HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN AGRESIVITAS VERBAL PADA SISWA – SISWI DI MAN 1 KOTA SEMARANG

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Disusun oleh :

Risa Aprilia
(30701700109)

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
2021

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN AGRESIVITAS VERBAL PADA SISWA – SISWI DI MAN 1 KOTA SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Risa Aprilia
30701700109

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing	Tanggal
Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si	05 Oktober 2021

Semarang, 05 Oktober 2021

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung

Ruseno Arjanggi, S.Psi., M.A.
NIK. 210700010

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN AGRESIVITAS VERBAL PADA SISWA-SISWI DI MAN 1 KOTA SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Risa Aprilia
Nim: 30701700109

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 04 Nopember 2021

Dewan Penguji	Tanda Tangan
1. Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si	.....
2. Erni Agustina Setiowati, S.Psi, M.Psi, Psikolog	.....
3. Anisa Fitriani, S.Psi, M.Psi, Psikolog	.....

Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 17 Desember 2021

Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung

Ruseno Arjanggi, S.Psi, M.A., Psikolog
NIK. 210700010

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya Risa Aprilia dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal – hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, Oktober 2021

Risa Aprilia
30701700109

PERSEMBAHAN

Sebuah tulisan sederhana sebagai persembahan untuk :

Allah SWT atas kehendak-Nya sehingga pada hari ini memberikan kesempatan hidup untuk melakukan hal yang lebih baik lagi.

Bapak, Ibu, Saudari, dan Ponakan tercinta yang telah memberikan banyak dukungan.

Almamater “Fakultas Psikologi Unissula” yang telah memberikan banyak ilmu yang sangat bermanfaat bagi kehidupan.

MOTTO

“Jangan menjelaskan tentang dirimu kepada siapapun, karena ynag menyukaimu tidak butuh itu. Dan yang membencimu tidak percaya itu”
(Ali bin Abi Thalib)

“Yakinlah ada sesuatu yang menantimu setelah banyak kesabaran (yang kau jalani), yang akan membuatmu terpana hingga kau lupa betapa pedihnya rasa sakit”
(Ali bin Abi Thalib)

“Janganlah engkau bersedih, Sesungguhnya Allah bersama kita”
(Q.S At-Tubah : 40)

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”
(Q.S Al Insyirah : 06)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan sebuah naskah yang disusun sebagai salah satu syarat guna mencapai derajat kesarjanaan S-1 Psikologi.

Berbagai rintangan dan halangan yang penulis hadapi selama proses pengerjaan hingga akhir penulisan tidak luput terdapat bantuan dari pihak – pihak yang selalu memberikan doa, dorongan, dukungan, serta motivasi kepada penulis untuk memiliki tujuan dalam menyelesaikan naskah ini. Dalam kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan salam serta rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Ruseno Arjanggi, S.Psi, MA., selaku Dekan Fakultas Psikologi Unissula yang telah membantu dan mempermudah penulis dalam proses perijinan selama penelitian.
2. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah sabar, ikhlas, serta tulus dalam membimbing dan mengarahkan penulis sehingga tugas akhir dapat diselesaikan dengan baik.
3. Ibu Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Unissula serta Dosen Wali yang selama kurang lebih 4,5 tahun telah bersedia membimbing dan mengarahkan penulis selama menjadi mahasiswi Psikologi Unissula.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Unissula yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terima kasih telah banyak berkontribusi dengan memberikan dukungan selama penelitian.
5. Bapak dan Ibu Staff TU Fakultas Psikologi Unissula, yang telah membantu penulis dalam pengurusan proses administrasi.

6. Ibu saya Poerwaningsih, Bapak saya Agus Suwartono, Saudari saya Anggraeni Agustina, Kakak Angkat saya Agus Prayitno, dan Ponakan saya Humaira Ramadanisha. Terima kasih karena sudah menjadi salah satu *support system* bagi penulis dalam menghadapi dan menjalani kehidupan ini.
7. Teman – teman seperjuangan saya Della Elvia Janet, Lusi Ananda, dan Ulinnuha Tsabita Fiddini, yang telah memberikan dukungan kepada penulis dan membantu berjalannya penelitian.
8. Kakak tingkat angkatan 2016 Rossy Rusfiana, Selly Wangi, dan Kakak tingkat angkatan 2015 Maulida Laily Ni'mah, yang telah memberikan banyak motivasi yang sangat berharga bagi penulis.
9. Ibu Beta Nur Bety Tsany, S.Pd., selaku Guru BK MAN 1 Kota Semarang yang telah membantu penulis dalam melaksanakan penelitian dan semua siswa – siswi MAN 1 Kota Semarang yang banyak berkontribusi dalam penelitian ini.
10. Sahabat – sahabat saya Ulfa Uswatun Chasanah dan Wahyu Verliana Safitri, yang selalu berada dekat dengan penulis dan banyak memberikan doa serta dukungan.

Adapun hal yang penulis sebutkan di atas, penulis mengucapkan banyak terima kasih. Semoga Allah SWT selalu melindungi dan memberikan balasan yang terbaik bagi hamba – hambaNya yang selalu menebar kebaikan. Penulis menyadari bahwa masaih terdapat banyak kekurangan dalam karya ini, sehingga penulis dengan lapang dada menerima kritik serta saran yang berguna bagi penyempurnaan karya ini. Penulis berharap dengan adanya karya ini dapat bermanfaat bagi ilmu psikologi terutama dalam bidang sosial.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Semarang, Oktober 2021

Penulis

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN AGRESIVITAS VERBAL PADA SISWA – SISWI DI MAN 1 KOTA SEMARANG

Oleh :
Risa Aprilia
Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dan agresivitas verbal pada siswa – siswi di MAN 1 Kota Semarang. Subjek pada penelitian ini adalah siswa – siswi kelas X, XI, dan XII. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala agresivitas verbal dan skala regulasi diri. Penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* . Hasil hipotesis diperoleh koefisien korelasi r_{xy} sebesar – 0,647 dengan taraf signifikan sebesar 0,000 ($p<0,01$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal pada siswa – sisiwi di MAN 1 Kota Semarang.

Keywords : Agresivitas verbal, Regulasi diri.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND VERBAL AGGRESSION ON STUDENTS AT MAN 1 KOTA SEMARANG

Created by :
Risa Aprilia
Faculty of Psychology
Sultan Agung Islamic University

ABSTRACK

The purpose of this research was to find out the relationship between self– regulation and verbal aggression in students at MAN 1 Kota Semarang. The subjects in this study were students in X, XI, and XII grades. The sampling technique was cluster random sampling. The measuring instrument used in this study were self-regulation scale and verbal aggression scale. This study uses the product moment correlation technique. The results of hypothesis obtained a correlation coefficient r_{xy} *– 0,647 with a significant level 0,000* ($p<0,01$). *The results showed that there was a significant negative relationship between self-regulation and verbal aggression in students at MAN 1 Kota Semarang.*

Keywords : Verbal aggression, self – regulation

DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Rumusan Masalah 7

C. Tujuan Penelitian 7

D. Manfaat Penelitian 7

BAB II LANDASAN TEORI 8

A. Agresivitas Verbal 8

1. Definisi Agresivitas Verbal 8

2. Aspek – aspek Agresivitas Verbal 11

B. Regulasi Diri 14

1. Pengertian Regulasi Diri 14

2. Aspek – aspek Regulasi Diri 19

C. Remaja 21

1. Pengertian Remaja 21

D. Hubungan antara Regulasi Diri dengan Agresivitas Verbal 23

E. Hipotesis 25

BAB III METODE PENELITIAN 26

A. Identifikasi Variabel Penelitian 26

B. Definisi Operasional 26

1. Agresivitas Verbal 26

2. Regulasi Diri 26

C. Populasi dan Sampel 27

1. Populasi 27

2. Sampel 27

D. Metode Pengumpulan Data 28

1. Skala Agresivitas Verbal 28
2. Skala Regulasi Diri 29
E. Validitas, Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas 30
1. Validitas 30
2. Daya Beda Aitem 30
3. Reliabilitas 31
F. Metode Analisis Data 32
BAB IV PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN HASIL PENELITIAN 33
A. Orientasi Kancah Penelitian 33
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian 34
1. Persiapan Penelitian 34
2. Pelaksanaan penelitian 36
C. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas 37
1. Uji Daya Beda Aitem 37
2. Estimasi Reliabitas Alat Ukur 39
D. Hasil Penelitian 39
1. Uji Normalitas 39
2. Uji Linieritas 40
3. Uji Hipotesis 40
E. Deskripsi Variabel Penelitian 40
1. Deskripsi Data Skor Skala Agresivitas Verbal 41
2. Deskripsi Data Skor Skala Regulasi Diri 43
F. Pembahasan 44
G. Kelemahan Penelitian 47
BAB V PENUTUP 48
A. Kesimpulan 48
B. Saran 48

DAFTAR TABEL

Tabel 1 *Blue Print* Skala Agresivitas Verbal 29
Tabel 2 *Blue Print* Skala Regulasi Diri 30
Tabel 3 Sebaran Aitem Skala Agresivitas Verbal 35
Tabel 4 Sebaran Nomor Aitem Skala Regulasi Diri 36
Tabel 5 Sebaran Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Agresivitas Verbal 37
Tabel 6 Sebaran Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Regulasi Diri 38
Tabel 7 Hasil Analisis Uji Normalitas 39
Tabel 8 Norma Kategori Nilai Skala 41
Tabel 9 Deskripsi Skor Skala Agresivitas Verbal 42
Tabel 10 Kategorisasi Skor Subjek Skala Agresivitas Verbal 42
Tabel 11 Deskripsi Skor Skala Regulasi Diri 43
Tabel 12 Kategorisasi Skor Subjek Skala Regulasi Diri 44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Rentang Skor Skala Agresivitas Verbal (Hipotetik) 43
Gambar 2 Rentang Skor Skala Regulasi Diri (Hipotetik)..... 44

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A SKALA UJI COBA 52
LAMPIRAN B TABULASI DATA UJI COBA 62
LAMPIRAN C UJI DAYA BEDA DAN ESTIMASI RELIABILITAS 69
LAMPIRAN D SKALA PENELITIAN 79
LAMPIRAN E TABULASI DATA PENELITIAN 88
LAMPIRAN F ANALISIS DATA 95
LAMPIRAN G SURAT KETERANGAN PENELITIAN 100

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa perubahan yang dialami remaja dari masa anak – anak hingga dewasa merupakan masa dimana mereka banyak mengalami penyesuaian dalam diri dan kehidupannya. Penyesuaian ini terjadi dikarenakan perubahan hormon fisik dan psikis yang dipengaruhi lingkungan disekitarnya. Namun, apabila penyesuaian tersebut tidak mendapatkan arahan dan tidak dibimbing secara tepat dapat menimbulkan konflik serta penyimpangan perilaku lainnya. Perilaku remaja biasanya terbentuk dari lingkungan dan cenderung meniru perilaku orang–orang dewasa disekitarnya termasuk orang tua. Perilaku menyimpang yang sering dijumpai dari remaja yang dilakukan kepada teman sebayanya seperti mengumpat, berkelahi, mengucapkan kata – kata kasar, berbicara kebohongan, menghina fisik, dan perilaku lain yang keluar dari batasan norma.

Berdasarkan data riset Badan Pusat Statistik di Indonesia sendiri mencatat jumlah kasus penyimpangan remaja seperti perkelahian masal yang terjadi antar pelajar dari tahun 2011 hingga 2018 mencapai 1.085 kasus dan jumlah kasus data perkelahian antar pelajar yang diambil tiap Kelurahan di Jawa Tengah sendiri dari tahun 2011-2018 mencapai 227 kasus (Subdirektorat Statistik Politik dan Keamanan, 2020). Kasus penyimpangan remaja yang terjadi pada tanggal 19 Mei 2021 oleh Siswi di SMA Bengkulu yang menghina Palestina yang kemudian diunggah melalui akun media sosial dan menjadi viral. Siswi tersebut mengaku melakukan hal tersebut hanya sebatas untuk konten, namun oleh pihak sekolah bersikeras mengambil keputusan untuk mengeluarkan siswi tersebut dari sekolah (Kompas.com). Kasus penyimpangan yang dilakukan remaja tidak sampai di situ. Tepat pada tanggal 12 Juni 2021 Polisi menangkap dua pelaku yang berinisial SS dan VY dan

merupakan pelajar SMP di Kota Mebau, Sulawesi Tenggara. Perkelahian tersebut dikarenakan salah satu siswi VY tersinggung karena ucapan SS dan tidak terima VY berkelahi dengan SS yang menjadi viral karena perkelahian tersebut diunggah di sosial media (Kompas.com).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan salah satu guru BK di MAN 1 Semarang, Bu Beta menjelaskan bahwa terdapat konflik antar siswa-siswi terutama dalam hal agresi secara verbal. Konflik seperti menghina fisik, mengejek nama, dan berteriak sering terjadi di kalangan siswa-siswi tersebut. Beliau juga menambahkan bahwa hal tersebut sering membawa mereka hingga melakukan agresi secara fisik seperti berkelahi, memukul, hingga merusak properti sekolah. Hasil oberservasi yang dilakukan peneliti di MAN 1 Kota Semarang menjumpai beberapa siswa-siswi yang melakukan agresi verbal seperti berteriak, membentak, dan mengumpat yang diarahkan kepada teman sebayanya dan hal tersebut sudah biasa mereka lakukan karena menganggap hal itu sebagai lelucon.

Tindakan – tindakan semacam itu pada keilmuan psikologi tak lain merupakan bentuk dari perilaku agresi. Dimana perilaku agresi tersebut ditujukkan untuk menyakiti serta menghancurkan objek. Kegiatan – kegiatan yang tidak dinginkan remaja biasanya akan cenderung mengarahkan energi negatifnya yang kemudian menjadi perilaku agresi. Agresi memiliki dua jenis, pertama agresi dengan cara fisik seperti berkelahi, menendang, memukul, dan agresi secara verbal seperti mengumpat, menghina, berbohong. Dalam penelitian ini penulis tertarik dengan perilaku agresi yang dilontarkan secara verbal, karena tindakan kekerasan fisik seringkali muncul diawali dari adanya perdebatan secara verbal.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Karim (2019) mengenai hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresi verbal pada siswa di SMP Negeri 4 Ungaran. Ditemukan bahwa kontrol diri berkorelasi

secara negatif dengan perilaku agresi verbal. Semakin tinggi kontrol diri yang dilakukan oleh siswa, maka semakin rendah agresi verbal yang akan muncul dan semakin rendah kontrol diri yang dilakukan oleh siswa, maka semakin tinggi agresi verbal yang akan muncul.

Berdasarkan penelitian Amalia dan Zulfi (2018) mengenai hubungan antara *self-management* dengan perilaku agresi pada siswa SMA. Ditemukan terdapat hubungan negatif antara managemen diri dengan perilaku agresi. Hal ini semakin tinggi tingkat managemen diri yang terbentuk dalam diri siswa, maka semakin rendah pula perilaku agresi yang dilakukan oleh siswa.

Berdasarkan penelitian Desy (2019) mengenai hubungan antara tekanan teman sebaya dengan agresi verbal remaja putra di sekolah berasrama SMA Pangudi Luhur Van Lith Muntilan. Ditemukan terdapat hubungan positif yang signifikan antara teman sebaya dan agresi verbal. Semakin tinggi tingkat tekanan teman sebaya, maka semakin tinggi agresi verbal pada remaja tersebut.

Penelitian Slater (2001) menyebutkan bahwa remaja merupakan individu yang emosinya mudah terhasut untuk melakukan agresivitas, hal ini disebabkan karena remaja memiliki emosi yang masih labil dan lemahnya konsep diri pada remaja. Agresi verbal yang dilakukan remaja merupakan cara untuk menunjukkan bagaimana menyelesaikan suatu permasalahan. Mereka biasanya melakukan agresi verbal seperti memarahi, menghina atau mengejek, dan mengolok–olok seseorang. Desiningrum (2018) menjelaskan dalam penelitiannya agresi bersumber dari dalam individu yang ditujukan kepada seseorang, dan adanya faktor – faktor lain yang semakin memperkuat agresivitas tersebut. Penelitian Straus dan Sweet pada tahun 1992 yang berjudul "*Verbal/symbolic aggression in couple*" mengatakan bahwa agresi verbal memiliki tujuan yaitu untuk menyakiti orang lain secara psikologis (Desy, 2019). Infante dan Wigley pada tahun 1986 menambahkan bahwa

seseorang melakukan agresi verbal untuk mengganggu konsep diri orang lain dan menjadikan orang tersebut menilai buruk dirinya sendiri, dalam penelitianya yang berjudul "*Verbal aggressiveness : An interpersonal model and measure*" (Desy, 2019). Dampak yang di alami para korban juga berbeda, korban agresi fisik dapat disembuhkan dengan pemberian obat luka. Namun, berbeda dengan korban yang disebabkan dari agresi verbal kemungkinan besar korban mengalami tekanan batin dan mental untuk waktu yang lama, dan hanya bisa terobati apabila pelaku meminta maaf pada korbannya.

Dalam Al-Qur'an, Allah SWT telah menerangkan bahwa sebagai orang yang beriman dan bertaqwa sebaiknya untuk dapat menjaga lisannya dari perkataan buruk seperti mencela, mengolok–olok, dan perkataan buruk lainnya. Berikut Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

> ۞ لَا يُحِبُّ اللّٰهُ الْجَهْرَ بِالسُّوْۤءِ مِنَ الْقَوْلِ اِلَّا مَنْ ظُلِمَ ۗ وَكَانَ اللّٰهُ سَمِيْعًا عَلِيْمًا
>
> "*Allah tidak menyukai perkataan buruk, (yang diucapkan) secara terus terang kecuali oleh orang yang dizalimi. Dan Allah Maha Mendengar, Maha Mengetahui*."(QS. An-Nisa'[4]:148)

> وَيْلٌ لِّكُلِّ هُمَزَةٍ لُّمَزَةٍ ۙ
>
> "*Celakalah bagi setiap pengumpat dan pencela,*" (QS. Al-Humazah[104]:1)

Kedua ayat di atas menerangkan bahwa Allah sangat tidak menyukai seseorang yang berkata buruk seperti mencela, menghina, dan mengolok-olok. Ayat di atas juga memperingatkan kepada umat manusia bagi siapa saja yang suka mencela dan mengumpat maka akan celaka di dunia maupun di akhirat.

