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh (Gunado, 2019), penelitian pada siswa SMP di Bandar Lampung Tahun 2019, di dapatkan 98 siswa (18,2%) dengan perilaku agresif dengan tingkat rendah, 403 siswa (74,8%) dengan perilaku agresif tingkat sedang, serta 38 siswa (7,1%) dengan perilaku agresif tingkat tinggi. Dengan hasil penelitian tersebut, disebutkan bahwa rata-

rata siswa SMP di Bandar Lampung tahun 2019 memiliki perilaku agresif tingkat sedang.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif masih banyak ditemukan dikalangan remaja sehingga membutuhkan faktor-faktor yang dapat menekan perilaku agresif remaja salah satunya kontrol diri. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan umur yang mengisi kuesioner pada siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah sebanyak 13 siswa (6,3%) berumur 15 tahun, sebanyak 127 Siswa (62,0%), berumur 16 tahun, sebanyak 53 Siswa (25,9%) yang berumur 17 tahun, dan sebanyak 12 Siswa (5,9%) yang berumur 18 tahun. Dari pernyataan diatas menunjukkan umur yang terbanyak mengisi kuesioner adalah siswa yang berumur 16 tahun (62.0 %) yang rata-rata duduk dikelas X. Pada masa ini siswa berada pada fase awal remaja, dimana biasa disebut dengan fase topan dan badai atau fase mencari jati diri (Ali, et al, 2014).

Remaja yang berada di umur 13 tahun sampai 18 tahun yang umumnya duduk di bangku sekolah menengah atas, merupakan remaja yang berada di periode perkembangan remaja awal. Pada periode remaja awal, perkembangan fisik pada remaja semakin tampak, seperti perubahan fungsi alat kelamin, dan remaja seringkali sulit untuk menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang ada pada dirinya, dan membuat mereka cenderung menyendiri, merasa terasing, kurang perhatian dari orang lain, bahkan merasa tidak ada yang memperdulikannya, sehingga untuk membuat dunia sekitarnya yakin, mereka akan lebih cepat marah dengan cara-cara yang kurang wajar dan akan lebih sulit untuk mengontrol diri (Ali, et al, 2014). Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin pada siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah sebanyak 135 siswa (65,9%) dengan jenis kelamin perempuan, dan sebanyak 70 Siswa (34,1%), dengan jenis kelamin laki-laki. Pernyataan diatas menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah yang mengisi kuesioner terbanyak adalah siswa dengan jenis kelamin Perempuan yaitu 135 siswa (65,9 %). Hal ini dikarenakan berdasarkan data dan informasi yang kami dapatkan bahwa siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah lebih banyak perempuan dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner oleh siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah dimana untuk kuesioner perilaku agresif mayoritas siswa laki-laki mengisi kolom sangat setuju untuk kuesioner point 8 yaitu "Jika saya dipukul saya akan memukul kembali orang tersebut", hal ini menunjukkan bahwa remaja laki-laki lebih cenderung melakukan agresivitas dibanding remaja perempuan, pernyataan ini sesuai dengan teori oleh (Permatasari, 2016). menyatakan salah satu penyebab terjadinya perilaku agresif adalah faktor fisiologis. Beberapa penelitian menyatakan bahwa laki-laki memiliki kecenderungan lebih tinggi dalam melakukan perilaku agresi secara fisik. Hal ini dipengaruhi oleh produksi hormon ACTH, adrenalin, testosteron, dan campuran senyawa androgenik pada sistem limbik.

Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman* pada kontrol diri dan perilaku agresif diperoleh nilai *P value* = 0,021 ( $P < 0,05$ ), artinya terdapat "hubungan bermakna antara kontrol diri dengan perilaku agresif". Didapatkan nilai Median 82.00, Nilai minimum 51, dan nilai maksimum 120. Didapatkan nilai Median 82.00, Nilai minimum 51, dan nilai maksimum 120 untuk kontrol diri dan Didapatkan nilai Median 79.00, Nilai minimum 43 dan nilai maksimum 99 untuk perilaku agresif. Nilai korelasi  $r = -0,161$ , artinya kekuatan korelasi penelitian ini memiliki keterkaitan rendah dan mempunyai arah korelasi negatif yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku agresif seseorang.