Perilaku agresi verbal yang dilakukan orang–orang seperti menghina, mengumpat, dan berbohong adalah salah satu bentuk dari regulasi diri yang rendah. Individu mudah mengatakan hal-hal buruk bisa dikatakan kurang mampu dalam mengelola perilakunya ke arah yang lebih baik. Berdasarkan penelitian Ross dan Fontao (2007) yang berjudul "*The Relationship of Self-*

Regulation and Aggression" menunjukkan bahwa regulasi diri yang lebih kuat maka tingkat agresivitasnya semakin rendah. Sebaliknya, regulasi diri yang lebih rendah maka tingkat agresivitasnya semakin tinggi. Regulasi diri mempunyai peranan penting dalam pembentukan perilaku. Menurut Bodrova dan Leong (2013) regulasi diri juga merupakan keterampilan untuk mengatur emosi, pikiran, dan sikap sesuai dengan situasi.

Penulis melakukan wawancara dengan beberapa siswa-siswi di MAN 1 Kota Semarang pada tanggal 15-16 Juli 2021.

> Hasil wawancara dengan seseorang yang berinisial F dalam wawancara tersebut mengatakan : "*Aku pernah disindir temen cewe di kelas, cmn karena aku merintahin bendahara make uang kas buat beli keperluan kelas. Terus dia gak terima nyindir aku bilang katanya "besok-besok jangan pake uang kas" gitu*."
>
> Hasil wawancara dengan M dan I , yaitu: "*Aku pernah sih ngatain temenku mba, soalnya aku sebel sama temen yang gamau terima pendapat yang beda dari dia, ya tak katain-katain "dasar sok, egois, sombong" gitu mba*" (pernyataan M). "*Kalo aku waktu itu dibentak temen sekelas mba, cowok lagi yang bentak mba. Waktu itu kita ikut lomba musikalisasi mba, itu udah mepet tanggalnya. Nah temenku yang cowok ini tiba-tiba bentak aku bilang kalo katanya belum siap minta waktu lagi buat latihan. Aku kan kaget mba, dia sendiri yang bersedia ikut kok malah marah-marahnya sama aku."* (Pernyataan I)

Berdasarkan wawancara di atas, dapat diketahui bahwa masih banyak orang-orang yang kurang dalam meregulasi diri, baik dalam mengontrol pikiran, perilaku, serta emosi mereka. Mereka kurang memiliki kemampuan

dalam memfilter hal mana yang perlu ditanggapi dan mana yang tidak perlu diberi respon. Individu tersebut sangat mudah dihasut oleh stimulus – stimulus disekitarnya. Dalam ajaran Islam, umat muslim dianjurkan untuk mengucapkan perkataan yang baik dan dianjurkan untuk menjauhi orang-orang yang berkata buruk. Seperti pada firman Allah SWT dalam surah Al-Quran :

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوا اتَّقُوا اللّٰهَ وَقُوْلُوْا قَوْلًا سَدِيْدًاۙ

"*Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kamu kepada Allah dan ucapkanlah perkataan yang benar,*"(QS. Al-Azhab[33]:70)

وَاِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ اَعْرَضُوْا عَنْهُ وَقَالُوْا لَنَآ اَعْمَالُنَا وَلَكُمْ اَعْمَالُكُمْ ۖ سَلٰمٌ عَلَيْكُمْ ۖ لَا نَبْتَغِى الْجٰهِلِيْنَ

"*Dan apabila mereka mendengar perkataan yang buruk, mereka berpaling darinya dan berkata, "Bagi kami amal-amal kami dan bagimu amal-amal kamu, semoga selamatlah kamu, kami tidak ingin (bergaul) dengan orang-orang bodoh".*(QS. Al-Qasas[28]:55)

Kedua ayat di atas memiliki kandungan bahwa sebagai umat muslim untuk senantiasa mengatakan ucapan yang baik dan benar, serta menjauhi golongan kaum yang suka berkata buruk serta bodoh. Para remaja sebaiknya dapat mengontrol perilakunya dan dapat mengatur komunikasinya dengan baik serta dapat berperilaku dengan benar. Oleh karena itu, regulasi diri diperlukan remaja terutama siswa – siswi agar tidak terganggu oleh hasutan – hasutan yang tidak baik. Berdasarkan topik – topik di atas, peneliti berkeinginan untuk memahami dan menemukan apakah ada "**Hubungan antara Regulasi Diri Dengan Agresivitas Verbal Pada Siswa-Siswi Di MAN 1 Kota Semarang**".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal pada siswa-siswi di MAN 1 Kota Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang diinginkan peneliti adalah untuk mengetahui "Apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal pada siswa-siswi di MAN 1 Kota Semarang".

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Memberikan pengetahuan bagi siswa – siswi untuk dapat mengetahui cara meregulasi diri yang baik dalam mengatur dan mengurangi perilaku agresi verbal pada remaja.

2. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan referensi terhadap ilmu sains dikhususkan untuk bidang psikologi sosial dan sebagai wacana bagi mahasiswa.

BAB II
LANDASAN TEORI

A. Agresivitas Verbal

1. Definisi Agresivitas Verbal

Agresi berasal dari bahasa latin "*aggression*" artinya penyerangan. Agresi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merupakan perasaan emosi maupun tindakan kasar yang diarahkan kepada seseorang atau objek dikarenakan merasa kecewa atau gagal dalam mencapai tujuannya tersebut (Kemdibud.go.id). Lindzey dan Hall pada tahun 1993 mengatakan bahwa perilaku agresi diartikan sebagai cara melawan, melukai, menyerang, membunuh, atau menganiaya orang lain (Susantyo, 2011). Gejolak emosi dari perilaku agresi disebabkan karena individu gagal dalam merespon lalu dimanifestasikan dengan merusak suatu objek atau seseorang yang yang disengaja dan diutarakan dengan perilaku verbal dan non-verbal (Schneider, 2005). Menurut Dill dan Dill pada tahun 1998, perilaku agresif mengacu kearah tindakan yang didasarkan pada rangsangan pengalaman dan keadaan tertentu, dimana pada akhirnya membuat seseorang memunculkan tindakan agresi tersebut (Susantyo, 2011).

Dasar teori psikologi dari perilaku agresi yakni :

a) Perspektif Psikoanalisa yang dijabarkan Sigmund Freud (2006), di alam bawah sadar manusia secara internal memiliki keinginan untuk menghancurkan dirinya, dan awal mula keinginan tersebut diarahkan kepada individu lain.
b) Perspektif frustasi-agresi oleh Berzkowitz yang dipaparkan Brigham tahun 1991, terdapat dorongan agresif ketika upaya seseorang dalam mencapai suatu tujuan terhalang, maka individu

akan terangsang untuk melakukan sesuatu untuk merugikan orang lain atau merusak objek yang mengakibatkan frustasi (Susantyo, 2011).

c) Teori pembelajaran sosial yang dijabarkan Bandura pada tahun 1977, perilaku agresif dipelajari dari pengalaman sebelumnya baik itu melalui observasi langsung, penguatan, atau karena rangsangan diskriminatif. Perilaku agresif ini dapat dipelajari, bukan perilaku bawaan seseorang. Perilaku ini dipelajari melalui modelling lingkungan di sekitarnya seperti orang tua, teman – teman, dan media online (Susantyo, 2011).

Berdasarkan beberapa teori agresivitas di atas dapat diambil kesimpulan bahwa agresi verbal merupakan tindakan untuk menghancurkan sesuatu dikarenakan adanya hambatan ketika ingin melakukan sesuatu hal sehingga perilaku tersebut akhirnya diarahkan kepada orang lain dengan maksud untuk merusak aatu merugikan orang lain. Ada pula faktor–faktor yang mempengaruhi agresivitas (Baron & Byrne, 2012) :

1). Faktor Biologis, menurut teori Instink yang dipelopori oleh Sigmund Freud, seseorang menjadi agresif karena ini adalah bagian alami dari reaksinya. Freud menyatakan bahwa agresi ini berawal dari naluri atau keinginan kuat untuk mati yang dialami oleh setiap orang.

2). Faktor Eksternal, syarat munculnya agresi adalah kondisi internal dan eksternal. Kondisi internal meliputi *personality*, komunikasi, dan kemampuan. Sedangkan kondisi eksternal meliputi frustasi, provokasi verbal atau fisik, dan lingkungan. Menurut Dollard (2012), frustasi akibat tidak terpenuhinya kebutuhan akan menimbulkan perilaku agresif. Ketika keinginan atau tujuan

tertentu terhalangi, maka terjadilah frustasi. Penelitian Anderson dan Anderson menemukan faktor eksternal sebagai penyebab agresi, salah satunya ialah panas matahari bisa meningkatkan kecenderungan agresi seseorang. Semakin tinggi suhu udara, semakin tinggi pula agresi manusia meningkat.

3). Faktor Belajar, Bandura pada tahun 1977 memfokuskan cara bagaimana seseorang mempelajari dan mengamati perilkau agresif dari orang lain. Bandura percaya bahwa terdapat kemungkinan seseorang mempelajari dan membentuk agresi dengan meniru tindakan orang lain yang dianggap panutan. oleh sebab itu, individu dapat mengontrol perilaku yang mereka contoh, serta menentukan siapa objek yang dijadikan panutan (Susantyo, 2011).

Faktor lainnya yang mempengaruhi agresi pada seseorang menurut Khare (2005) :

a) Iritabilitas, faktor ini mengacu pada sikap tidak setuju atau hasutan yang cenderung bereaksi secara perkelahian, spontan, dan kasar.
b) Kerentanan emosional, faktor kedua didefinisikan sebagai individu yang cenderung mengalami perasaan- perasaan negatif pada dirinya seperti mudah putus asa, seringkali merasa tidak nyaman, dan tidak memiliki motivasi yang kuat dalam menjalani hidup.
c) Pikiran yang terganggu vs merenungkan diri, faktor ketiga bahwa seberapa besar individu dalam merespon ketika mendapatkan suatu stimulus negatif akan melakukan agresi atau mampu memikirkan terlebih dahulu sebelum bertindak.
d) Kontrol diri, berdasarkan penelitian Baumeister pada tahun 1987 menemukan bahwa adanya perilaku yang seringkali dilakukan oleh kriminal biasanya bersamaan dengan kurangnya kontrol terhadap diri (Manab, 2016).

e) Harga diri, bahwa individu yang memiliki penilaian negatif terhadap dirinya sendiri cenderung akan lebih mudah menyerang orang lain. Namun Baumeister pada tahun 1987 berpendapat lain, individu yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung lebih mudah untuk melakukan agresi terutama ketika mereka menddapatkan stimulus yang mengancam penilaian terhadap dirinya (Manab, 2016).

f) Gaya atribusi bermusuhan, penelitian Burks (2005) menghasilkan temuan bahwa anak-anak yang memiliki pengetahuan tentang permusuhan memiliki pemikiran tentang bagaimana cara untuk merespon stimulus yang negatif adalah dengan melakukan tindakan agresi.

Berdasarkan faktor–faktor diatas dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat faktor yang menyebabkan agresi pada seseorang yaitu faktor biologis, faktor eksternal, dan faktor belajar.

2. Aspek – aspek Agresivitas Verbal

Aspek-aspek agresivitas verbal menurut Buss yang dipaparkan oleh Baron (2012) :

a. Agresi verbal aktif langsung, agresi verbal yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang melalui hubungan langsung yang ditunjukan kepada individu atau kelompok lain dengan cara membentak, mengolok-olok, mengejek, dan mengancam.

b. Agresi verbal pasif langsung, agresi verbal ini dilakukan seseorang atau beberapa orang tetapi tidak ada hubungan verbal langsung dengan orang atau beberapa orang seperti dengan tidak memberikan support, dan enggan berbicara.

c. Agresi verbal aktif tidak langsung, agresi verbal yang dilakukan individu atau beberapa orang tetapi tidak berhubungan langsung

dengan individu atau kelompok yang menjadi topik pembicaraan dengan cara mengadu domba atau mengatakan kebohongan.

d. Agresi verbal pasif tidak langsung, perilaku agresi verbal ini dilakukan kepada seseorang atau beberapa orang tetapi tidak berhadapan langsung dan tidak adanya kontak secara verbal dengan orang atau sekelompok orang, seperti menghina melalui media sosial.

Selanjutnya aspek – aspek agresivitas menurut Breakwell pada tahun 1998 (Saputra & Sawitri, 2015) :

1). Bentuk agresi : Fisik atau Verbal.

Dalam bentuk agresi ini terdapat perbedaan antara ekspresi dari emosi yang di manifestasikan dalam tindakan verbal atau tindakan fisik. Perlu diperhatikan seberapa sering individu menggunakan jenis agresi ini, karena bentuk agresi ini bisa digunakan pada individu yang sama tetapi digunakan disaat tertentu saja.

2). Arah pelampiasan agresi : Langsung dan Dialihkan.

Pada aspek pelampiasan agresi ini memiliki presentasi yang kecil mengenai perbedaan antara emosi yang diarahkan Karena sebab tertentu dan emosi yang diarahkan pada objek lain.

3). Level kendali diri : Mengamuk dan Tenang.

Emosi setiap orang memiliki perbedaan ekspresi. Contohnya ada seseorang yang meluapkan emosinya dengan berkata kasar dan berteriak, namun ada juga individu yang memilih untuk menahan emosinya dengan tetap tenang dan diam.

4). Arah agresi : Intrapunitif dan Ekstrapunitif.

Bentuk arah agresi dapat ditunjukan mengarah ke dalam atau keluar dari diri seseorang. Respon Intrapunitif termasuk

mengalihkan agresi tersebut kepada dirinya sendiri, contohnya merasa malu merasa bersalah dan menyalahkan dirinya sendiri. Respon extrapunitif biasanya hubungkan dengan keluhan fisik seperti mengalami pusing, pernafasan terganggu, dan sakit pencernaan.

Aspek – aspek dalam perilaku agresi menurut Alexander dan Scneiders (2005) :

(a) Perlawanan disiplin, pada aspek ini individu cenderung melakukan suatu tindakan yang disukai namun melanggar suatu aturan dalam melakukan hal tersebut demi menyenangkan dirinya sendiri.

(b) Superioritas, individu cenderung menganggap dirinya lebih unggul atau memiliki kemampuan serta pengetahuan yang lebih dibandingkan orang lain. Individu akan melakukan apa saja meskipun dengan cara menyakiti atau menyerang orang lain dengan tujuan tidak ingin dianggap remeh atau direndahkan oleh orang lain.

(c) Egosentrisme, individu cenderung selalu menomorsatukan kepentingannya sendiri daripada kepentingan orang lain. Individu akan menyerang atau menyakiti orang lain demi mencapai tujuannya seperti menguasai atau memiliki sesuatu.

(d) Pertahanan diri, pada aspek ini individu akan menjaga atau mempertahankan dirinya dengan cara memberontak, merusak, dan bertengkar.

Berdasarkan beberapa aspek – aspek di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam melakukan agresi verbal seseorang membutuhkan beberapa aspek seperti agresi verbal aktif langsung, agresi verbal pasif langsung, agresi verbal aktif langsung, agresi verbal pasif tidak langsung.

B. Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Regulasi diri berasal dari kata "*self*" yang artinya diri dan "*regulation*" artinya pengaturan. Pengaturan terhadap diri yang dimaksud yakni mengatur tingkah laku, pikiran, serta emosinya. Tujuan pengaturan ini untuk mengatur hal-hal tertentu, seperti merencanakan, menghilangkan, dan mencapai suatu tingkah laku, pikiran, dan emosi yang diinginkan. Regulasi diri berfokus pada cara orang mengatur dan mengarahkan perilaku mereka (Taylor, Peplau, & Sears, 2009). Zimmerman (2000) mengatakan bahwa proses dari regulasi adalah untuk menghasilkan suatu rencana, tindakan, pikiran, perasaan, dan selalu terus beradaptasi mencapai tujuan.

Setiap orang dengan segala usia perlu mengatur diri agar tidak melampaui batas standar norma yang berlaku. Seseorang dapat dikatakan memiliki regulasi yang baik apabila dapat mengendalikan tingkah lakunya, pikirannya, serta emosinya terhadap suatu stimulus. Setiap individu memiliki keterampilan untuk mengatur perilaku sesuai dengan kebutuhan kognitif, emosional, dan sosialnya (Rueda, Posner, & Rothbart, 2004). Thompson (2003) menjelaskan fokus regulasi diri ada pada keterampilan internal dan eksternal, dan memiliki kewajiban untuk mengamati, menilai, serta merubah respon emosional untuk menunjukkan suatu pencapaian. Dalam ilmu psikologi, akar teori regulasi diri berasal dari Teori Sosial kognitif oleh Albert bandura.

Berikut beberapa teori yang menjelaskan tentang Regulasi diri :

a. Bandura pada tahun 1977 menjelaskan dalam teori sosial kognitif bahwa kepribadian manusia dibentuk oleh pikiran, perilaku, dan lingkungan. Regulasi diri mengontrol berbagai rangsangan eksternal tersebut. Bandura menambahkan bahwa regulasi diri

semacam kemampuan untuk mengatur, menciptakan, dan memberikan dampak pada tingkah lakunya dengan mengatur lingkungannya. Individu harus mampu mengelola perilakunya sendiri untuk mencapai tujuan yang diinginkan seperti manajemen waktu dan mengendalikan perilaku, sehingga tujuan tersebut dapat dioptimalkan dengan tepat (Wicaksono, 2015).

b. Menurut Miller dan Brown , regulasi diri adalah proses dimana individu dapat mengelola pencapaian atas perilakunya dengan menetapkan tujuan untuk dirinya sendiri kemudian menilai keberhasilan dari tujuan pencapaian tersebut (Papalia, Olds, & Feldman, 2009).

c. Teori Interaksi Sistem Kepribadian (PSI) yang diusulkan oleh Kuhl, berdasarkan teori ini regulasi diri merupakan keterampilan psikologis bawah sadar yang berkaitan dengan atensi, pengendalian keputusan, motivasi diri, dan pengelolaan suasana hati (Ross & Fontao, 2007).

Berdasarkan teori – teori di atas dapat diambil kesimpulan bahwa regulasi diri merupakan teknik untuk mengatur segala tindakan seseorang seperti mengendalikan pikiran, mengontrol tingkah laku maupun ucapan kearah yang lebih baik, agar sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Terdapat setidaknya enam tahapan dalam meregulasi diri, diantaranya :

1) Penerimaan (*Receiving*), Pada tahap ini seseorang akan menerima suatu informasi baru yang kemudian dibandingkan antara informasi yang diterima di awal dengan informasi yang diperoleh sebelumnya. Sangat penting bagi seseorang untuk dapat menerima suatu informasi karena akan berguna dalam mengembangkan regulasi pada individu tersebut.

2) Evaluasi (*Evaluating*), Tahap kedua ini individu akan mengevaluasi informasi ketika individu tersebut mendapatkan suatu permasalahan kemudian individu akan melihat masalah tersebut secara keseluruhan seperti bagaimana lingkungan di sekitarnya menanggapi serta menangani permasalahan tersebut (McNamara & O'Hara, 2008).
3) Pencarian (*Searching*), Tahap ketiga ini menurut Baumeister pada tahun 1987 seseorang akan mencari suatu penanganan dari masalah tersebut. Sebelum penanganan tindakan tersebut ditunjukkan, individu tersebut akan mencoba mempresentasikan pada dirinya sendiri (Manab, 2016).
4) Merencanakan (*Formulating*), Tahap keempat ini individu akan menetapkan suatu target berupa tujuan dan rencana dan memperkirakan aspek-aspek yang mendukung tujuan seperti waktu, tempat, media, dan lain-lain (Kitsantas, 2013). Komponen dalam penetapan tujuan ini sangat penting karena berfungsi untuk mengamati berhasilnya suatu kemajuan dan menetapkan strategi yang menjadi inti untuk memperoleh keberhasilan (Schunk, 2012).
5) Penerapan (*Implementing*), Pada tahap ke-5 sebelumnya individu sudah merancang strategi yang sudah dibuat. Ekspektasi yang terlalu tinggi terhadap satu tujuan tidak menjadi patokan akan mendapatkan pencapaian yang sempurna, maka dalam hal ini individu harus terbiasa ketika gagal dalam meregulasi diri (Oettingen, Honig, & Gollwitzer, 2000).
6) Penilaian (*Assesing*), Pada tahap akhir ini individu akan menilai dan mengintropeksi diri sejauh mana dampak dari tindakan yang sudah dilakukan (Kayler & Weller, 2007). Dalam pengelolaan tujuan akan mendapatkan perubahan dalam penilaian, namun dapat

kita cegah dengan lebih memaksimalkan tujuan utama yang diinginkan (Carver & Scheier, 2011).

Keenam tahapan di atas seperti penerimaan, evaluasi, pencarian, merencanakan, penerapan, dan penilaian merupakan salah satu cara dalam meregulasi diri dengan baik. Terdapat faktor – faktor yang menyebabkan individu melakukan regulasi diri, seperti pengaruh dari dalam diri (internal) dan dari luar diri (eksternal).

Dalam Alwisol (2009), Bandura menjelaskan perilaku manusia merupakan hasil dari pengaruh faktor eksternal dan internal. Keduanya saling berpengaruh satu sama lain dalam meregulasi diri, berikut penjelasannya :

a) Faktor Eksternal: Standar dan Penguatan
   (1). Standar, faktor ini diberikan kepada individu untuk menilai tingkah lakunya. Standar evaluasi ini terjadi ketika individu berinteraksi dengan lingkungannya dengan dipengaruhi kepribadiannya. Kemudian dari pengalaman tersebut seseorang menetapkan sebuah standar yang digunakan untuk menilai prestasi dirinya.
   (2). Penguatan (*Reinforcemen*t), ketika individu telah mendapatkan standar dari perilakunya Mereka cenderung menginginkan apresiasi dari lingkungan di sekitarnya. Hal ini dibutuhkan guna menjadi sebuah patokan untuk mengulang perilaku tersebut.
b) Faktor internal : Mengobservasi diri, Mengadili, dan Reaksi diri.
   (1). Mengobservasi diri (*self-observation*), individu perlu memperhatikan dan mengobservasi perilakunya sendiri, karena dengan begitu individu akan mengetahui kemajuan dan tentang seberapa besar perubahan dalam dirinya.

(2). Proses Mengadili (*judgmental process*), merupakan proses membandingkan perilaku dengan aturan norma berperilaku, melihat kesesuaian, dan menilai pentingnya perilaku tersebut serta memberikan atribusi.

(3). Reaksi diri (*self-response*), dalam hal ini individu akan memberikan respon dari hasil pencapaiannya berupa respon positif atau negatif, yang kemudian akan dilanjutkan dengan memberikan suatu penguatan atau hukuman untuk dirinya sendiri.

Faktor lain menurut Zimmerman (2010) bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi pembentukan regulasi diri :

(a) Faktor individu, terdapat hal penting dari faktor individu seperti pengetahuan individu, kemampuan metakognisi, dan tujuan yang ingin diraih. Ketiga hal tersebut sangat mempengaruhi bagaimana individu dalam membantu dirinya melakukan regulasi diri seperti seberapa banyak pengetahuan yang dimiliki individu guna memperbaiki dirinya, serta tingkat metakognisi individu tersebut dalam pengelolaan dirinya, dan terakhir seberapa penting tujuan yang dinginkan individu untuk melakukan regulasi diri.

(b) Faktor perilaku, berfokus pada seberapa besar upaya yang dikerahkan individu untuk mengatur dan merencanakan perilaku yang seharusnya dilakukan guna meningkatkan regulasi diri pada dirinya.

(c) Faktor lingkungan, faktor yang tak kalah penting adalah bagaimana pengaruh lingkungan disekitar dan pengalaman yang dimiliki individu guna mendukung dirinya dalam melakukan regulasi diri.

Berdasarkan uraian di atas didapati bahwa faktor-faktor seseorang melakukan regulasi diri karena faktor internal, seperti memiliki suatu standar dalam berperilaku dan memberikan penguatan pada perilaku tersebut, dan terakhir faktor eksternal seperti mengobservasi, mengadili, dan memberikan reaksi terhadap perilaku tersebut.

2. Aspek – aspek Regulasi Diri

Zimmerman (2000) mengatakan setiap individu memiliki kendali atas pikiran dan perilakunya, orang lain dan lingkungan sekitar tidak bisa mengendalikan kita. Kemampuan individu dalam regulasi diri memiliki aspek–aspek seperti berikut:

a. Menetapkan standar dan tujuan sendiri, individu seringkali memiliki standar perilaku yang sama untuk mengevaluasi kinerjanya dalam situasi tertentu. Biasanya individu tersebut menetapkan beberapa tujuan yang penting untuk mengarahkan perilaku mereka.
b. Memantau diri (*self-monitoring*), Individu akan memantau dirinya sendiri dengan mengamati kemajuan suatu tindakan untuk tujuan yang diinginkan. Mace, et.al (dalam Schunk, 2012) mengatakan monitoring diri merujuk pada penekanan aspek-aspek tertentu dari perilaku seseorang, biasanya digabungkan dengan merekam frekuensi atau intensitas mereka. Schuck dan Zimmerman (dalam Ormrod, 2008) menambahkan bahwa individu mungkin akan terus bekerja keras ketika melihat dirinya telah mencapai suatu kemajuan yang menjadi tujuannya.
c. Mengevaluasi diri (*self-evaluation*), penilaian diri melibatkan evaluasi kinerja yang baru dilakukan dengan membandingkan

tujuan dan reaksi terhadap dirinya sendiri, serta melakukan penilaian kinerja yang telah direkam.

d. Menetapkan konsekuensi sendiri, konsekuensi berarti seseorang dapat memperkuat atau menghukum tindakan mereka sendiri. Seseorang dapat menguatkan suatu tindakan apabila telah sesuai dengan tujuannya. Sebaliknya, ketika individu melakukan suatu tindakan yang tidak sesuai dengan tujuan yang ditentukan maka akan akan diberikan konsekuensi berupa hukuman untuk tindakan tersebut.

Menurut Taylor (2009) terdapat lima aspek yang perlu digaris bawahi dalam memahami regulasi diri, diantaranya :

1). Persepsi Diri, pentingnya suatu persepsi diri yang efektif ini didasarkan atas keseluruhan persepsi diri, tetapi dapat mengarahkan dan mengubah perilakunya ke situasi tertentu.

2). Kelengkapan diri, Sesorang cenderung memandang orang lain mempunyai bermacam-macam keahlian. Namun, dirinya sendiri hanya menganggap mempunyai satu macam keahlian saja.

3). Kemampuan dan Pengaturan Diri, bandura mengatakan psikolog mempercayai bahwa pengalaman yang sukses akan memungkinkan individu untuk menumbuhkan konsep yang mapan mengenai kemampuan dirinya dalam berbagai bidang kehidupan.

4). Organisasi dan Pengabaian Perilaku, meregulasi diri menyangkut penetapan dasar mengenai kegiatan apa yang semestinya dilaksanakan dan apa yang tidak semestinya di lakukan.

5). Rekognisi Diri, kesadaran seseorang yang memungkinkan individu untuk melakukan evaluasi terhadap tindakannya dan menyesuaikan sesuai dengan kriteria.

Selanjutnya, proses regulasi diri menurut Shunck (2001) dibagi menjadi tiga sub :

a) Memantau diri (*self-monitoring*), memantau diri akan menyadarkan seseorang terhadap perilakunya dan menuntun individu untuk meningkatkan dan mengevaluasi perilakunya sendiri. Seseorang yang secara sadar terhadap perilakunya akan dapat mengarahkan tindakannya sendiri, namun tindakan itu tidak akan dapat di organisir apabila individu tersebut melakukannya secara tidak sadar.
b) Pengarahan diri (*self-instruction*), Mace et.al, (dalam Schunk, 2012) mengatakan pengarahan diri berfokus pada pembeda antara suatu rangsangan yang berguna untuk mengontrol reaksi yang mengarah pada penerapan dari pengaturan diri tersebut.
c) Penguatan diri (*self- reinforcement*), Menurut Mace et.all, (dalam Schunk, 2012) penguatan ini berfokus pada individu harus menguatkan dirinya sendiri berdasarkan kinerja dari respon yang diharapkan serta memiliki kemungkinan menaikkan reaksi-reaksi lain di masa depan.

Berdasarkan uraian aspek – aspek di atas dapat disimpulkan bahwa dalam meregulasi diri, individu membutuhkan beberapa aspek seperti menetapkan sebuah standar, memantau diri, mengevaluasi diri, serta menetapkan konsequensi sendiri.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja berasal dari bahasa inggris "*Adolescent*" yang artinya belum dewasa dan matang". Masa remaja membutuhkan pencarian identitas akan kebutahan dirinya, dimana mereka seringkali rentan

dalam menghadapi masalah (Hurlock, 2004). Usai remaja dihitung dari umur 11 sampai 17 tahun yang sering mengalami perubahan fisik, kognitif, serta emosi (Santrock, 2011). Hauser pada tahun 1999 juga menambahkan pada usia remaja awal dan tengah cenderung kurang kompeten dalam hal mengatasi permasalahannya dibanding usia dewasa muda (Fatmawati, 2018).

Dalam ilmu psikologi disebut sebagai masa *Strom and stress* dimana pemberontakan sering kali terjadi yang dikarenakan perubahan-perubahan dari masa kanak-kanak sebelumnya (Soetjiningsih, 2010). Terdapat ciri khusus pada masa remaja yang membedakan dengan masa sebelumnya. Berikut ciri – ciri masa remaja menurut Hurlock (2004) :

a) Periode yang penting pada remaja. Pada masa ini dapat dikatakan penting karena perkembangan fisik dan mental yang cepat pada remaja akan berakibat langsung terhadap sikap dan perilakunya dalam jangka waktu yang lama. Perkembangan – perkembangan tersebut membutuhkan penyesuaian pada mental dalam hal membentuk emosi, sikap, perilaku, dan jati dirinya.
b) Periode peralihan pada masa remaja. Dalam periode ini remaja beralih dari fase anak-anak menjadi fase dewasa. Namun masih terdapat keraguan akan status identitas dan peran yang belum jelas pada remaja , karena remaja tidak termasuk dalam masa anak-anak dan juga masa dewasa.
c) Periode perubahan pada masa remaja. Terdapat beberapa perubahan yang dialami remja pada umumnya yaitu emosi yang masih labil, perubahan pada fisik dan hormone, perubahan pada minat atau bakatnya, dan perubahan pada sikap serta perilakunya.

d) Merupakan usia yang bermasalah pada remaja. Maalah yang sering terjadi pada remaja baik laki-laki maupun perempuan, hal ini disebabkan pertama ketika masih kanak-kanak sebagian besar masalahnya diselesaikan oleh orang dewasa seperti orang tua atau guru sehingga anak-anak yang memasuki usia remaja belum memiliki pengalaman atau cara untuk menangani masalahnya sendiri. Kedua ketika sudah memasuki usia remaja, mereka cenderung ingin bertindak sendiri dan sungkan untuk meminta bantuan orang-orang yang lebih dewasa dalam hal menyelesaikan masalah yang sedang mereka alami.

e) Merupakan masa ambang dewasa pada remaja. Ketika mendekati usia yang matang pada periode remja akhir biasanya remaja cenderung ingin menunjukkan kepada orang-orangdisekitar bahwa dirinya sudah mencapai usia yang matang seperti melakukan hal-hal yang biasanya dilakukan oleh orang dewasa pada umumnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa makna remaja adalah masa perubahan dari ketika mereka di usia kanak-kanak menuju masa dewasa dan membutuhkan beberapa penyesuaian dalam perubahan – perubahan tersebut agar tidak menimbulkan masalah yang serius pada remaja.

D. Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Agresivitas Verbal

Pada beberapa kasus ditemukan agresi verbal yang dimulai dengan hasutan-hasutan yang mengarah pada penghinaan, kekerasan, bahkan pertikaian. Perilaku yang terus menerus ini dapat mengancam kehidupan seseorang bahkan dapat menyebabkan korban jiwa. Karena hal ini yang menimbulkan persoalan berujung tindak kekerasan yang ditujukkan pada sekelompok orang maupun individu. Agresivitas verbal memiliki empat

aspek yaitu agresivitas verbal aktif langsung, agresiverbal pasif tidak langsung, agresivitas verbal pasif langsung, agresivitas verbal pasif tidak langsung. Perilaku ini terjadi disebabkan karena rendahnya tingkat meregulasi diri pada individu tersebut terutama para siswa–siswi. Regulasi diri berperan penting dalam pembentukan tingkah laku seseorang dan dalam rencana yang akan dijalankan.

Regulasi diri memiliki empat aspek yaitu menetapkan standar dan tujuan sendiri, memantau diri, mengevaluasi diri, dan menetapkan konsequensi. Agar hal tersebut berdampak positif terhadap tindakan yang direncanakan dan hasil evaluasi, maka perlu dibuat pengaturan diri yang baik bagi individu, agar dapat mengatur diri dalam kehidupan. Dengan menerapkan mekanisme yang membantu mengatur dan memandu perilaku dengan pengendalian diri, pengendalian perilaku yang tidak tepat pada dasarnya dapat dihindari. Seperti yang diungkapkan Alsa (2012) dalam *Journal of Psychology*, "Kemampuan mengatur diri sendiri atau mengontrol perilaku seseorang adalah salah satu kekuatan pendorong utama dari kepribadian manusia". Oleh karena itu, untuk menghindari perilaku buruk yang tidak diingkan, pengaturan diri yang baik sangat diperlukan.

Hubungan regulasi diri erat kaitannya dengan kecenderungan seseorang menunjukkan perilaku agresif. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Ross dan Fantao sebelumnya, semakin tinggi seseorang meregulasi diri, maka semakin rendah pula tingkat agresivitasnya. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri tersebut, semakin tinggi pula tingkat agresivitasnya. Dengan demikian, karena kemampuan pengaturan diri yang baik maka tindakan dan perilaku para siswa–siswi akan terarahkan dengan baik sehingga meminimalisir tindak agresivitas verbal.

Regulasi diri juga memiliki peranan penting guna mengatur kepribadian seseorang agar sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

E. Hipotesis

Berdasarkan data dari beberapa teori di atas, hipotesis yang diajukan adalah "Ada hubungan negatif antara perilaku regulasi diri dengan agresivitas verbal pada siswa – siswi di MAN 1 Kota Semarang", artinya makin tinggi regulasi diri maka makin rendah perilaku agresi verbal. Sebaliknya makin rendah regulasi diri, maka makin tinggi pula agresi verbal yang dilakukan oleh remaja tersebut.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan gejala-gejala yang memiliki beragam variasi dan merupakan sebuah objek untuk penelitian (Arikunto, 2006). Variabel tergantung pada penelitian ini adalah agresivitas verbal, sedangkan untuk variabel bebas adalah regulasi diri.