Kekuatan korelasi kontrol diri dan perilaku agresif dalam penelitian ini didapatkan 16,1% dan tergolong rendah, sehingga terdapat 83,9% variabel lain yang dapat memberikan kontribusi pada perilaku agresi remaja. Pola asuh orangtua bisa menjadi salah satu prediktor perilaku agresi pada remaja. Remaja yang tumbuh dalam keluarga yang kasardan orangtua yang mengabaikan anaknya cenderung melakukan perilaku yang menyimpang. Berdasarkan penelitian oleh Permatasari (2016) menunjukkan bahwa kontrol diri dapat menjadi prediktor terhadap perilaku agresi pada remaja ( $p < 0,05$ ). Selain itu, kontrol diri juga mampu memprediksi perilaku agresi pada remaja secara negatif. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketika remaja memiliki kontrol diri yang rendah maka ia akan berperilaku secara agresif. Sebaliknya remaja yang memiliki kontrol tinggi tidak memiliki kecenderungan untuk memunculkan perilaku agresif. Dari pernyataan diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa kontrol diri sangat berpengaruh terhadap tindakan yang akan diambil. Seseorang yang tidak dapat mengendalikan atau mengontrol emosi dan perilakunya maka akan mengambil keputusan secara singkat untuk menentukan tindakannya. Segala tindakan yang telah diambil maka akan berpengaruh terhadap kelangsungan hidupnya. Semakin tinggi kemampuan kontrol diri seseorang maka semakin rendah perilaku agresif yang dilakukan.

### Simpulan Dan Saran

Terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah, dengan kekuatan korelasi rendah dan arah korelasi negatif yaitu semakin tinggi kontrol diri semakin rendah perilaku agresif seseorang. Pemerintah kota maupun provinsi diharapkan lebih memperhatikan permasalahan anak dan remaja yang saat ini sedang terjadi serta memberikan tindakan tegas, seperti kasus yang terjadi pada penelitian ini. Dimana peneliti menemukan banyak anak maupun remaja terutama Siswa SMA yang masih dengan frontal mengucapkan kata-kata kotor, mengejek teman sebaya didepan umum bahkan berkelahi dengan teman sebaya dilingkungan sekolah serta yang menjadi perhatian kami adalah masih banyaknya siswa yang menggunakan *Handphone* (HP) saat jam sekolah.

### Daftar Rujukan

- Ali, M & Asrori, M. 2014. *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Fitriana, Y., Sutanto, A. V., & Nugraha, D. P. 2018. Faktor yang berkontribusi terhadap perilaku agresif pada remaja berbeda antara SMA negeri dan SMA swasta. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(2), 168-176.
- Fitrianisa A, 2018. Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Agresif Siswa SMK Piri 3 Yogyakarta: *Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UNY*.
- Gunado, A. 2019. Hubungan Intensitas Bermain Game Online dengan Perilaku Agresif Pada Siswa SMP di Bandar Lampung Tahun 2019. *Universitas Malahayati: Bandar Lampung*.
- Novarianto, W., Raharjo, E., & Fathonah, R. 2018. Upaya Penanggulangan Terjadinya Tawuran Antar Pelajar (Studi Kasus Di Wilayah Kota Bandar Lampung). *Jurnal Poenale*, 6(1).
- Permatasari, N. P. 2016. Hubungan Antara Kontrol Diri dan Perilaku Agresi Pada Remaja. *Universitas Sanata Dharma: Yogyakarta*.

- Situmorang, Z.N, Pratiwi, Y & Agung P.D,(2018). Peran Ayah dan Kontrol Diri Sebagai Preditor Kecenderungan Perilaku Agresif Remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(1).
- Taylor,E.S.,Peplau,A.L.,& Sears,O.D.2015. *Psikologi Sosial*.Jakarta: Prenadamedia Group.
- Widarti, I. 2010. Hubungan antara kontrol diri dan kecanduan game online pada remaja di malang. *SKRIPSI Jurusan Bimbingan dan Konseling & Psikologi-Fakultas Ilmu Pendidikan UM*.