B. Definisi Operasional

1. Agresivitas Verbal

Variabel Tergantung merupakan variabel yang dipengaruhi oleh adanya variabel bebas. Variabel tergantung pada penelitian ini adalah Agresivitas verbal. Agresivitas verbal sendiri adalah tindakan untuk menghancurkan sesuatu dikarenakan adanya hambatan ketika ingin melakukan sesuatu hal, sehingga perilaku tersebut akhirnya diarahkan kepada benda atau orang lain dengan maksud untuk merusak atau merugikan orang lain. Agresivitas verbal diukur dengan skala berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Buss (2000) yang mencakup empat aspek, yakni agresi verbal aktif langsung, agresi verbal aktif tidak langsung, agresi verbal pasif langsung, dan agresi verbal pasif tidak langsung. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari ke empat aspek di atas, maka semakin tinggi pula tingkat agresivitas verbalnya. Sebaliknya apabila semakin rendah skor total yang diperoleh subjek, maka akan semakin rendah tingkat agresivitas verbal.

2. Regulasi Diri

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi variabel tergantung. Variabel bebas pada penelitian ini adalah Regulasi diri.

Regulasi diri adalah teknik untuk mengatur segala tindakan manusia seperti mengendalikan pikiran, emosi, serta mengontrol tingkah laku maupun ucapan kearah yang lebih baik, agar sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Regulasi diri diukur dengan skala yang disusun berdasarkan teori yang dikemukakan Zimmerman (2000) yang mencakup empat aspek, yakni menetapkan standar dan tujuan sendiri, memantau diri (*self-monitoring*), mengevaluasi diri (*self-evaluation*), dan menetapkan konsekuensi sendiri. Makin tinggi skor yang diperoleh dari skala tersebut, maka makin tinggi pula regulasi diri pada subjek. Sebaliknya, makin rendah skor yang diperoleh dari dari skala, maka makin rendah pula regulasi diri pada subjek.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi diartikan sebagai sekumpulan objek maupun subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tersendiri, kualitas serta karakteristik tersebut ditentukan oleh peneliti dengan tujuan guna mempelajari dan menyimpulkan (Sugiyono, 2008). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa – siswi kelas X, XI, dan XII yang sedang menempuh pendidikan sekolah tingkat menengah atas di MAN 1 Kota Semarang dan mengambil jurusan MIPA (Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam). Alasan peneliti memilih jurusan tersebut adalah karena memiliki jumlah populasi yang banyak dibanding jurusan lain dan memungkinkan terjadinya konflik antar siswa pada jurusan yang mendominasi sekolah tersebut.

2. Sampel

Sampel merupakan setengah bagian dari populasi yang akan diselidiki (Arikunto, 2006). Sampel dari penelitian adalah siswa –

siswi kelas X MIPA dan XII MIPA di MAN 1 Kota Semarang. *Sampling* adalah teknik yang biasa dipakai guna mengambil sebuah sampel (Hadi, 2001). Penerapan *Sampling* untuk penelitian ini dengan teknik *Cluster Random Sampling*.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode yang dipakai peneliti adalah skala psikologi. Skala berbentuk pertanyaan-pertanyaan yang tidak langsung menampilkan sifat yang akan diukur dengan memunculkan indikator perilaku dari sifat yang bersangkutan, subjek tidak menyadari tujuan dari pertanyaan yang dimaksud sehingga respons subjek tergantung dari pemahaman terhadap pernyataan tersebut dan jawaban subjek merupakan proyeksi dari perasaan maupun kepribadian subjek (Azwar, 2012). Skala dipakai dalam penelitian adalah skala Agresivitas verbal dan skala Regulasi diri.

1. Skala Agresivitas Verbal

Penyusunan skala terdiri atas 20 aitem untuk pernyataan favorabel. Aitem favorabel merupakan aitem yang isinya merujuk karakteristik terhadap sifat yang hendak diukur (Azwar, 2012). Penyusunan skala terdiri dari lima alternatif jawaban yaitu TP (Tidak Pernah), J (Jarang), KD (Kadang – kadang), SR (Sering), dan SL (Selalu) . Adapun skor nilai untuk setiap jawaban yang bersifat favorabel bergerak dari angka 0 sampai dengan 4, dengan ketentuan TP = 0, J = 1, KD = 2, SR = 3, dan SL = 4. Sebelum pembuatan skala perlu disusun *Blue Print* yang memberikan gambaran mengenai bagaimana isi skala tersebut dan menjadi acuan pedoman bagi penulis. *Blue print* disajikan dalam bentuk tabel yang memuat komponen-komponen atribut, proporsi aitem, dan memuat indikator dalam setiap komponen (Azwar, 2012).

Adapun rancangan skala agresivitas verbal dapat dilihat pada tabel *Blue Print* berikut ini :

Tabel 1
***Blue Print* Skala Agresivitas Verbal**

No	Aspek	Aitem Favorabel	Jumlah
1	Agresivitas verbal aktif langsung	1, 8, 9, 16, 17	5
2	Agresivitas verbal aktif tidak langsung	2, 7, 10, 15, 18	5
3	Agresivitas verbal pasif langsung	3, 6, 11, 14, 19	5
4	Agresivitas verbal pasif tidak langsung	4, 5, 12, 13, 20	5
	Total		**20**

2. Skala Regulasi Diri

Penyusunan ini terdiri dari 24 aitem, 12 aitem untuk pernyataan favorabel dan 12 aitem untuk pernyataan unfavorabel. Aitem favorabel merupakan aitem yang isinya mendukung atau menunjukkan karakteristik terhadap atribut yang hendak diukur, sebaliknya aitem unfavorabel merupakan item yang isinya tidak mendukung atau tidak menunjukkan karakteristik dari atribut yang hendak diukur (Azwar, 2012). Penyusunan skala terdiri dari lima alternatif jawaban yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), N (Netral), S (Sesuai) dan SS (Sangat Sesuai). Adapun skor nilai untuk setiap jawaban yang bersifat favorabel bergerak dari angka 0 sampai dengan 4, dengan ketentuan STS = 0, TS = 1, N = 2, S = 3, dan SS = 4. Sedangkan skor nilai untuk setiap jawaban yang bersifat unfavorabel bergerak dari angka 4 sampai dengan 0, dengan ketentuan STS = 4, TS = 3, N = 2, S = 1, dan SS = 0.

Adapun rancangan skala regulasi diri dapat dilihat pada tabel *Blue Print* dibawah ini :

Tabel 2
***Blue Print* Skala Regulasi Diri**

No	Aspek	Aitem Favorabel	Aitem Unfavorabel	Jumlah
1	Menetapkan standar dan tujuan sendiri	1, 16, 17	2, 15, 18	6
2	Memantau diri (*self-monitoring*)	3, 14, 19	4, 13, 20	6
3	Mengevaluasi diri (*self-evaluation*)	5, 12, 21	6, 11, 22	6
4	Menetapkan konsekuensi sendiri	7, 10, 23	8, 9, 24	6
Total Aitem				**24**

E. Validitas, Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas

1. Validitas

Validity atau validitas yang berarti sejauh mana kecermatan dan ketepatan suatu alat ukur dalam menjalankan fungsi ukurnya (Azwar, 2012). Alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian ini adalah *content validity* atau validitas isi yang menunjukkan sejauh mana item-item dalam tes mencakup keseluruhan isi objek yang hendak diukur atau sejauhmana mencerminkan ciri dari atribut yang hendak diukur (Azwar, 2012).

Pengujian ini tidak melalui analisis data statistik melainkan melalui *professional judgement* atau analisis rasional terhadap alat ukur yang didapatkan penulis melalui berbagai pertimbangan sehingga alat ukur mendapatkan isi yang relevan dan tidak keluar dari batasan yang hendak diukur.

2. Daya Beda Aitem

Menurut Azwar (2012) daya beda aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu maupun kelompok yang memiliki maupun tidak memiliki atribut yang hendak diukur. Pengujian daya

diskriminasi aitem menggunakan formula korelasi *Product Moment* dari Pearson yang menghasilkan koefisien korelasi aitem total atau parameter daya beda aitem (r_{ix}).

Kriteria pemilihan item berdasarkan korelasi item total dengan batasan jika $r_{ix} \geq 0{,}25$. Aitem – aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan. Namun apabila jumlah aitem yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 agar jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai (Azwar, 2012).

3. Reliabilitas

Reliability atau reliabilitas yaitu berarti sejauh mana hasil alat ukur dapat dipercaya jika dalam pengukuran yang dilakukan berkali-kali pada objek yang sama tetapi dalam kurun waktu yang berbeda didapatkan hasil yang relatif sama (Azwar, 2012).

Penghitungan koefisien reliabilitas menggunakan koefisien reliabilitas Alpha oleh Cronbach. Alasan menggunakan koefisien reliabilitas karena cara ini memberikan nilai yang sama atau lebih kecil dengan nilai reliabilitas yang sebenarnya, sehingga terdapat kemungkinan bahwa reliabilitas tersebut sebenarnya lebih tinggi daripada koefisien Alpha dari Cronbach (Azwar, 2012).

Azwar juga menjelaskan bahwa data untuk menghitung koefisien Alpha diperoleh melalui Penyajian suatu bentuk Skala yang dikenakan hanya sekali saja pada kelompok responden atau *single trial administration*. Reliabilitas yang dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yaitu semakin mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi reliabilitas, sedangkan semakin rendahnya suatu koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 maka dikatakan semakin rendah realibilitasnya (Azwar, 2012).

F. Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dari suatu penelitian tidak serta merta digunakan begitu saja tetapi perlu dianalisis dengan melakukan pengolahan data secara statistik lebih lanjut. Metode analisis statistik yang digunakan peneliti untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal pada siswa – siswi di MAN 1 Kota Semarang menggunakan korelasi *product moment* dari Pearson. Alasan peneliti menggunakan korelasi *product moment* dikarenakan metode analisis statistik tersebut menyatakan hubungan antara dua gejala interval (Hadi, 2001). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan dari komputasi program *SPSS* atau *Statistical Product and Service Solutions for Windows Release version*.

BAB IV
PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancah Penelitian

Salah satu tahapan sebelum melakukan suatu penelitian adalah dengan melakukan orientasi kancah penelitian terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian agar berjalan dengan lancar tanpa kendala. Peneliti melakukan pengamatan mengenai karakteristik yang akan digunakan sebagai populasi penelitian terlebih dahulu sebelum melakukan penelitian.

Penelitan dilakukan di MAN 1 Kota Semarang yang beralamat di Jalan Brigjen S.Sudiarto, Pedurungan Kidul Semarang. Jumlah siswa – siswi kelas X, XI, dan XII keseluruhan sekitar ±972. Siswa – siswi tersebut dibagi menjadi empat jurusan yakni MIPA, IIS, IIK, dan IBB. Setiap kelas terdapat 36 siswa – siswi. Jumlah kelas disetiap angkatan yakni jurusan MIPA 7 kelas, IIS 3 kelas, IIK 2 kelas, dan 1 kelas IBB.

Berikut hal – hal yang menjadi pertimbangan peneliti dalam memilih lokasi tersebut :

a. Karakteristik subjek sesuai dengan populasi dan sampel yang akan diteliti.
b. Peneliti telah mendapatkan ijin dari pihak sekolah untuk melakukan penelitian kepada siswa- siswi di MAN 1 Kota Semarang.
c. Lokasi yang mudah dijangkau oleh peneliti, sehingga memudahkan untuk melakukan penelitian.
d. Belum terdapat penelitian dengan judul yang sama “Hubungan Regulasi Diri Dengan Agresivitas Verbal pada Siswa – siswi di MAN 1 Kota Semarang”.

Berdasarkan pertimbangan di atas, peneliti beranggapan bahwa MAN 1 Kota Semarang memenuhi syarat untuk dijadikan sebagai lokasi penelitian. Populasi yang digunakan untuk penelitian ini adalah siswa – siswi kelas X,

XI, dan XII jurusan MIPA. Alasan peneliti memilih jurusan MIPA karena jurusan tersebut memiliki total jumlah kelas paling banyak dan mendominasi sekolah tersebut.

B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan Penelitian

Suatu penelitian membutuhkan beberapa persiapan yang dimulai dari penyusunan alat ukur dan melakukan administarasi berupa perijinan lokasi sebagai tempat penelitian. Di bawah ini akan dijelaskan sebagai berikut :

a. Tahap Perijinan

Perijinan merupakan syarat utama agar terpenuhinya sebuah penelitian. Lokasi yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian adalah MAN 1 Kota Semarang. Proses perijinan dimulai dengan mengajukan permohonan surat penelitian pada Fakultas Psikologi UNISSULA dan mendapatkan surat ijin pengantar dari Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA pada tanggal 19 Agustus 2021 dengan nomor surat 745/C.1/Psi-SA/VIII/2021. Langkah selanjutnya pada tanggal 23 Agustus 2021 penulis mengunjungi MAN 1 Kota Semarang guna meminta ijin untuk mengadakan penelitian di sekolah tersebut. Setelah mendapatkan ijin dari pihak sekolah, penulis diarahkan untuk menemui guru BK guna melanjutkan proses penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.

b. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala agresivitas verbal dan skala regulasi diri.

1) Skala Agresivitas Verbal

Skala regulasi diri disusun berdasarkan aspek – aspek yang dikemukakan oleh Bus (2000), yaitu agresi verbal aktif langsung, agresi verbal aktif tidak langsung, agresi verbal pasif langsung, dan agresi verbal pasif tidak langsung. Skala agresivitas verbal keseluruhan terdiri atas 20 aitem pernyataan favorabel. Aitem – aitem tersebut terdiri dari lima jawaban alternative, yaitu selalu (SL), sering (SR), kadang – kadang (KD), jarang (J), dan tidak pernah (TP). Pemberian skor dimulai dari nilai 0 sampai 4. Berikut sebaran nomor aitem dapat dilihat pada tabel 3 :

Tabel 3
Sebaran Aitem Skala Agresivitas Verbal

No	Aspek	Aitem Favorabel	Jumlah
1	Agresivitas verbal aktif langsung	1, 8, 9, 16, 17	5
2	Agresivitas verbal aktif tidak langsung	2, 7, 10, 15, 18	5
3	Agresivitas verbal pasif langsung	3, 6, 11, 14, 19	5
4	Agresivitas verbal pasif tidak langsung	4, 5, 12, 13, 20	5
	Total		**20**

2) Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri disusun berdasarkan atas aspek – aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman (2000), yaitu menetapkan standar dan tujuan sendiri, memantau diri (*self-monitoring*), mengevaluasi diri (*self-evaluation*), dan menetapkan konsekuensi sendiri. Skala regulasi diri keseluruhan berjumlah 24 aitem, 12 aitem favorabel dan 12 aitem unfavorabel. Aitem – aitem skala regulasi diri disusun dengan lima alternative jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Pemberian skor dimual dari 0 sampai 4 untuk

pernyataan favorabel dan skor untuk pernyataan unfavorabel dimulai dari 4 sampai 0. Berikut sebaran nomor aitem pada tabel 4 dibawah ini :

Tabel 4
Sebaran Nomor Aitem Skala Regulasi Diri

No	Aspek	Aitem Favorabel	Aitem Unfavorabel	Jumlah
1	Menetapkan standar dan tujuan sendiri	1, 16, 17	2, 15, 18	6
2	Memantau diri (*self-monitoring*)	3, 14, 19	4, 13, 20	6
3	Mengevaluasi diri (*self-evaluation*)	5, 12, 21	6, 11, 22	6
4	Menetapkan konsekuensi sendiri	7, 10, 23	8, 9, 24	6
Total Aitem				**24**

2. Pelaksanaan penelitian

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan tanggal 8 September 2021 di MAN 1 Kota Semarang. Penelitian dilakukan dengan pengambilan data untuk uji coba dan pengambilan data untuk penelitian. Subjek penelitian adalah siswa – siswi kelas X, XI, dan XII jurusan MIPA.

Pengambilan data penelitian dibantu oleh guru bimbingan setempat untuk memudahkan dalam membagikan skala penelitian berupa *google from*. Hal ini dikarenakan siswa – siswi di sekolah tersebut sedang dalam pelaksanaan pembelajaran daring yang diakibatkan pandemi *COVID-19*.

Total jumlah subjek penelitian yang didapat sebanyak 70 subjek dan tersebar dalam tiga kelas. Pada tahap selanjutnya, peneliti akan mengolah data penelitian yang sudah didapatkan untuk di uji daya beda aitem dan estimasi reliabilitas menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*).

C. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas

1. Uji Daya Beda Aitem

Sebelum menganalisis data hal pertama yang harus dilakukan adalah menguji daya beda aitem serta estimasi reliabilitas. Hasil dari uji coba skala tersebut kemudian ditabulasikan ke dalam tabel dan diberi skor, selanjutnya menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) untuk mengetahui daya beda aitem dan reabilitasnya. Berikut akan dijabarkan hasil di bawah ini :

a) Skala Agresivitas Verbal

Berdasarkan hasil pengujian daya beda aitem yang telah dilakukan terhadap 20 aitem, diperoleh 15 aitem berdaya beda tinggi dan 5 aitem berdaya beda rendah. Batasan daya beda aitem memiliki daya beda yang memuaskan apabila menggunakan $r_{ix} \leq 0{,}30$. Namun apabila jumlah aitem dengan daya beda tinggi tidak mencukupi, diperbolehkan untuk menggunakan batasan kriteria menjadi $r_{ix} \leq 0{,}25$. Pada hasil uji coba kali ini peneliti menggunakan 0,25. Koefisien daya beda tinggi berkisar antara 0,256 – 0,495 sedangkan daya beda rendah berkisar –0,39 - 0,213. Berikut sebaran aitem yang memiliki daya beda tinggi dan daya beda rendah pada tabel 5 di bawah ini :

Tabel 5 Sebaran Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Agresivitas Verbal

No	Aspek	Aitem Favorabel	Daya Beda	
			Tinggi	Rendah
1	Agresivitas verbal aktif Langsung	1, 8*, 9, 16*, 17	3	2
2	Agresivitas verbal aktif tidak langsung	2, 7, 10, 15, 18	5	0
3	Agresivitas verbal pasif langsung	3, 6, 11, 14, 19*	4	1

4	Agresivitas verbal pasif tidak langsung	4*, 5, 12*, 13, 20	3	2
	Total		**15**	**5**

Keterangan : * = aitem berdaya beda rendah (gugur)

b) Skala Regulasi diri

Berdasarkan hasil pengujian daya beda aitem yang telah dilakukan terhadap 24 aitem, diperoleh 19 aitem berdaya beda tinggi dan 5 aitem berdaya beda rendah. Batasan daya beda aitem memiliki daya beda yang memuaskan apabila menggunakan $r_{ix} \leq 0{,}30$. Namun apabila jumlah aitem dengan daya beda tinggi tidak mencukupi, diperbolehkan untuk menggunakan batasan kriteria menjadi $r_{ix} \leq 0{,}25$. Pada hasil uji coba kali ini peneliti menggunakan 0,25. Koefisien daya beda tinggi berkisar antara 0,261 - 0,577 sedangkan daya beda rendah berkisar –0,353 - 0,204. Berikut sebaran aitem yang memiliki daya beda tinggi dan daya beda rendah pada tabel 6 di bawah ini :

Tabel 6 Sebaran Aitem Daya Beda Tinggi dan Daya Beda Rendah Skala Regulasi Diri

No	Aspek	Aitem		Daya Beda	
		F	UF	Tinggi	Rendah
1	Menetapkan standar dan tujuan sendiri	1, 16, 17	2*, 15, 18	5	1
2	Memantau diri (*self-monitoring*)	3, 14, 19	4*, 13, 20	5	1
3	Mengevaluasi diri (*self-evaluation*)	5, 12, 21	6, 11*, 22	5	1
4	Menetapkan konsekuensi sendiri	7*, 10, 23	8*, 9, 24	4	2
	Total Aitem			**19**	**5**

Keterangan : * = aitem berdaya beda rendah (gugur)

2. Estimasi Reliabitas Alat Ukur

Skala yang dianggap memiliki reliabilitas tinggi apabila *Alpha* (α) > 0,5. Berdasarkan estimiasi reliabilitas skala agresivitas verbal pada 15 aitem memperoleh hasil koefisien *Alpha* (α) sebesar 0,767 (α > 0,5). Sedangkan estimasi reliabilitas skala regulasi diri pada 19 aitem didapatkan hasil koefisien *Alpha* (α) sebesar 0,832 (α > 0,5). Hal ini menunjukkan bahwa alat ukur skala agresivitas verbal dan skala regulasi diri adalah bersifat reliabel.

D. Hasil Penelitian

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menunjukkan normal atau tidaknya suatu aitem pada skala agresivitas verbal dan skala regulasi diri. Uji normalitaspada data penelitian menggunakan SPSS dengan *teknik One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Berdasarkan uji normalitas pada variabel agresivitas verbal didapatkan hasil K-S Z = 0,071 dengan p = 0,200 (p > 0,05). Sedangkan uji normalitas pada variabel regulasi diri diperoleh hasil K-S Z = 0,060 dengan p = 0,200 (p > 0,05). Dengan demikian hasil uji normalitas pada kedua variabel menunjukkan bahwa data agresivitas verbal dan regulasi diri memiliki distribusi yang normal. Berikut rincian lengkap dapat dilihat pada tabel 7 di bawah ini :

Tabel 7
Hasil Analisis Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std Deviasi	KS Z	Sig	p	Ket.
Agresivitas Verbal	26,3143	13,26163	0,071	0,200	> 0,05	Normal
Regulasi Diri	48,1571	13,23329	0,060	0,200	> 0,05	Normal

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan secara linier atau tidak signifikan antara kedua variabel yang diteliti. Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan uji F, berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh F_{linier} = 49,022 dengan p = 0,000 (p < 0,01). Hal ini menunjukkan bahwa skor skala agresivitas verbal dan regulasi diri adalah linier dan membentuk garis yang lurus.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal. Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi dengan teknik korelasi *Product Moment Pearson*. Hasil uji hipotesis antara regulasi diri dengan agresivitas verbal diperoleh r_{xy} = –0,647 dengan p = 0,000 (p < 0,01) dan koefisien determinasi R^2 = 0,419. Hal ini mengindikasikan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal. Sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa semakin tinggi agresivitas verbal, semakin rendah regulasi diri. Sebaliknya makin tinggi regulasi diri, maka semakin rendah pula agresivitas verbal pada siswa – siswi MAN 1 Kota Semarang.

E. Deskripsi Variabel Penelitian

Deskripsi data menjelaskan gambaran perihal skor skala pada kelompok subjek pengukuran. Pada penelitian ini kategorisasi subjek normatif yang digunakan adalah model distribusi normal yang berasumsikan skor subjek berdistribusi normal dalam populasinya. Kategorisasi ini memiliki tujuan untuk meletakkan individu ke dalam kelompok – kelompok yang terpisah secara bersusun berdasarkan kontinum atribut yang hendak diukur.

Distribusi normal terdiri dari enam bagian satuan deviasi standar. Terdapat tiga bagian disebelah kiri mean bertanda negatif dan 3 bagian disebelah kanan mean bertanda positif. Dalam penelitian ini distibusi normal responden dibagii menjadi lima satuan deviasi standar, sehingga $\frac{5}{6} = 1{,}2$. Berikut norma kategorisasi yang digunakan dapat dilihat pada tabel 8 :

Tabel 8
Norma Kategori Nilai Skala

Rentang Nilai	Kategorisasi
X + 1,8 SD < x ≤ X + 3 SD	Sangat Tinggi
X + 0,6 SD < x ≤ X + 1,8 SD	Tinggi
X – 0,6 SD < x ≤ X + 0,6 SD	Sedang
X – 1,8 SD < x ≤ X – 0,6 SD	Rendah
X – 3 SD < x ≤ X – 1,8 SD	Sangat Rendah

X : *Mean* hipotetik
SD : Standar deviasi hipotetik

Berikut data deskripsi masing – masing skala akan dijabarkan di bawah ini :

1. Deskripsi Data Skor Skala Agresivitas Verbal

Skala agresivitas verbal terdiri atas 15 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan masing – masing memiliki skor 0 sampai 4. Subjek dengan kemungkina skor terendah 0 (15 x 0), sedangkan subjek dengan skor tertinggi 60 (15 x 4). Rentang nilai skor sebesar 60 (60 – 0), sehingga nilai standar deviasi diperoleh 10 $\left(\frac{60}{6}\right)$, serta mean hipotetik sebesar 30 $\left(\frac{60+0}{2}\right)$.

Deskripsi skor skala agresivitas verbal secara empirik diperoleh skor minimum 3, skor maksimum 51, mean 26,31 dan standar deviasi 13,262. Berikut skor skala agresivitas verbal dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 9
Deskripsi Skor Skala Agresivitas Verbal

	Empirik	Hipotetik
Nilai Minimum	3	0
Nilai Maximum	51	60
Mean	26.31	30
Standar Deviasi	13,262	10

Rata – rata pada skala agresivitas verbal secara empiris adalah 26,31 sedangkan untuk rata – rata hipotetik adalah 30. Berikut tabel kategorisasi skor subjek pada skala agresivitas verbal :

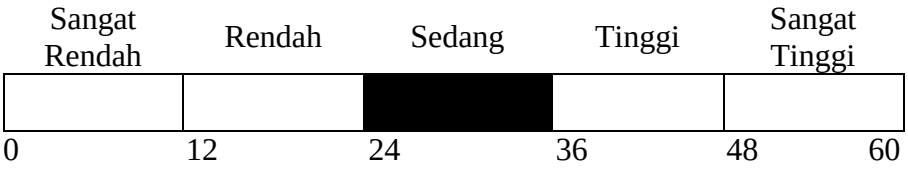
Tabel 10
Kategorisasi Skor Subjek Skala Agresivitas Verbal

Rentang Skor	Jumlah Subjek	Kategorisasi
$48 < x \leq 60$	2	Sangat Tinggi
$36 < x \leq 48$	8	Tinggi
$24 < x \leq 36$	38	Sedang
$12 < x \leq 24$	12	Rendah
$0 < x \leq 12$	10	Sangat Rendah

Tabel di atas menunjukkan bahwa pada rentang skor $48 < x \leq 60$ terdapat 2 subjek dengan kategori sangat tinggi. Pada rentang skor $36 < x \leq 48$ menunjukkan terdapat 8 subjek dengan kategorisasi tinggi. Pada kategorisasi sedang didapatkan subjek sebanyak 38 dengan rentang skor $24 < x \leq 36$.

Diperoleh 12 subjek pada rentang skor $12 < x \leq 24$ dengan kategorisasi rendah, serta 10 subjek pada rentang skor $0 < x \leq 1$ dengan kategorisasi sangat rendah. Total keseluruhan subjek berjumlah 70 orang diperoleh skor rerata dalam kategori sedang pada skala agresivitas verbal dapat dilihat pada gambar berikut :

Gambar 1
Rentang Skor Skala Agresivitas Verbal (Hipotetik)



2. Deskripsi Data Skor Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri terdiri atas 19 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan masing – masing memiliki skor 0 sampai 4. Subjek dengan kemungkina skor terendah 0 (19 x 0), sedangkan subjek dengan skor tertinggi 76 (19 x 4). Rentang nilai skor sebesar 76 (76 – 0), sehingga nilai standar deviasi diperoleh 12,66 $\left(\frac{76}{6}\right)$, serta mean hipotetik sebesar 38 $\left(\frac{76+0}{2}\right)$.

Deskripsi skor skala regulasi diri secara empirik diperoleh skor minimum 23, skor maksimum 75, mean 48,16 dan standar deviasi 13,23. Berikut skor skala regulasi diri dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 11
Deskripsi Skor Skala Regulasi Diri

	Empirik	**Hipotetik**
Nilai Minimum	23	0
Nilai Maximum	75	76
Mean	48,16	38
Standar Deviasi	13,233	12,66

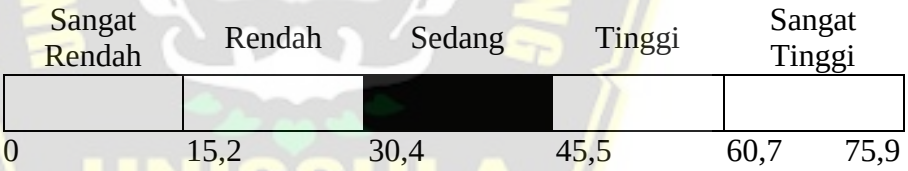
Rata – rata pada skala regulasi diri secara empiris adalah 48,16 sedangkan untuk rata – rata hipotetik adalah 38. Berikut tabel kategorisasi skor subjek pada skala regulasi diri :

Tabel 12
Kategorisasi Skor Subjek Skala Regulasi Diri

Rentang Skor	Jumlah Subjek	Kategorisasi
60,7 < x ≤ 75,9	9	Sangat Tinggi
45,5 < x ≤ 60,7	22	Tinggi
30,4 < x ≤ 45,5	37	Sedang
15,2 < x ≤ 30,4	2	Rendah
0 < x ≤ 15,2	0	Sangat Rendah

Tabel di atas menunjukkan bahwa pada rentang skor 60,7 < x ≤ 75,9 terdapat 9 subjek dengan kategori sangat tinggi. Pada rentang skor 45,5 < x ≤ 60,7 menunjukkan terdapat 22 subjek dengan kategorisasi tinggi. Pada kategorisasi sedang didapatkan subjek sebanyak 37 dengan rentang skor 30,4 < x ≤ 45,5. Diperoleh 2 subjek pada rentang skor 15,2 < x ≤ 30,4 dengan kategorisasi rendah, serta tidak ada subjek pada rentang skor 0 < x ≤ 15,2 dengan kategorisasi sangat rendah. Total keseluruhan subjek berjumlah 70 orang diperoleh skor rerata dalam kategori sedang pada skala regulasi diri dapat dilihat pada gambar berikut :

Gambar 2
Rentang Skor Skala Regulasi Diri (Hipotetik)



F. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal pada siswa – siswi di MAN 1 Kota Semarang. Berasarkan hasil pada uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif secara signifikan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal. Hal tersebut diperoleh dari nilai r_{xy} = –0,647 dengan p =

0,000 ($p < 0,01$) yang memiliki arti semakin tinggi agresivitas verbal, semakin rendah regulasi diri. Sedangkan makin tinggi regulasi diri, maka makin rendah pula agresivitas verbal pada siswa – siswi tersebut. Hasil hipotesis pada penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ross dan Fontao (2007) yang mengatakan bahwa regulasi diri yang lebih kuat maka tingkat agresivitasnya semakin rendah. Sebaliknya, regulasi diri yang lebih rendah maka tingkat agresivitasnya semakin tinggi.

Regulasi diri menurut Baumeister (2006) adalah suatu kemampuan yang memiliki tujuan untuk merencanakan, membimbing, dan memantau perilaku tertentu yang melibatkan faktor – faktor seperti fisik, emosional, kognitif, serta sosialnya agar senilai dengan aturan dan etika budaya setempat. Kehidupan yang beraneka ragam membuat remaja terutama siswa – siswi yang kebingungan dalam menghadapi berbagai respon negatif disekitarnya, sehingga salah satu cara mereka merespon adalah dengan melakukan agresi. Diharapkan dengan melakukan regulasi diri para remaja tersebut khusunya siswa – siswi dapat belajar bagaimana cara mengkondisikan diri agar berperilaku serta berucap dengan benar tanpa melakukan tindak kekerasan. Kemampuan lainnya dari regulasi diri yaitu untuk membangkitkan pikiran, emosional, dan perilaku untuk selalu beradaptasi guna mencapai suatu tujuan.

Dias dan Castillo (2014) berpendapat bahwa regulasi diri adalah suatu proses dari psikologis seseorang yang menentukan individu tersebut dalam melakukan sutu hal, serta dapat juga sebagai suatu mekanisme pengaturan pada diri individu dalam berperilaku supaya selalu dalam jalur yang benar.

McCullough dan Willoughby (2009) juga mengatakan bahwa regulasi diri itu sendiri dapat dipelajari oleh semua kalangan dan bukan merupakan bawaan sejak lahir, biasanya awal – awal pembelajaran dimulai dengan memperhatikan perilaku orang disekitar seperti orang tua. Regulasi diri juga berasal dari nilai–nilai yang diperoleh dalam ilmu agama atau budaya

masyarakat. Jadi regulasi diri bisa dipelajari oleh semua orang tanpa memandang usia. Seorang anak harus sudah terbiasa diajarkan oleh orang tua untuk mengelola semua emosi, tindakan, maupun ucapan yang dilakukan anak agar memuahkan hasil yang positif bagi diri anak tersebut.

Berdasarkan studi penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ross dan Fontao (2007) yang berjudul "*The Relationship of Self-Regulation and Aggression*" menghasilkan temuan bahwa regulasi diri yang kuat pada seseorang maka tingkat agresivitasnya semakin rendah. Sebaliknya regulasi diri yang lebih rendah maka tingkat agresivitas semakin tinggi pada individu tersebut. Penelitian lain yang dilakukan Wuri dan Rosalin (2012) dengan judul "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Verbal Pada Siswa SMK" menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresi verbal. Apabila kontrol diri yang dimiliki siswa tersebut tinggi maka perilaku agresi verbal siswa terebut rendah dan sebaliknya perilaku agresi verbal siswa tinggi maka kontrol diri pada siswa tersebut rendah.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan Krisnawati (2006) yang berjudul "Hubungan Antara *Self-Regulation* Dan Perilaku Agresi Pada Siswa/i SLTP 'X' Bandung" menemukan hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan perilaku agresi. Semakin kuat regulasi diri pada siswa-siswi maka makin rendah perilaku agresi pada siswa-siswi tersebut, sebaliknya regulasi diri pada siswa-siswi kurang maka perilaku agresi semakin kuat pada siswa-siswi.

Berdasarkan uraian – uraian penjelasan hasil penelitian di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal pada siswa – siswi di MAN 1 Kota Semarang. Penelitian ini meenemukan bahwa tingkat regulasi diri yang tinggi akan mengurangi perilaku agresivitas verbal.

G. Kelemahan Penelitian

Berikut beberapa kelemahan dari penelitian yang kemungkinan berpengaruh dalam hasil penelitian :

1. Pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menyebarkan skala melalui *google form*. Hal tersebut memungkinkan terjadinya respon bias atau jawaban yang kurang relevan karena peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung kegiatan tersebut dan dapat mempengaruhi data penelitian.
2. Kurangnya penggalian data–data ilmiah yang menjadi latar belakang masalah penelitian.
3. Terdapat banyak aitem yang rendah (gugur) pada skala agresivitas verbal.

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa uji korelasi membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan agresivitas verbal pada siswa-siswi di MAN 1 Kota Semarang. Hal ini sesuai dengan hipotetis yang diajukan bahwa makin tinggi agresivitas pada siswa–siswi, maka regulasi dirinya akan rendah. Sedangkan sebaliknya semakin tinggi regulasi diri pada setiap siswa–siswi, maka semakin rendah pula agresivitas verbal.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran dari hasil pengamatan peneliti :

1. Saran Bagi Siswa – Siswi MAN 1 Kota Semarang

   Peneliti mengharapkan para siswa – siswi MAN 1 Kota Semarang dapat mengurangi perilaku agresivitas verbal yang dilakukan dengan meningkatkan regulasi diri. Selalu berfikir terlebih dahulu sebelum bertindak merupakan hal yang sangat penting. Dengan meregulasi diri akan didapatkan emosi, pikiran, dan perilaku yang sesuai dengan tujuan yang dinginkan. Serta dengan melakukan pengaturan diri akan terhindar dari hasutan – hasutan yang tidak baik sehingga meminimalisir akan terjadinya tindak agresi verbal pada setiap individu.

2. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

   Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan variabel yang sama diharapkan dapat menambahkan variabel – variabel lain seperti faktor usia, jenis kelamin, atau lingkungan agar mendapatkan hasil yang beragam serta dapat menambah pengetahuan yang bermanfaat.

DAFTAR PUSTAKA

Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian* (Revisi). Malang: UMM Press.

Amaliasari, R. D., & Zulfiana, U. (2018). Hubungan antara Self Management dengan Perilaku Agresi pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*, 308–320.

Anggraini, L. N., & Desiningrum, D. R. (2018). Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Intensi Agresivitas Verbal Instrumental Pada Suku Batak di Ikatan Mahasiswa Sumatera Utara Universitas Diponegoro. *Empati*, 270–278.

Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (edisi Revi). Jakarta: PT.Rhineka Cipta.

Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Baron, R. ., & Byrne, D. . (2012). *Psikologi Sosial* (Jilid 2). Jakarta: Erlangga.

Baumesister, R., F., Galliot, M., DeWall, C., N., & Oaten, M. (2006). Self - regulation and personality: How Interventions Increase Regulatory Success, and How Depletion Moderates The Effects of Traits on Behavior. *Journal of Personality*.

Bodrova, E., Germeroth, C., & Leong, D. . (2013). Play and Self - regulation. *American Journal of Play*, *6*, 112–123.

Carver, C., & Scheier, M. (2011). *Self Regulation of Action and Affect. Handbooks of self regulation, research, theory, and application* (Second edi). London & New York: The Guilford Press.

Desy Dwina, Y. H. (2019). Hubungan Antara Tekanan Teman Sebaya Dengan Agresi Verbal Remaja Putra Di Sekolah Berasrama. *Studi Psikologi*.

Dias, P., & Castillo, J., A., G. (2014). Self Regulation and tobacco use: contributes of the confirmatory factor analysis of the portuguese version of the short Self - Regulation questionnaire. *Journal Procedia – Social and Behavioral Sciences*.

Fatmawati, I. (2018). Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Resiliensi Pada Remaja Di Keluarga Yang Bercerai. *Studi Psikologi*.

Frued, S. (2006). *Pengantar Umum Psikoanalisis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hadi, S. (2001). *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Andi.

Hurlock, E. (2004). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Selama Rentang Kehidupan (Alih Bahasa Dra. Istiwidayanti & Drs. Soedjarwo, M.Sc)*. Jakarta: Erlangga.

Karim, A. F. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Verbal Pada Siswa Di SMP Negeri 4 Ungaran. *Bimbingan Dan Konseling*.

Kayler, M., & Weller, K. (2007). Pedagogy, self-assessment, and online discussion groups. *Journal Education Technology & Society*, *1*, 136–147.

KBBI. (n.d.). AGRESI. Retrieved June 20, 2021, from https://kbbi.kemdikbud.go.id

Kitsantas, A. (2013). Fostering college students' self- regulated learning with learning technologies. *Hellenic Journal Of Psychology*, *10*, 235–252.

Krahe, B. (2005). *Perilaku Agresif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Krisnawati, E. N. (2006). Hubungan Antara Self-Regulation dan Perilaku Agresi pada Siswa/i SLTP "X" Bandung. *Jurnal Psikologi*.

Manab, A. (2016). Memahami Regulasi Diri : Sebuah Tinjauan Konseptual. *Psychology & Humanity*, 19–20.

Mardika, R. (2021, May). Siswi di SMA Bengkulu Hina Palestina Lewat TikTok, Dikeluarkan dari SSekolah. *Kompas.Com*. Retrieved from https://www.kompas.tv/amp/article/175403/siswi-di-sma-bengkulu-hina-palestina-lewat-tiktok-dikeluarkan-dari-sekolah

McCullough, M., E., & Willoughby, B., L., B. (2009). Religion, Self-Regulation, And Self-Control: Associations, Explanations, And Implications. *Journal American Psychological Association*.

McNamara, G., & O'Hara, J. (2008). The Importance Of The Concept Of Self-Evaluation In the Changing Landscape Of Education Policy. *Journal Studies In Educational Evaluation*, *34*, 173–179.

Oettingen, G., Honig, G., & Gollwitzer, P. M. (2000). Effective Self- Regulation of Goal Attainment. *Journal of Education Research*, *33*, 705–732.

Ormrod, J. E. (2008). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa TTumbuh dan Berkembang* (Jilid 2). Jakarta: Erlangga.

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika.

Puji, S. (2021). Video viral 2 SMP Berkelahi di Lapangan, PoLisi Turun Tangan. Retrieved from https://regional.kompas.com/read/2021/06/12/180259178/video-viral-2-siswi-smp-berkelahi-di-lapangan-polisi-turun-tangan

Ross, T., & Fontao, M. I. (2007). The Relationship Of Self-Regulation And Aggression : An Empirical Test Of Personality Systems Interaction Theory. *Article In International Journal Of Offender Therapy And Comparative Criminology*.

Rueda, M. R., Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (2004). Attentional Control And Self-Regulation. In *Handbook of Self-Regulation : Research, Theory, And Applications*.

Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Jakarta: Erlangga.

Sanusi, M., & Syaikhu, A. (2018). *A-Qur'an Tajwid Warna Terjemahan dan Transliterasi*. Jakarta Pusat: Beras Alfath.

Saputra, D. K., & Sawitri, D. R. (2015). Pola Asuh Otoriter Orang Tua Dan Agresivitas Pada Remaja Pertengahan Di SMK Hidayah Semarang. *Empati*, *4*(4), 320–326.

Schneider, K. M. (2005). Aggression and Cardivascular Response in Children. *Journal Of Pediatric Psychology*, 565–573.

Schunk, D. H. (2012). *learning Theorries Teori-Teori Pembelajaran Perspektif Pendidikan* (Keenam). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Shunk, D. H. (2001). Self- Regulation Through GGoal SettinG. *Journal Eric/Cass Ed*

462671.
Slater, M. . (2001). Violent Media Content and Aggressiveness In Addolescent. A downrad Spriral Model. *Comunication Research*.
Soetjiningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: CV.Sagung Seto.
Subdirektorat Statistik Politik dan Keamanan (Ed.). (2020). *Statistik kiriminal 2020*. Jakarta: BPS RI/BPS-Statistics Indonesia.
Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
Susantyo, B. (2011). Memahami Perilaku Agresif : Sebuah Tinjauan Konseptual. *Informasi*, *16*(03), 189–202.
Susetyo, Fajar, Y., & Kumara, A. (2012). Orientasi Tujuan , Atribusi Penyebab , Dan Belajar Berdasarkan Regulasi Diri. *Jurnal Psikologi*.
Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi Sosial* (Kedua Bela). Jakarta: Kencana Prenada Group.
Thompson. (2003). *Strategic Management: Concepts And Cases* (Thirteenth). New York: McGraw-Hill Companies, Inch.
Wicaksono, K. A. (2015). Hubungan Antara Self-Efficacy Dan Self-Regulation Dengan Perencanaan Universitas Negeri Semarang. *Psikologi*.
Wuri Satwika, Y., & Rosalinda, R. (2012). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresi Verbal Pada Siswa Kelas X SMK " X " Gresik. *Jurnal Psikologi*.
Zimmerman, B. J. (2000). Attaining Self- Regulation Dalam M.Boekaerts, P.R.Pintrich & M. Zeidner. In *Handbook of Self-Regulation*. Sandiego: Academic Press.
Zimmerman, Barry J. (2010). Self-regulated learning and academic achievement: an overview

LAMPIRAN - LAMPIRAN

LAMPIRAN A SKALA UJI COBA

A-1. Uji Coba Skala Agresivitas Verbal

A-2. Uji Coba Skala Regulasi Diri

SKALA PSIKOLOGIS

Ψ

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

SEMARANG

2021

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Perkenalkan saya Risa Aprilia Mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2017 di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir skripsi, saya memohon kepada saudara sekalian untuk bersedia mengisi skala penelitian ini.

Kriteria responden pada penelitian ini adalah Siswa – siswi yang sedang menempuh pendidikan di MAN 1 Kota Semarang. Jawaban yang saudara berikan adalah jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara, sehingga tidak ada jawaban benar ataupun salah dalam skala ini. Saya sangat berharap saudara bersedia untuk mengisi skala ini dengan hati yang ikhlas dan bersunggung – sungguh. Semua hal yang yang berkaitan dengan identitas diri dan jawaban saudara dijamim kerahasiaanya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.

Selanjutnya penelitian mengucapkan terima kasih atas ketersediaan dan partisipasi saudara dalam mengisi skala penelitian ini.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Hormat Saya,

Risa Aprilia

30701700109

SKALA AGRESIVITAS VERBAL

IDENTITAS RESPONDEN

Nama / Inisial :

Jenis Kelamin :

Usia : …. Tahun.

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Isilah terlebih dahulu identitas diri saudara di atas.
2. Sebelum mengisi jawaban saudara, mohon membaca setiap pernyataan – pernyataan dengan seksama dan teliti.
3. Silahkan beri tanda (X) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara tanpa dibuat – buat. Berikut terdapat lima pilihan jawaban yang tersedia berserta penjelasnya :

   SL : Selalu

   SR : Sering

   KD : Kadang – kadang

   J : Jarang

   TP : Tidak Pernah

   Contoh :

PERNYATAAN	SL	SR	KD	J	TP
Saya menegur perilaku teman.			**X**		

4. Jika saudara ingin memperbaiki jawaban, cukup mencoret jawaban sebelumnya dengan tanda (=) dan beri tanda (X) pada kolom jawaban yang diinginkan.

Contoh :

PERNYATAAN	SL	SR	KD	J	TP
Saya menegur perilaku teman.	X		~~X~~		

5. Semua jawabana adalah benar dan sesuai dengan keadaan, perasan, dan pikiran saudara.
6. Sebelum mengumpulkan skala ini, harap periksa kembali semua pernyataan yang sudah diberi jawaban.

~SELAMAT MENGERJAKAN~

NO	PERNYATAAN	SL	SR	KD	J	TP
1.	Saya mudah melontarkan kata-kata kasar meskipun itu hal yang sepele.					
2.	Saya membicarakan kekurangan orang lain dengan teman-teman saya dibelakang.					
3.	Saya enggan berbicara kepada orang yang membuat saya kesal.					
4.	Saya berdebat perihal perbedaan pendapat di sosial media.					
5.	Saya menyebarkan gossip tentang berita terkini yang belum tentu benar kepastiannya di sosial media.					
6.	Saya kurang memberikan pendapat kepada orang yang kurang saya sukai.					
7.	Saya menyindir teman yang memiliki masalah dengan saya.					
8.	Saya menegur perilaku teman yang mengganggu pikiran saya.					
9.	Saya mengomentari perihal penampilan teman – teman saya.					
10.	Saya mengadu domba teman yang sedang bermusuhan dengan orang lain.					
11.	Saya menentang opini yang kurang sesuai dengan pendapat saya.					
12.	Saya mengomentari postingan orang di media sosial yang menggangu saya.					
13.	Saya menulis kata-kata kasar kepada orang-orang yang kurang sopan dengan saya di media sosial					
14.	Saya menghindari teman yang memiliki kepribadian yang berbeda dengan saya.					
15.	Saya menyebarkan gossip tentang teman yang sedang memiliki masalah.					

16.	Saya berbicara dengan suara yang keras kepada semua orang tanpa melihat usianya.					
17.	Saya mengejek nama – nama teman yang menurut saya lucu dan aneh.					
18.	Saya menceritakan hal yang kurang sesuai tentang teman yang kurang saya sukai.					
19.	Saya menjauhi teman-teman yang suka bertanya perihal jawaban tugas yang telah diberikan.					
20.	Saya membicarakan kekuranagan teman yang kurang saya sukai di sosial media.					

SKALA REGULASI DIRI

PETUNJUK PENGISIAN

1. Sebelum mengisi jawaban saudara, mohon membaca setiap pernyataan – pernyataan dengan seksama dan teliti.
2. Silahkan beri tanda (X) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara tanpa dibuat – buat. Berikut terdapat lima pilihan jawaban yang tersedia berserta penjelasnya :

   SS : Sangat Sesuai

   S : Sesuai

   N : Netral

   TS : Tidak Sesuai

   STS : Sangat Tidak Sesuai

   Contoh :

PERNYATAAN	S	SS	N	TS	STS
Saya mencatat setiap perilaku saya.			**X**		

3. Jika saudara ingin memperbaiki jawaban, cukup mencoret jawaban sebelumnya dengan tanda (=) dan beri tanda (X) pada kolom jawaban yang diinginkan.

   Contoh :

PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
Saya mencatat setiap perilaku saya.	X		~~X~~		

4. Semua jawabana adalah benar dan sesuai dengan keadaan, perasan, dan pikiran saudara.
5. Sebelum mengumpulkan skala ini, harap periksa kembali semua pernyataan yang sudah diberi jawaban.

~SELAMAT MENGERJAKAN~

NO	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya membuat target – target untuk menuntun perilaku saya sehari – hari.					
2.	Saya merasa tidak ada masalah pada perilaku saya dalam kehidupan sehari – hari.					
3.	Saya mencatat kegiatan yang harus saya lakukan setiap harinya.					
4.	Teman saya menegur saya jika lupa terhadap tugas yang sudah saya rencanakan sebelumnya.					
5.	Dalam berperilaku, saya merasa sudah sesuai dengan tujuan yang saya inginkan.					
6.	Saya merasa kurang memberikan motivasi kepada diri saya sendiri.					
7.	Saya memberikan penguatan terhadap diri sendiri setiap berhasil mencapai suatu hal.					
8.	Saya tidak pernah memberikan hadiah kepada diri saya ketika berhasil mencapai suatu hal.					
9.	Saya tidak pernah mengambil makna pembelajaran dari kesalahan saya di masa lalu.					
10.	Ketika saya akan melakukan suatu hal, saya akan memotivasi diri untuk melakukan yang lebih baik dari sebelumnya.					
11.	Saya akan melakukan apa yang ingin saya lakukan pada saat itu juga tanpa pertimbangan.					
12.	Saya mampu memberikan penilaian terhadap perilaku yang saya lakukan sehari – hari.					
13.	Saya kurang mampu memperhatikan perilaku saya, sehingga sering melupakan					

	rencana yang sudah dibuat sebelumnya.					
14.	Saya memantau sendiri perilaku saya dalam mencapai setiap tujuan yang saya buat.					
15.	Teman – teman saya yang selalu mengevaluasi perilaku saya, sehingga saya tidak perlu lagi membuat standar evaluasi tentang perilaku saya.					
16.	Untuk melihat kemampuan saya, saya harus mengevaluasinya dengan target kriteria yang saya buat sendiri.					
17.	Tujuan – tujuan yang saya buat membantu dalam mengarahkan tingkah laku saya sehari – hari.					
18.	Tingkah laku saya tidak memerlukan arahan atau tujuan untuk melakukan aktivitas sehari – hari.					
19.	Saya menyadari perilaku saya sudah sesuai dengan rencana yang saya buat sebelumnya.					
20.	Saya sering tidak menyadari jika membuat kesalahan ketika sedang mengerjakan tugas.					
21.	Saya merasa bersalah bila tidak bisa menyelesaikan tugas yang telah diberikan kepada saya					
22.	Saya tetap bersenang – senang walaupun saya tidak berhasil menyelesaikan tugas dengan baik.					
23.	Saya menunda acara bermain sebagai hukuman karena tugas saya belum selesai					
24.	Saya tetap membeli barang yang saya inginkan walaupun tugas –tugas saya belum selesai.					

LAMPIRAN B TABULASI DATA UJI COBA

B-1. Tabulasi Data Uji Coba Skala Agresivitas Verbal

B-2. Tabulasi Data Uji Coba Skala Regulasi Diri

Tabulasi Data Uji Coba Agresivitas Verbal

NO	AITEM AGRESIVITAS VERBAL (FAVORABEL)																				TOTAL
	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	
1	2	1	4	0	0	1	0	2	0	0	2	0	0	0	0	1	0	1	0	0	14
2	1	1	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	12
3	2	1	3	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	1	1	0	2	0	2	2	16
4	2	1	3	0	0	0	1	4	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	18
5	1	1	2	0	0	1	1	1	0	0	2	0	0	1	0	2	0	0	2	0	14
6	0	0	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	4
7	1	2	3	0	0	1	2	1	1	1	2	0	1	3	1	1	2	2	2	3	29
8	1	0	3	0	0	0	0	2	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	8
9	2	1	2	2	0	3	0	2	0	0	2	0	0	2	0	1	0	0	3	0	20
10	2	2	3	0	0	2	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	15
11	2	0	2	2	0	2	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	13
12	4	1	4	0	0	1	0	4	0	0	3	0	0	0	0	3	1	0	1	0	22
13	3	2	2	1	1	2	1	3	2	2	1	0	2	1	2	0	1	0	0	1	27
14	2	2	3	1	0	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	1	18
15	1	2	3	0	1	3	0	0	0	0	3	0	0	3	0	1	0	0	0	0	17
16	2	1	3	0	2	2	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	14
17	3	2	0	1	0	2	3	2	1	0	2	1	3	0	0	0	1	1	0	0	22
18	2	1	0	0	0	2	1	0	0	0	2	1	0	1	2	0	2	2	1	0	17
19	1	1	3	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	9
20	1	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	1	0	0	0	9
21	2	1	0	0	0	1	2	0	0	0	2	0	1	0	0	0	2	0	0	0	11

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

22	0	1	1	0	0	0	1	2	1	0	2	1	1	0	0	0	0	1	2	0	13
23	1	1	3	1	0	3	0	2	2	0	2	1	0	2	1	1	1	1	1	0	23
24	1	2	2	1	0	0	0	2	0	0	0	2	0	2	0	2	0	0	1	0	15
25	2	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
26	2	0	0	0	0	0	0	3	0	0	1	0	0	0	0	1	2	0	2	0	11
27	2	0	1	1	0	0	1	4	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	12
28	2	1	2	0	0	2	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	2	0	14
29	2	1	0	0	1	1	1	3	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	14
30	1	2	0	0	0	0	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	7
31	1	2	2	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	10
32	0	0	0	0	0	1	0	3	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	1	0	9
33	1	0	0	2	0	0	0	2	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8
34	2	2	3	0	0	2	3	1	2	0	2	0	0	0	1	2	2	2	0	0	24
35	3	1	2	1	1	0	3	3	0	0	0	0	1	2	1	0	2	1	2	0	23
36	2	1	2	1	1	1	2	1	1	0	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	25
37	2	0	2	2	0	0	2	3	0	0	1	0	0	2	0	0	0	1	2	0	17
38	0	0	4	2	0	2	0	0	0	0	2	0	1	0	1	0	1	0	0	0	13
39	1	0	0	2	0	0	0	2	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	10
40	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
41	1	1	3	1	0	2	1	3	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	3	0	23
42	2	1	1	0	0	0	0	1	2	0	1	0	0	0	0	2	1	1	0	0	12
43	3	2	2	1	2	2	1	2	0	0	1	0	1	2	0	0	2	0	1	0	22
44	0	2	3	0	0	2	0	3	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	15
45	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
46	1	2	0	0	0	1	0	2	2	0	0	0	0	0	1	0	3	1	0	0	13

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

47	**3**	**2**	**1**	**0**	**2**	**3**	**2**	**1**	**1**	**0**	**2**	**0**	**1**	**2**	**1**	**1**	**1**	**2**	**1**	**1**	**27**
48	**2**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**2**	**0**	**0**	**2**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**9**
49	**1**	**0**	**2**	**2**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**3**	**0**	**0**	**2**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**14**
50	**3**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**4**	**1**	**0**	**3**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**16**
51	**1**	**2**	**3**	**0**	**0**	**0**	**2**	**4**	**2**	**0**	**0**	**3**	**0**	**0**	**2**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**20**
52	**2**	**1**	**2**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**2**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**17**
53	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**5**
54	**2**	**1**	**2**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**13**

Tabulasi Data Uji Coba Regulasi Diri

NO	AITEM REGULASI DIRI																								Σ
	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24	
1	2	2	0	2	2	2	4	2	3	3	2	2	1	1	4	2	2	2	1	1	3	2	3	4	52
2	3	2	3	0	2	0	4	3	0	3	0	3	0	4	3	4	4	4	1	1	4	3	3	3	57
3	1	4	1	3	0	0	3	3	2	3	2	2	1	2	3	1	1	2	0	0	2	1	2	3	42
4	3	3	2	1	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	67
5	4	3	1	1	2	1	3	1	4	2	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	69
6	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	1	4	3	2	2	57
7	2	4	1	3	1	1	3	1	3	3	1	3	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	45
8	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	1	1	3	3	2	2	51
9	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	66
10	2	2	2	1	2	1	3	3	3	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	1	3	2	3	2	52
11	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	62
12	2	3	0	0	2	1	3	2	4	4	2	1	1	3	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	47
13	3	3	3	1	2	0	2	2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	65
14	2	2	2	1	2	1	3	1	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	1	47
15	3	4	2	2	1	0	4	0	4	4	3	4	0	2	4	2	2	3	1	2	3	4	4	0	58
16	3	2	3	0	3	0	4	3	3	3	3	4	0	2	3	4	4	3	2	0	4	3	1	1	58
17	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	51
18	1	3	1	1	2	0	2	0	3	2	3	0	1	1	2	1	2	1	1	0	3	3	3	2	38
19	4	1	4	1	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	1	3	4	3	3	77
20	2	1	1	3	3	1	3	1	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	57
21	2	2	1	2	2	0	3	2	2	3	2	4	1	2	3	2	2	0	3	2	4	2	2	2	50

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

22	3	3	4	3	2	2	1	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	4	2	2	4	4	3	3	71
23	1	2	1	3	3	0	3	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	1	59
24	0	4	0	4	2	1	3	2	3	3	2	4	2	3	4	1	3	2	2	2	3	2	1	2	55
25	2	1	1	0	2	0	4	0	4	4	0	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
26	3	3	1	0	2	3	3	1	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	2	1	3	2	2	2	63
27	4	2	4	0	2	1	4	2	3	4	2	2	2	2	2	0	4	3	3	2	4	4	2	4	62
28	1	3	1	3	2	1	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	44
29	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	1	2	2	3	2	3	55
30	2	3	2	3	1	2	3	3	4	4	2	4	3	2	4	2	3	2	2	2	3	3	2	2	63
31	3	3	2	1	2	3	3	2	4	4	3	2	2	3	4	2	3	3	2	1	4	3	1	3	63
32	2	4	3	2	3	3	4	4	1	3	2	4	3	3	2	3	3	4	3	2	4	4	4	4	74
33	0	3	4	0	1	1	4	0	4	3	4	3	4	3	4	0	3	2	1	1	4	4	4	4	61
34	2	1	1	2	2	0	4	0	2	3	2	3	0	2	3	3	3	3	3	0	3	1	1	2	46
35	4	1	3	2	1	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	4	2	55
36	1	3	2	2	2	3	4	3	2	3	1	2	1	2	2	3	3	2	2	1	4	3	2	2	55
37	4	3	2	0	2	2	3	1	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	62
38	3	1	1	1	4	4	4	2	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	3	1	3	3	2	2	61
39	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	47
40	2	2	0	4	2	0	3	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	3	2	1	3	2	3	3	53
41	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	0	3	2	2	2	50
42	2	2	3	3	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	1	3	4	1	3	53
43	2	2	2	3	1	1	3	2	3	3	2	1	1	1	3	2	2	3	1	1	4	2	3	2	50
44	2	3	1	0	2	1	3	2	4	4	2	2	0	4	4	2	3	4	2	2	4	3	4	2	60
45	3	3	1	3	1	1	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	1	1	4	4	4	4	70
46	2	2	2	1	1	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	2	2	57

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

47	2	2	1	2	1	0	4	1	2	3	2	3	1	1	3	1	2	1	1	2	2	2	1	3	43
48	3	2	1	1	3	0	4	1	4	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	4	4	2	4	58
49	1	3	0	2	1	1	1	1	3	3	1	2	3	1	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	48
50	2	2	1	0	2	0	4	3	3	3	3	2	1	1	4	4	3	4	2	2	3	3	3	1	56
51	2	1	2	1	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	4	2	2	2	49
52	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	1	63
53	4	2	2	2	2	1	4	1	3	4	1	3	1	2	3	4	3	2	2	3	4	2	2	1	58
54	2	3	1	3	1	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	1	1	2	3	2	1	53

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

LAMPIRAN C UJI DAYA BEDA DAN ESTIMASI RELIABILITAS

C-1. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabitias Skala Agresivitas Verbal

C-2. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabilitas Skala Regulasi Diri

SKALA AGRESIVITAS VERBAL

PUTARAN KE-1

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	53	91.4
	Excluded[a]	5	8.6
	Total	58	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.710	20

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
A1	1.57	.930	53
A2	1.02	.772	53
A3	1.74	1.273	53
A4	.57	.721	53
A5	.23	.542	53
A6	.92	.997	53
A7	.70	.911	53
A8	1.70	1.265	53
A9	.55	.695	53
A10	.08	.331	53
A11	1.19	.921	53
A12	.30	.638	53
A13	.32	.613	53
A14	.75	1.017	53
A15	.34	.586	53
A16	.51	.724	53

A17	.81	.810	53
A18	.51	.669	53
A19	.70	.890	53
A20	.23	.577	53

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	13.15	36.284	.434	.683
A2	13.70	37.292	.438	.685
A3	12.98	36.403	.260	.706
A4	14.15	41.861	-.039	.724
A5	14.49	39.524	.322	.698
A6	13.79	35.591	.456	.679
A7	14.02	35.788	.495	.677
A8	13.02	40.596	-.011	.742
A9	14.17	38.990	.293	.698
A10	14.64	40.311	.379	.700
A11	13.53	38.254	.256	.702
A12	14.42	41.786	-.022	.720
A13	14.40	39.205	.317	.698
A14	13.96	37.268	.299	.698
A15	14.38	38.124	.490	.686
A16	14.21	39.398	.230	.703
A17	13.91	37.587	.380	.690
A18	14.21	37.821	.456	.686
A19	14.02	38.865	.213	.706
A20	14.49	38.985	.375	.694

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
14.72	42.015	6.482	20

PUTARAN KE-2

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	54	93.1
	Excluded[a]	4	6.9
	Total	58	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.767	15

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
A1	1.56	.925	54
A2	1.02	.765	54
A3	1.74	1.262	54
A5	.22	.538	54
A6	.93	.988	54
A7	.70	.903	54
A9	.54	.693	54
A10	.07	.328	54
A11	1.19	.913	54
A13	.33	.614	54
A14	.76	1.008	54
A15	.33	.583	54
A17	.80	.810	54
A18	.50	.666	54
A20	.22	.572	54

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	9.35	29.289	.397	.752
A2	9.89	29.421	.496	.744
A3	9.17	29.462	.224	.781
A5	10.69	31.503	.386	.755
A6	9.98	27.717	.522	.738
A7	10.20	28.580	.489	.742
A9	10.37	31.332	.298	.760
A10	10.83	32.632	.369	.761
A11	9.72	30.695	.257	.766
A13	10.57	31.457	.332	.758
A14	10.15	30.355	.248	.769
A15	10.57	30.438	.520	.746
A17	10.11	29.308	.474	.745
A18	10.41	30.133	.485	.746
A20	10.69	30.974	.443	.751

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
10.91	34.123	5.842	15

SKALA REGULASI DIRI

PUTARAN KE-1

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.765	24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
A1	2.30	.964	54
A2	2.48	.841	54
A3	1.81	1.117	54
A4	1.72	1.172	54
A5	1.94	.738	54
A6	1.26	1.067	54
A7	3.11	.793	54
A8	1.98	1.055	54
A9	2.93	.866	54
A10	3.15	.596	54
A11	2.17	.885	54
A12	2.56	.861	54
A13	1.69	.987	54
A14	2.37	.808	54
A15	3.02	.739	54

A16	2.37	.996	54
A17	2.69	.722	54
A18	2.65	.935	54
A19	1.98	.835	54
A20	1.52	.863	54
A21	3.24	.699	54
A22	2.74	.828	54
A23	2.48	.885	54
A24	2.39	.960	54

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	54.24	64.450	.427	.749
A2	54.06	72.242	-.067	.778
A3	54.72	64.129	.370	.753
A4	54.81	77.927	-.353	.806
A5	54.59	67.831	.297	.758
A6	55.28	65.299	.322	.756
A7	53.43	69.117	.170	.765
A8	54.56	67.346	.204	.765
A9	53.61	66.846	.310	.757
A10	53.39	67.638	.408	.754
A11	54.37	69.672	.104	.769
A12	53.98	65.302	.427	.750
A13	54.85	63.676	.466	.746
A14	54.17	64.255	.547	.744
A15	53.52	68.254	.261	.760
A16	54.17	64.783	.388	.752
A17	53.85	65.072	.549	.745
A18	53.89	64.478	.442	.748
A19	54.56	65.270	.446	.749
A20	55.02	66.132	.364	.754
A21	53.30	67.080	.386	.754
A22	53.80	63.675	.577	.742

A23	54.06	65.865	.372	.753
A24	54.15	66.619	.284	.759

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
56.54	71.989	8.485	24

PUTARAN KE-2

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.832	19

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
A1	2.30	.964	54
A3	1.81	1.117	54
A5	1.94	.738	54
A6	1.26	1.067	54
A9	2.93	.866	54
A10	3.15	.596	54
A12	2.56	.861	54
A13	1.69	.987	54

A14	2.37	.808	54
A15	3.02	.739	54
A16	2.37	.996	54
A17	2.69	.722	54
A18	2.65	.935	54
A19	1.98	.835	54
A20	1.52	.863	54
A21	3.24	.699	54
A22	2.74	.828	54
A23	2.48	.885	54
A24	2.39	.960	54

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	42.78	60.704	.474	.821
A3	43.26	61.101	.366	.828
A5	43.13	64.153	.343	.827
A6	43.81	62.833	.282	.832
A9	42.15	63.487	.327	.828
A10	41.93	64.523	.404	.825
A12	42.52	63.009	.365	.826
A13	43.39	61.110	.432	.823
A14	42.70	60.929	.568	.817
A15	42.06	65.110	.259	.830
A16	42.70	60.929	.439	.823
A17	42.39	61.223	.620	.816
A18	42.43	60.815	.484	.820
A19	43.09	61.218	.523	.819
A20	43.56	62.252	.422	.823
A21	41.83	63.274	.449	.823
A22	42.33	60.566	.581	.816
A23	42.59	62.850	.365	.826
A24	42.69	63.239	.301	.830

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
45.07	68.749	8.292	19

LAMPIRAN D SKALA PENELITIAN

D-1. Skala Penelitian Agresivitas Verbal

D-2. Skala Penelitian Regulasi Diri

SKALA PSIKOLOGIS

Ψ

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

SEMARANG

2021

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Perkenalkan saya Risa Aprilia Mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2017 di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir skripsi, saya memohon kepada saudara sekalian untuk bersedia mengisi skala penelitian ini.

Kriteria responden pada penelitian ini adalah Siswa – siswi kelas X, XI, XII yang sedang menempuh pendidikan di MAN 1 Kota Semarang jurusan MIPA. Jawaban yang saudara berikan adalah jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara, sehingga tidak ada jawaban benar ataupun salah dalam skala ini. Saya sangat berharap saudara bersedia untuk mengisi skala ini dengan hati yang ikhlas dan bersunggung – sungguh. Semua hal yang yang berkaitan dengan identitas diri dan jawaban saudara dijamim kerahasiaanya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.

Selanjutnya penelitian mengucapkan terima kasih atas ketersediaan dan partisipasi saudara dalam mengisi skala penelitian ini.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Hormat Saya,

Risa Aprilia

30701700109

SKALA AGRESIVITAS VERBAL

IDENTITAS RESPONDEN

Nama / Inisial :

Jenis Kelamin :

Usia : …. Tahun.

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

7. Isilah terlebih dahulu identitas diri saudara di atas.
8. Sebelum mengisi jawaban saudara, mohon membaca setiap pernyataan – pernyataan dengan seksama dan teliti.
9. Silahkan beri tanda (X) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara tanpa dibuat – buat. Berikut terdapat lima pilihan jawaban yang tersedia berserta penjelasnya :

   SL : Selalu

   SR : Sering

   KD : Kadang – kadang

   J : Jarang

   TP : Tidak Pernah

   Contoh :

PERNYATAAN	SL	SR	KD	J	TP
Saya menegur perilaku teman.			**X**		

10. Jika saudara ingin memperbaiki jawaban, cukup mencoret jawaban sebelumnya dengan tanda (=) dan beri tanda (X) pada kolom jawaban yang diinginkan.

    Contoh :

PERNYATAAN	SL	SR	KD	J	TP
Saya menegur perilaku teman.	X		~~X~~		

11. Semua jawabana adalah benar dan sesuai dengan keadaan, perasan, dan pikiran saudara.
12. Sebelum mengumpulkan skala ini, harap periksa kembali semua pernyataan yang sudah diberi jawaban.

~SELAMAT MENGERJAKAN~

NO	PERNYATAAN	SL	SR	KD	J	TP
1.	Saya mudah melontarkan kata-kata kasar meskipun itu hal yang sepele.					
2.	Saya membicarakan kekurangan orang lain dengan teman-teman saya dibelakang.					
3.	Saya enggan berbicara kepada orang yang membuat saya kesal.					
4.	Saya menyebarkan gossip tentang berita terkini yang belum tentu benar kepastiannya di sosial media.					
5.	Saya kurang memberikan pendapat kepada orang yang kurang saya sukai.					
6.	Saya menyindir teman yang memiliki masalah dengan saya.					
7.	Saya mengomentari perihal penampilan teman – teman saya.					
8.	Saya mengadu domba teman yang sedang bermusuhan dengan orang lain.					
9.	Saya menentang opini yang kurang sesuai dengan pendapat saya.					
10.	Saya menulis kata-kata kasar kepada orang-orang yang kurang sopan dengan saya di media sosial					
11.	Saya menghindari teman yang memiliki kepribadian yang berbeda dengan saya.					
12.	Saya menyebarkan gossip tentang teman yang sedang memiliki masalah.					
13.	Saya mengejek nama – nama teman yang menurut saya lucu dan aneh.					
14.	Saya menceritakan hal yang kurang sesuai tentang teman yang kurang saya sukai.					
15.	Saya membicarakan kekuranagan teman yang kurang saya sukai di sosial media.					

SKALA REGULASI DIRI

PETUNJUK PENGISIAN

6. Sebelum mengisi jawaban saudara, mohon membaca setiap pernyataan – pernyataan dengan seksama dan teliti.
7. Silahkan beri tanda (X) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara tanpa dibuat – buat. Berikut terdapat lima pilihan jawaban yang tersedia berserta penjelasnya :

   SS : Sangat Sesuai

   S : Sesuai

   N : Netral

   TS : Tidak Sesuai

   STS : Sangat Tidak Sesuai

   Contoh :

PERNYATAAN	S	SS	N	TS	STS
Saya mencatat setiap perilaku saya.			X		

8. Jika saudara ingin memperbaiki jawaban, cukup mencoret jawaban sebelumnya dengan tanda (=) dan beri tanda (X) pada kolom jawaban yang diinginkan.

   Contoh :

PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
Saya mencatat setiap perilaku saya.	X		~~X~~		

9. Semua jawabana adalah benar dan sesuai dengan keadaan, perasan, dan pikiran saudara.
10. Sebelum mengumpulkan skala ini, harap periksa kembali semua pernyataan yang sudah diberi jawaban.

~SELAMAT MENGERJAKAN~

NO	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya membuat target – target untuk menuntun perilaku saya sehari – hari.					
2.	Saya mencatat kegiatan yang harus saya lakukan setiap harinya.					
3.	Dalam berperilaku, saya merasa sudah sesuai dengan tujuan yang saya inginkan.					
4.	Saya merasa kurang memberikan motivasi kepada diri saya sendiri.					
5.	Saya tidak pernah mengambil makna pembelajaran dari kesalahan saya di masa lalu.					
6.	Ketika saya akan melakukan suatu hal, saya akan memotivasi diri untuk melakukan yang lebih baik dari sebelumnya.					
7.	Saya mampu memberikan penilaian terhadap perilaku yang saya lakukan sehari – hari.					
8.	Saya kurang mampu memperhatikan perilaku saya, sehingga sering melupakan rencana yang sudah dibuat sebelumnya.					
9.	Saya memantau sendiri perilaku saya dalam mencapai setiap tujuan yang saya buat.					
10.	Teman – teman saya yang selalu mengevaluasi perilaku saya, sehingga saya tidak perlu lagi membuat standar evaluasi tentang perilaku saya.					
11.	Untuk melihat kemampuan saya, saya harus mengevaluasinya dengan target kriteria yang saya buat sendiri.					
12.	Tujuan – tujuan yang saya buat membantu dalam mengarahkan tingkah laku saya sehari – hari.					
13.	Tingkah laku saya tidak memerlukan					

	arahan atau tujuan untuk melakukan aktivitas sehari – hari.					
14.	Saya menyadari perilaku saya sudah sesuai dengan rencana yang saya buat sebelumnya.					
15.	Saya sering tidak menyadari jika membuat kesalahan ketika sedang mengerjakan tugas.					
16.	Saya merasa bersalah bila tidak bisa menyelesaikan tugas yang telah diberikan kepada saya					
17.	Saya tetap bersenang – senang walaupun saya tidak berhasil menyelesaikan tugas dengan baik.					
18.	Saya menunda acara bermain sebagai hukuman karena tugas saya belum selesai					
19.	Saya tetap membeli barang yang saya inginkan walaupun tugas –tugas saya belum selesai.					

LAMPIRAN E TABULASI DATA PENELITIAN

E-1. Tabulasi Data Penelitian Skala Agresivitas Verbal

E-2. Tabulasi Data Penelitian Skala Regulasi Diri

Tabulasi Data Penelitian Skala Agresivitas Verbal

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	JUMLAH
1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	3
2	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	4
3	0	1	2	0	3	1	0	0	2	2	0	0	1	0	0	12
4	1	2	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	7
5	1	1	2	1	1	1	2	3	1	3	2	3	1	0	4	26
6	0	1	2	2	3	3	3	3	3	3	0	4	1	1	1	30
7	2	2	2	3	2	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	33
8	0	0	0	1	1	1	1	1	1	2	0	1	2	1	4	16
9	0	2	0	0	0	2	0	1	0	1	1	1	2	0	2	12
10	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	7
11	2	1	3	3	2	3	3	3	2	1	1	2	1	3	2	32
12	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	21
13	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	23
14	3	1	1	3	3	1	1	3	3	1	0	3	1	1	3	28
15	0	0	0	1	0	0	0	1	2	0	0	0	0	0	1	5
16	2	1	1	0	2	1	1	0	2	2	1	2	1	1	0	17
17	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	37
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	16
19	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	24
20	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	24
21	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1	2	21
22	2	1	1	2	2	1	1	1	0	3	0	1	3	2	3	23

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

23	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	36
24	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	43
25	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	33
26	1	1	1	1	2	1	0	0	1	2	0	2	1	3	2	18
27	2	1	3	1	2	1	3	1	2	3	2	2	1	3	1	28
28	1	1	3	1	1	1	3	1	2	2	1	1	1	3	1	23
29	1	1	2	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	35
30	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	1	3	1	2	3	33
31	2	3	1	2	2	3	1	2	3	3	1	2	3	1	2	31
32	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	34
33	3	1	1	1	3	1	1	1	2	2	3	3	1	1	1	25
34	3	2	1	4	3	2	1	4	2	2	2	3	2	1	4	36
35	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	48
36	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	46
37	1	1	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	33
38	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	45
39	1	3	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	3	2	1	27
40	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	39
41	1	1	4	1	1	1	4	1	3	3	3	1	1	4	1	30
42	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	46
43	2	2	2	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	48
44	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	38
45	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	1	1	20
46	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	31
47	1	2	1	2	1	2	1	2	0	1	1	1	2	1	2	20

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

48	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	51
49	3	2	3	2	3	2	3	2	1	4	1	3	2	3	2	36
50	2	3	2	1	1	1	2	1	3	2	2	1	1	3	1	26
51	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	2	2	1	2	13
52	1	3	3	1	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3	1	33
53	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	39
54	1	2	0	0	0	1	2	4	2	1	1	1	1	2	1	19
55	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	51
56	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	3	3	3	2	3	50
57	3	1	2	3	3	1	2	3	2	1	2	3	1	2	3	32
58	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	4	38
59	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	4	3	3	48
60	2	3	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	3	2	2	31
61	1	1	2	0	3	1	0	0	2	0	1	0	1	1	0	13
62	2	0	0	0	2	0	0	0	2	1	0	0	2	0	0	9
63	3	1	3	1	2	1	2	0	2	1	1	1	2	0	1	21
64	3	2	4	0	0	0	3	0	0	0	2	0	0	0	0	14
65	1	0	2	0	2	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	8
66	0	1	1	0	0	0	1	0	3	0	0	0	0	0	0	6
67	0	1	1	0	1	0	3	0	0	0	2	0	0	0	0	8
68	0	1	2	0	2	0	1	0	2	0	2	0	0	0	0	10
69	2	0	3	0	2	3	1	0	0	1	0	0	1	0	0	13
70	0	1	2	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	6

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

Tabulasi Data Penelitian Skala Regulasi Diri

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	∑
1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	73
2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75
3	2	2	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	69
4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	64
5	3	3	2	3	2	4	3	3	1	2	1	4	3	4	3	2	3	3	2	51
6	2	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	60
7	2	2	3	4	3	2	2	1	0	0	0	0	2	2	2	2	1	1	1	30
8	2	4	2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	58
9	3	3	4	3	4	3	3	3	0	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	62
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
11	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	40
12	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	47
13	3	2	2	3	2	2	1	4	2	2	3	2	2	3	2	2	1	4	2	44
14	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	50
15	4	4	2	4	4	2	1	3	4	2	4	4	2	4	4	2	1	3	4	58
16	1	3	1	1	3	4	3	2	1	1	1	3	1	1	3	4	3	2	1	39
17	2	3	3	4	4	2	3	1	2	2	4	2	4	3	4	2	3	3	2	53
18	4	2	4	4	2	3	3	4	2	4	4	2	4	4	2	3	3	4	2	60
19	4	4	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	3	4	67
20	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	50
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	53
22	3	3	2	3	3	4	3	2	4	2	3	3	2	3	3	4	3	2	4	56
23	3	2	3	2	3	3	2	4	3	2	4	3	2	4	2	3	3	3	3	54

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

24	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	36
25	1	3	0	1	3	1	3	1	2	0	1	3	0	1	3	1	3	1	2	30
26	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	69
27	2	2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	2	2	46
28	3	2	3	2	3	3	4	2	2	2	3	2	3	2	3	3	4	2	2	50
29	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	44
30	2	1	2	2	1	2	1	2	4	2	2	1	2	2	1	2	1	2	4	36
31	2	3	4	2	3	4	3	3	3	4	2	3	4	2	3	4	3	3	3	58
32	2	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	4	3	4	57
33	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	31
34	1	3	2	1	3	2	4	2	2	2	1	3	2	1	3	2	4	2	2	42
35	2	1	3	2	1	2	2	3	2	3	2	1	3	2	1	2	2	3	2	39
36	2	0	2	2	1	2	1	1	3	1	2	0	2	2	1	2	1	1	3	29
37	4	3	4	4	3	2	3	2	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2	3	60
38	1	1	2	1	1	3	2	2	2	2	1	1	2	1	1	3	2	2	2	32
39	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	47
40	3	3	3	3	4	2	1	3	3	3	3	2	4	3	2	2	1	3	3	51
41	3	2	2	3	2	1	1	1	1	2	3	2	2	3	2	1	1	1	1	34
42	0	1	1	0	1	2	1	2	3	1	0	1	1	0	1	2	1	2	3	23
43	2	1	1	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	2	0	2	2	1	2	27
44	4	2	3	4	2	3	1	4	3	3	4	2	3	4	2	3	1	4	3	55
45	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	48
46	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	2	61
47	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	67
48	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3	1	2	2	41

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

49	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	2	40
50	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	50
51	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	52
52	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	40
53	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	47
54	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	62
55	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	28
56	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	25
57	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	27
58	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	24
59	3	1	2	3	1	4	2	2	1	2	3	1	2	3	1	4	2	2	1	40
60	3	1	1	3	1	1	2	2	1	1	3	1	1	3	1	1	2	2	1	31
61	2	1	2	1	2	3	3	1	4	2	2	2	1	2	0	3	3	2	3	39
62	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	72
63	2	1	1	2	4	3	2	0	2	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	42
64	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	69
65	3	2	1	2	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	45
66	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	2	4	3	2	3	54
67	2	1	2	1	3	4	4	3	3	4	4	1	3	1	0	4	3	4	4	51
68	2	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	4	4	4	3	49
69	3	3	1	1	2	2	2	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	44
70	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	57

UNISSULA
جامعة سلطان أجونج الإسلامية

LAMPIRAN F ANALISIS DATA

F-1. Uji Normalitas

F-2. Uji Linieritas

F-3. Uji Hipotesis

F-4. Histogram

UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		AGRESIVITAS VERBAL	REGULASI DIRI
N		70	70
Normal Parameters[a,b]	Mean	26.3143	48.1571
	Std. Deviation	13.26163	13.23329
Most Extreme Differences	Absolute	.071	.060
	Positive	.071	.060
	Negative	-.067	-.055
Test Statistic		.071	.060
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200[c,d]	.200[c,d]

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

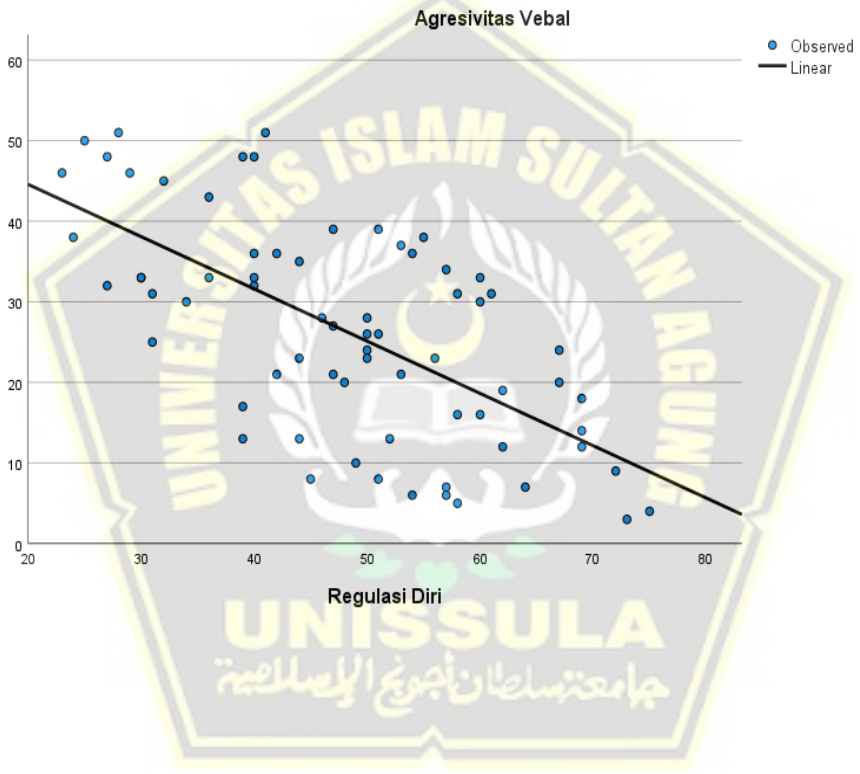
UJI LINIERITAS

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Agresivitas Vebal

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.419	49.022	1	68	<.000	57.550	-.649

The independent variable is Regulasi Diri.



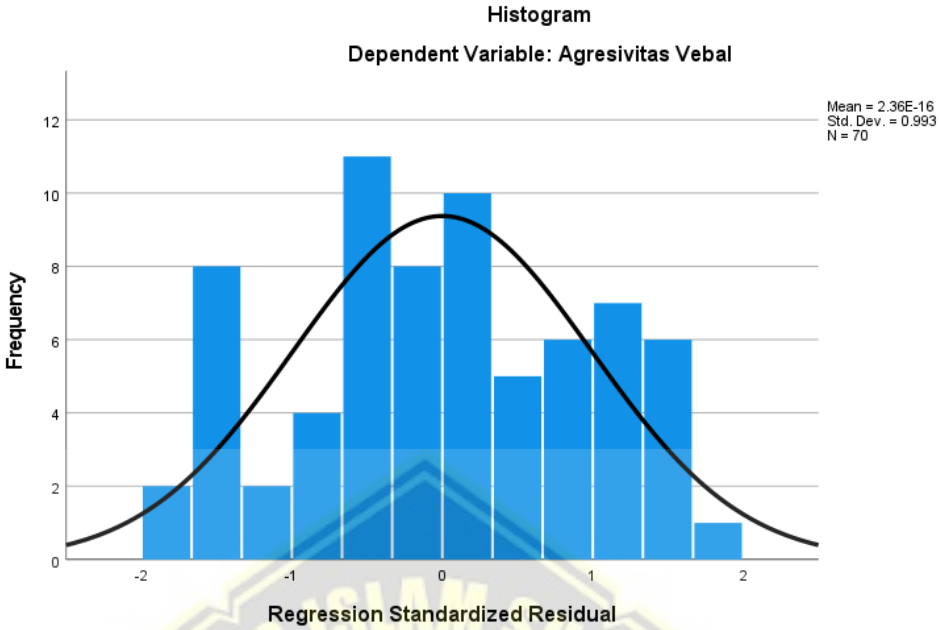
UJI HIPOTESIS

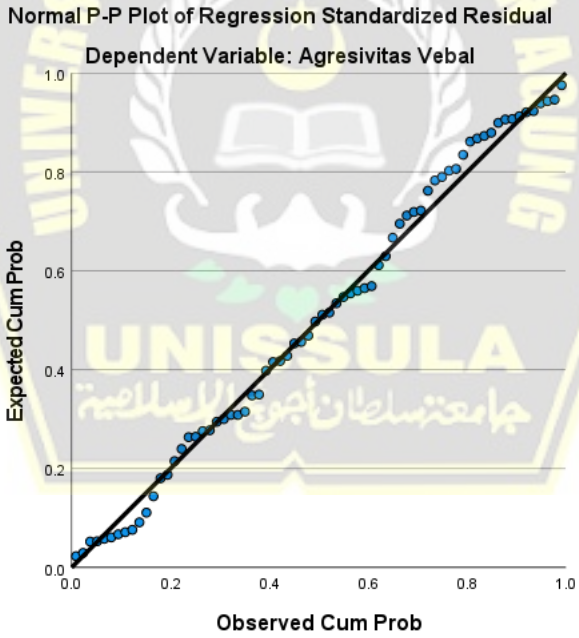
Correlations

		AGRESIVITAS VERBAL (Y)	REGULASI DIRI (X)
AGRESIVITAS VERBAL (Y)	Pearson Correlation	1	-.647**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	70	70
REGULASI DIRI (X)	Pearson Correlation	-.647**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	70	70

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

UJI HISTOGRAM





LAMPIRAN G SURAT KETERANGAN PENELITIAN

G-1. Surat Ijin *Try Out* dan Ijin Penelitian

G-2. Bukti Penelitian

YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)
Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (8 Sal) Fax.(024) 6582455
email : informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id

Nomor : 745/C.1/Psi-SA/VIII/2021
Lampiran : -
H a l : Permohonan Ijin Penelitian

Semarang,10 Muharram 1443 H
19 Agustus 2021 M

Kepada Yth. : Kepala Sekolah
MAN 1 Semarang
Jl. Brigjen S. Sudiarto, Pedurungan Kidul
Semarang

Assalamualaikum wr. wb.

Pimpinan Fakultas Psikologi UNISSULA dengan hormat memohonkan izin untuk mahasiswa berikut :

Nama	:	Risa Aprilia
Nim	:	30701700109
Nomor Telepon/HP	:	085702735010
Alamat	:	Jalan Sinar Kencana IV/948F RT 03 RW VIII Semarang
Keperluan	:	Try Out dan Penelitian
Judul/Tema	:	Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Agresivitas Verbal pada Siswa di Man 1 Semarang.
Subyek/Data	:	Siswa - siswi Man 1 Semarang
Dosen Pembimbing	:	Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
Waktu Pelaksanaan	:	Senin, 23 Agustus 2021
Keterangan lainnya	:	Diajukan dalam rangka menyelesaikan skripsi

Demikian, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

a.n. Dekan
Wakil Dekan I
FakultasPsikologi UNISSULA

Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi
NIK. 210700011

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA SEMARANG
MADRASAH ALIYAH NEGERI 1 KOTA SEMARANG
Jalan Brigjen S. Sudiarto Pedurungan Kidul Kec. Pedurungan Semarang, Telp / Fax : (024) 6715208
Website : man1kotasemarang.sch.id E-mail : semarang. man1@gmail.com

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 1948 / Ma.11.33.01 / TL.00 / 09 / 2021

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: H. Tasimin, S.Ag, M.SI
NIP	: 196811182000031001
Pangkat / Golongan Ruang	: Pembina Tk.I / IV/b
Jabatan	: Kepala MAN 1 Kota Semarang

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama	: RISA APRILIA
NIM	: 30701700109
Fakultas	: Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA)

Yang bersangkutan benar-benar telah melaksanakan penelitian untuk keperluan skripsi di MAN 1 Kota Semarang pada tanggal 07 s.d. 15 September 2021 dengan judul "Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Agresivitas Verbal pada Siswa di MAN 1 Kota Semarang".

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 30 September 2021
Kepala,

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

Tasimin